

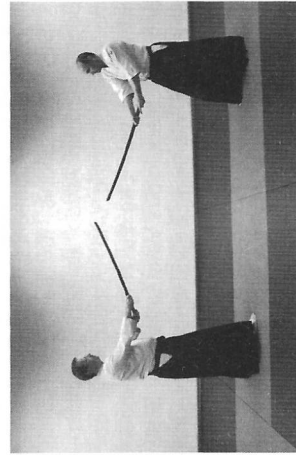
staltet sich die Technik in der Effektivität, Ausstrahlung und Ästhetik.

Durch Eintreten verkürzen wir den Raum und gewinnen damit Zeit. Wir verharren nicht auf der Stelle oder verteidigen eine bestimmte Position. Beim direkten Eintreten durch Irimi oder beim indirekten Eintreten durch Tenkan verkürzen wir in beiden Fällen die Distanz und optimieren somit unsere Stellung im Raum und zu Uke. Durch richtiges Timing werden wir in die Lage versetzt, Ukes Gleichgewicht zu destabilisieren und seine folgende Massenträgheit für unsere Aktionen auszunutzen. Unsere Schnelligkeit (Zeit) entsteht durch ideale Raumbeherrschung. Schon Nuancen oder Zentimeter können hierbei über Wohl und Wehe einer Technik bzw. die Entschärfung eines Konfliktes entscheiden.

Der berühmte Zen-Meister Roshi Taisen Deshimaru sah es folgendermaßen:

„Im Sport gibt es das Element der Zeit, in der Kampfkunst gibt es nur den Augenblick. Es gibt keine Wartezeit. Siegen oder nicht siegen? Leben oder nicht leben? All das entscheidet sich im Augenblick, in ihm entscheiden sich Leben und Tod ganz und gar.“

Trotzdem ist alles relativ. Wenn man einen starken und gewichtigen Angreifer hat, kann schon der Zweifel über die Handhabung dieser Masse das Unternehmen scheitern lassen. Umgekehrt kann man auch sehr darüber überrascht sein, wie kräftig und dynamisch auch leichtgewichtige Menschen angreifen können.



Schwert: Grundstellung



Schwert: Raumverkürzung

„Die Masse eines Körpers ist ein Maß für dessen Energieinhalt“, schrieb Einstein in einer Ergänzung seiner „Speziellen Relativitätstheorie“ in den „Annalen der Physik“ (Bd. 18, S. 639).

Wir werden wohl kaum in die Situation kommen, dass Uke aufgrund seiner Beschleunigung seine Masse messbar wesentlich ändert bzw. damit auch die Zeit.

Morihei Ueshiba war einer der größten Budo-Meister überhaupt. Die Erzählungen und Bilder über seine Fähigkeiten muten zuweilen metaphysisch an. Letztlich war auch er ein Meister im relativen Bezugssystem der Physik.

氣

Kote-hineri (Tanto), tenkan

Bundestrainer Alfred Heymann, 7. Dan,
mit Uke Dr. Damian Magiera, 4. Dan

Bild 1 – 2: Uke greift mit dem Tanto Shomen-uchi an. Nage reagiert aus der Aihanni-Position mit einer Ausweichbewegung nach außen. Beide Hände werden Richtung Angreifer hochgeführt.

Bild 3 – 6: In Höhe Oberarm/Elbogen des Angriffsarmes nimmt Nage dann mit seiner rechten Togatana Kontakt auf und gleitet mit ihr weiter bis zum Handgelenk der be-

waffneten Hand. Nage fasst dort zu oder adaptiert mit der Togatana im Bereich der Daumenwurzel, um mit der Energie der eigenen Sabaki die Angriffsenegie auf bzw. anzunehmen und umzulenken. Sabaki wird kontinuierlich fortgesetzt, wobei Nage unter dem Angriffsarm „durchtaucht“. Gleichzeitig greift er mit der linken Hand im Bereich der kleinen Finger zu. Die Ausweichbewegung intensiviert die Instabilität des Angreifers.

Bild 7 – 8: Durch eine erzeugte Drehverhebelung wird der Angreifer, auch wegen des auftretenden Schmerzes, weiter aus dem Gleichgewicht gebracht. Mit der rechten Hand „sichert“ Nage zusätzlich die Angriffs-Hand Ukes durch den Kontakt ab. Beide Hände kontrollieren die Führung in Höhe von Nages Zentrum.

Bild 9 – 10: In der nun beginnenden Gegenbewegung dieser Führung mit Einsatz von Nages Zentrum und Hüfte „läuft der Angreifer auf“. Die Wirkung des Kote-hineri verstärkt sich dadurch weiter. Der Angreifer muss deshalb zurückweichen.

Bild 11 – 13: Es folgt eine Gegendrehbewegung mit der Hüfte zum Angreifer hin. Dabei führt Nage weiterhin mit der linken Hand durch den Kote-hineri-Griff und setzt nun seine rechte Hand/Togatana in der Ellenbeuge Ukes an.

Bild 14 – 15: Der Angreifer verliert vollkommen sein Gleichgewicht und muss sich deshalb mit seiner freien Hand abstützen.

Bild 16 – 17: Währenddessen gleitet die rechte Hand des Nage bis zu den kleinen Fingern, um dort durch Griffwechsel (von links auf rechts) die weitere Kontrolle des Angreifers mittels Kote-hineri zu übernehmen.

Bild 18: Nage kniet nun neben Uke in Zaho ab, baut die Spannung des Angriffes auf, entwirft mit der linken Hand und verstärkt schließlich die Endverhebelung aus dem Zentrum mit Einsatz der Hüfte.