

# Interview mit Urs Keller, Aikidolehrer

---

*10 Fragen zum Thema Aikido – Gestellt von Tolga Bahar*

*im Rahmen seiner Vertiefungsarbeit beim Lehrabschluss als Elektromonteur*

*November 2017*

## **Tolga Bahar: Wer war Morihei Ueshiba?**

Ein Mensch, der Frieden ins sich selbst gefunden hatte – ein Meister und spiritueller Lehrer! Ueshiba Morihei war der Gründer des Aikido. Geboren am 14. Dezember 1884, gestorben am 26. April 1969. Er stammt also aus einer Zeit, die vor der unseren liegt und auch aus einer anderen Kultur. Ueshiba Moriheis Heimatdorf ist Tanabe, es liegt in der Präfektur Wakayama. Dieser Distrikt, der als Kumano bekannt ist, wurde seit alters als „Tor zur göttlichen Welt“ betrachtet und zählt heute mit seinen Pilgerwegen (Kumano-Kodo) und den Kumano-Sanzan (den drei Hauptschreinen) zum UNESCO-Weltkulturerbe. Bereits seit den Anfängen der japanischen Geschichte hielt man die bedeutenden Schreine in den Bergen von Kumano für die heiligsten Stätten des ganzen Landes. Morihei war daher von Geburt an eingetaucht in eine Atmosphäre, in der das Übernatürliche, das Mysteriöse und das Göttliche überall spürbar waren.

## **Was ist das Ziel von Aikido?**

Der Wunsch von O Sensei ist der Frieden unter den Menschen dieser Erde.

Es gibt diesbezüglich verschiedene Zitate von O Sensei:

„Im Aikido dient das Üben nicht dazu, physisch stärker zu werden oder den Partner zu besiegen. Nein! Es hilft, den Geist zu haben, sich in die Mitte des Universums zu stellen und zum Weltfrieden beizutragen. Es ist ein Weg, die Welt in Einklang zu bringen und am Ende zu bewirken, dass die menschliche Welt eine Familie wird.“

Oder: „Aikido ist nicht das Endziel. Wenn man Aikido übt, findet man seine eigene Aufgabe (天命 – Ten mei). Aikido ist lediglich der Bezugsrahmen, um sich über seine eigene Aufgabe klarzuwerden.“

Selbst heute noch heisst es auf der Webseite des Aikido-Weltverbands (Aikikai): „Aikido dient der ganzheitlichen Selbstverwirklichung des Übenden.“

## **Warum sieht sich Aikido als Kampfkunst und nicht als Kampfsport?**

Es ist sogar so, dass es das Wort „Kampfkunst“ im Japanischen so nicht gibt! Üblicherweise werden Aktivitäten wie Karate, Judo, Kendo, Aikido usw. unter dem Begriff „Budo“ (武道) genannt („Budo“, korrekt übersetzt, heisst „Weg, um den Angriff zu beenden“).

Aikido ist die einzige Budo-Disziplin, in der es keine Wettkämpfe gibt.

Das letzte Schriftzeichen des Worts „Aikido“, also „Do“ (道), bedeutet Weg.

Es ist ein persönlicher Weg, durch den man an sich arbeiten kann. O Sensei bezeichnete Aikido als „Shin no Budo“ (den wahren Weg, um Angriffe zu stoppen). In diesem Zusammenhang bestand eine seiner zentralen Botschaften in „Masakatsu Agatsu Katsu Hayabi“.

Dies bedeutet übersetzt: „Der wahre Sieg ist der über sich selbst – er führt zu einem Zustand, der Raum und Zeit transzendiert.“ Jemand, der mit sich selbst im Reinen ist, Zufriedenheit in sich trägt, wird keinen anderen angreifen, belästigen oder Ähnliches tun.

## **Ist Aikido eine passive Kampfkunst?**

Im Allgemeinen würde man diese Frage wohl eher mit Ja beantworten. Doch was ist eine passive Kampfkunst? In der vorhin gestellten Frage habe ich mich bereits zum Ausdruck „Kampfkunst“ geäußert. Es ist gegen die Natur des Aikido, jemanden zu verletzen. Also verzichtet man auf Schläge. Aber es ist sogar so, dass man nicht erst auf einen Angriff wartet, um sich dann verteidigen zu müssen. Gemäss O Sensei übernimmt man im Aikido die Initiative (引力 - Inryoku) und führt das Gegenüber an einen für alle Beteiligten ungefährlichen Ort, bevor ein Angriff stattfinden kann.

## **Was bedeuten die sieben Falten des Hakama?**

Die sieben Falten des Hakama entsprechen den Prinzipien oder Tugenden des Bushido, des Wegs der Samurai (der japanischen Ritter). Bushido stellt einen wesentlichen Aspekt der japanischen Kultur und Geschichte dar. In diesem Sinne lohnt sich die Auseinandersetzung damit.

Gi: Aufrichtigkeit und Gerechtigkeit

Yu: Tapferkeit und Heldentum

Jin: die universelle Liebe, das Wohlwollen gegenüber der Menschheit

Rei: das rechte Verhalten, die Etikette

Makoto: vollkommene Aufrichtigkeit

Meiyo: Ehre und Ruhm

Chūgi: Hingabe und Loyalität

### **Wie sind Sie überhaupt zum Aikido gekommen?**

Längst bevor ich Aikido gekannt habe, hörte ich in mir den Ruf nach Aikido. Im Januar 1998 hat mich eine Arbeitskollegin in ein Aikido-Training mitgenommen. Damals bin ich als junger Mann frisch nach Biel gezogen und habe gleich mit Aikido begonnen. Als ich ins Dojo kam, fühlte es sich wie „nach Hause kommen“ an. Bald wurde mir bewusst, dass es mein Weg ist, Aikido zu erforschen und auch an andere weiterzuvermitteln.

### **Im Aikido sollte man den Gegner nicht verletzen. Wozu trainiert man mit Bokken und Bo?**

Um den Körper zu schulen, ihn für Winkel, Positionen zu sensibilisieren und die Hüften auszubilden. Zudem ist es eine wunderbare Methode, um seine Energie zu fokussieren und zu kanalisieren.

### **Kann man Aikido auch als Religion betrachten?**

Im Namen der Religion wurden und werden Kriege geführt – insofern ist dies ein etwas heikles Thema. Daher möchte ich zuerst eine Gegenfrage stellen: Was versteht man unter dem Wort? Ich lehne mich an den lateinischen Wortursprung von „Religion“, also „religio“, an. „Religio“ hat mehrere Bedeutungen. Zum Beispiel: Rücksicht oder Rückverbindung. Mit dieser Wortdefinition kann man Aikido auf jeden Fall mit Religion in Verbindung bringen, als Rückverbindung zur Natur. Wenn wir im Aikido „Shin Kokyu“ oder „Shinkon kishin no Ho“ praktizieren, geht es um diese Rück-Verbindung. Auch lohnt es sich, die Bedeutung des Wortes „Aikido“ genauer zu analysieren. „Ai“ (合 – passen, Einheit), das erste der drei Schriftzeichen (Kanji), die das Wort „Aikido“ (合気道) bilden, hat gemäss O Sensei auch die Bedeutung von Liebe. „Ki“ (気) bedeutet Urenergie oder Lebenskraft, und mit „Do“ (道) ist Weg gemeint. Demzufolge ist eine korrekte Übersetzung des Wortes Aikido: Der Weg der Einheit mit der Liebe und der Energie, die das gesamte Universum erhalten.

## **Aus welchen Kampfkünsten entstand Aikido?**

Diese Frage lässt sich so nicht beantworten. Denn Aikido ist eher als Verbindung der spirituellen Erfahrungen von O Sensei mit seinem körperlichen Üben zu verstehen. Dies obwohl landläufig banalisierend behauptet wird, Aikido sei von O Sensei als Synthese unterschiedlicher Budō-Disziplinen entwickelt worden. Ueshiba Morihei selbst bezog klar Stellung und deklarierte, dass Aikido nicht die Synthese aus den von ihm studierten Budo-Schulen ist. An einer Stelle sagte er sogar: „Aikido entstand vollständig aus dem Ki.“ Damit spricht er seine persönlichen Erleuchtungserfahrungen an. Sie stehen im Zusammenhang mit Shinto-Gottheiten und sind in den entsprechenden Quellen beschrieben. Seine Weltsicht und damit verbunden sein Aikido sind im Laufe der Jahre gewachsen und entstanden.

Exemplarisch hier zwei und für das Lebenswerk von O Sensei wesentliche Ereignisse:

Das erste Satori (Erleuchtungserfahrung) ist „Ushitora no Konjin“.

Mitte der 1920-er Jahre begleitete O Sensei Onisaburo Deguchi, seinen spirituellen Lehrer und Leiter der Omoto Kyo, auf eine Mission in die Mongolei. Sie wurden dabei von Banditen angegriffen, wobei auch auf sie geschossen wurde. O Sensei berichtete, dass er jeweils eine Lichtkugel sehen konnte, bevor die richtigen Kugeln einschlugen. Den Lichtkugeln ausweichend, wurde er auch nicht von den wirklichen Geschossen getroffen. Kurze Zeit später wieder in Japan, nahm er die Herausforderung eines sehr geübten Schwertkämpfers an. Unbewaffnet besiegte O Sensei seinen Herausforderer lediglich dadurch, dass er all seinen Schlägen mit Leichtigkeit ausweichen konnte. Später berichtete O Sensei wiederum von den weissen Lichtblitzen, die ihm anzeigten, wohin der Angriff treffen würde, bevor dies tatsächlich geschah. Unmittelbar nachdem der Schwertkämpfer aufgeben hatte, begab sich O Sensei in den Garten, um sich zu waschen. Dort spürte er plötzlich, dass das Universum bebte, ein goldenes Wesen (Ushitora no Konjin) aus dem Boden emporstieg und seinen Körper umhüllte. Sein Körper fühlte sich leicht wie eine Feder an, und auf einmal wurden ihm die Geheimnisse des Universums offenbart. Er verstand, dass Bu (武) der liebende und allumfassende Schutz für alles Lebendige ist.

Das zweite Satori ist „Ame no Murakumo Kuki Samuhara no Ryu o Kami“.

„Am 14. Dezember 1940 um zwei Uhr morgens, nach der Reinigungszeremonie (Misogi), fand ich mich plötzlich in einem recht seltsamen Zustand wieder. In diesem Moment habe ich alle Techniken vergessen, die ich gelernt hatte. Ich musste die Techniken neu erschaffen. Diese sind dazu da, um zu zeigen, dass die ganze Welt wie eine Familie ist und es keine Fremden gibt. Es handelt sich nicht darum, ob man gewinnt oder verliert – keineswegs. Aikido, das sind die Techniken des Friedens. Bei diesen Techniken gibt es die Vorstellung

des Stärkeren und Schwächeren nicht.“

### **Was ist Misogi, und weshalb benutzt man dies auch im Aikido?**

Dieser Frage bin ich bereits im November 2016 nachgegangen, als ich von „Misogi Dogi“ beauftragt wurde, darüber zu schreiben. Kurz gesagt bedeutet das Wort „Misogi“ Reinigung. Das Konzept von Misogi ist ein fester Bestandteil der japanischen Shinto-Tradition. Gemäss O Sensei ist Aikido selbst die allumfassende Form von Misogi. Ein Freund von mir, der bald 80-jährige Aikidolehrer Peter Shapiro, der O Sensei persönlich kannte und zwei Jahrzehnte in Japan lebte, um nach dem Ableben von O Sensei bei Hikitsuchi Michio Sensei zu lernen, sagt dazu: „Aikido ist Kamu Waza: eins werden mit den Kami, der göttlichen Liebe und dem göttlichen Ursprung von allem. Das heisst auch, sich von allem Unwahren zu befreien, sich mit den Kami zu verbinden und die Beziehung zum Göttlichen innerhalb und ausserhalb von sich selbst zu polieren. Dadurch werden alle Dinge, die diese Beziehung blockieren, wegfallen.“

Urs Keller ist 1977 geboren, ist diplomierter Geschichtslehrer Sekundarstufe 1, praktiziert Aikido seit 1998 und unterrichtet Aikido täglich.  
[aikidolehrer.ch](http://aikidolehrer.ch)

