

ANDRÉ NOCQUET

Der Weg des AIKI-DO

Gegenwart
und
Botschaft
von O-Sensei
Morihei UYESHIBA

合気道

Kristkeitz Verlag

81/8 OCTOPUS 126001

DER WEG DES AIKI-DO

André Nocquet

DER WEG DES AIKI-DO

Gegenwart und Botschaft von
O-Sensei Morihei UYESHIBA

André Nocquet, 7. Dan Aiki-do, ist direkter Schüler des Aiki-do-Gründers, O-Sensei Morihei UYESHIBA. Er lebt und lehrt heute in Frankreich.

Kristkeitz Verlag

Titel der französischen Originalausgabe: *O Sensei Morihei Uyeshiba. Présence et Message*. Aus dem Französischen von Dr. Helmut Hueber. Der Schriftzug auf dem Einband stammt von O-Sensei Morihei UYESHIBA.

PBAB 14



1988.1625
(b 1890)

Alle Rechte der Originalausgabe beim Autor. © A. Nocquet, Paris 1975

Alle deutschsprachigen Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks und jeder anderen Form der Wiedergabe, vorbehalten. © Werner Kristkeitz Verlag, Berlin 1977.

Werner Kristkeitz Verlag, Sorauer Str. 30, 1000 Berlin 36

ISBN 3-921 508-08-8

2. Auflage 1978

Meinem Meister O-Sensei Morihei UYESHIBA in dankbarer Ehrerbietung,

Meinen lieben Familienangehörigen, die mir nach manchem Sturz immer wieder einen neuen Anfang ermöglicht haben,

und allen meinen Freunden in der Europäischen Aikido-Union für ihre Unterstützung alles dessen, was vereint, statt dessen, was trennt,

gewidmet.



Meister Tadashi ABE

VORWORT

Das Buch von André Nocquet, "Der Weg des Aikido – Gegenwart und Botschaft von O-Sensei Morihei UYESHIBA", ist ganz und gar ein erregender, leidenschaftlicher Lobgesang auf Aiki-do und die Größe seines Meisters, O-Sensei Morihei UYESHIBA.

Der Titel tut es bereits kund: Gegenwart und Botschaft des großen Meisters Morihei UYESHIBA.

Kein sehr langer Text – aber welcher Text! Und schöne Fotos des Meisters, seines Dojo (des Ortes, wo man den WEG lehrt) und einiger seiner Schüler. Wundervolle Bilder auch von der Natur und der Umgebung dieses bevorzugten Ortes.

Von Anfang bis Ende ist dieses Buch ein schöner, musikalischer, in Worte gefaßter Gesang, edle und wahre Gedanken, bilderreich und ästhetisch.

Das größte Geschenk Japans an die Welt sind nicht seine erstklassigen Industrieprodukte noch deren Qualität, noch ihre bis ins Detail gehende minuziöse Perfektion. Es ist auch nicht sein Organisations-talent, auch nicht die prächtige, erlesene Schönheit der Natur. Nicht seine feinsinnige und vollendete Kunst, nicht seine unvergleichlich großzügige Gastfreundschaft, nicht seine außerordentliche und ständige Höflichkeit. Auch der Mut und das legendäre Heldentum seines Volkes, das wir alle bewundern, ist nicht dieses einzigartige Geschenk, wenn es auch uns wie andere so sehr begeistern kann.

Dieses unvergleichliche Geschenk Japans an die Welt ist die Erfindung der "Homöopathie der Gewalt".

Japan ist das erste und ich glaube einzige Land, das es verstanden hat, die Techniken des Kampfes, die Werkzeuge der Gewalt und des Mordes gegen Mord und Gewalt einzusetzen.

Schon vor langer Zeit wurde dieses Prinzip in Japan entdeckt, und seit langer Zeit schon wird es im Land der Sonne angewandt und damit experimentiert. Der Name judo – Weg des Nachgebens – war den alten Meistern wohlbekannt. Kendo, der Weg des Schwertes, wurde seit langem geübt. Die Kampfkünste wurden als Erziehungsmittel für die Männer und auch von einigen Frauen zur Selbstverteidigung eingesetzt.

Die Kampfkünste oder budo wurden mit einem strengen Sittenkodex mit hohem moralischen Niveau verbunden, der zum Ehrenkodex der japanischen Nation geworden ist: zum bushido, dem wahrhaft ritterlichen Geist.

Schon in der Kamakurazeit verehrte man den Meister Masamune, einen berühmten Künstler der Schwerherstellung. Auch sein Schüler Muramasa fertigte Schwerter von unvergleichlicher Schärfe. Man erkannte sie, wenn man sie in einen Wasserlauf hielt: die Schneide war derart, daß sie die ins Wasser gefallenen Blätter zerschnitt, sobald sie anstießen. Und dennoch konnte er seinen Meister Masamune nicht erreichen. Dessen Klingen waren nämlich so geschmiedet, daß sich die Blätter auf diesem Wasser nicht an der Klinge verletzten, obwohl sie fein geschliffen war – sie drehten sich, wenn sie sich ihr näherten, von ihr weg. Die Klinge Masamunes, das Symbol der Reinheit, der Rechtschaffenheit, der Loyalität und der Entschiedenheit, wird auch gleichgesetzt mit Frieden und Gewaltlosigkeit.

Falls dies eine Legende ist, ist sie gut und offenbart die den Kampfkünsten eigene friedliche Tendenz.

Wer hat diese Tendenz eingeführt? Niemand weiß es. Offenbar ist das buddhistische ZEN an diesem inneren Wandel nicht ganz uneteiligt.

Denn der Buddhismus, tief pazifistisch und gewaltlos, kannte Mönche als Experten der Kampfkünste, als Schützer gegen Räuberbanden und Übergriffe gewisser militärischer Einheiten.

Die Suche der Mönche nach Wahrheit und Weisheit, verbunden mit der Notwendigkeit, sich zu verteidigen, führte sie wie auch andere Weise dahin, Gewalt und Gewaltlosigkeit in paradoxer Weise zu vereinigen.

Wie dem auch sei, vor 100 Jahren hat der berühmte Meister Jigoro Kano unter dem Namen Judo eine aus dem Ju Jitsu hervorgegangene Kampfkunst zur körperlichen und moralischen Erziehung der Jugend

populär gemacht, die als innerer und äußerer Führer für das ganze Leben dienen soll. Die zwei Prinzipien seiryoku zenyo (setze Deine Energie sparsam und wirksam ein) und jita kyo'e (gegenseitige Hilfe und beiderseitiges Wohlergehen) sind nicht nur im Kampf anwendbar, sondern in allen körperlichen, sozialen, beruflichen und psychischen Handlungen aller Menschen. Judo hatte dank der Schüler von Meister Jigoro Kano wie Kawaishi-shihan, dem Gründer des Judo in Frankreich und Europa, einen außerordentlichen Erfolg zu verzeichnen, wenn auch seine Nachfolger noch weit davon entfernt sind, die Weite und Tiefe dieser Kunst zu erfassen.

Nach Judo kommt unter den Kampfkünsten, die im Abendland Wurzel schlugen, an erster Stelle Aiki-do. Mehrere Schüler des großen Lehrers UYESHIBA kamen zuerst nach Frankreich, es zu lehren. Die ältesten Schüler von Meister Kawaishi haben von Anfang an auch mehr oder weniger Aiki-do geübt. Unter diesen ersten Schülern hatte sich Schwarzgurt Nummer 56 – mittlerweile gibt es 15.000 – André Nocquet intensiv für Aiki-do interessiert. So sehr, daß er sich entschied, die Einladung von Meister UYESHIBA und die von Meister Kurihara, 9. Dan, einem der größten japanischen Judomeister, anzunehmen, und so reiste er am 11. Juni 1955 nach Japan.

André Nocquet, seit 1938 Schüler von Meister Kawaishi, hatte schon das Wesen eines Schülers. Unter der Leitung von Meister Kawaishi führte er das Judo in Bordeaux ein und förderte seine Entwicklung im ganzen Südwesten des Landes, bildete Danträger und Lehrer aus. Er schuf und organisierte in Biarritz die berühmten internationalen Lehrgänge unter der Leitung von Meister Kawaishi. Viele von uns haben daran unvergängliche Erinnerungen bewahrt. Die Szene wurde belebt durch die Meister Awazu und Michigami im Judo und Meister Tadashi Abe im Aiki-do. André Nocquet war es, der mit dem französischen Verband den japanischen Meister Michigami holte, der sich in Bordeaux niederließ und später im Dankkollegium mitarbeitete und dem französischen Judo seine hervorragende Technik vermittelte.

André Nocquet hatte das Wesen eines Schülers, da er mit vollständiger Selbsthingabe dem Meister antwortete, von dem er unterrichtet und eingeweiht wurde.

Sein Lehrer beauftragte und ermutigte ihn, sich nach Japan zu begeben, um unter Meister UYESHIBA Aiki-do zu studieren und empfahl ihn seinem eigenen Meister Kurihara, einem der größten Experten Japans.

Er ging nach Japan, wie man eine Pilgerreise unternimmt, um die berühmten Kampfkünste an der Quelle zu erlernen, unter wahren Meistern, deren Ruf er kannte. In diesem Geist der Weihe begab er sich dann eines Tages in das Dojo des großen Meisters und Aiki-do-Gründers, O-Sensei Morihei UYESHIBA.

Er wußte noch nicht, in welchem Maße und bis zu welchem Punkt sein Leben durch diesen weisen Meister verändert werden sollte. Er verstand es sofort, was bei einem Abendländer selten ist, die Haltung des wahren östlichen Schülers einzunehmen.

Im ganzen Orient geht man davon aus, daß alles Wissen auf der Einweihung des Schülers durch einen Meister beruht, insbesondere was die Selbsterkenntnis betrifft, die als das wesentliche und eigentliche Wissen anzusehen ist.

Um das zu erreichen, gibt es viele Wege. Diese Wege heißen in Japan do und in Indien yoga. Ein wahrer Meister muß selbst lange Zeit Schüler eines Meisters gewesen sein und bei ihm selber den ganzen oder weite Teile des Weges gegangen sein.

Die Kampfkünste, verstanden als WEG, sind, wiederholen wir es, die geniale, von den Japanern eingeführte "Homöopathie der Gewalt".

Im Mittelalter – fälschlicherweise oft gesehen als ein Zeitalter geistiger Finsternis, tatsächlich jedoch, und die Kathedralen legen ein beredtes Zeugnis davon ab, eine Periode tiefer menschlicher und anderer Erkenntnis – bestanden auch im Abendland Meister-Schüler-Beziehungen, und sie waren ebenso wesentlich wie im Osten.

Güte, Wärme, vollkommenes Vertrauen und Dankbarkeit bestimmen dieses Verhältnis zwischen Lehrer und Schüler. Die Menschen des Ostens stellen diese Beziehung höher als alle anderen menschlichen Gefühlsbeziehungen.

In diesem außergewöhnlichen Klima kann der Meister sein Bestes auf seinen Schüler übertragen, der dann auch fähig ist, es zu empfangen und zu begreifen.

Von vornherein akzeptiert er alle Übungen und Anforderungen seines Meisters, ohne ihn jemals des Stolzes, der Grausamkeit oder

der Boshaftigkeit zu verdächtigen. Von vornherein glaubt er, weiß er, daß alles zu seinem wahren Besten erfolgt. Das ist nicht Passivität, Resignation, Trägheit oder Abhängigkeit, sondern eine aktive, freie, freiwillige Zusammenarbeit an der Umformung, die sich in ihm vollziehen muß durch die Gegenwart, das Handeln und die Lehre des Meisters: eine neue Kindheit, eine neue Bewußtseinshaltung, und schließlich eine neue Geburt.

Deshalb ist das Band so mächtig zwischen dem, der so zu sich selbst fand und dem, der dieser Umwandlung und Wiedergeburt vorstand.

So teilte André Nocquet das Leben seines Meisters, schlief in dessen Dojo, fegte die Matte und nahm oft an der einfachen Mahlzeit des Meisters teil. O-Sensei UYESHIBA behandelte ihn auf allen Ebenen mit Härte, körperlich und moralisch, obwohl er ihn verwirrt wußte durch die Fremde, die Nahrung und die Art des Lebens. Mit Härte, aber nicht ohne Güte.

Doch welche Lehre und welches Beispiel! Einige Jahre vergingen in dieser das Alltägliche übersteigenden Umgebung. Als André Nocquet nach Frankreich zurückkehrte, war er von seinem Lehrer ermächtigt zu lehren, mit dem Titel eines Aiki-do-Meisters der Weltzentrale aikikai-so-honbu.

O-Sensei Morihei UYESHIBA hatte in seiner Jugend die Kampfkünste studiert und kannte sie alle. Er kannte auch die grundsätzlichen Prinzipien, die im Judo durch den berühmten Jigoro Kano in Erscheinung traten. Er hat jedoch vor allem die Techniken der Gewaltlosigkeit stärker entwickelt, Techniken, die ohne Gewaltanwendung sicheren Schutz gewähren.

Aber er sagte selbst, daß die Techniken nichts sind, wenn der sie belebende Geist fehlt, wenn das Herz, kokoro, die Liebe, nicht hoch entwickelt ist. Von ihm stammt der bewundernswerte Satz: "Wenn man Euch angreift, schließt den Gegner in Euer Herz." Die Techniken sind nichts anderes als der sichtbare Ausdruck dieses Ins-Herz-Schließens, das seine Quelle in der Liebe hat.

Doch lassen wir nun André Nocquet zu uns sprechen, von seinem Meister, seiner Gegenwart und seiner Botschaft. Er macht es so gut, mit so viel Eifer und Schönheit.

Nur ein Schüler kann von seinem Meister mit dem Respekt, der Dankbarkeit, dem Gefühl, der Bewunderung, der Zärtlichkeit und der Zurückhaltung sprechen, die ihm gebührt, wenn er sich überhaupt dazu bereit findet und die tiefe Scheu überwindet, die bei normalen Menschen tiefe, intime Gefühle verschleiert.

Und André Nocquet ist ein wahrer Schüler, er tritt vor seinem Meister bescheiden in den Hintergrund, und wenn er auch selbst lehrt, widmet er doch alle Ehrungen, die er mit Recht von seinen eigenen Schülern empfängt, allein der strahlenden Erinnerung an seinen Meister. Nur auf diese Weise, wenn man nichts für sich beansprucht, kann man ein wahrer Meister sein oder werden. Das ist die Tradition.

Hoffen wir, daß sich auch bei uns im Abendland, das dazu tendiert abzustumpfen, sich zu mechanisieren und zu entmenslichen, wieder die Kette unvergeßlicher Meister und Schüler bildet. Möge jeder Schüler durch seine Hingabe und sein Vertrauen den Lehrenden helfen, wahre Meister zu werden und seien sie deshalb von heute an wahre Schüler.

J. L. JAZARIN
Präsident des Französischen
Dankkollegiums

Brief von Prof. Itsuo TSUDA an André Nocquet

Tokyo, den 1. Juli 1955

Ich bin sehr glücklich, daß ich Gelegenheit hatte, einer Aiki-Vorführung des alten Meisters selbst beizuwohnen.

Ich bin sehr erfreut, Ihre Bekanntschaft zu machen.

Als ich den alten Meister erklären hörte, konnte ich sein System nicht begreifen.

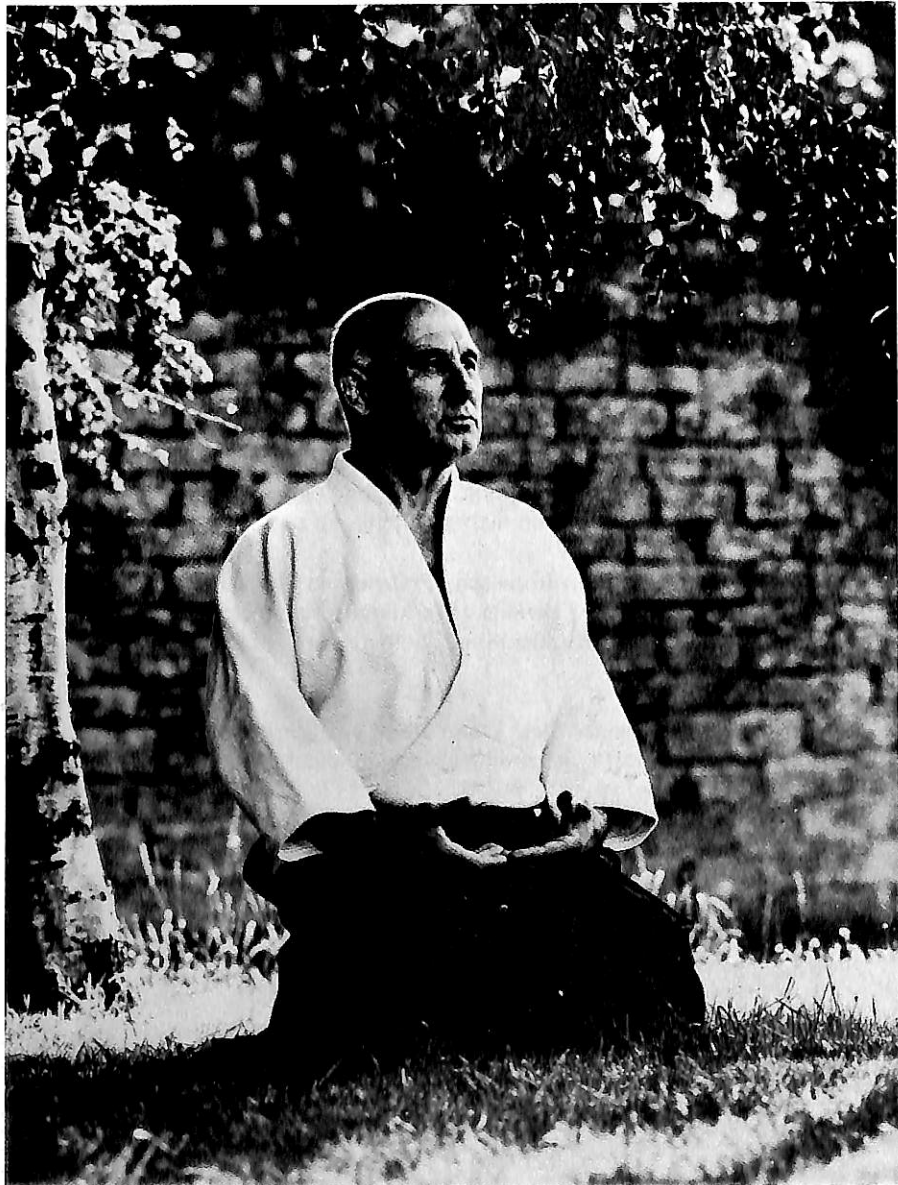
Doch als ich nach Hause kam und ein wenig Muße hatte, kam mir die Einsicht ohne Anstrengung, wie durch Zauberei. Ich glaube jetzt in der Lage zu sein, Ihnen nichts Falsches zu sagen.

Ich glaube, daß keine europäische Philosophie heute in der Lage ist, diese Prinzipien des Friedens zu erklären. Man wird ihnen mit der allgemein üblichen Bezeichnung "Selbstverteidigung" in keiner Weise gerecht.

Man ist geneigt, sie auf diese Weise falsch einzuordnen, wenn man die geistige Seite dieser erhabenen Kunst außer Acht läßt.

Es ist zu wünschen, daß Sie sich nicht nur die Technik aneignen, sondern in ihren Geist eindringen. Sie können Frankreich ein nicht hoch genug zu schätzendes Geschenk einer neuen Welt überbringen.

Mitachtungsvollen Grüßen
Itsuo TSUDA



Jeder Mensch ist sich bewußt, daß ihn der Tod erwartet und daß gegen die Abwendung dieses Schicksals alle Anstrengungen vergeblich sind.

Doch wenn er selbst nur vorüberzieht . . . muß er es auf sich nehmen, in diesem Leben ein Werk fortzusetzen, das Dauer hat.

Ich will nicht in meinen Händen die Fackel verlöschen sehen, ich will sie anderen weitergeben, bevor sie zu Asche geworden ist.

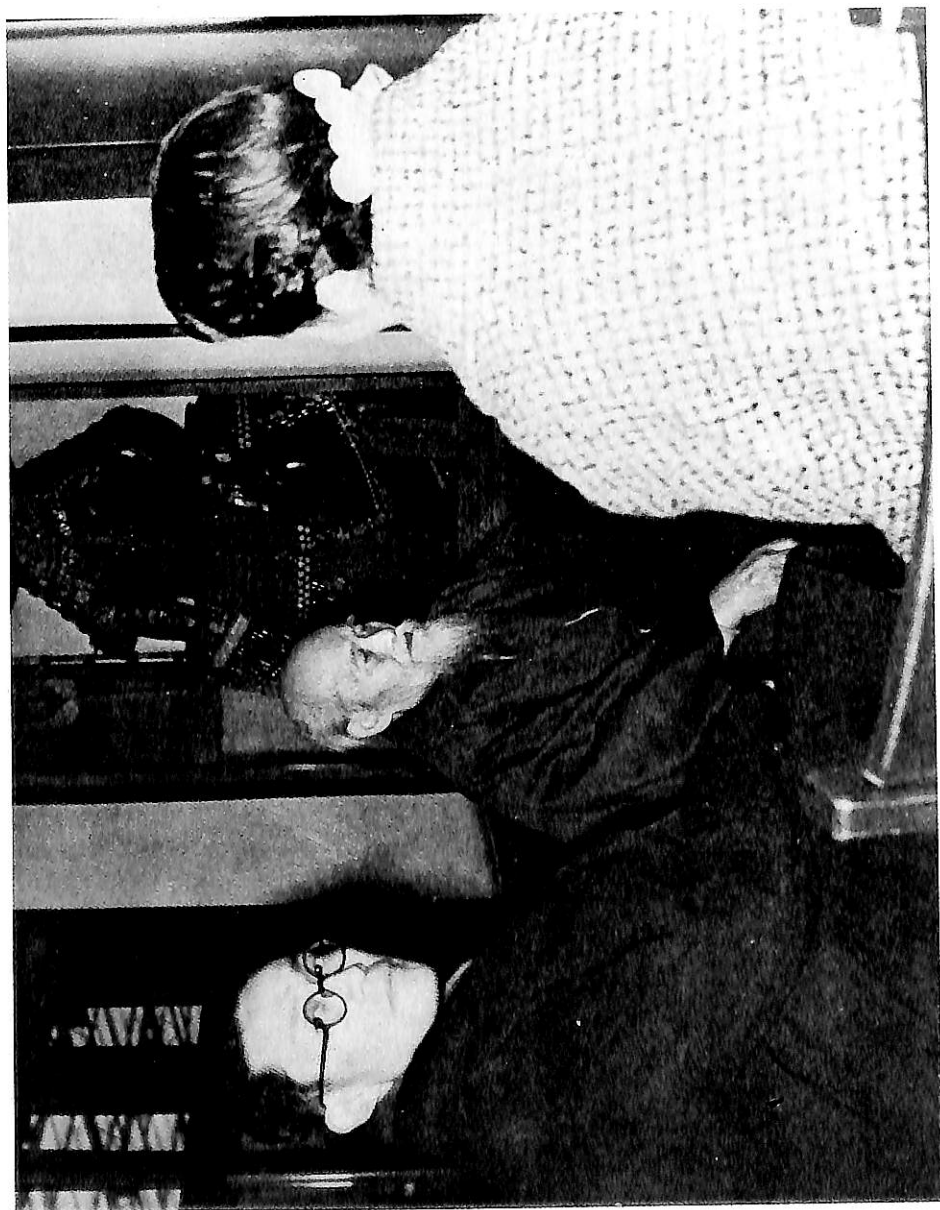
Durch meine eigenen Schüler – und nur durch sie – kann ich hoffen, daß die Flamme weiterbrennt.

Der Meister ist nur Meister, weil er, sich selbst zurückstellend, all sein Wissen seinen Schülern vermittelt und durch sie all jenen, die später kommen werden. Der Schüler ist nur Schüler, indem er sich ganz seinem Meister schenkt.

Wer wollte also bezweifeln, daß all mein Streben beseelt ist von dem Gelübde und dem Willen, dem WEG Unsterblichkeit zu verleihen, wie er gewiesen wurde von

O-SENSEI MORIHEI UYESHIBA ?

A. N.



VORBEMERKUNG

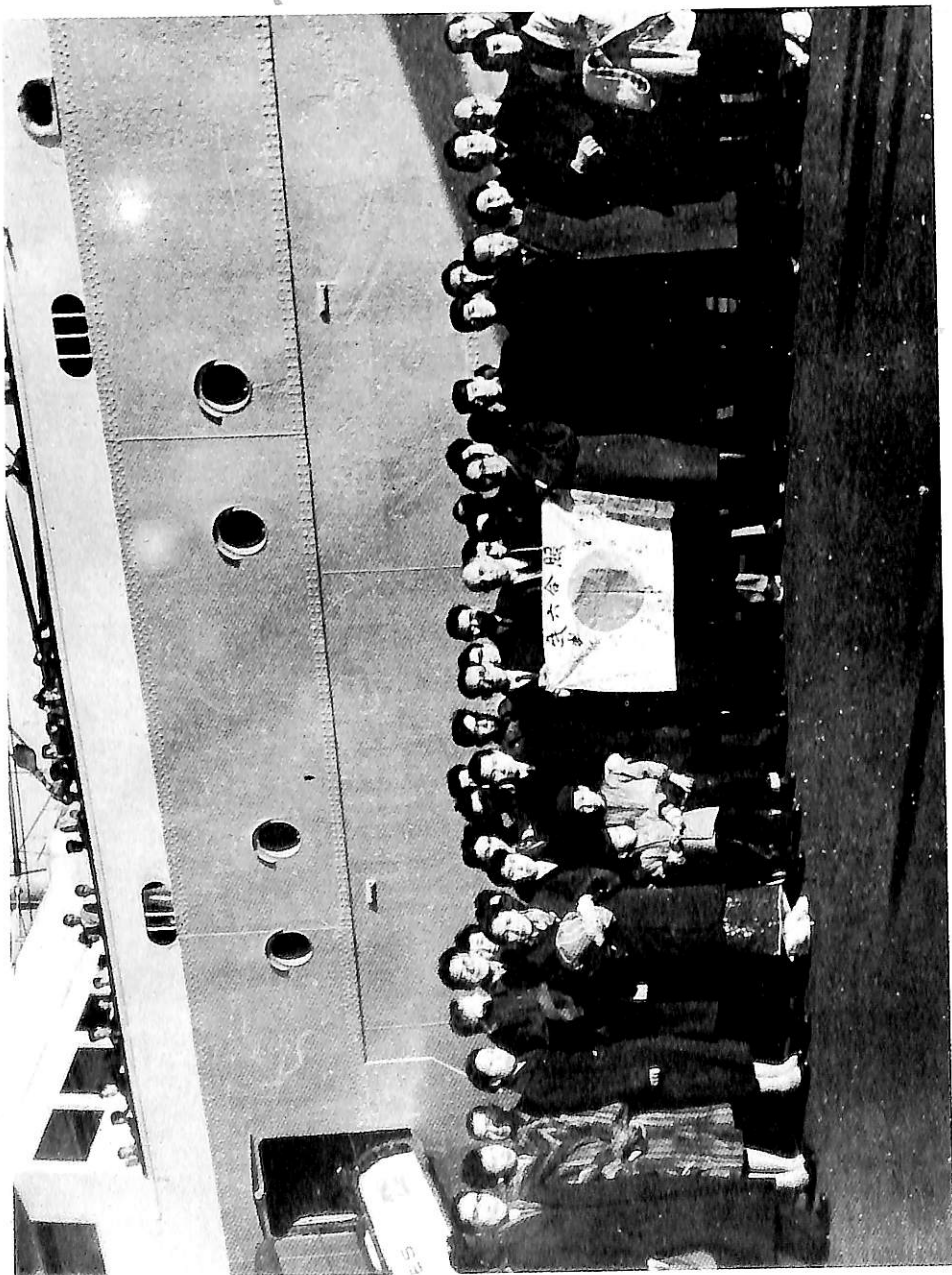
Die folgenden Texte sind Worte des Meisters Morihei UYESHIBA, dessen Schüler und Sprachrohr ich versuche zu sein.

Einige Aussagen stammen auch von meinen eigenen Schülern, sie beruhen aber auf dem Gedankengut des Meisters, dessen Lehre ich ihnen unverändert vermittelt habe.

Deshalb: Sie alle, die Sie den festen Wunsch haben, den Weg des Aiki zu gehen, richten Sie sich ganz und gar nach den Anweisungen, wie sie in dieser Botschaft der Weisheit und Wahrheit überliefert sind.

Und bedenken Sie immer, wenn Sie reines Wasser begehren, geben Sie sich nicht damit zufrieden, zum Fluß zu gehen und das Wasser schön zu finden. Machen Sie sich die Mühe und beugen Sie sich hinab, um Ihren Durst zu löschen.

A. N.



Ich verließ Japan an einem sonnigen Dezembernachmittag des Jahres 1957. Zahlreiche Freunde begleiteten mich zum Hafen von Yokohama, wo mich das Schiff erwartete, das mit Zwischenstation in Hawaii nach San Franzisko fahren sollte.

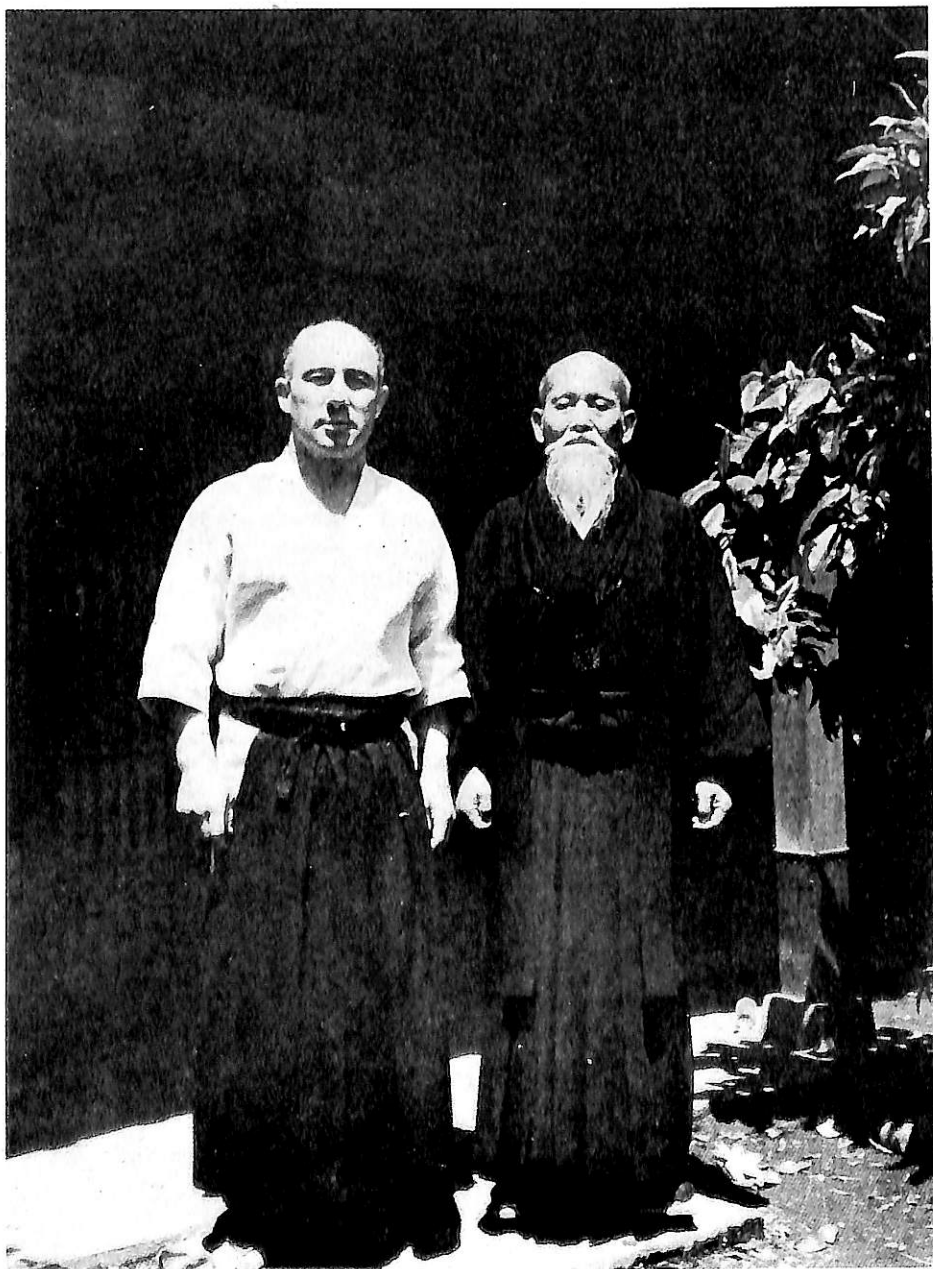
Meister UYESHIBA sagte mir einige Minuten vor der Abfahrt: "Aiki-do ist nicht die Auseinandersetzung zwischen zwei materiellen Kräften, bei der die stärkere naturgemäß gewinnt, sondern die vollkommene Vereinigung zweier völlig entgegengesetzter Geisteshaltungen, bei der die eine, die gütige, siegen wird, indem sie den Gegner erleuchtet."

Während ich über diesen so oft ausgedrückten Gedanken nachdachte, der gerade in dieser Stunde einen besonderen Wert erhielt, verstand ich in dem Moment, als von allen Seiten die *banzai*-Rufe erschallten, daß diese Worte der Wahrheit eine höchste und letzte Unterweisung waren, die Bezeugung einer idealen, meinem Sinn bisher unbekanntem Wirklichkeit.

Als das Schiff die Anker lichtete, sagte ich mir: Wenn dieses Aiki-Prinzip tatsächlich zwischen zwei Gegnern wirkt, muß es dies dann nicht auch zwischen verfeindeten Völkern?

In der heutigen, modern genannten Zeit kämpfen einige große Mächte mit Erbitterung in allen Bereichen des menschlichen Lebens gegeneinander und wetteifern mit den erstaunlichsten technischen Erfindungen.

Erfahren wir nicht jeden Tag aus der Presse, wie die mörderischen Kriegsmaschinen fähig sind, Verzweiflung und Unglück in jeden beliebigen Teil der Erdkugel zu tragen?



Beachtliche Summen werden unter dem Vorwand, die Sicherheit der Völker zu schützen, für Vernichtungswaffen hinausgeworfen, die doch nur relative, materielle Mittel darstellen und in vollständigem Gegensatz zu dem Glück der Individuen stehen.

Ich erinnere mich in diesem Zusammenhang an die unglückliche Erfahrung eines Arztes in einem Schauspiel. Er schuf dank seiner hervorragenden Intelligenz ein Ungeheuer. Er beherrschte aber die gewaltige Kraft seiner Erfindung nicht – zu seinem und der Gemeinschaft Unglück.

Er dachte in seinen Berechnungen nicht an die unvermeidlichen Folgen seiner Entdeckung, durch die eine neuartige, zur Verbreitung von Tod und Schrecken geeignete Kraft ins Leben gerufen wurde.

Das wahre aktuelle Problem ist nicht das Wissen, wie man einen Angreifer um jeden Preis vernichten kann, sondern vielmehr Möglichkeiten zu finden, sich gegen die modernen wissenschaftlichen Entdeckungen zu schützen.

Es gibt in jedem von uns zwei Menschen; der erste – aus Fleisch und Blut – zeigt sich kaum dem Tier überlegen, doch der zweite ist Geist und Leben, und er beherrscht durch seine geistigen Fähigkeiten den ersten.

Er ist es auch, der dem Menschengeschlecht den ersehnten Sieg des FRIEDENS bringen muß.

Scheint es nicht in der Tat vernünftiger, einer durch den Geist überlegenen Nation anzugehören, die ihre Führungsschicht von morgen durch eine enge Verbindung geistiger und körperlicher Bildung formt – was nicht heißen muß, daß sie nicht auch eine geübte und überlegene, durch nichts besiegbare Kraft verfügbar haben kann?

Zweifelloos eine Ausrüstung, die zu besitzen wünschenswert ist, wobei das Interesse nicht darauf gerichtet ist, eine möglichst große Zerstörungskraft zu erwerben, sondern vielmehr darauf, auf die Menschen zählen zu können, die würdig sind, diese Kraft für achtbare Ziele einzusetzen.



Und das ist die Bedeutung des Wortes *budo*. Dieser Ausdruck beinhaltet als tiefsten Sinn den Gedanken der Versöhnung, der Verständigung mit dem Gegner, des auf Stärke und edler Gesinnung beruhenden Friedens.

Dieses Gefühl vollständiger Sicherheit und überlegten Mutes, das man durch die Übung des Budo erwirbt, ist dann ideal, wenn es mit einer moralischen Grundhaltung, religiösem Streben und philosophischer Fundierung verbunden ist.

Aus diesem Grunde studieren wir all diese Budo-Disziplinen, Judo, Aiki-do, Kendo, Karate-do, denn jede dieser Künste vermittelt, beruhend auf Stärke und Sicherheit, vollkommene Selbstbeherrschung.

Man muß an dem wahren Sinn des Wortes Budo festhalten, da man sonst einer Täuschung unterliegt. Letzthin las ich mit Bedauern eine Abhandlung englischen Ursprungs über die japanischen Kampfkünste, deren Autor vor allem den Kampfgeist behandelte, und das ist unrichtig.

Es ist wohlgemerkt nicht notwendig, nach Japan zu fahren, um diesen Geist des Budo zu erwerben, der sehr wohl auch bei uns gepflegt werden kann, doch ich versichere Ihnen, daß das Selbstvertrauen ein unüberwindbares Bollwerk ist, und daß es besonders durch das Budo-Studium gefestigt wird, was nicht heißen soll, daß Budo der Religion überlegen sei.

Ich hatte den Vorzug, nahezu drei Jahre unter der persönlichen Anleitung des Mannes leben und studieren zu können, der Aiki-do erschaffen hat.

Was bedeutet Aiki-do oder Aiki-budo?

Selbst für einen Japaner ist es schwer, rasch eine Erklärung dafür zu geben. Man mißversteht *aiki* und verwechselt es mit *kiai*, dem Kampfschrei.

Ai bedeutet wörtlich *vereinigen*, in Harmonie und mit *ki*, der geistigen, kosmischen Kraft, zusammenfügen.



Aiki-do ist der Weg, seinen Geist mit dem der anderen und mit dem Universum in Einklang zu bringen.

Dies ist das Gesetz der vollendeten Harmonie, welches die unerschütterliche Gewißheit gibt, das der Geist die Materie beherrscht und die brutale Gewalt durch die Kraft des Geistes bezwungen werden kann.

Wenn ein Außenstehender eine Definition verlangt, kann man ihm antworten: Aiki-do ist der Weg, über die tägliche Übung die Gesetze des Zusammenspiels von Körper und Geist zu erforschen, anzuwenden und zu begreifen.

Diese Vereinigung ist unerlässlich, da der Geist seine Kraft durch den Körper ausdrückt.

Diese Grundgegebenheiten sind tief und fest miteinander verbunden, es gibt zwischen Ihnen sehr enge Wechselwirkungen und Wechselbeziehungen. Der Geist ist seiner Natur entsprechend nicht in der Lage, ohne das Hilfsmittel des Körpers irgendeine seiner Tätigkeiten auszuüben.

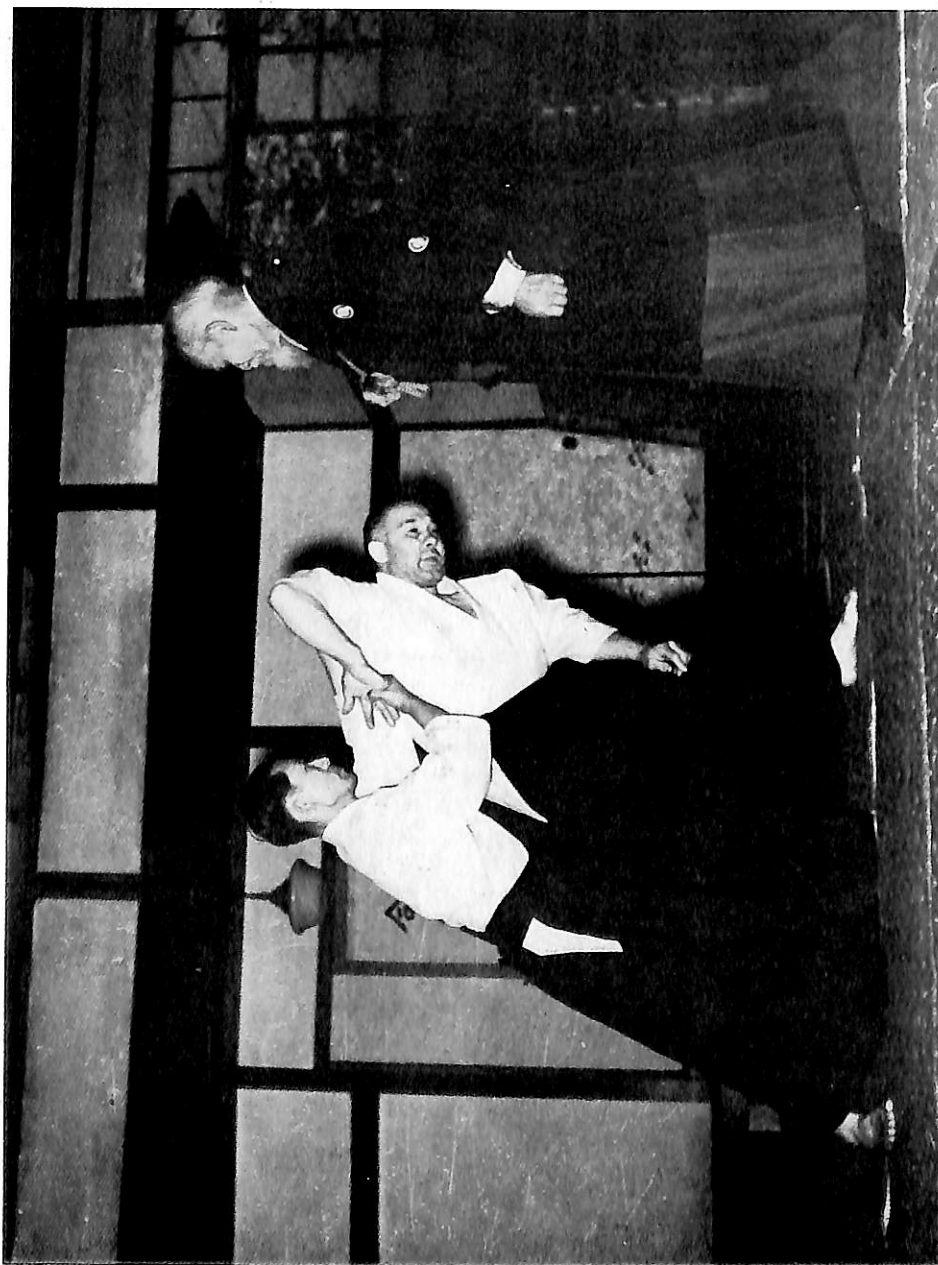
Wie Arminjon sagte: "Er ist wie ein Atemzug, der mangels Stimmbänder keinen Klang erzeugt oder eine Harfe, deren Saiten nicht schwingen und so ohne Ton und Farbe bleiben."

So kann der des Körpers beraubte Geist nicht in Beziehung zur äußeren Welt treten, denn er ist nicht in der Lage, ohne Ohren zu hören oder ohne Augen zu sehen.

Ohne den Körper ist es ihm unmöglich, auf die Materie einzuwirken, die Naturkräfte zu beherrschen, sich von Früchten zu nähren, oder den Duft der Blumen zu riechen.

Wenn der Geist seiner Hauptstütze beraubt ist, wird er unnützlich und einsam, abgeschnitten von jeder Beziehung zur materiellen Welt.

Diese Betrachtungen eröffnen dem aufmerksamen Schüler ein unbegrenztes Feld neuer und bemerkenswerter Möglichkeiten; sie zeigen in beinahe allen Bereichen, daß unser Leben von



unveränderlichen Faktoren abhängig ist, die das gesamte psycho—physische Sein des menschlichen Wesens regeln.

Der Mensch, der durch diesen zarten Mechanismus im Gleichgewicht gehalten wird, erwirbt das, was er vor allem sucht, die vollkommene Freiheit, alles zu erreichen, indem er sich mit außerordentlicher Ruhe über alle Hindernisse hinwegsetzt, und er vermeidet in einer Handlung, die nur eine kleine Anstrengung erfordert, unnötige Energieverschwendung.

Die Grundprinzipien des Aiki-do benutzen die Widerstandslosigkeit, und einer seiner wesentlichen Züge, der es vollkommen von ähnlichen Künsten unterscheidet, ist der, einen Angreifer zu werfen, indem man ihm Gelegenheit gibt, als erster zu schlagen oder zuzufassen. Das erscheint auf den ersten Blick paradox, erlaubt es dem Erfahrenen jedoch, die Absichten des Gegners genau zu erraten und ihn dann auf einen Weg der Gewaltlosigkeit zu führen, wobei er die schwachen Punkte ausnutzt und die eingesetzte Kraft auf den Angreifer zurücklenkt, was diesen zwingt, aufzugeben und oft schon vor der vollständigen Anwendung einer Technik um Gnade zu bitten. Daher kann man sagen, daß das wahre Ziel dieser Übung nicht allein darin besteht, einen Angreifer wenn nötig unerbittlich zu bezwingen, sondern, wie der Meister sagt, *"ihn so zu führen, daß er freiwillig seine feindliche Einstellung aufgibt."*

Die Grundtechniken des Aiki-do erscheinen außerordentlich schnell und präzise, aber die zahlreichen Anwendungsformen dieses Systems werden erst nach mehrjährigem ernsthaften Training wirksam.

Die Anfänger müssen lernen, sich in Drehungen von 180 bis 360 Grad um ihren Partner zu bewegen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren.

Diese Grundschule ist von größter Bedeutung und ermöglicht eine Sicherheit und Leichtigkeit in den Bewegungen, die das Werfen des Angreifers entsprechend den Gesetzen der Schwerkraft begünstigt.

Am Anfang der Ausbildung ist das Training eine stete Suche nach der Erhaltung des statischen und dynamischen Gleichgewichts.



Eine vollkommene Stabilität ist die primär zu erwerbende Grundvoraussetzung, da sie eine Bedeutung ersten Ranges im Gesamtgehoben einnimmt und für die Verteidigung im Ernstfall wesentlich ist.

Einige Vor- oder Grundübungen erfordern außerordentlich präzise Arbeit und dulden keine Mittelmäßigkeit. Sie haben großen pädagogischen Wert hinsichtlich des Bewegungs- und Gleichgewichtsgefühls, der Grundlage nervlich-muskulärer Koordination.

Diese besondere Ausbildung im Rahmen der Aiki-do-Lehre zeitigt als Ergebnis eine große Präzision der Bewegung und in psychischer Hinsicht den Erwerb von Selbstvertrauen, wohlüberlegter Kühnheit, verbunden mit Ruhe und Konzentration.

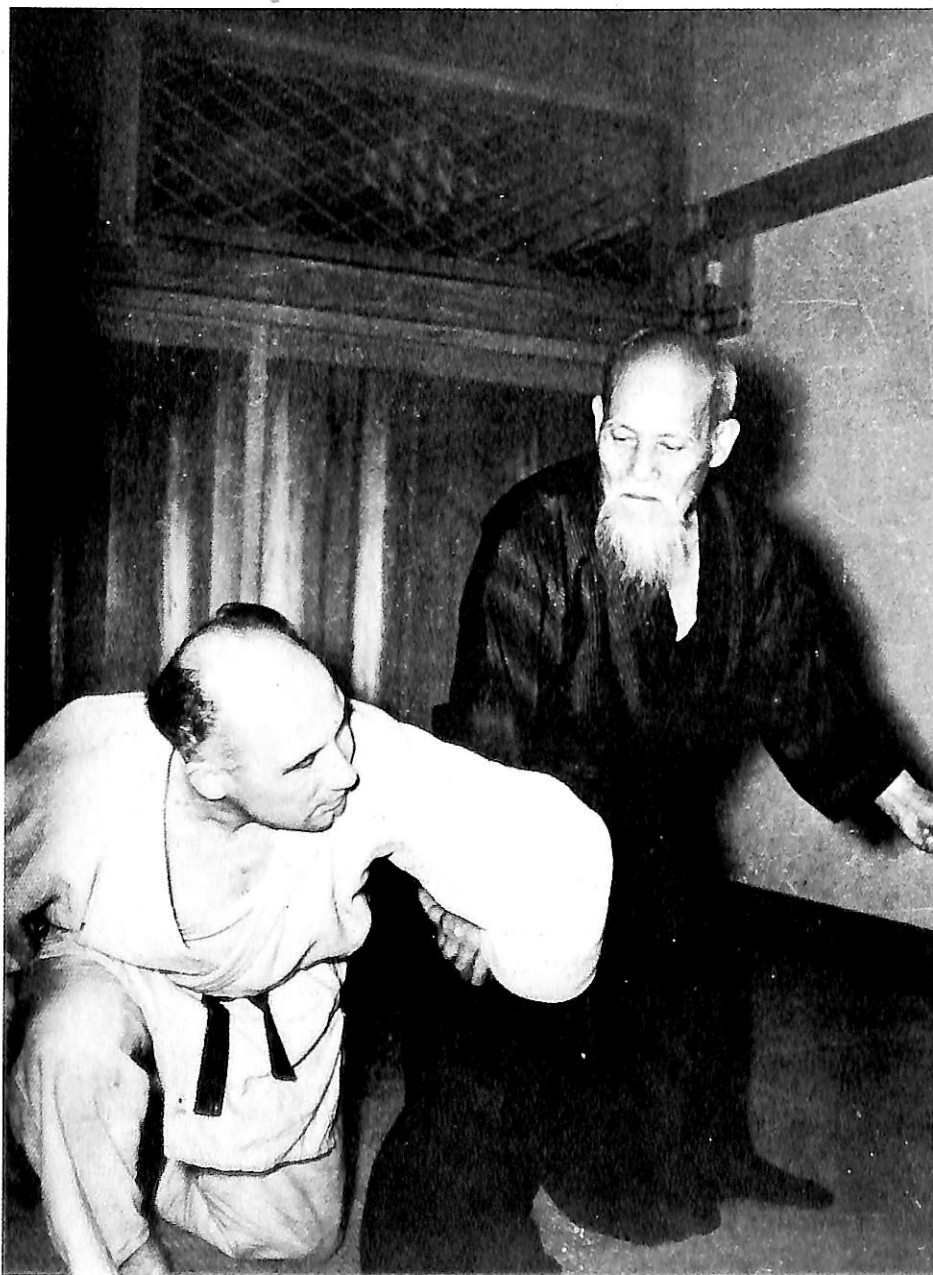
Zusätzlich werden die visuelle Wahrnehmung sowie das Gefühl für die Haltung und die Stellung zum Gegner wesentlich verbessert, was dem Übenden erlaubt, alle Nachteile, die ihm durch die brutale Kraft und die Trägheit des Angreifers entstehen, durch Anmut, Eleganz, Geschmeidigkeit und Gewandtheit auszugleichen.

Der Geist des Aiki-do ist es, den Angreifer zu beherrschen, ohne ihn körperlich zu verletzen, seine Grundbewegung ist das *tai-sabaki*, das drehende Ausweichen.

Das erste Ziel ist hierbei, dem Schlag des Angreifers auszuweichen, wobei dieser nur als eine relative Kraft betrachtet wird. Die Grund-Technik des Aiki-do ist es, diese Kraft dann in ihrer dynamischen Trägheit zu nutzen und sie auf den Angreifer zurückzulenken.

Daher gibt es weder ernste Verletzungen noch ein Kräfteressen, noch Brüche durch Hebeltechniken.

Man muß den Gegner in die Leere hineinziehen, die durch das *tai-sabaki* entsteht, und wenn durch den Verlust des körperlichen Gleichgewichts seine Kraft den Punkt größter Unwirksamkeit erreicht hat, ihn führen und durch eine Bewegung, die der Gefahr, in der man sich befindet, jeweils angemessen ist, werfen oder festhalten.



Einen Menschen bezwingen, ohne ihn körperlich zu verletzen, und vor allem seine aggressive Einstellung zu bezwingen, indem man ihm ihre Nutzlosigkeit vor Augen führt: diese Regel läßt begreifen, bis zu welchem Punkt Geist und Körper im Aiki-do zusammenspielen.

Der Gründer dieser Kunst hielt es im übrigen mit dem Prinzip, daß der Geist den Körper beherrscht, daß aber der Geist nur gesund sein kann, wenn der Körper gesund ist.

Technisch gesehen ist Aiki-do im wesentlichen eine Kunst des Ausweichens und des Aus-dem-Gleichgewicht-Bringens.

Das erfordert mehr als nur große Körperkraft — nämlich den sicheren Blick, um den günstigsten Augenblick zum Handeln zu erkennen, sowie gute Griffsicherheit und Reaktionsfähigkeit. Das Aus-dem-Gleichgewicht-Bringen gelingt nur sicher durch eine im genau richtigen Augenblick an der genau richtigen Stelle ausgeführte Bewegung.

Auf der körperlichen Ebene können die Aiki-do-Bewegungen mit dem Ausschlagen eines Pendels verglichen werden.

Der Gegner, der sich in einen Angriff stürzt, findet sich durch sich selbst in eine Kreisbewegung geführt, bis er die Kontrolle über seine Angriffsbewegungen verliert und so jeder Möglichkeit beraubt wird, sich seiner natürlichen Mittel zu bedienen.

Die Grundprinzipien des Aiki-do bestehen nicht darin, die Gliedmaßen zu brechen oder zu verrenken, sondern sie entsprechend ihrer natürlichen Drehrichtung bis zu der Grenze zu dehnen, wo durch den Schmerz der ganze Körper sein Gleichgewicht verlieren muß.

Die Kunst des Fallens unterscheidet sich von der des Judo.

Der Übende rollt, wenn er geworfen wird, graziös über Hand, Ellbogen und Schulter und erhebt sich augenblicklich.

So ist es ihm jederzeit möglich, sei es beim Training oder im Ernstfall, sich aus einem schmerzhaften Griff zu befreien, eine lebensbedrohende Verletzung beim Sturz auf den Boden zu



vermeiden, oder sich von einem Angreifer freizumachen, um sich anderen zuzuwenden.

Als Kunst des Ausweichens verwundert Aiki-do den Zuschauer oft deshalb, weil die Bewegungen des Verteidigers sich an die des Angreifers anschmiegen. Die beiden Körper scheinen eine gemeinsame Bewegung auszuführen.

Und dies ist auch tatsächlich die Idee des Meisters; ihm zufolge müssen die beiden Kräfte miteinander, und nicht gegeneinander laufen.

Die Wirksamkeit des Aiki-do beruht auf dem Eindruck der Leere, die der Angreifer antrifft.

Er verletzt keinen, schlägt keinen, sondern findet sich in eine wirbelnde Leere hineingezogen.

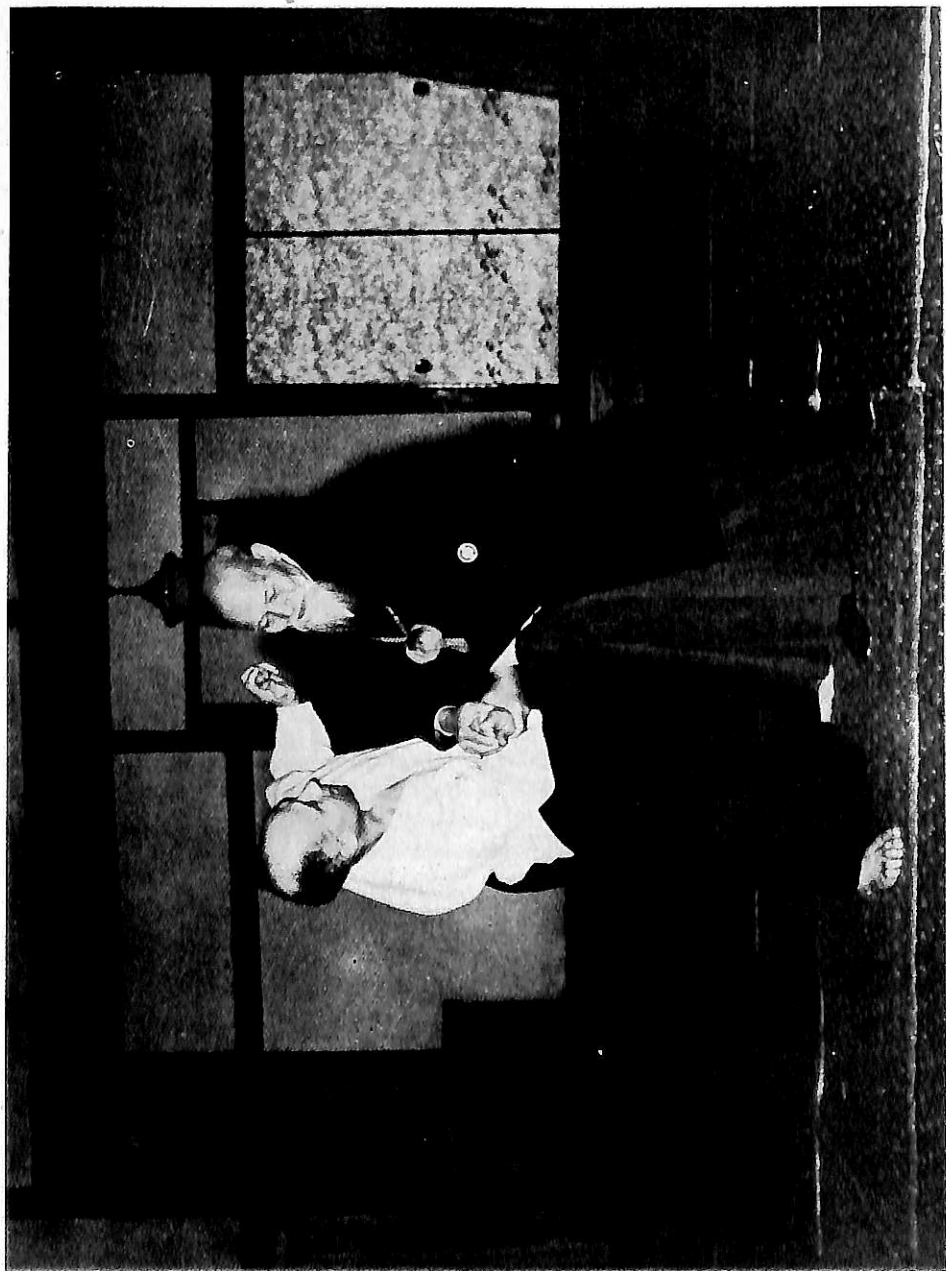
Sie kann aber auch auf dem Einsatz der *atemi* (Schläge oder Stöße) beruhen, die im Aiki-do nicht verboten sind.

Entsprechend der Intensität des Angriffs kann Aiki-do den Angreifer mit sehr wirksamen Techniken treffen, da das *atemi* im allgemeinen in dem Augenblick erfolgt, in dem sich der Körper des Angreifers im Ungleichgewicht befindet.

Da Aiki-do ganz wesentlich eine Kunst des Ausweichens ist, in der man dem Angriff des Gegners zuvorkommt, wird es möglich, sich gegen mehrere Angreifer zu verteidigen, denn der Geist und die Verteidigungsbewegung sind nicht auf einen einzigen Angreifer beschränkt.

Die Kreisbewegungen erlauben es, sich einem Angriff zu entziehen, um sich sofort einem zweiten zuzuwenden.

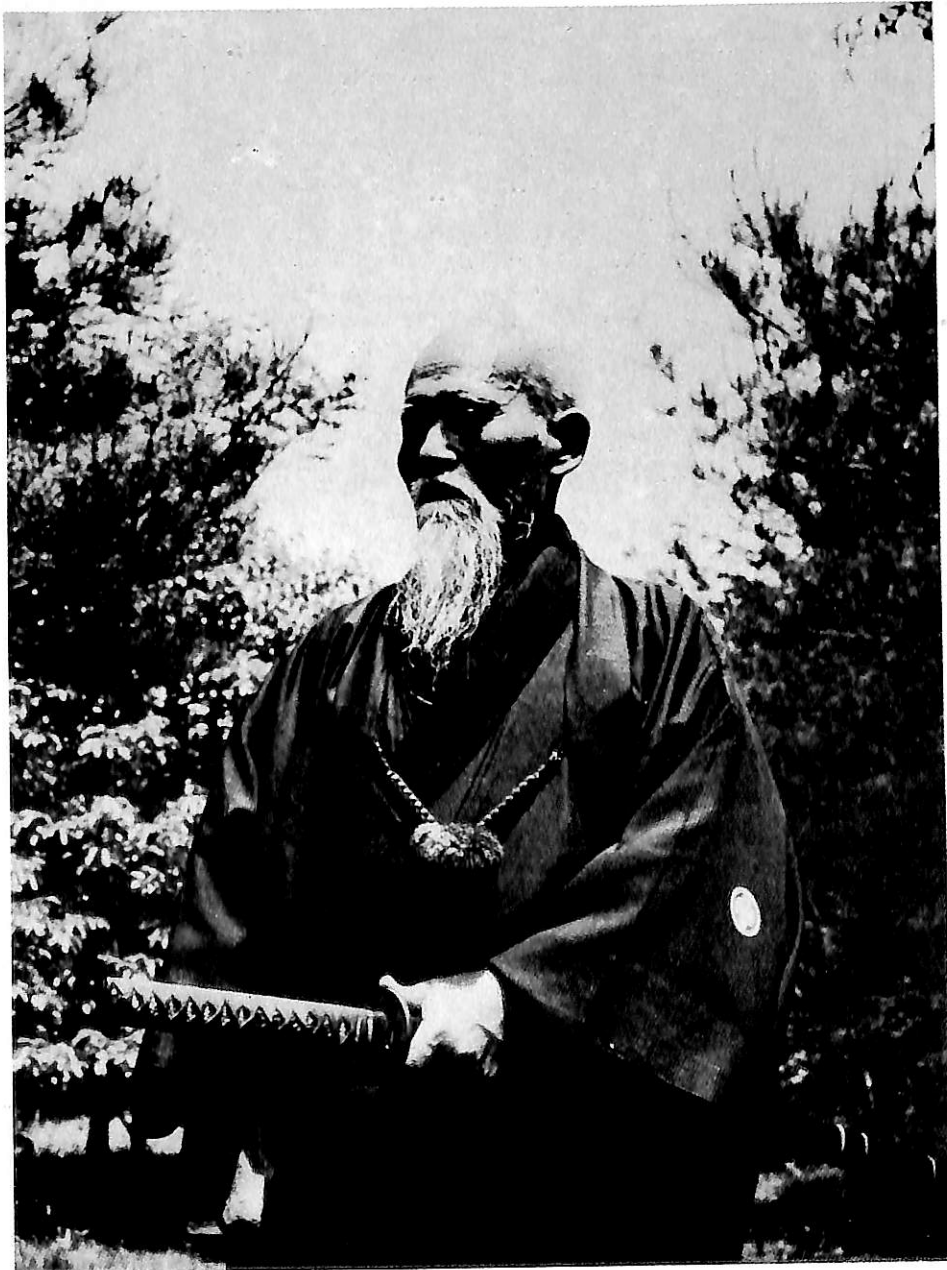
Aiki-do ist aus all diesen Gründen die angemessenste Selbstverteidigung für den, der nicht Gewalt gegen Gewalt setzen will und der die Vielzahl körperlicher und seelischer Vorteile, die er daraus ziehen kann, richtig einschätzt: vollkommene Gesundheit, Selbstvertrauen und dauerhaftes Glück.



**WER IST
MEISTER UYESHIBA ?**

*Das Licht
im Innern des Erleuchteten
erleuchtet die ganze Welt*

Log. 24 – E.T.



Dieser japanische Meister hat in seiner Jugend alle Kampfkünste Japans und des Fernen Ostens geübt. Er hatte das Ziel, ein anerkannter Spezialist aller Formen der Selbstverteidigung zu werden.

Durch seine vielfältigen Erfahrungen, die er sich im Laufe seiner Wanderreisen durch Japan als junger Mensch erwarb – und er interessierte sich für jede Form des Kampfes – hatte er sich eine große Urteilskraft erworben.

Sie hat ihm ermöglicht festzustellen, daß die meisten der bestehenden Kampfkünste darauf abzielen, die Aggressivität des Gegners zu zerstören, indem sie den Gegner selbst vernichten.

Diese Feststellung bewog ihn zu überlegen, ob darin nicht ein Mangel läge. Diesen Mangel erblickte er darin, daß die geistige Grundlage dieser Kampfkünste die Gewalt war.

Er beabsichtigte daher eine Philosophie der Gewaltlosigkeit zu entwickeln und eine Kampfkunst auf der philosophischen Grundlage der Gewaltlosigkeit zu schaffen: und diese Kampfkunst als technische und geistige Synthese aller Kampfkünste, die er so gut kannte, ist Aiki-do.

Der Grundgedanke des Meisters ist es, die Angriffslust des Gegners zu zerstören, indem man ihn fühlen läßt, daß sie nutzlos ist.

Es handelt sich also nicht mehr einfach um eine Kampftechnik, sondern um die geistige Beherrschung der Angriffsabsichten eines Menschen und deren Bekundungen.



Gewaltlosigkeit bedeutet für den Meister nicht Passivität.

Die Gewaltlosigkeit beinhaltet sehr oft eine extrem männliche Handlung, deren Beweggrund aber die Nächstenliebe ist.

Es handelt sich nicht darum, den Angriff abzuwarten, um den Angreifer unschädlich zu machen, sondern vielmehr darum, ihm verständlich zu machen, daß sein Angriff unnützlich und geistig gesehen widernatürlich ist, da er im Gegensatz zur Nächstenliebe steht.

Bis zu seinem Tod hat Meister UYESHIBA täglich Aiki-do geübt, Schüler ausgebildet und immer die Prinzipien angewandt, die bei der Erschaffung dieser Kunst Pate gestanden haben.

Seine Verbreitung im Westen verdankt Aiki-do zwar insbesondere seinem Wert als wirksamer Selbstverteidigung.

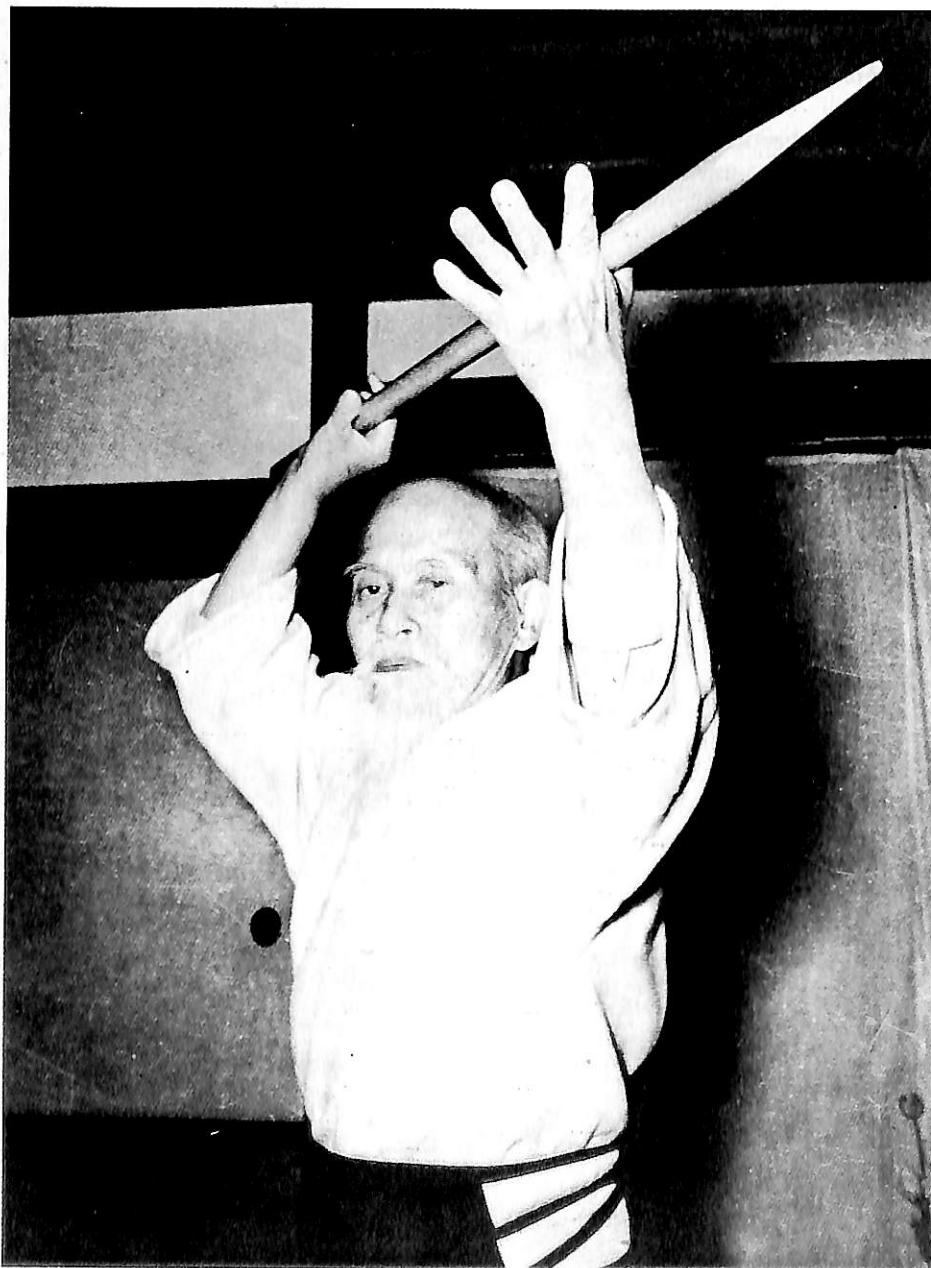
Jedoch der Meister und all jene, die in dieser Kunst ein gewisses Niveau erreicht haben, erklären übereinstimmend, daß der Selbstverteidigungsaspekt sekundär ist, und daß ihr wahrer Wert auf der geistigen Bedeutung als Übung und Mittel zur Selbstverwirklichung beruht.

Ich bemühe mich, Ihnen hier den verborgenen Sinn der Lehre des Aiki-do-Gründers zu entdecken.

Um Ihnen diese Botschaft zu verdeutlichen, lassen wir einen Augenblick den großen Sumo-Experten TENRYU, Leiter der Budovereinigung der Mandschurei und Präsident der Abteilung Sumo, hier sprechen.

Er sagt: "Mit meinem Titel und einer ausgezeichneten persönlichen Verfassung war ich oft in Versuchung, überheblich und stolz zu werden. Aber gerade damals machte ich jene entsetzliche Erfahrung, die mein Selbstbildnis augenblicklich zerstörte.

Es war im April des 14. Jahres der Ära Showa (1939), als sich folgendes ereignete:



Die Mandschurei hatte eine öffentliche Veranstaltung zu den Kampfkünsten organisiert und die besten japanischen Experten eingeladen.

Im Laufe der Vorführungen und Wettbewerbe entdeckte ich eines der außergewöhnlichsten Geheimnisse des Bu-jutsu, das mich vollständig meiner Mittel beraubte.

Das war genau im Augenblick der Vorführung des Meisters Morihei UYESHIBA, des großen Aiki-jutsu-Experten.

Damals hatte Meister UYESHIBA bereits die Sechzig überschritten, und er erschien mir auf den ersten Blick wie ein ganz gewöhnlicher alter Herr.

Plötzlich sagte er zu mir: "Kommen Sie doch, es mit mir ein wenig zu versuchen!"

Aufgrund meiner großen Kampferfahrung dachte ich mir, daß ein solcher Gegner nicht zu fürchten sei und fragte mich: "Was wird der wohl können?"

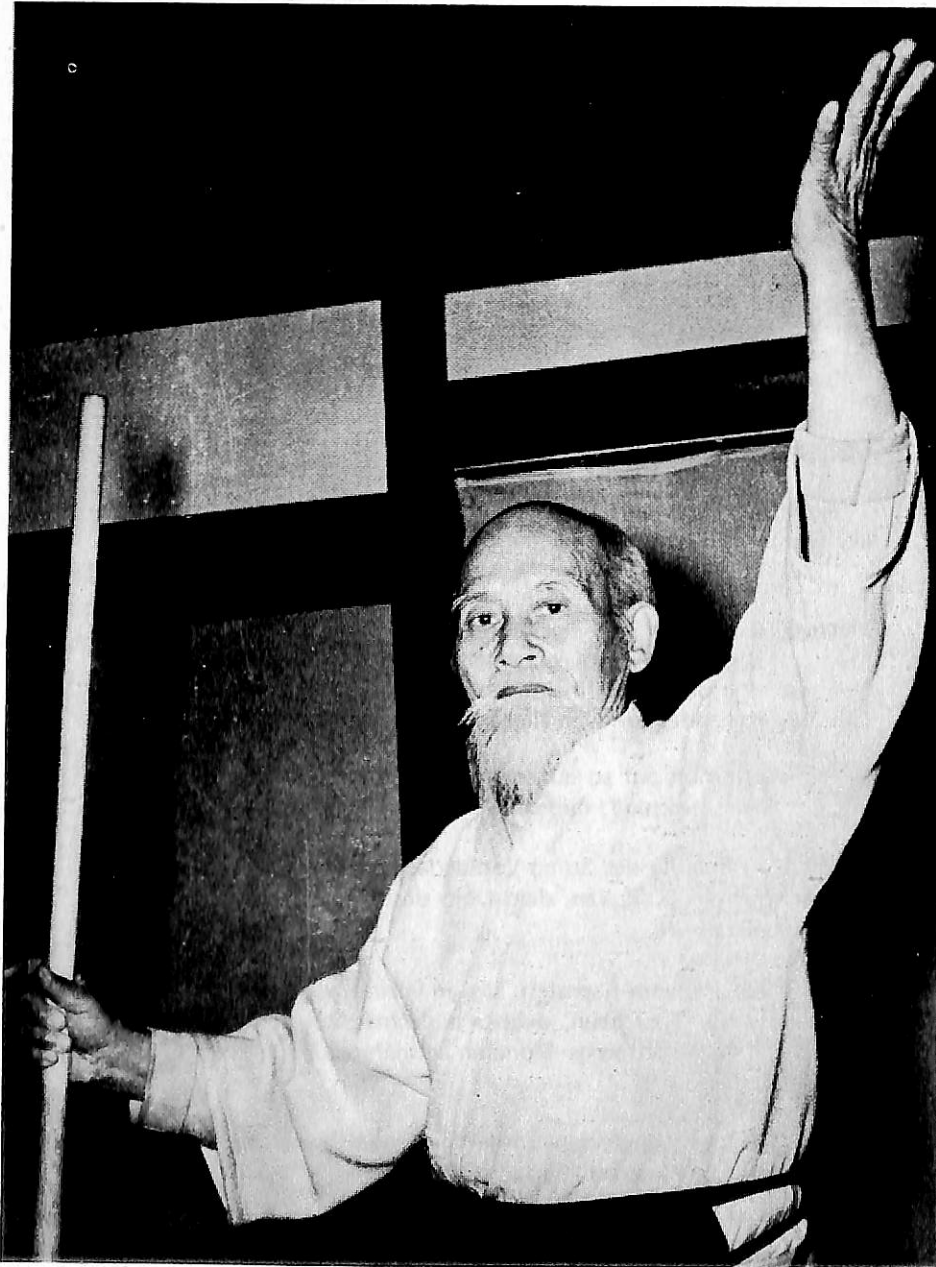
Doch sobald ich die eigentümliche Berührung des Armes von Meister UYESHIBA spürte, stellte ich zu meiner großen Überraschung fest, daß mein ganzer Körper nicht mehr in der Lage war zu handeln und ich aller meiner Mittel beraubt war.

Ich wurde nun auf so außergewöhnliche Art geworfen, daß ich auf der Stelle beschloß, diese unvergleichliche Kunst zu studieren.

Mit Zustimmung des Sumo-Verbandes ging ich nach Tokyo und schrieb mich im Kobukan, dem Dojo des Meisters UYESHIBA in Wakamatsu-cho, ein.

Ich beschloß, vom nächsten Tag an vormittags und nachmittags mit Begeisterung zu üben, denn ich dachte, ich könne das, was andere mit Mühe in sechs Monaten aufnehmen konnten, in zwei Monaten lernen.

Die Anfänge waren außerordentlich mühevoll und mit dem Sumotraining nicht zu vergleichen.



Am sechsten Tag wurde ich auf der Matte ohnmächtig, und ich muß gestehen, daß es mir auch nach dieser langen Zeit noch nicht möglich ist, jemandem zu erklären, worin diese seltsame, Aiki-budo genannte Kunst besteht.

Was ich beschreiben kann, ist die außerordentliche Eleganz der Bewegungen, von denen eine unvorstellbare Kraft ausgeht, die nicht gänzlich erfaßbar ist.

Erfahrungsgemäß hat die physische Kraft die Tendenz, mit zunehmendem Alter abzunehmen, aber nach dem, was ich glaube verstanden zu haben, nimmt die geistige Kraft zu und gelangt zu ihrer vollen Reife.

Nun, werden Sie mich fragen, was bedeutet diese Kunst nun genau, die Sie Aiki-budo nennen?

Einige halten sie für die Essenz der Kampfkünste überhaupt, andere versichern, daß sie die beste Methode der Selbstverteidigung ist, andere ordnen sie als eine Philosophie ein, die es ermöglicht, Körper und Geist zu läutern.

Für andere wieder ist sie gleichzeitig eine Kampfkunst, ein Tanz und eine Methode, die Gesundheit zu bewahren.

Alle diese Definitionen sind zulässig, doch Meister UYESHIBA drückt sich anders aus: für ihn ist "Ai" gleich LIEBE.

Eine Schwierigkeit der japanischen Schrift besteht nämlich in der Mischung von chinesischen Schriftzeichen und der japanischen Silbenschrift (*katakana* und *hiragana*). Die Schriftzeichen sind keine Buchstaben, sondern Symbole, die jedes ein Wort, eine Idee oder einen Begriff bezeichnen. Verschiedene Schriftzeichen können die gleiche Aussprache (Umschreibung in Silbenschrift) haben.

Meister UYESHIBA faßt die Bedeutung von "Ai" (Harmonie) mit einem anderen chinesischen Schriftzeichen "Ai", welches bedeutet: Reine Liebe, Zuneigung."



**WORTE
DES MEISTERS
UYESHIBA**

*Mit dem Netz fängt man Fische,
nimm die Fische und vergiß das Netz.
Mit der Falle fängt man Hasen,
nimm die Hasen und vergiß die Falle.
Mit Worten drückt man Gedanken aus,
nimm die Gedanken und vergiß die Worte.
Wo finde ich einen Menschen,
der die Worte vergißt,
auf daß ich mit ihm reden kann?*

CHUANG-TSU



Da "Ai" (Harmonie) identisch ist mit "Ai" (Liebe), habe ich beschlossen, mein einzigartiges Budo *Aiki-do* zu nennen, obgleich das Wort "Aiki" sehr alt ist.

Das Wort allerdings, wie es seinerzeit von den Kriegen gebraucht wurde, entspricht einer völlig anderen Auffassung.

Aiki-do ist der Weg der Harmonie zwischen Mensch und Universum.

Entfernt die Schmutzflecken, entledigt Euch der Schmutzhüllen Eures Geistes. Öffnet Euch dem Lauf des Himmels und erstrahlt in seinem Licht!

Öffnet Euren Körper dem Göttlichen Geist.

Laßt dieses Licht leuchten in der Dunkelheit, die Euch umgibt. In den alten Schriften ist überliefert: Der Sonnenstrahl tritt ganz natürlich in den Raum, wenn die Tür geöffnet wird. Das gleiche gilt für die Waffenkunst. Doch das genügt nicht, das Licht muß dringen durch Türen, durch Mauern, durch Felsen, durch alles.

Der Geist des Aiki-do ist es, die LIEBE zu beschützen.



Aiki-do ist der Weg des Friedens. Die Verwirklichung der LIEBE.

Es gibt die gute und die schlechte Liebe. Aiki-do beschützt die gute, und wir versuchen, uns beim Vorwärtsschreiten auf dem rechten Weg zu läutern.

Aiki-do ist vollkommen verschieden von den anderen Kampfkünsten.

Die meisten von diesen wurden zu Wettkampfsport, und ihr einziges Ziel ist der Sieg.

Siegen oder verlieren oder sich in der Technik messen ist nicht das wahre Budo.

Wahres Budo kennt keine Niederlage.

Aiki-do ist die Widerstandslosigkeit, und da es keinen Widerstand leistet, ist es immer siegreich.

Aiki-do befaßt sich mit dem Universum – und das ist die wichtigste Sache in der Welt – aber es ist keine Religion. Man kann allerdings sagen, daß Aiki-do einen Punkt mit der Lehre Christi gemein hat – die LIEBE.

Sie ist aller Dinge Anfang und Ende.

Die LIEBE ist das Leben des Universums selbst.

Man muß sie beschützen. Wir alle können Aiki-do ausüben, wenn unser Geist einmal geläutert ist.



Aiki-do ist eine Sache des Herzens.

Wir müssen ein reines Herz und einen gesunden Geist erwerben.

Glücklich der Mensch mit der Einfachheit des Herzens, denn er wird die WAHRHEIT finden.

Das ist Aiki-do.

Nichts einfacher als das. Aber man muß es sorgsam bewahren.

Die Welt ist wie ein großes Haus, und wir alle bilden eine Familie.

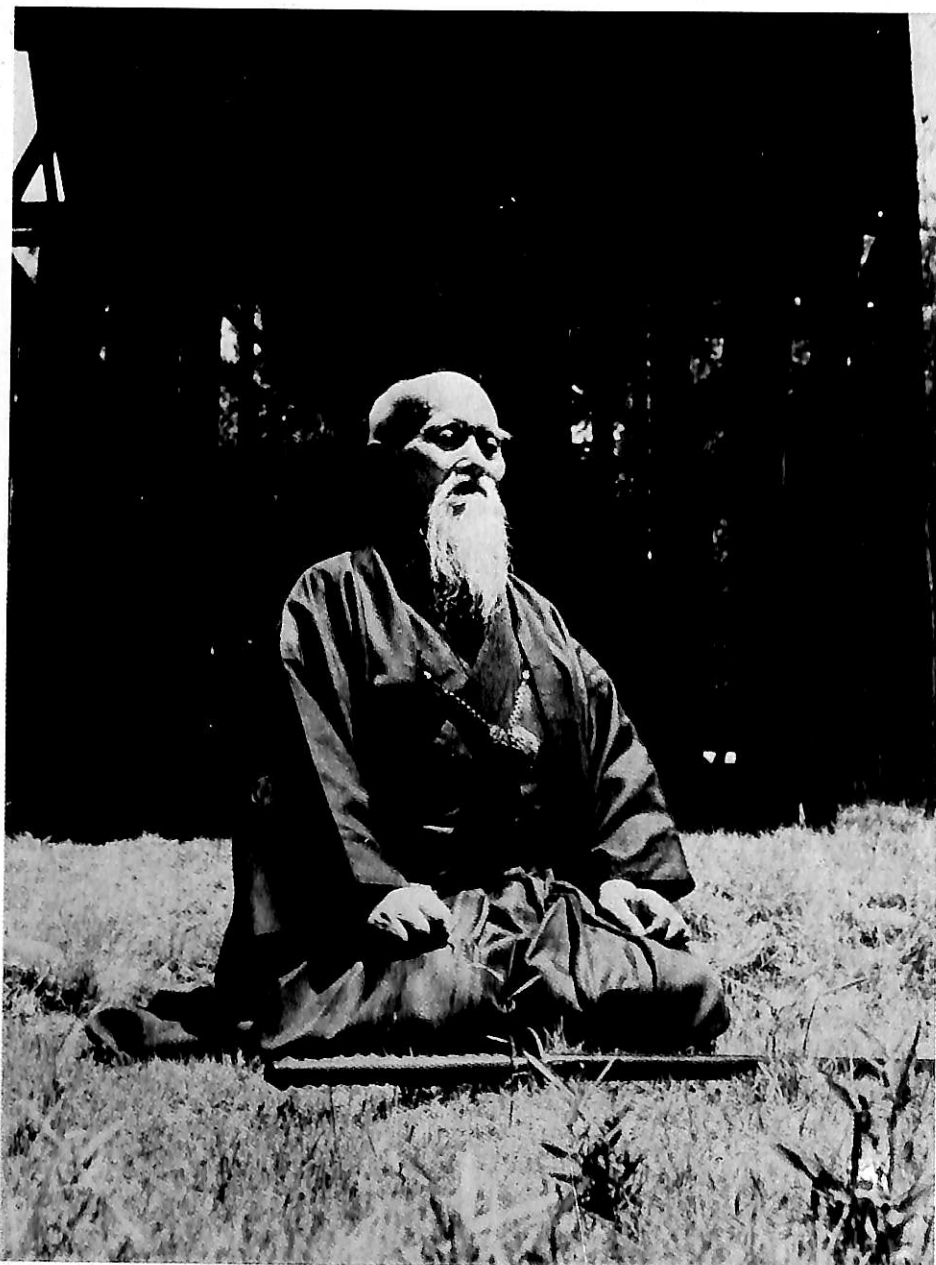
Aiki-do ist das ganze Universum, darum ist es voller Leben.

Jeder kann es verstehen, daher üben es viele Menschen.

Es ist der Weg, um sich gut zu verstehen.

Der Bau dieser Welt ist großartig. Wir müssen so handeln, daß sich der friedvolle Zustand des Himmels auf der Erde widerspiegelt, indem wir eine vereinte Familie bilden und miteinander in Frieden leben.

Aiki-do ist ein Zirkel, mit dem man das Gebäude dieser Welt entwerfen kann, eine natürliche Schöpfung, die auf den Ursprung der Erscheinungsformen der Materie und des Geistes hinweist.



Denn der Geist schützt den Körper.

Unsichtbar regelt er das Verhalten jedes einzelnen, ohne ihn zerfiele das Universum.

Es gibt die Techniken des Aiki-do, um den Körper gegen eventuelle Angreifer zu verteidigen.

Folgerichtig müssen jene, die sie studieren wollen, sich wohl betragen.

Das Wesentliche ist die LIEBE. So als besäße jedes Volk eine Angriffsarmee für wohltätige Zwecke.

Sein Vaterland verteidigen heißt, es durch LIEBE verteidigen. *Das Prinzip ist, niemals anzugreifen.*

Die ganze Welt beruht auf LIEBE, ohne die sie eines Tages zerfiele. Wenn jeder den anderen liebt, wird er aufrichtig – und Glück beruht in dieser Welt auf Aufrichtigkeit.

Allein durch sie wächst und entwickelt sich die Welt, verändert sich und strebt dem Unendlichen zu.

Die Kunst des Aiki-do begründet einen wunderbaren Weg auf Erden.

Sie schließt die gesamte Wirklichkeit der menschlichen Natur ein, und der Lehre entsprechend folgt die Gegenwart aus der Vergangenheit und trägt in sich die Zukunft.



Das ist der Weg der Umwälzung, der Revolution, wie er dem Menschen gegeben ist, und alle, die Aiki-do ausüben, müssen diesen Pfad beschreiten, der uns dann seinen tiefen Sinn erschließt.

Wenn der Gegner angreift, wenn sozusagen das "Materielle" zwischen zwei Menschen sich offenbart, gewinnt gewöhnlich der physisch Stärkere. Das ist ein relativer Sieg; doch im Aiki geht es darum, den absoluten Sieg der Widerstandslosigkeit, des Mutes, der Intelligenz, der Liebe und der Brüderlichkeit zu erringen.

Wahre Selbstverteidigung ist nicht allein das Erlernen und Anwenden körperlicher Techniken, sie ist vor allem die völlige Veränderung des Geistes.

Man muß das Bewußtsein verändern. Ein paar Techniken und ein starker Körper genügen nicht. Das sind nur Hilfsmittel im Dienste des Geistes.

Im Anfang war die Urkraft, die wir *ki* nennen.

Diese Kraft ist als Laut oder "Wort" in Erscheinung getreten und hat die Welt, in der wir leben, erschaffen.

Folglich ist unser Leben ein Teil des Universums, und jeder von uns, selbst der Schwächste, besitzt *ki*, das heißt, eine große innere Kraft, die ihm von Geburt an gegeben ist.



Die rhythmischen Bewegungen, die ich von Lauten begleitet ausführe, zeigen, wie ich in jeder meiner Handlungen kosmische Energie aufnehme und abgebe.

Versteht die Bedeutung der Laute und bezieht sie in die körperlichen Aiki-do-Techniken mit ein!

Wenn Euch jemand angreift:

Blickt nicht in seine Augen, sonst wird Euer Geist durch sie gefesselt. Blickt nicht auf sein Schwert, sonst werdet Ihr von ihm vernichtet werden.

Blickt ihn nicht an, damit Euer Geist nicht zerstreut wird!

Das wahre Budo beruht auf dem Erwerb einer Anziehungskraft, mit der Ihr den ganzen Körper des Angreifers führt.

Geht also hinein, ohne zu zögern! Durch Euer *tai-sabaki* steht der Angreifer vor dem Nichts, durch das Ausweichen Eures Körpers verliert er augenblicklich sein Gleichgewicht, seine bösen Absichten Euch gegenüber werden auf der Stelle unwirksam, sein Selbstvertrauen und seine körperlichen Kräfte verlassen ihn.



Genau in diesem Augenblick hat der Angreifer jedes Gefühl verloren und ist schwach geworden — das ist der Moment der eigentlichen Aiki-Handlung. Euer Geist ist voll von *ki*, dieser gekonnt erfaßten und konzentrierten kosmischen Kraft. Er wird so unwiderstehlich und entfaltet seine ganze Wirkung. Denn durch Eure kreisförmige Rückzugsbewegung habt Ihr einen ausgezeichneten körperlichen Stand erreicht und könnt den Angreifer mit Leichtigkeit kontrollieren, der jetzt von allen Aggressionsgedanken frei ist und gleichzeitig sein körperliches Gleichgewicht verloren hat.

Er wird nun versuchen, sich wieder aufzurichten, und Ihr dürft diesen Versuch nicht stören, wenn Ihr ihn gleichzeitig zu Boden führt, um ihn unwiderruflich zu bezwingen.

Im Aiki ist führen gleich werfen, aber werfen ist auch führen!

Wenn Ihr stark werdet im Aiki, füllt Ihr den schwachen Punkt des Angreifers, bevor er es aus eigenem Willen tun kann. Ihr setzt also die Technik am schwachen Punkt an.

Erkennt den schwachen Punkt — das ist der Weg der Kampfkunst! Euer *ki*, Euer Atem muß mit dem des Universums übereinstimmen.

Ihr könnt so den Geist des Angreifers in dem kurzen Moment seiner Schwäche ändern.



Der wahre Weg der Kampfkunst besteht nicht allein darin, den Feind unschädlich zu machen, sondern vielmehr darin, ihn so zu führen, daß er freiwillig seine feindliche Einstellung aufgibt.

Wenn Ihr seiner ansichtig werdet, schließt ihn in Euer Herz, dadurch könnt Ihr seine Handlungen erraten und seinen Schlägen nach rechts oder links ausweichen.

Wenn Ihr ihn in Euer Herz schließt, könnt Ihr ihn den Weg führen, der Euch vom Universum gewiesen wurde.

Das Ziel des WEGES der Kampfkunst ist die FREUNDSCHAFT.

Übt derart, daß Euer Geist mit allem, was auf Erden lebt, eins wird. Dann könnt Ihr den Angreifer derart lenken, daß er Euch angreift, wie Ihr es wollt und daß Ihr ihn werft, indem Ihr dem Schlag ausweicht.

Wenn Ihr gut übt, seht Ihr den Angreifer bereits geworfen, bevor er Euch angegriffen hat, und Ihr macht einfach die geeignete Bewegung, damit er so fallen kann, und er fällt.

Wenn Ihr einer Vielzahl gegenübersteht, betrachtet sie wie einen einzigen Angreifer, und wenn es ein einziger ist, betrachtet ihn wie eine Vielzahl.

Schwertschläge und Gegenhiebe, Linke und Rechte, laßt dies alles!



Geht voran, ohne zu zögern! Bleibt ruhig, wie immer auch die Umstände seien, und haftet nicht am Leben noch am Tod.

Wenn Ihr die Unterscheidung zwischen Leben und Tod überschreitet, könnt Ihr den rechten WEG selbst dann immer finden, wenn Eure Sache zu 99 % verloren ist.

Man muß diese Dinge beim Üben im Kopf behalten.

Kümmert Euch nicht um Bücher über Aiki-do, denn sie können nicht die Essenz dieser Kunst und ihren geistigen Aspekt fühlbar machen.

Der WEG der Kampfkunst ist in Worten und Schriften nicht zu fassen. Er entzieht sich dem Intellekt. Findet die Erleuchtung, statt unnütz zu sprechen.

Jene, die mit dieser Lehre nicht übereinstimmen, können nicht in Harmonie mit dem Universum sein.

Ihr Budo ist das der Zerstörung.

Ihr Budo ist nicht schöpferisch. Deshalb, sich in der Technik messen, gewinnen oder verlieren, ist nicht das wahre Budo.

Wahres Budo kennt keine Niederlage, denn niemals besiegt werden bedeutet, niemals zu kämpfen.



Siegen bedeutet, über den Geist der Uneinigkeit in Euch selbst zu siegen.

Ihr habt unrecht, wenn Ihr glaubt, Budo bedeute Gegner und Feinde zu haben, stark zu sein und sie zu vernichten.

Im wahren Budo gibt es weder Gegner noch Feinde. Wir brauchen nur einen bereiten Geist, um dem Frieden aller Menschen in der Welt zu dienen, und nicht den Geist desjenigen, der stark sein will, oder der allein deshalb übt, um einen Gegner zu schlagen.



**EINE KALLIGRAPHIE
VON
MEISTER UYESHIBA**

Diese spontanen Pinselstriche stammen vom O-Sensei.

Sie bezeugen die geistige Realität seines Wesens und vermitteln mir, selbst nach unserer Trennung, seine höchste Unterweisung, seines Geistes Hauch.

Der Pinsel, den er ohne abzusetzen führte, drückte die ganze Lebenskraft seines Unbewußten aus, das der tiefen Quelle entsprang, wo alles mit der schöpferischen Kraft eins wird.

金言集道子書卷

正勝

WER HERR IST SEINER SELBST
UND SICH SELBST ÜBERSTEIGT

題

UM DES WAHREN SIEGES WILLEN

金剛道之書卷

吾勝

IST DES SIEGES GEWISS

走勝速日

金剛道主書



MEISTER UYESHIBAS TECHNIK

Ich bin die Leere selbst

O-Sensei Morihei UYESHIBA

*Wer eine Leere machen könnte aus
sich selbst, leicht zu durchdringen
für die anderen, wäre Meister
aller Situationen.*

nach LAO-TSU



Die Wirksamkeit der Technik des Aiki-do-Gründers war derartig, daß sie ihm eine über jeden Zweifel erhabene Kraft verlieh.

Wenn er sie vorführte – und meist begleitete er sie mit einem *kiai* – vermittelte sie den Eindruck, daß ein wahrer Wirbelsturm von seinem Wesen ausging und in seine Spirale alles hineinzog, was ihn umgab.

In diesem Stadium der Aiki-Handlung gab es weder Gegner noch Angriff, noch Verteidigung.

Man wohnte einer Folge von Handlungen bei. – doch in Wahrheit gab es nur eine einzige.

Der Laut, den er ausstieß, der *kiai*, war der erste Schritt zu seinem Rhythmus, zu seiner Bewegung.

Klänge und Schwingungen waren für ihn eine Ekstase besonderer Art und ließen Aiki-do als ein System vollständiger Einheit von Gedanken, Worten und Handlungen erscheinen.

Aus diesem Grunde übte jede Handlung des Meisters einen wohlthuenden Einfluß auf jeden aus, der seinen Demonstrationen beiwohnte. Sein einziges Ziel war die Suche nach höchster Geistigkeit. Seine Technik war nicht die Zurschaustellung seiner persönlichen Begabung, sondern durch den Eindruck, den sie in den Schülern hervorrief, ließ er sie die Technik aus ihren Wirkungen begreifen, mit einem Wort aus dem mitmenschlichen Verhalten, zu dem sie die Übenden anleitete.



Hatte doch sein Gesichtsausdruck etwas Einnehmendes, was ihm schnell die Herzen seiner Schüler öffnete.

Das Wissen, das sich hier ausdrückte, die Tugenden, die ihn über jeden Zweifel erhaben machten, erweckten sofort die Sympathie eines jeden, der sich dem Streben nach Wahrheit verschrieben hatte.

Die große Kunst setzt das Streben nach hohen Zielen voraus. Meister UYESHIBA, der Gründer dieser Disziplin, war ein Künstler, dessen technische Formen in Schönheit erstrahlten, denn er hatte die Gabe, seinen Geist offen zu halten für das Licht und die Inspiration.

Mit mehr als 85 Jahren scheute er weder Entbehrungen noch Ermüdung und Mangel an Schlaf, noch eifersüchtige Feindschaft oder ungerechte Kritik, da er mit natürlicher Selbstverständlichkeit seinen Verstand allem Großen offen hielt: sein Herz war zugänglich für alle großmütigen Gefühle und sein Geist allem Enthusiasmus aufgeschlossen.

Während meiner Lehrzeit bei Meister UYESHIBA wurde mir klar, daß der Geist sich über die Materie erheben kann, um seinen Glanz allseits erstrahlen zu lassen.

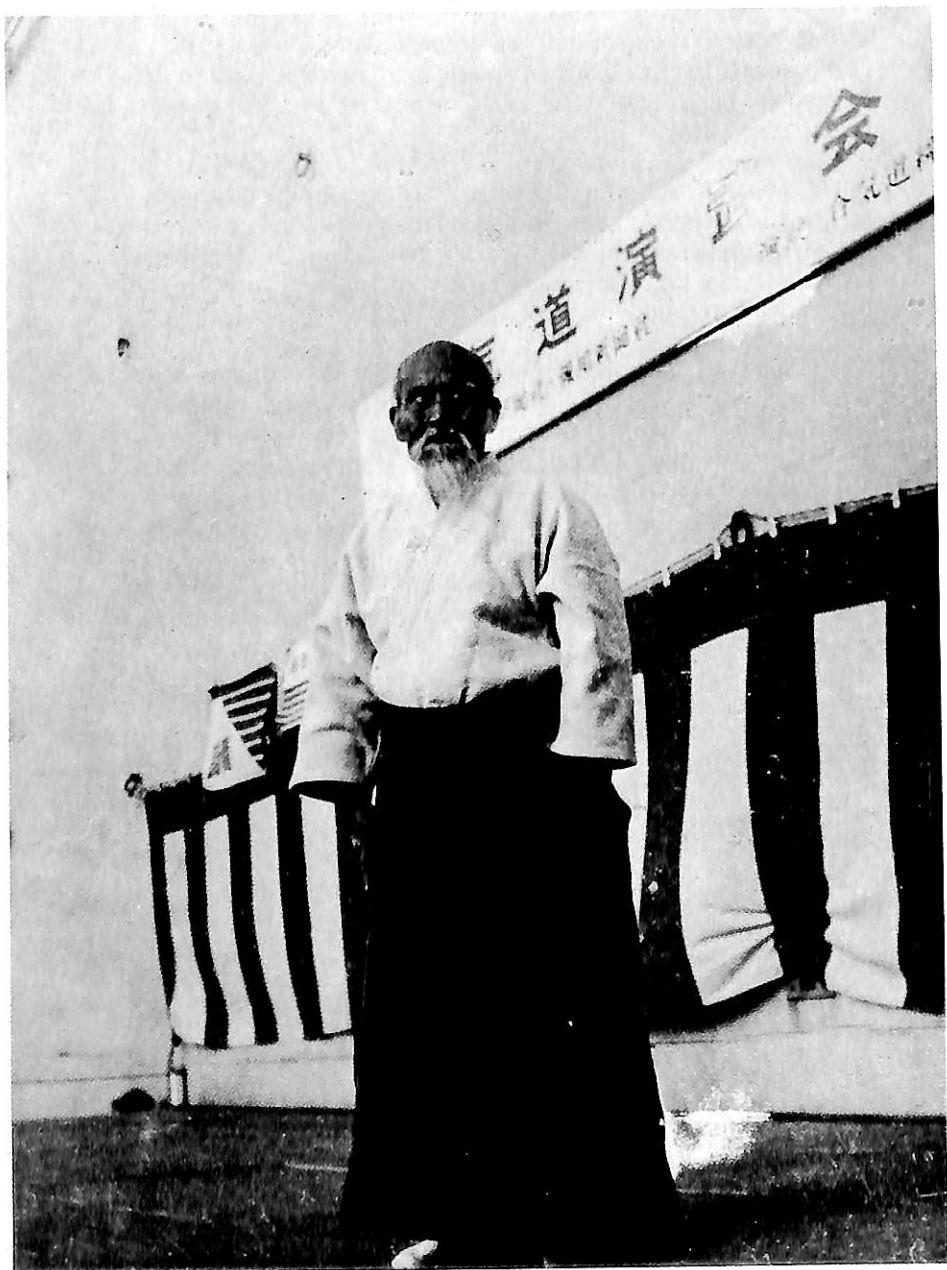
Geblendet durch dieses Licht wurden die Gegner, so schien es, durch die moralische Häßlichkeit ihrer schlechten Absichten entmutigt.

So verstanden kann das *do*, der WEG des Aiki-do dem Krieger ebenso helfen, sein Schwert zu gebrauchen wie dem Musiker seinen Bogen, dem Baumeister seine Wasserwaage, dem Dichter seine Feder und dem Maler seinen Pinsel.

In dieser Darstellung über die Technik des Meisters halte ich es für richtig, die Lehre des berühmten Mönches TAKUAN über die Schwertkunst zu zitieren.

Denn Meister UYESHIBA pflegte in der Tat zu sagen:

"Eure Schwerthand oder Faust muß in ihrer Bewegung Yin und Yang vereinen."



**DIE LEHRE DES MÖNCHES
TAKUAN**

*Die Wahrheit wird nur
durch die Vereinigung
der Gegensätze erreicht.*

Kakuzo OKAKURA



“Worauf es in der Schwertkunst am meisten ankommt“, sagte Takuan, “ist eine bestimmte geistige Haltung zu erwerben, die da heißt “unbewegte Weisheit“.

Diese Weisheit erreicht man intuitiv nach langer praktischer Übung.

“Unbewegt“ bedeutet nicht starr, schwer oder leblos wie ein Fels oder ein Stück Holz.

Es bedeutet den höchsten Grad an Beweglichkeit um ein unbewegtes Zentrum. Der Geist erreicht den höchsten Grad an Unbeschwertheit und kann seine Aufmerksamkeit überall hin richten, wo es nötig ist, nach links, nach rechts, in alle Richtungen.

Wenn die Aufmerksamkeit durch das Schwert, mit dem der Feind Euch bedroht, beschäftigt und beansprucht wird, verliert Ihr die beste Gelegenheit, die nächste Bewegung selbst auszuführen.



Ihr zögert, Ihr denkt, und während dieses Überlegens bereitet sich der Feind darauf vor, Euch zu töten. Es geht darum, ihm diese Gelegenheit nicht zu bieten. Es genügt, wenn Ihr der Bewegung des Schwertes in den Händen des Feindes folgt und darauf achtet, daß Euer Geist frei bleibt, seine eigene Gegenbewegung zu machen, ohne daß Eure Gedanken dazwischentreten.

Ihr ändert Eure Stellung, wenn der Gegner es tut, und das wird seine Niederlage bewirken.

Dies – man kann es als die geistige Haltung der Nichteinmischung bezeichnen – bildet das wichtigste, das lebenswichtige Element in der Fechtkunst wie im Zen.

Wenn zwei Handlungen nur um Haaresbreite getrennt sind, gibt es eine Unterbrechung. Bei einem Handschlag löst sich der Schall ohne einen Augenblick der Verzögerung.

Der Schall wartet nicht noch denkt er, bevor er entsteht. Es gibt nichts Zwischengeschaltetes, ein Geschehen folgt dem anderen ohne Unterbrechung durch den bewußten Geist.

Wenn Ihr den Gegner bereit seht, Euch zu töten, und Ihr zweifelt oder denkt darüber nach, was man tun sollte, so räumt Ihr das Feld, das heißt, Ihr gebt ihm eine gute Chance, Euch einen tödlichen Hieb zu versetzen.



Laßt Eure Verteidigung dem Angriff ohne einen Moment der Stockung folgen, dann gibt es keine zwei getrennten Momente, genannt Angriff und Verteidigung.

Das Unmittelbare Eurer Handlung wird dem Gegner unvermeidbar die selbst verursachte Niederlage bringen.

Das ist wie ein Boot, das sanft durch Stromschnellen gleitet, im Zen wie in der Schwertkunst. Ein Geist, der weder zögert noch stehenbleibt, noch sich einmengt, wird hoch eingeschätzt.

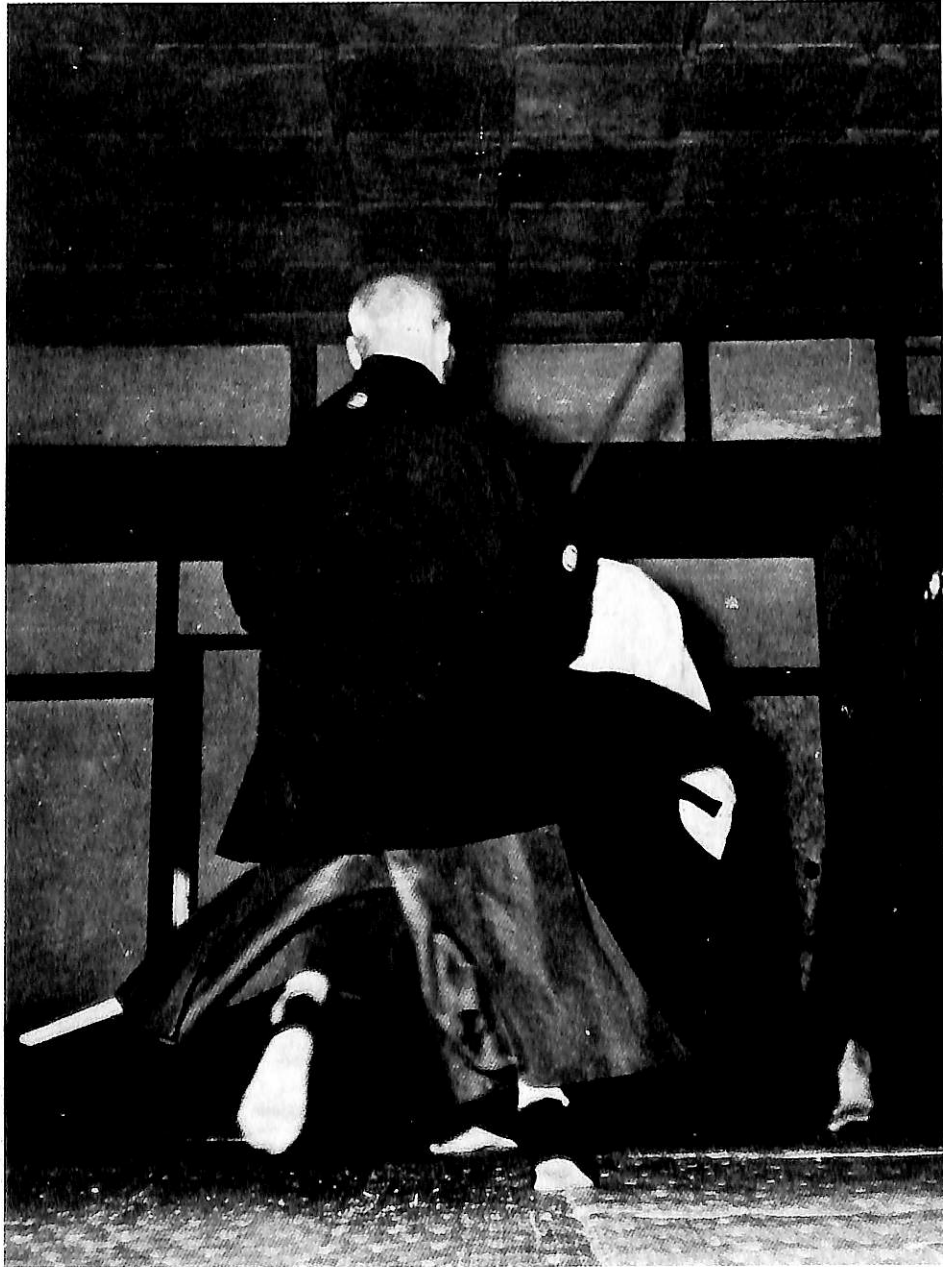
Man spricht im Zen oft vom Aufblitzen, den Funken beim Aufeinanderschlagen zweier Feuersteine. Wenn man das im Sinne von Schnelligkeit versteht, begeht man einen schweren Fehler.

Es gilt vielmehr die Idee der Augenblicklichkeit im ununterbrochenen Fluß der Lebensenergie.

Wenn man an einer Stelle eine Stockung zuläßt, die nicht in ursächlichem Zusammenhang mit den gegebenen Umständen steht, kann man sicher sein, die eigene Position zu verlieren.

Das bedeutet wohlgerne nicht, daß man bestrebt sein solle, die Dinge rasch oder in kürzestmöglicher Zeit zu erledigen.

Wenn Ihr dieses Bestreben habt, bedeutet dies allein schon eine Stockung.



Dieses Leben der Nicht-Stockung, des Nicht-Unterbrechens, von dem man sagt, es sei zur Meisterschaft in der Schwertkunst notwendig, ist ein Leben der Nicht-Anstrengung und des Nicht-Verlangens.

Als Kunst gesehen ist es eine Kunst der Nicht-Kunst. Das Gesetz des Nicht-Handelns bewegt alle Dinge.

Die Jahreszeiten kommen und gehen, und alle Dinge sind in Fluß.

Einfach weil die Achse sich nicht bewegt, drehen sich die Speichen.

All dies versucht zu zeigen, daß der Schwerpunkt des Lebens unbewegt bleibt und daß, wenn man dies verstanden hat, alle Handlungen des Lebens, seien sie künstlerischer, dichterischer oder religiöser Art, im ruhigen Studium oder in intensiver Aktivität, einen Grad der Selbstverwirklichung ermöglichen, der sich in vollkommener Weise in Leben und Handlung ausdrückt."



AIKI-DO

IST EINE SACHE DES HERZENS

O-Sensei Morihei UYESHIBA

Setze Dich zur Besinnung still in eine dunkle Ecke und befließige Dich das zu tun, was ich Dir jetzt sage: Erhebe Deinen Geist über alle nichtigen und vergänglichen Dinge. Neige dann Dein Kinn auf die Brust und richte das Auge Deines Körpers wie auch den ganzen Geist auf die Mitte Deines Bauches. Unterdrücke dann die Atmung, die durch die Nase geht, so daß Du nur noch schwer atmen kannst und dringe geistig ins Innere Deines Körpers, um die Stelle des Herzens zu finden.

Anfangs wirst Du auf Finsternis und hartnäckige Undurchsichtigkeit stoßen. Doch wenn Du weiter übst, wirst Du, o Wunder, eine grenzenlose Seligkeit finden. Denn sobald der Geist ins Herz eintritt, sieht er, was er niemals zuvor gesehen hat.

Er sieht sich selbst, vollkommen lichtvoll und von Einsicht erfüllt. Und von nun an hat ein aufkommender Gedanke nicht Zeit, Form anzunehmen, da er ihn sofort verfolgt und in nichts auflöst.

Symeon der Neue Theologe
(ca. 949 – 1022)



Die in diesem Buch abgebildeten dynamischen Bewegungen des Meisters erläutern den vorangegangenen Text.

Das ist der "Sieg des Augenblicks"!

Die großen Kenner wissen von der Schönheit in den präzisen Strichen des Tuschpinsels, in der Perfektion eines Judowurfes und in der Genauigkeit eines Blumengestecks.

Diese Schönheit ist gleichzeitig Ausdruck und Frucht einer geistigen Wachsamkeit, die sich aus einer offenen Haltung der Natur gegenüber und einer inneren, geistigen Disziplin herleitet, die sich für viele in der Tatsache zeigt, daß in Japan Kunst selten etwas Zufälliges ist.

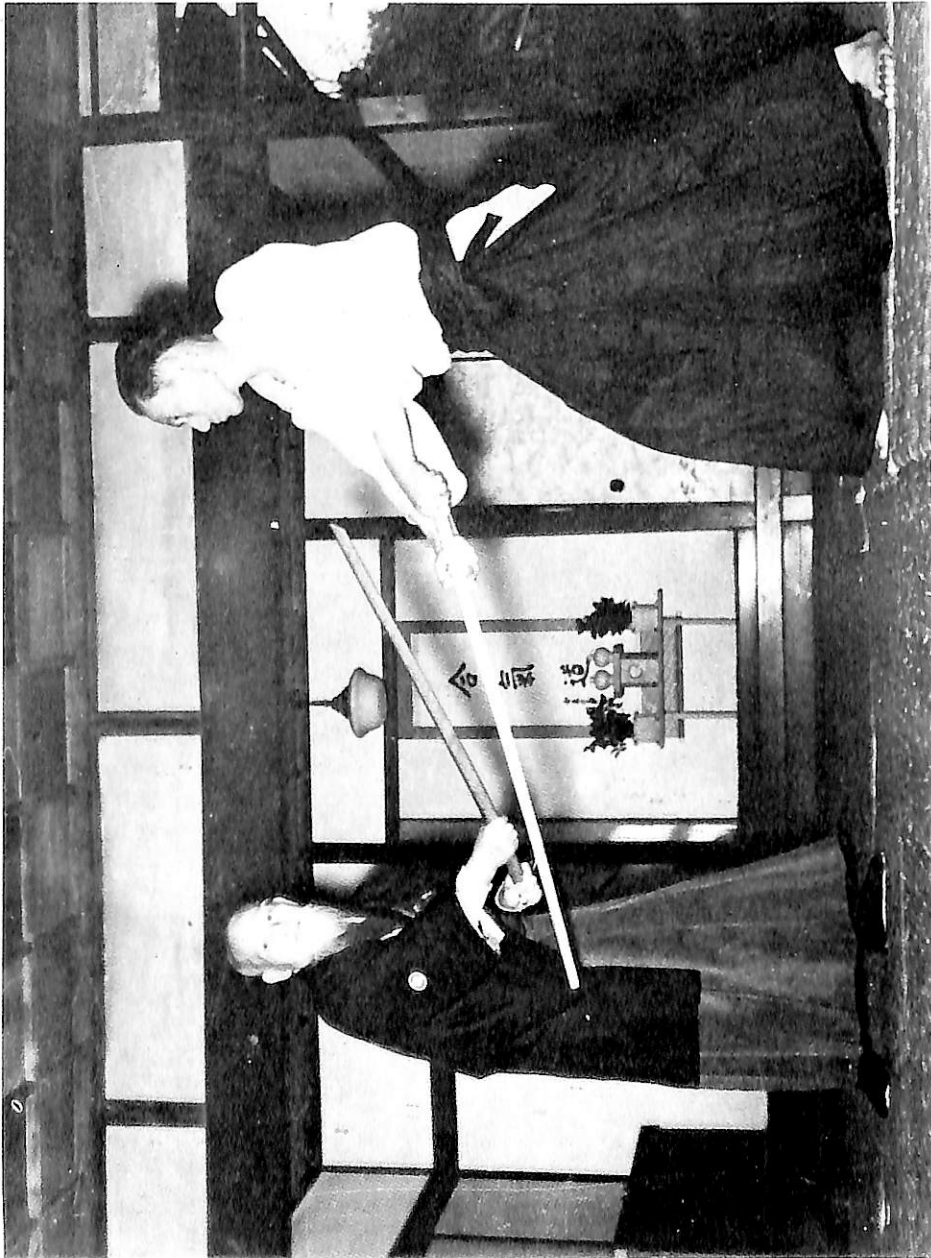
Der Tuschzeichner reibt zunächst seinen Tuschstein zwei Minuten in der Schale.

Diese Zeit dient nicht nur dazu, die gewünschte Intensität des Schwarz zu erhalten, sondern auch zur Konzentration. Der Künstler versetzt sich in die richtige Bewußtseins- und Gefühlslage, damit sein Pinselstrich ausdrucksvoll und entschlossen wird.

Im Sumo sind die ersten Minuten der Begegnung dem rituellen Stampfen gewidmet, wie im Kendo eine vollkommene Unbeweglichkeit eingenommen wird, bis das *ki* beider Partner ineinander fließt. Dann erst prallen sie im Kampf aufeinander.

Im Kyudo ist der wichtigste Augenblick der, in dem sich der Pfeil löst.

In der Musik, beim Flötenspiel, Stille . . . dann der richtige Ton. Diese durch *ki* geschaffene Intensität des Ausdrucks heißt *ma* oder *kidan*.



Obwohl das Wort nicht übersetzbar ist, kommt *ma* durch den leeren Raum, der *nage* (den Werfenden) von *uke* (dem Geworfenen) trennt, zum Ausdruck.

Das Wesen von *ma* kann nicht in Worte gefaßt werden, denn es ist ein Mysterium.

Und dennoch ist es eine Realität, auch wenn sie nicht sofort sichtbar ist.

Trotz der technischen Perfektion, die Meister Uyeshiba in Anwendung des Gesetzes von Yin und Yang erreicht hatte, ließ ihn das Bestreben, seine Technik zu verbessern, ständig neue und für weniger geübte Geister unbegreifliche Verbesserungen entdecken. Sein durch das Auge des Herzens vergrößertes Verständnis erlaubte es ihm, in die Welt der liebenden Natur einzudringen und daraus eine Synthese von Angriff und Verteidigung zu ziehen, die es ihm ermöglichte, "durch Frieden zu siegen".

Der Begriff der Selbstverteidigung erreichte durch Meister UYESHIBA eine neue Dimension, eine philosophische Tiefe jenseits des Dualismus der anderen Methoden.

Die Kraft des Herzens geht für Meister UYESHIBA weit über jene des Geistes hinaus. Sie birgt ein Streben und eine Begeisterung unbekanntes Ausmaßes jenseits aller Grenzen des wissenschaftlichen Denkens.

Aiki-do ist Liebe, und wir müssen unseren Auftrag erfüllen und uns unaufhörlich mit dem Herzen des Universums verbinden.

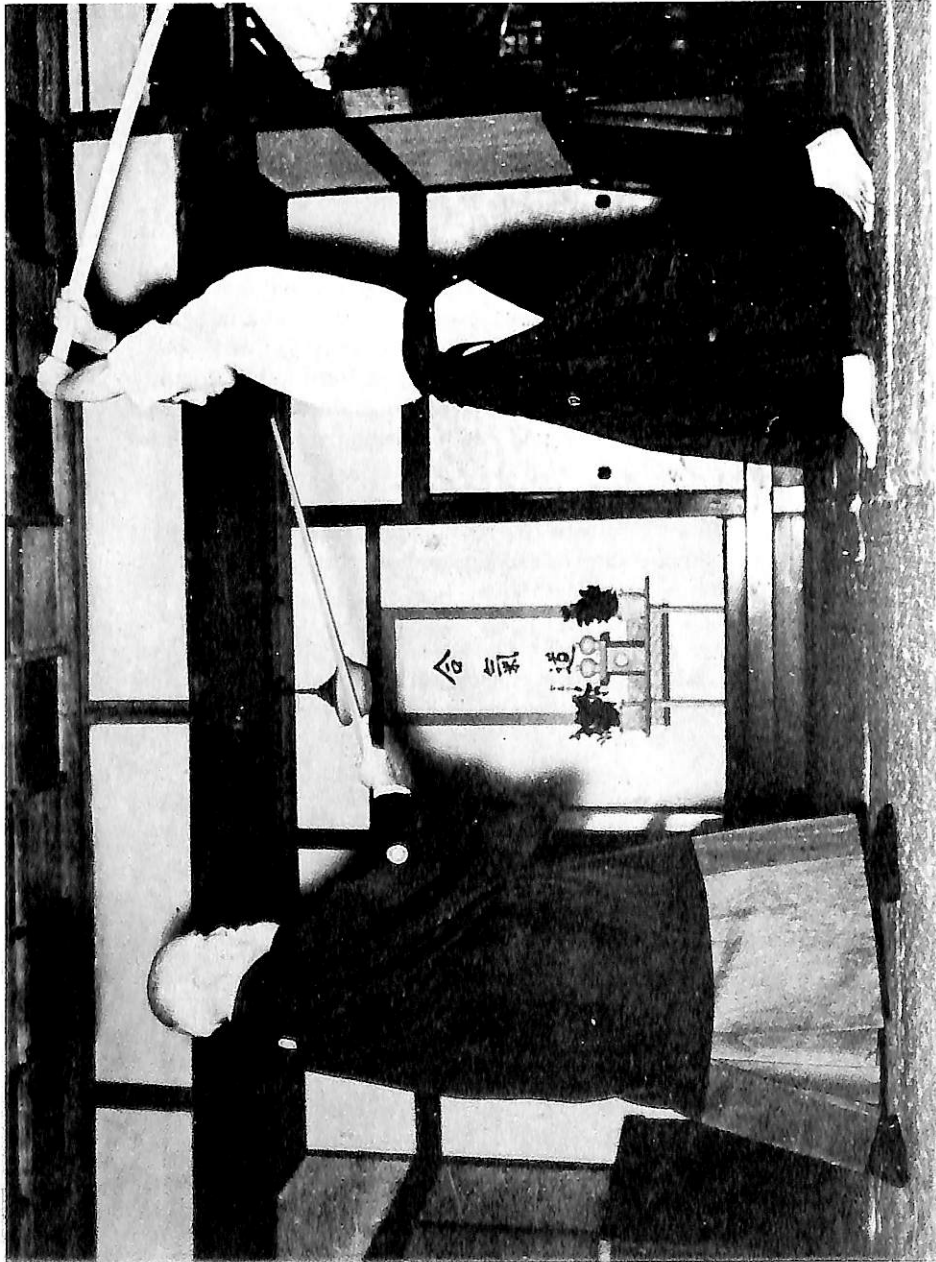
Wir müssen alle Geschöpfe lieben und sie schützen wollen.

Das ist die Essenz des WEGES.

Ein Weg, der uns hilft, uns zu vervollkommen und von uns selbst frei zu werden.

Und so Aiki-do Liebe ist –

Kommt Liebe nicht aus dem Herzen?



Seht, das Herz liegt in der Mitte aller Organe.

Seid Ihr nicht beeindruckt, es als das zentrale Organ zu sehen, aus dem Venen und Arterien, somit alle Kanäle entspringen, die das Leben in den menschlichen Körper führen und zurückführen?

Der Körper ist ein Mikrokosmos und das Herz wie eine Sonne, die dem menschlichen Körper Wärme, Leben und Liebe spendet.

Daher ist bei dem Meister das Herz der Sitz der Liebe, und da es tatsächlich das für Eindrücke empfängliche und mitfühlende Organ darstellt, das am lebhaftesten auf das Gefühl anspricht, kann man wohl glauben, daß es wirklich das Zentrum der Liebe bildet, deren Symbol es auch ist.

Als Folge des engen Zusammenwirkens von Geist und Körper bei der Aneignung wertvoller Tugenden trägt das Herz seinerseits dazu bei, der Seele eine gewisse Ausstrahlung zu geben, die sich durch den Herzschlag entwickelt, und da diese Herzenswärme durch Liebe geleitet wird, kann man sagen, daß das Herz zum Ausdrucksmittel der Seele wird.

Die Liebe, die sich durch das Herz überträgt, ist eine körperliche Realität.

Die Anwesenheit eines anderen Menschen bewirkt, wie die Wissenschaftler feststellten, einen nervlichen Reiz, der dem Herzen durch die Nerven des Sonnengeflechts zugeleitet wird.

Das Herz löst sodann im Gehirn eine Gefühlsreaktion aus.

Man kann also sagen, daß das Herz dem Gehirn zu Diensten steht. Der Gelehrte und Physiologe Claude Bernard schreibt: "Das Herz ist völlig gefühllos und dennoch das sensibelste Organ des vegetativen Lebens, und es empfängt als erstes von allen Organen nervliche Impulse des Gehirns.

Außerdem ist das Gehirn auch das sensibelste Organ des tierischen und menschlichen Lebens, da es auch auf kleinste Veränderungen in der Blutzirkulation reagiert.



Diese beiden Hauptorgane der Lebensmaschine unterhalten also unaufhörlich Beziehungen von Aktion und Reaktion.

Die Gefühle, die wir empfinden, werden immer durch Reflexe des Herzens begleitet, und obgleich das Gehirn der ausschließliche Sitz der Gefühle ist, kommen die unerläßlichen Voraussetzungen ihrer sichtbaren Äußerung vom Herzen."

Beim Studium der Kontraktionen des menschlichen Herzens hat die Wissenschaft festgestellt, daß seine Bewegungen spontan und unwillkürlich sind.

Wer hat ihm den ersten Lebensimpuls gegeben, wenn nicht die Urkraft, die da heißt LIEBE?

Diese Kraft ist es, die handelt, und aufgrund dieser geheimnisvollen Beziehung wird das Herz selbst zu der treibenden Kraft, die Liebe verschenkt.

Das Herz ist weder der Sitz des Verstandes noch des Gewissens, es empfindet jedoch die Wirkung derselben, da es der Vermittler der Sensibilität, der Sitz der Gefühle und, ich wiederhole es, das Symbol der Liebe ist.

Die Worte des Meisters sind daher inspiriert und diktiert durch das Herz, oder klarer gesagt, durch das Herz des Kosmos selbst. Um seine Worte zu begreifen, benötigt man nur einen gewöhnlichen Verstand, aber ein liebendes Herz.

Die Lehre des Meisters UYESHIBA ist weit entfernt von metaphysischen Spekulationen und gewählten Gedanken, die man manchmal für Tiefe hält.

Der Stil seiner Sprache ist immer einfach und kommt aus einem einfachen Herzen, der hingebungsvollen Einheit des Herzens des Meisters mit dem kosmischen Herzen.

Die Gedanken des Meisters kommen allein aus dem Herzen, es ist für ihn "wie eine klangvolle Harfe, in der sich alle Kräfte wie eine unerschöpfliche Zahl von Saiten zusammenfügen, aus der er die ewige Melodie der Liebe hervorlockt."



„Man muß jeden Morgen, wenn man die Füße auf den Boden setzt, das Herz an seinen Platz stellen“, sagte der Meister, „es dem Schöpfer zuwenden und den Menschen, die einen umgeben, anbieten. Am Abend nimmt man sein Herz zurück und sieht, daß Tränen darauf sind und Zorn, aber manchmal auch ein Lächeln daran hängengeblieben ist.“

Während der Nacht wäscht die Göttlichkeit das Herz, und am Morgen ist es wieder ganz neu, und man beginnt wieder, es seinen Brüdern anzubieten.“

Durch diesen Rat will Meister UYESHIBA das Herz seiner Schüler für eine ständige Übung eines Lebens der Einheit, der Meditation, gewinnen.

Was folgt daraus?

Daß wir in der Meditation nur ein Wissen brauchen, und daß diese Meditation wahrlich weniger eine Angelegenheit des Geistes, als eine des Herzens ist.

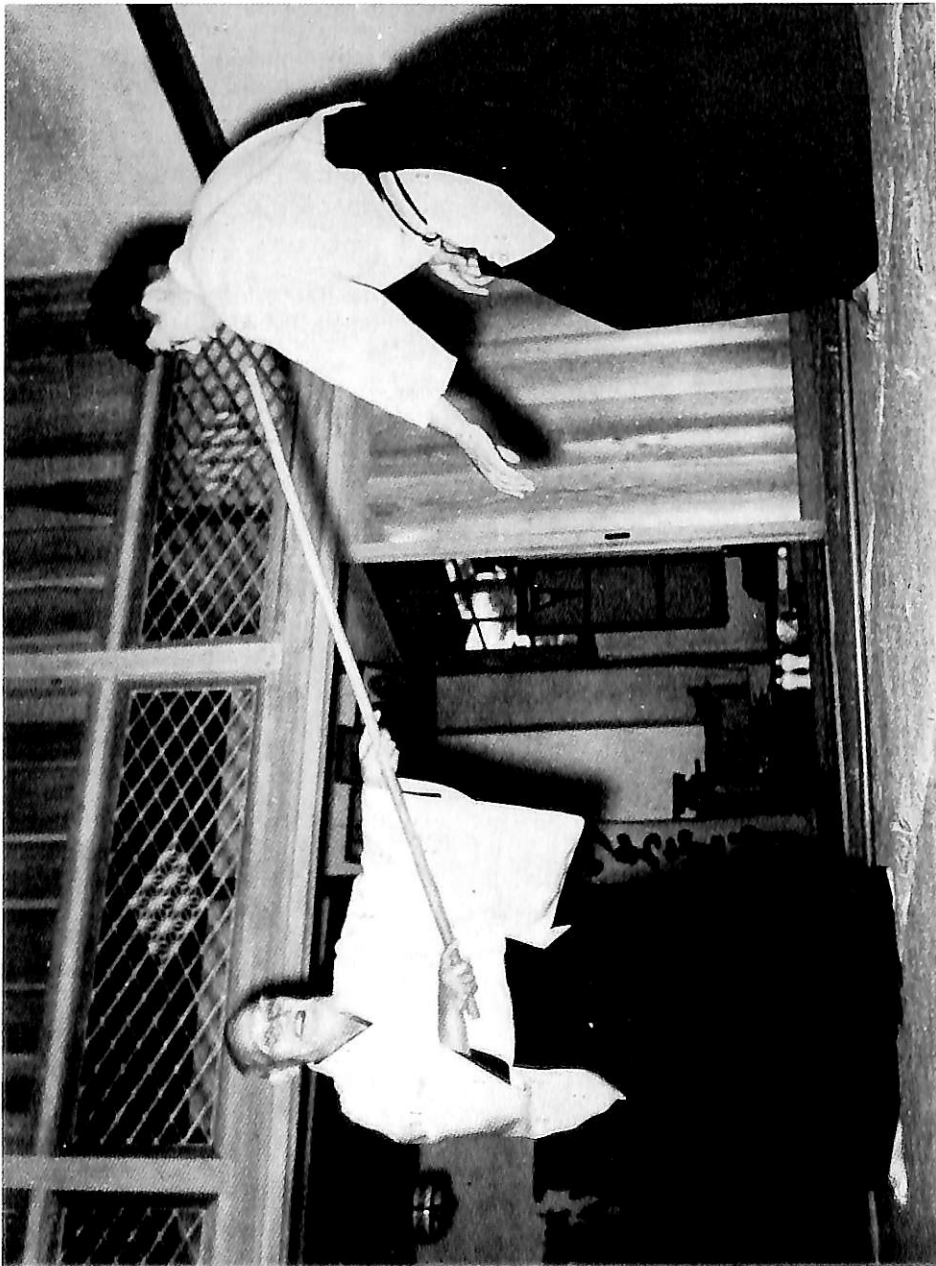
Zwar wird die Richtigkeit dessen zuerst mit dem Verstand erfaßt, doch muß man es, um es zu verwirklichen, mit dem Willen verbinden und das Herz damit füllen.

Es gibt in dieser Meditation wohl Verstandestätigkeit und geistige Überlegungen, aber Verstand und Intellekt arbeiten sozusagen nur als Unterbau.

So vereint der gewaltlose Sieg im Aiki Festigkeit und Wirksamkeit der Verteidigungstechnik mit dem Wohlwollen des Herzens für den Angreifer.

Das Ausstrecken beider Arme mit Energie heißt im Aiki Angriff und Verteidigung vereinigen. Die Arme mit ihrer technischen Geschicklichkeit sind stark genug, die Gewalt zu überwinden, aber auch weich genug, um die Aggressivität mit Anmut aufzulösen und ohne Verletzung des Angreifers zu beseitigen.

Aiki-do ist in seiner Vollendung eine schöpferische Verbindung in fruchtbarer Harmonie von Angriff und Verteidigung. Der wahre gewaltlose Sieg findet sich nur in der *Aufhebung der Gegensätze*.



Das Wesentliche bei einem Angriff ist es, den Irrtum, der sich im Angreifer befindet, zur Unwirksamkeit zu führen.

Handelt derart angesichts eines Gegeners, der schwach ist in seinem Zorn, Euch vernichten zu wollen.

Das bedeutet der "rauchende Docht".

"Er brennt, das ist der Zorn im Herzen. Er raucht, weil man Euch eine Beleidigung ins Gesicht sagt. Hütet Euch, das Feuer mit Heftigkeit auszutreten, rächt Euch nicht, verteidigt Euch nicht, doch gebt dem Zorn Raum. Laßt ihn ein wenig rauchen und von selbst verlöschen. Wenn er brennt, wird er auch verlöschen, unterdrückt ihn nicht mit Gewalt, sondern laßt den Rauch hochsteigen und wirkungslos verpuffen. Er soll Euch weder verwunden noch treffen."

Wenn man Schlag gegen Schlag setzt, handelt man falsch und verliert augenblicklich den Respekt des Gegners.

Sobald er merkt, daß sein Angriff nutzlos war, entweicht seine Unwissenheit, und wir bemerken eine vollständige Veränderung seines geistigen und körperlichen Verhaltens.

In diesem Akt des Beschützens liegt das Ziel nicht so sehr darin, seinen Körper zu schützen, es ist vor allem ein geistiges Ziel, nämlich die Erneuerung des Gegners durch die Liebe.

Es ist für den Uneingeweihten schwierig, den Widerstand der negativen Kräfte gegenüber den Kräften der Liebe zu verstehen.

Wenn wir der Gewalt mit Gewalt begegnen, ist es zweifelsohne möglich, der Gewalt im Augenblick zu widerstehen, auf diese Weise werden wir aber niemals die Wurzel des Übels beseitigen.

Im Gegenteil, wenn wir Gewalt gegen Gewalt setzen, riskieren wir eine Eskalation gerade der Aggressivität, die wir zerstören wollen. Diese neue Art des Kampfes ist nicht nur auf individueller sondern auch auf kollektiver Ebene möglich.

Aiki ist der "Sieg durch den Frieden".



Bei diesem Gedanken geht es weniger darum zu siegen, sondern viel mehr darum zu überzeugen, daß der Angriff nutzlos ist.

Man muß in das gegnerische Herz – und in die dunkelsten Ecken seines Bewußtseins – eine solche Kraft des Wohlwollens werfen, daß wir es ohne sein Vorwissen gewinnen, indem wir es und uns selbst besiegen.

Es gibt keine Angriffe im Aiki, die Aggressivität wird nur aufgenommen, kontrolliert und schließlich zum Verschwinden gebracht.

Der Meister wiederholte ohne Unterlaß: *„Schließt den Gegner in Euer Herz.“*

Wer sowohl fähig ist, sich der Technik zu bedienen als auch, sie nicht einzusetzen, der allein ist imstande, Gewaltlosigkeit zu üben.

Seht, welch außerordentliche Kraft das Herz besitzt.

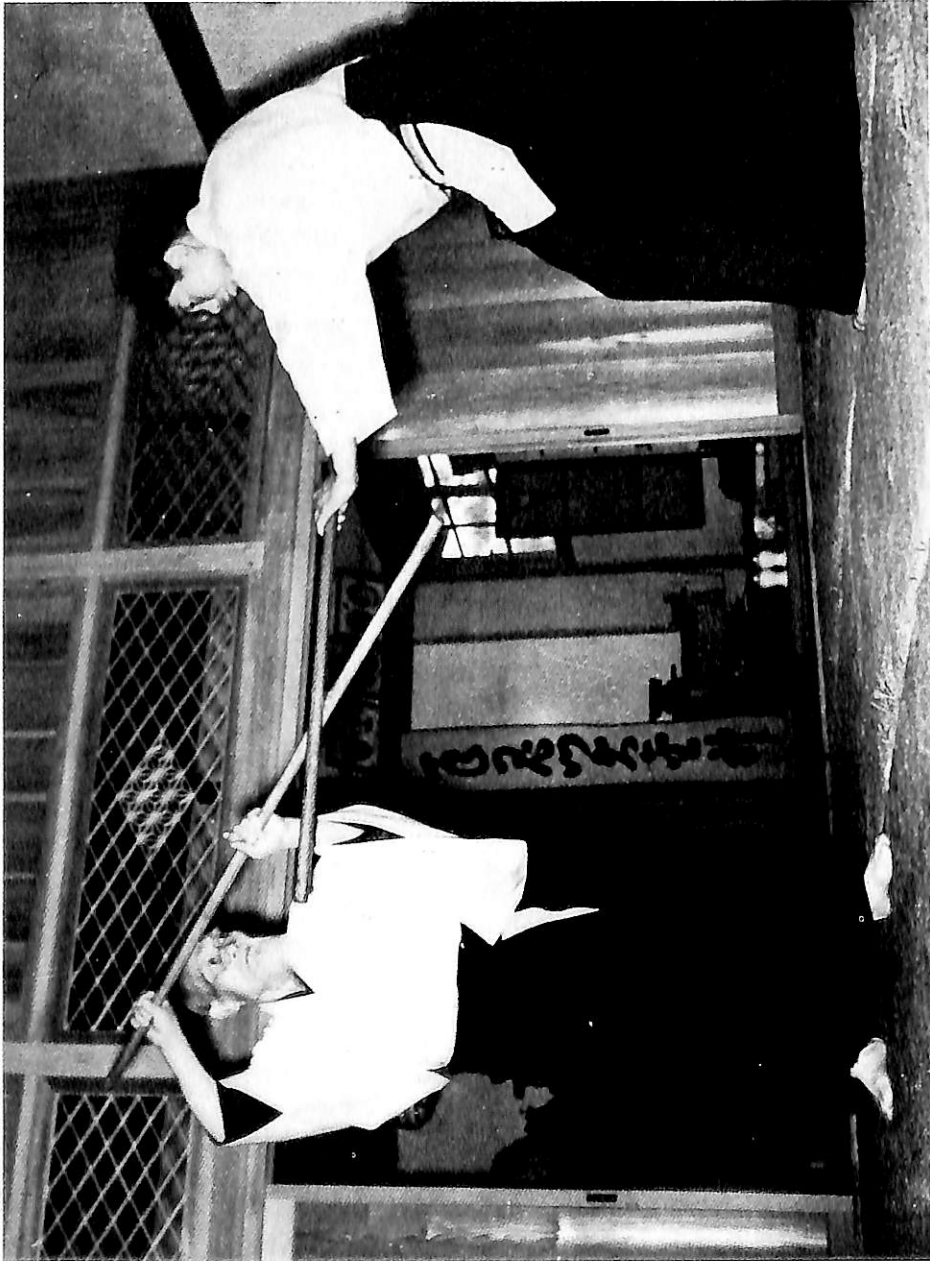
Es ist viel mehr als nur ein einfaches Organ. Es befindet sich im Zentrum des geistigen, seelischen und intellektuellen Lebens des Menschen.

Es ist der Sitz der Gefühle, aber auch der Sitz der Liebe, unserer Liebe für die anderen – der reinen Liebe, wie der Meister sagt.

Ein reines Herz haben heißt nicht, durch eine nur körperliche Haltung aufrichtig zu wirken.

Man muß eine falsche Vorstellung von Aufrichtigkeit vermeiden. Das wahre Zeremoniell beschäftigt sich nicht mit dem Äußeren, sondern mit dem Inneren.

Meister UYESHIBA betrachtete niemals die sichtbaren Handlungen des Übenden, er versetzte sich mitten in das Herz seines Schülers und betrachtete während des gesamten Unterrichts seine wahren Bewegungen, Gedanken und Absichten.



"Wenn das Herz unrein ist", sagte er, "seid Ihr voll von innerer Spannung, Stolz, Verdrängungen, Verwirrung und tausend körperlichen, seelischen und geistigen Krankheiten.

Ihr werdet Aiki niemals verstehen, wenn Euer Herz nicht rein wird. Man muß es "waschen", um mit sich und der Welt Frieden zu haben, und wenn Ihr niemandes Feind seid, betrachtet Ihr auch niemanden als Euren Feind."

Wenn *ki*, die kosmische Kraft, den Körper einmal durchdringt und belebt, verlangt es ihn vollkommen zu führen.

Sie fordert eine vollständige Kapitulation des kleinen Ich und verlangt die Kontrolle unserer geistigen Fähigkeiten.

Sie fordert, daß ihr und nur ihr der Körper untertan sei. Sie beansprucht für sich die Gabe technischer Kunstfertigkeit und die Fähigkeiten des Körpers, die sie benutzt, um ihn zu beschützen.

Sie will das gesamte Wesen dessen benutzen, in den es eingedrungen ist.

Dafür ist der Verstand, ist das kleine Ich ein Hindernis.

"Tretet ein, ohne zu zögern", sagte der Meister, "*ki* weiß, was es tun muß. Laßt es in Euren Herzen Wohnung nehmen und an Eurer Stelle handeln."

Die Kraft des Herzens ist überaus groß, auch und gerade in seinen körperlichen Funktionen!

Es ist das Organ des Friedens, doch da es unabhängig ist vom persönlichen Willen und den Fähigkeiten des Gehirns, wird seine Herrscherrolle von den meisten Menschen verkannt, die nur seine mechanische Seite betrachten und so seine Möglichkeiten lahmlegen.

In Wahrheit ist das Herz in ein geheimnisvolles Gleichgewichtsspiel verwickelt. Es ist der Mittler schlechthin zwischen dem Egoismus des sichtbaren Ich und der Selbstlosigkeit des wahren ICH.



Diese Vermittlung muß beginnen mit einer großen Anstrengung unseres Herzens, sich mit dem kosmischen Herzen zu identifizieren, bei der wir alle Gefühle der Angst, der Rachsucht und des Pessimismus verschwinden lassen, die diese Übereinstimmung verhindern würden.

Um dieses Ziel zu erreichen, muß man genau die Grenzen des Bereiches kennen, in dem der Geist sich ohne Mühe beschränken und das Herz sich ohne Fesseln ausdehnen kann, nahe der Quelle, wo alles LIEBE ist.

Diese Bedingung ist wesentlich, denn das Herz strebt nach dem Frieden.

Durch diese Vermittlung verliert die Strategie von Angriff und Verteidigung allein schon im Denken ihre Bedeutung, und die Lösung erscheint in dem Maß, wie die Erkenntnis der Realität und der allein zu erwerbenden Sache klarer wird.

Sobald der "gezähmte" Geist infolge der Übungen, denen er unterworfen wurde, fügsam und stark wird, kann er bei anderen leicht alle aggressiven Gedankenwellen erfassen, bevor sie sich als körperliche Energie konkretisiert haben und dadurch heitere Gelassenheit erreichen.

Aber wie weiß jemand, ob er die emotionellen Faktoren Angst und Furcht überwunden hat?

Nur angesichts einer Gefahr, die ihn in Todesnähe bringt.

Ein wahrer Aiki-doka muß sich durch *ki* bis zur Verachtung des Todes führen lassen. Das ist die richtige Art, "vom Tod zum Leben zu gelangen".

Das Vertrauen in diese Ansicht und die absolute Sicherheit, daß *ki* denjenigen schützt und niemals verläßt, der auf seinen eigenen Willen verzichtet hat, machen den Aiki-doka fest und entschlossen.

Wer sich niemals in Todesgefahr befunden hat, kann den wahren Geist des Aiki-do, der Leben und Tod übersteigt, nicht vollständig erfassen.



Wenn Sie in dem Augenblick eines plötzlichen Angriffs alle Ablenkung aus Ihrem Geist verjagt und den möglichen Tod akzeptiert haben, in diesem entscheidenden Moment der Gefahr bewirkt die plötzliche Infragestellung des Wertes Ihres Lebens seine völlige Entleerung von allem Menschlichen und Sie bleiben ruhig, ohne Angst, ohne Gedanken und werden allein in Ihrem Körper durch die unterbewußte Technik bewegt.

Sie bleiben frei, indem Sie nicht im geringsten an dem haften, was sich zwischen Sie und Ihren Gegner schieben könnte. Sie denken nicht mehr an Verteidigung und Angriff, da Ihr persönlicher Wille und Ihr Ziel verschwunden sind.

Das ist in seiner Essenz die Entdeckung von Meister Morihei UYESHIBA.

Ich habe jetzt nurmehr das einzige Ziel, meinen Mitmenschen zu helfen, diesen Weg zu entdecken.

Mein Aufenthalt in Japan beinhaltete lange Perioden des Schweigens und der Einsamkeit. Ich habe vor zwanzig Jahren versucht, ganz und gar in jenem alten Dojo zu leben, das mich Tag für Tag durchlässig werden ließ für diese außerordentliche Freude, die von dem Meister während seines Unterrichts ausging und mich begreifen ließ, daß die Bewegungen, die er ausführte, nicht nur ein körperlicher Ausdruck waren, sondern einer tiefen geistigen Quelle entsprangen.

Ich habe keinen Augenblick das Bedürfnis gehabt, mit den anderen Schülern über die kostbaren Belehrungen des Meisters zum besseren Verständnis zu diskutieren. Ich habe im Gegenteil versucht, meine Einsamkeit zu steigern, um sie in einer inneren, unausweichbaren Gegenwart zu leben, die mich in noch engeren Kontakt mit dem Meister zu bringen schien. Sobald die Übungsstunde zu Ende war, zog ich mich in mein vier Matten großes Zimmer zurück, um klar und rein die innere Stimme zu hören, die meinen Geist mit Antennen auszustatten schien, die mir halfen, noch besser in die spudelnde Quelle des authentischen Aiki-do einzudringen.

So sehr erfaßte mich in der eindrucksvollen Stille des Dojo das Bedürfnis, mich auf mein Wesen zu besinnen.



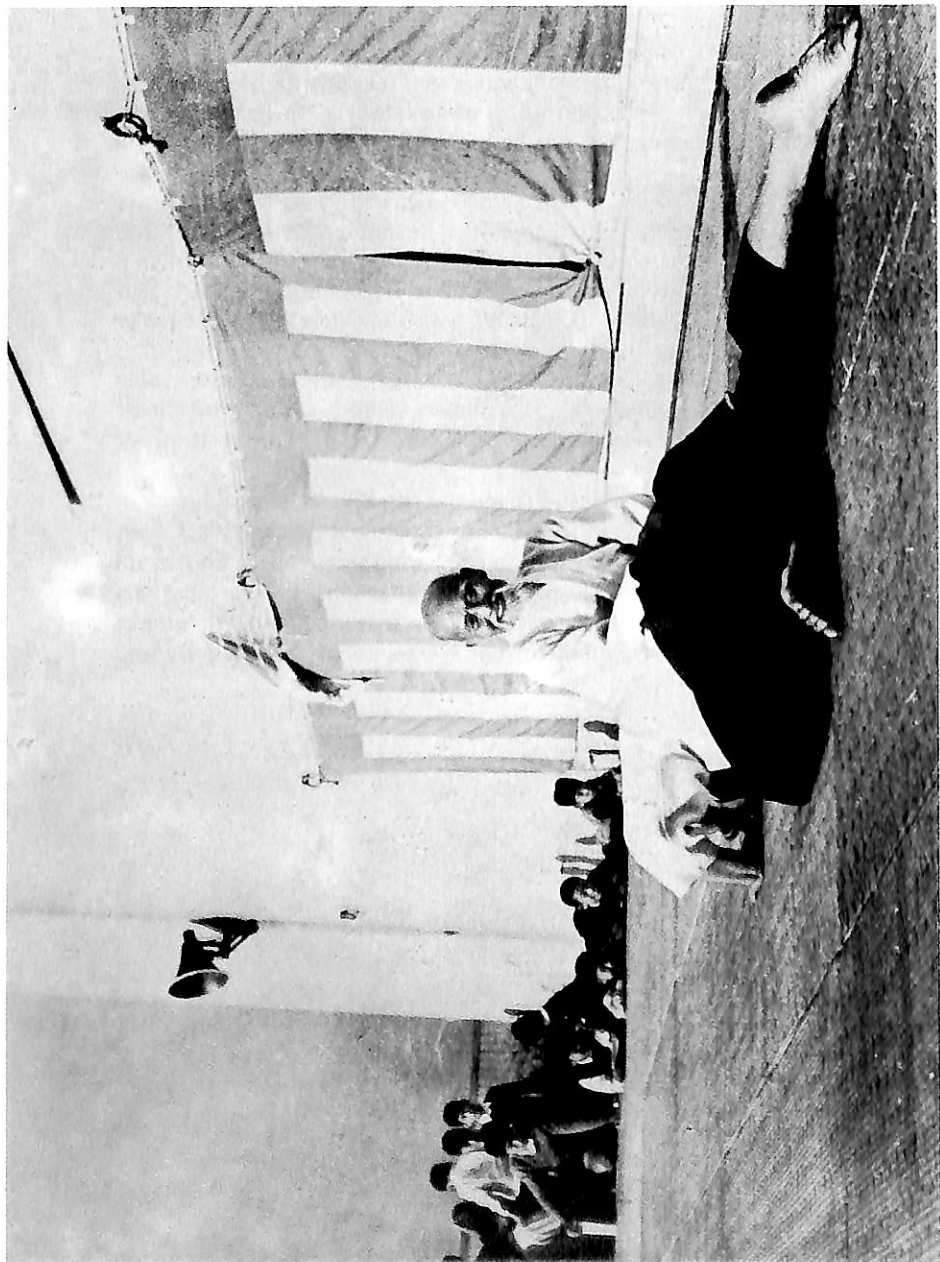
“Die Techniken des Aiki-do sind sekundär, man muß zu seinem Geist vordringen”, wiederholte mein Meister immer wieder.

Oft las ich die folgenden, 1913 von Ichiro KOBAYASHI geschriebenen Verse, die ich von zwei buddhistischen Mönchen erhielt. Diese so poetischen und bewegenden Texte machten mich zum Gefangenen eines Willens, der höher stand als ich.

Meine lebhafteste Befriedigung während dieser besonderen Stunden, in denen mir die Zeit aufgehoben schien, war die, niemanden zu sehen, niemanden zu sprechen, niemandem schreiben zu müssen. Mein ganz und gar einsamer Geist hatte nur Lust, sich durch das eigene Nichts auslöschen zu lassen, um in ihrer reinsten Form alle Bedingungen wiederherzustellen, die mich mit dem Universum vereinen, und für das tiefe Selbst wieder diese universelle Verbindung zu erlangen, die alle Wesen vereint und es ermöglicht, sich mit dem Prinzip der LIEBE und der WAHRHEIT zu verbinden.

Mögen Sie, liebe Aiki-do-Freunde, wenn Sie die jetzt folgenden, bewundernswerten Zeilen in sich aufnehmen, die gleichen mächtigen Eindrücke empfinden, die ich damals empfunden habe, und möge in Ihren Herzen diese kosmische, schöpferische Freude über die Entfaltung dieser herrlichen und edlen natürlichen Beziehungen sprießen, welche die Einheit in der Gemeinschaft von Familie und Arbeit darstellen.

A. N.



DIE MACHT DES GEISTES

*Ein Wunder ist es,
wenn der Körper
um des Geistes willen entsteht,
doch wenn der Geist um des
Körpers willen entsteht:
das ist das Wunder der Wunder.*

Log. 24 – E.T.



Sonne und Mond stehen am Himmel, Berge und Flüsse
liegen auf der weiten Welt.

In unserem Geist vereint sich die Kraft der Gestirne
mit der Kraft der Mutter Erde.

Himmel, Erde und Mensch sind die DREI KRÄFTE.

Was wäre der Himmel ohne den Menschen?

Was wäre die Erde ohne den Menschen?

Die Kraft des menschlichen Geistes beeinflusst selbst
die übernatürlichen Wesen.

Das großartige Geheimnis des menschlichen Geistes
verbindet Himmel und Erde.

Sonne und Mond erleuchten von fern unseren Geist.



Unser entschlossener Geist kann Sonne und Mond durchdringen.

Die hohen Berge und die reißenden Flüsse leben in unserem Geist.

Wenn unser Geist sich in die Ferne erhebt, kann er Flüsse und Berge umfassen.

Unser Geist ist nicht auf einen Körper von sechs Fuß beschränkt und nicht auf fünfzig Lebensjahre begrenzt.

Seht! Es gibt herrliche Wolkengebilde und den Duft der Blüten.

Hört! Der Wind rauscht, die Vögel singen. Wir, die wir mitten unter ihnen leben, besitzen diesen Geist.

Die Macht des Geistes ist unermesslich und unbeugsam.

Einzig aufgrund unseres Geistes sind wir edel und überlegen.

Die sich wandelnde Welt trennt und verbindet, sammelt und zerstreut.

Jene, die meinen, daß wir mit Leib und Seele allein auf diese Welt beschränkt sind, übersehen das strahlende Licht von Sonne und Mond am Himmel.

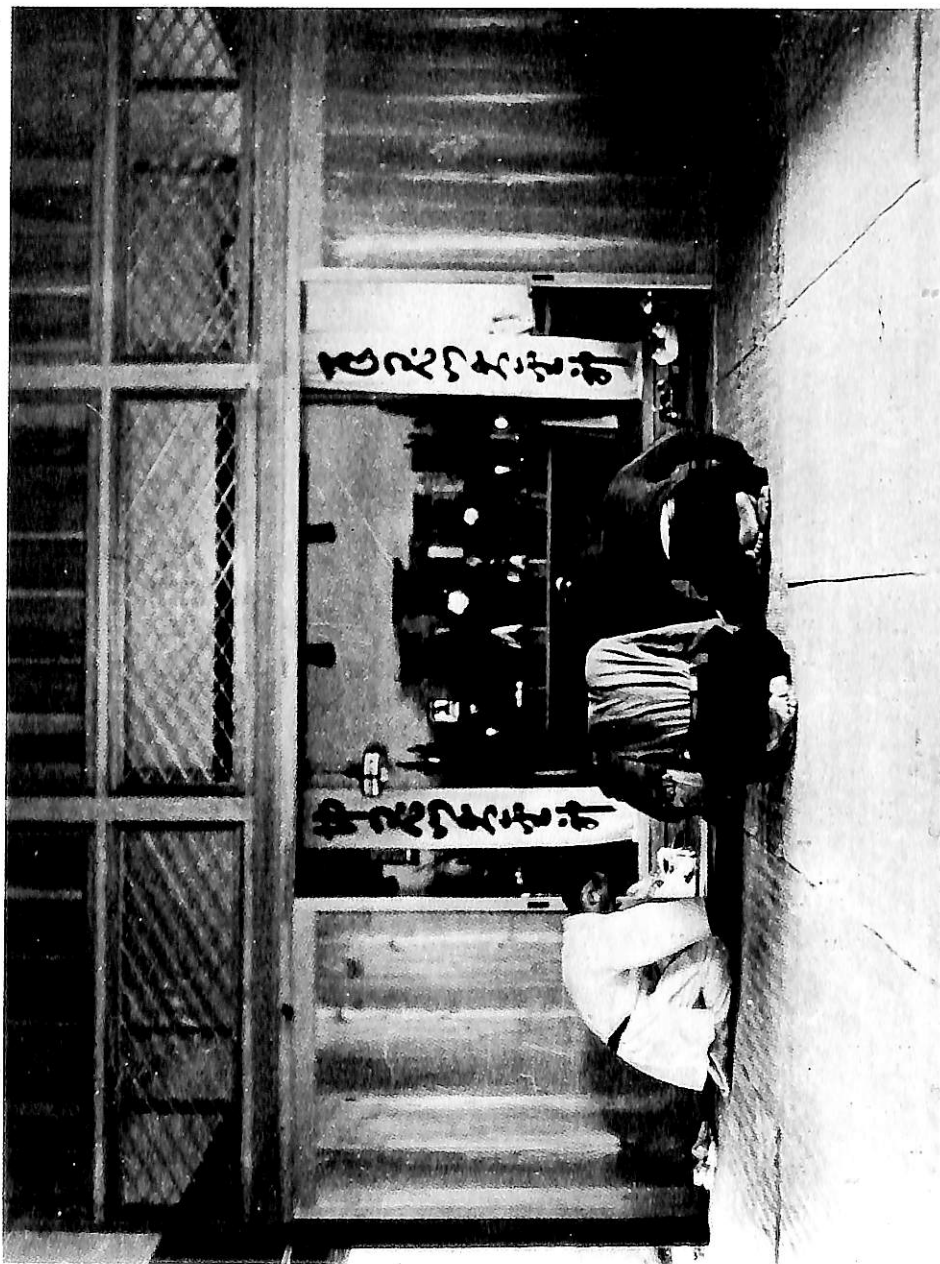


Sie erfassen den Geist der Berge und Flüsse nicht.

Sie verstehen nicht, daß wir der Verehrung würdig sind, da wir Lebenskraft und Geist in uns vereinen.

Verjagt den Schatten, der Eure Augen verdunkelt, verjagt den Schmutz, der Eure Ohren verstopft. Erst dann wird Euer Geist klar wie ein Spiegel und ruhig wie ein tiefer See.

Entfernt das kleinliche Ich von gestern, das gebunden war an die engen Grenzen dieser Welt des Wandels. Dann wird unser großes ICH, das edel und erhaben ist, erwachen.



II

Wir sagen, daß wir Kraft in unserem Geiste haben, doch ginge diese zugrunde, würde sie nicht Tag für Tag mit Nahrung versorgt.

Wir sagen, daß wir die Lebenskraft in unserem Geiste haben, doch würde diese nachlassen, wenn wir sie nicht Tag für Tag schulten. Denn sind Macht und Kraft unseres Geistes dahingeschwunden, sind wir nicht mehr als ein Körper von sechs Fuß, der einige Zeit auf Erden wandelt.

Ist das nicht bedauernswert?

Die Seele des Erdenmenschen, ohne jedes Selbstvertrauen, wird von der Umgebung und den jeweiligen Umständen geprägt.

Gewinnt er, freut er sich.

Verliert er, jammert er.



Siegt er, macht ihn das eitel.

Wird er besiegt, ist er rachsüchtig.

So entsteht aus Freude Verdruß, aus Tränen desgleichen. Leerer Ruhm schafft Schwierigkeiten mit der Welt.

Im Wachen ermüdet er nutzlos seinen Körper, und im Traum ist er uneins mit seinem Geist.

Hat er das Heute nutzlos vertan, weiß er auch nicht in der Hoffnung auf das Morgen zu leben.

Ist es nicht wirklich bedauerenswert, wie er die fünfzig Jahre seines Lebens vertrödelt?

Doch wenn wir erkannt haben, daß wir mit der Macht und Lebenskraft des Geistes ausgestattet sind, folgt daraus unmittelbar das Wissen, beide zu stärken und zu pflegen.

Es nützt nichts, Himmel und Erde anzurufen, denn sie können nicht antworten.

Die Wolken kommen, die Wolken gehen, und ein Jahr ist vergangen.

Die Blüten öffnen sich, sie verblühen, und ein Tag ist vorbei.



Die Menschen, die den Frieden außerhalb ihrer selbst im Himmel oder auf Erden suchen, sind sich nicht bewußt, daß sie schon durch diesen Irrtum allein vom rechten Weg abweichen. Wenn wir dagegen unseren Geist schulen und stärken, wird er durch uns neue Reiche schaffen und uns ein neues Leben eröffnen.

Es ist nicht nötig, die Kraft übernatürlicher Wesen zu borgen, da wir diese Kraft in uns selbst haben. Der Ursprung jedes Leidens ebenso wie alles, was uns Hilfe bringt, liegt in unserem Geist. Obwohl wir daran leiden, ist das die Ursache, die uns in Wahrheit der Verehrung würdig macht.



III

Seht! Erkennt es klar! Himmel und Erde sind unsere Wohnstatt.

Im Blau des Himmels fliegen die Vögel.

Auf der weiten Erde leben die Tiere.

Auf der Erde sprießen die Bäume und Gräser immer wieder von neuem.

Am Himmel strahlen Sterne und Planeten.

Der Wechsel von Tag und Nacht ist das Gesetz des Himmels, der Wechsel der Temperatur bewirkt die Jahreszeiten.

Die Gesetze des Himmels wirken unabänderlich. Die Jahreszeiten folgen einander, und alles hier entwickelt sich in Einklang mit ihnen.



Hört! Horcht aufmerksam!

Die Natur ist unser Freund.

Das Flüstern ist die Stimme des Windes.

Das Rauschen ist die Stimme des Wassers.

Das Wasser singt den Gesang der Erde.

Der Wind singt den Gesang des Himmels.

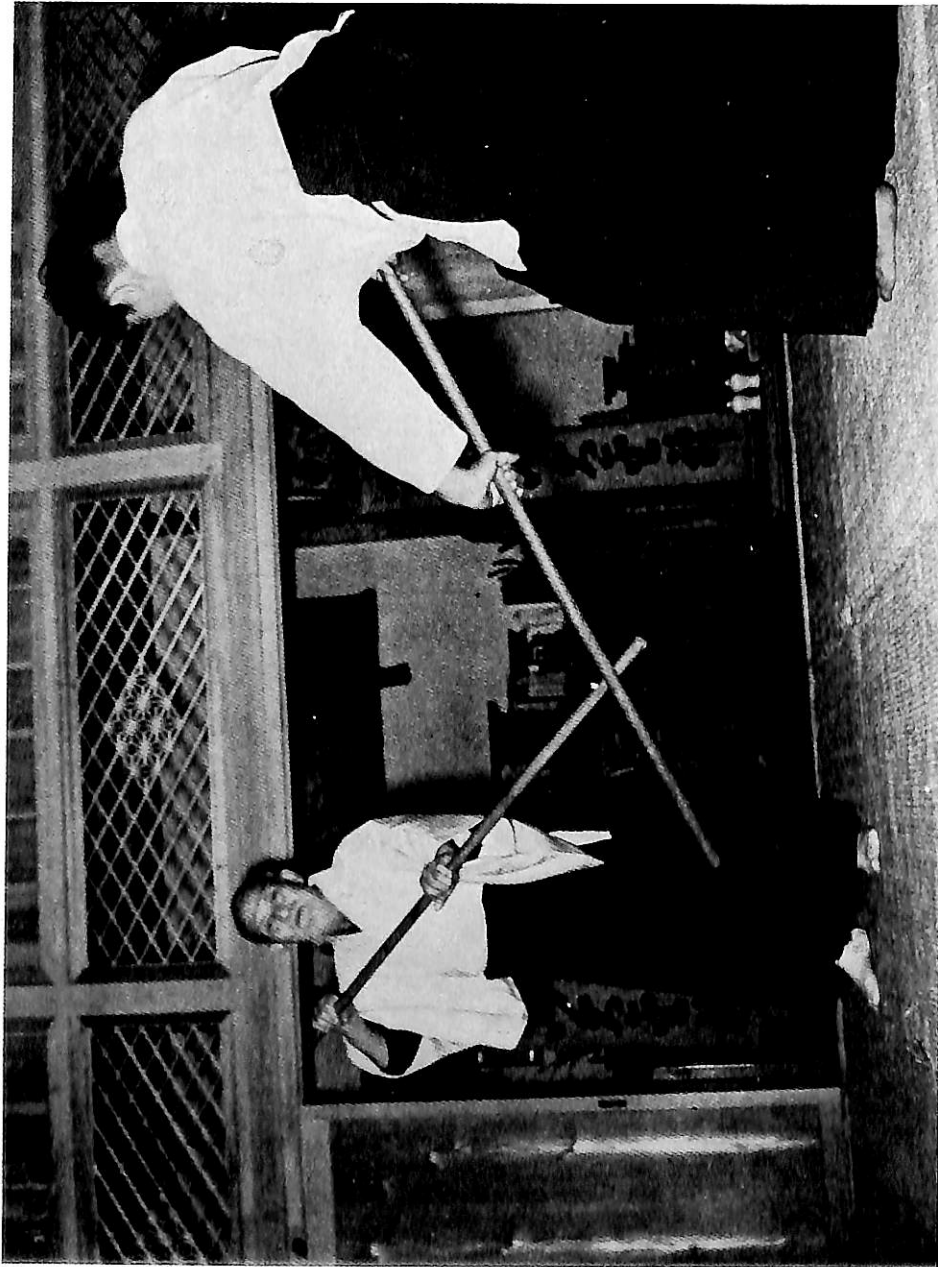
Beseelte und unbeseelte Dinge vereinigen ihre Melodie.

Obwohl die vier Jahreszeiten einander in unaufhörlichem Kreislauf folgen und der Tag immer von einer Nacht abgelöst wird, liegt darin dennoch keine Eintönigkeit, und alle Menschen sind von diesen Erscheinungen gleich betroffen. Ist es nicht großartig, dieses unser Leben?

Ist sie nicht glücklich, diese unsere Welt?

Nicht wissend, daß ihr Ruhm Ruhm ist, nicht sehend, daß ihr Glück Glück ist, vernachlässigen die Menschen den Schatz, der in ihnen liegt und streben nach den Schätzen der Welt.

In dem Maße, wie die materiellen Wünsche zunehmen, wird der geistige Verlust größer und größer.



Mit der Kette des Irrtums, die sie selbst geschmiedet haben, binden sie ihren Körper und ihren Geist.

Wer kraftlos ist und sich in einer Festung verschanzt, kann selbst damit nicht seinen Körper schützen. Wer herzlos ist und sich in Seide kleidet, kann selbst damit nicht seinen Körper verschönern.

Macht und Autorität vergrößern nur die Leiden, Reichtümer verursachen nur Sorgen.

Gleicht eine derartige Existenz mit ihren Streitigkeiten und Rivalitäten nicht einem leeren Wahn?

Wenn wir dagegen unseren Geist, der mit dem Himmel und der Erde eines der Elemente der geheimnisvollen Dreiheit bildet, als eine wertvolle Schatzkammer betrachten und ihn sorgsam stärken und veredeln, wird unsere Arbeit von Kraft überschäumen, und unsere Worte werden von der Wahrheit Zeugnis ablegen. Dann werden wir Unsterblichkeit besitzen und verdienen es, Wahre Menschen genannt zu werden.



IV

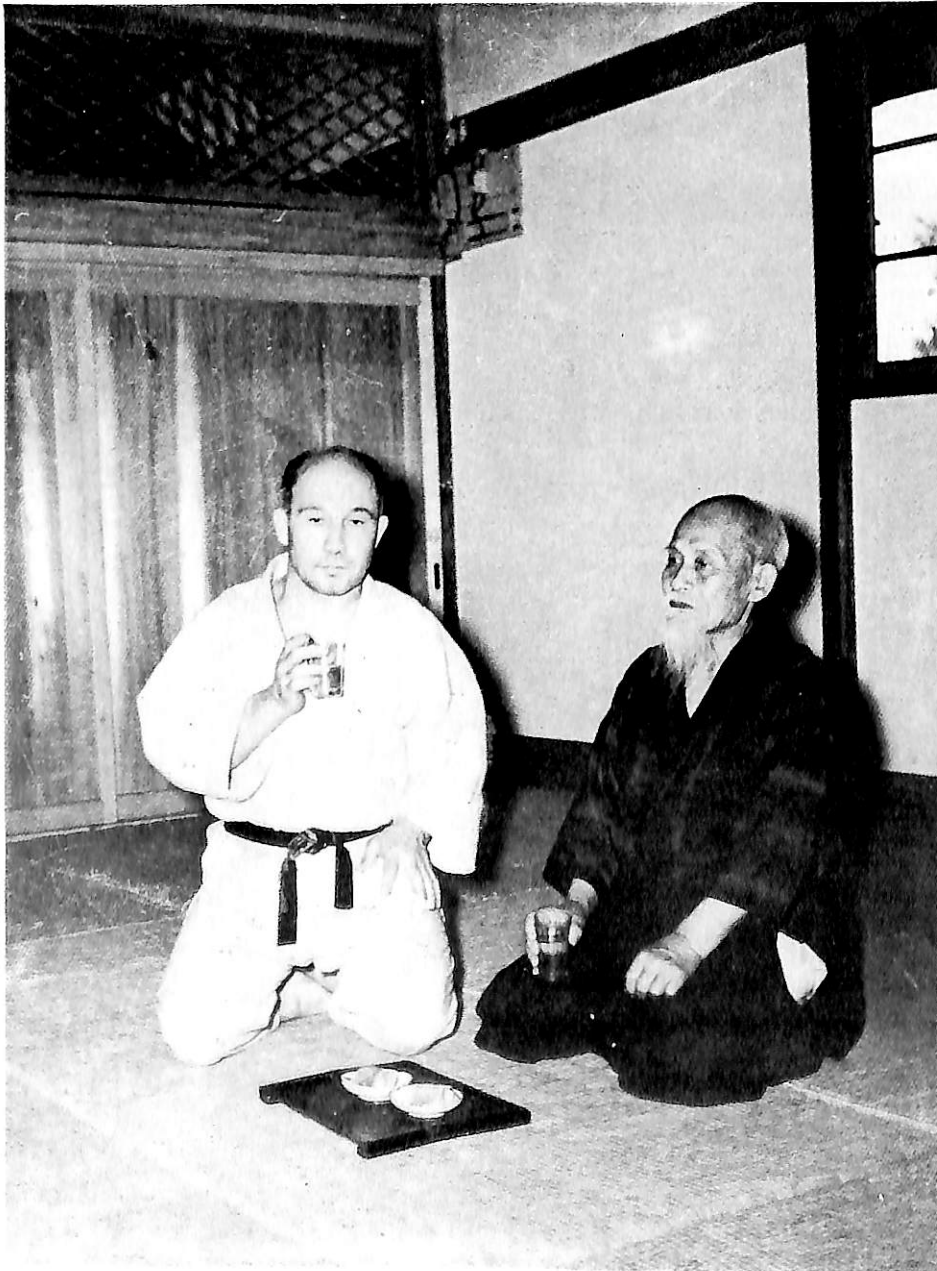
Wenn wir die Macht unseres Geistes konzentrieren,
muß alles, was sich entgegenstellt, weichen.

Treffen wir einen Teufel, können wir ihn zum
Verschwinden bringen.

Treffen wir einen Geist, können wir ihn zwingen,
sich zu unterwerfen.

Wo es Überschwemmungen gibt – und selbst die
höchsten Hügel sind leicht überschwemmt – kann
allein unser unbezwingbarer Geist sich über den
donnernden Wassermassen halten.

Wo ein Feuer ausbricht, breitet es sich leicht einige
hundert Meilen aus. Allein unser Geist bleibt ruhig
und trotzt den roten Flammen.



Mag ein Tiger noch so wild sein, er kann doch nicht bis zu den Wolken springen, und ein feuriger, unbezähmbarer Drache kann sich nur schwer auf der Erde verstecken. Allein unser Geist, dem sich nichts entgegenstellen kann, überragt mit Leichtigkeit die Wolken, um sich in die höchsten Himmel zu erheben, gleichwie er sich mühelos tief in der Erde verbergen kann. Wenn wir unseren Geist befreien, kann er das ganze Universum durchdringen.

Halten wir ihn fest, kann er zu einem undurchdringlichen Geheimnis werden.

Wenn die Sonne den feurigen Drachen antreibt und eine unerträgliche Hitze Himmel und Erde einhüllt, die Metalle schmelzen läßt, die Pflanzen verbrennt, das Wasser der Meere verdunstet, so daß die Vögel die Kraft ihrer Flügel verlieren und die Fische zuckend auf der Erde liegen, kann unser konzentrierter Geist bewirken, daß die Hitze nachläßt, daß sich uns augenblicklich kühlere Gegenden erschließen und eine erfrischende Brise unseren Körper umspült.

Oder wenn Schnee und Eis Berge und Flüsse bedecken und Himmel und Erde in schneidende Kälte tauchen, und wenn es weder die Wärme der Sonne noch das Licht des Mondes mehr gibt und das frierende Blut nicht mehr zirkuliert und das Fleisch abstirbt, genügt es, daß unser Geist sich konzentriert und entscheidet, daß die Kälte nicht existiert; dann durchströmt Energie unseren Körper, und wir verspüren die Wärme des Frühlings.



Wenn der Geist träge wird, ist der Körper in Gefahr.

Wenn er tätig ist, ist das Leben gesichert.

Wenn er umherschweift, kommt er außer Atem.

Doch ist der Geist fest und konzentriert, ist der Körper wohlgenährt und der Geist nicht hungrig.

Selbst wenn wir tausend Meilen gehen, bleiben die Beine leicht.

Selbst wenn wir die Last von zehntausend Büchern tragen, drückt uns das nicht nieder.

Das ist die wunderbare Kraft unseres Geistes, die uns freudvoll arbeiten und friedvoll ruhen läßt.



V

Der Geist ist der Herrscher unseres Körpers. Wenn der Herrscher Autorität besitzt, hat das Land Frieden.

Wenn wir unseren Geist in Ehren halten, nähren wir ihn, und seine Kraft wird in unserem Körper transparent.

Weder Pesthauch noch Schlangengift können uns etwas anhaben.

Wir verbringen den Tag ruhig und sorglos und schlafen friedvoll und traumlos während der Nacht.

Die Ausatmung stimmt mit dem positiven, die Einatmung mit dem negativen Prinzip überein.

Die Energie durchdringt uns bis zum Scheitel, unser Antlitz ist jugendfrisch, unser Blick offen und unser Gang beschwingt.



Der Himmel über uns ist blau und wir betreten die weite Welt. Wo wir auch hingehen, schützt uns eine gesegnete Atmosphäre.

Wie könnten die Einflüsse des Bösen uns erreichen?

Wenn wir sprechen, durchdringt unsere Stimme die Wolken, und die Engel spitzen aufmerksam die Ohren.

Wenn der Geist die Dinge gut beherrscht, beherrschen die Dinge nicht ihn.

Wenn uns jemand durch das Spannen seines Bogens bedroht, wird, wenn wir ihm ruhig gegenüber treten, der Pfeil vergeblich durch die Luft schwirren und unseren Körper nicht treffen. Und wenn uns jemand mit der Lanze angreift, die unseren Körper zu durchbohren sucht, wird sie, wenn wir sie ruhig erwarten, niemals in unser Blut tauchen.

Wenn wir die Hand heben und ein Zeichen geben, werden die Wildgänse den Nebel zerteilen und uns zufliegen, und in den Bergen werden die Hirsche mit uns Freundschaft schließen.

Wenn wir die Hand heben und rufen: "Verschwindet!", werden die Wölfe ängstlich den Schwanz einziehen, und auch die Raubvögel werden ihre Krallen verstecken und voller Angst fliehen.



Wenn sich die Leute um uns scharen und uns mit Lobreden überhäufen, kommen wir dadurch ebensowenig aus dem Gleichgewicht wie durch üble Nachrede.

Selbst wenn wir in einem vergoldeten Palast oder festlich geschmückten Räumen leben, bleiben wir ruhig und werden davon nicht über Maßen berührt. Selbst wenn wir uns in einem undurchdringlichen Gebirge befinden oder in einen tiefen Strudel gerissen werden, bleiben wir gelassen und werden davon nicht aus der Fassung gebracht.

Selbst wenn unser Körper Hunger leidet, stirbt unser Geist nicht vor Hunger. Selbst wenn unser Körper müde ist, zeigt unser Geist kein Anzeichen von Müdigkeit.

Haben wir das einmal erreicht, sind wir wahrhaftig der Verehrung würdig.



VI

Sobald die Kraft unseres Geistes erstrahlt, erleuchtet sie alles, was mit ihr in Berührung kommt.

Das weite Universum erscheint nicht mehr weit, das unendlich dünne Haar erscheint nicht mehr unendlich dünn. Die Natur, die uns umgibt, war von Anfang an unendlich in Substanz und Form; unendlich ihre Form, ihre Stimme, ihr Geruch, ihr Geschmack.

Wir leben in den Erscheinungsformen, deren wahre Natur unendlich ist und die unzählige Veränderungen in einer unbegrenzten Zeit wahrnehmen.

Doch die Kraft unseres erleuchteten Geistes durchdringt alle Dinge, unterscheidet oder vergleicht sie von innen und außen, sucht Unterschiede zwischen Gleichem und findet Beziehungen zwischen Verschiedenem, erkennt die Leere im Sein und gewahrt das Gehen im Kommen.



In außerordentlich vollkommener Weise erleuchtet sie ganz und gar die Natur, und in unserer kleinen Brust schlummert eine Unzahl von Phänomenen.

Obgleich wir in einem Körper von nur sechs Fuß leben, wird unser Geist nicht durch den Raum begrenzt. Er überspringt die Meere und durchquert die Länder, er erhebt sich weit über Himmel und Erde.

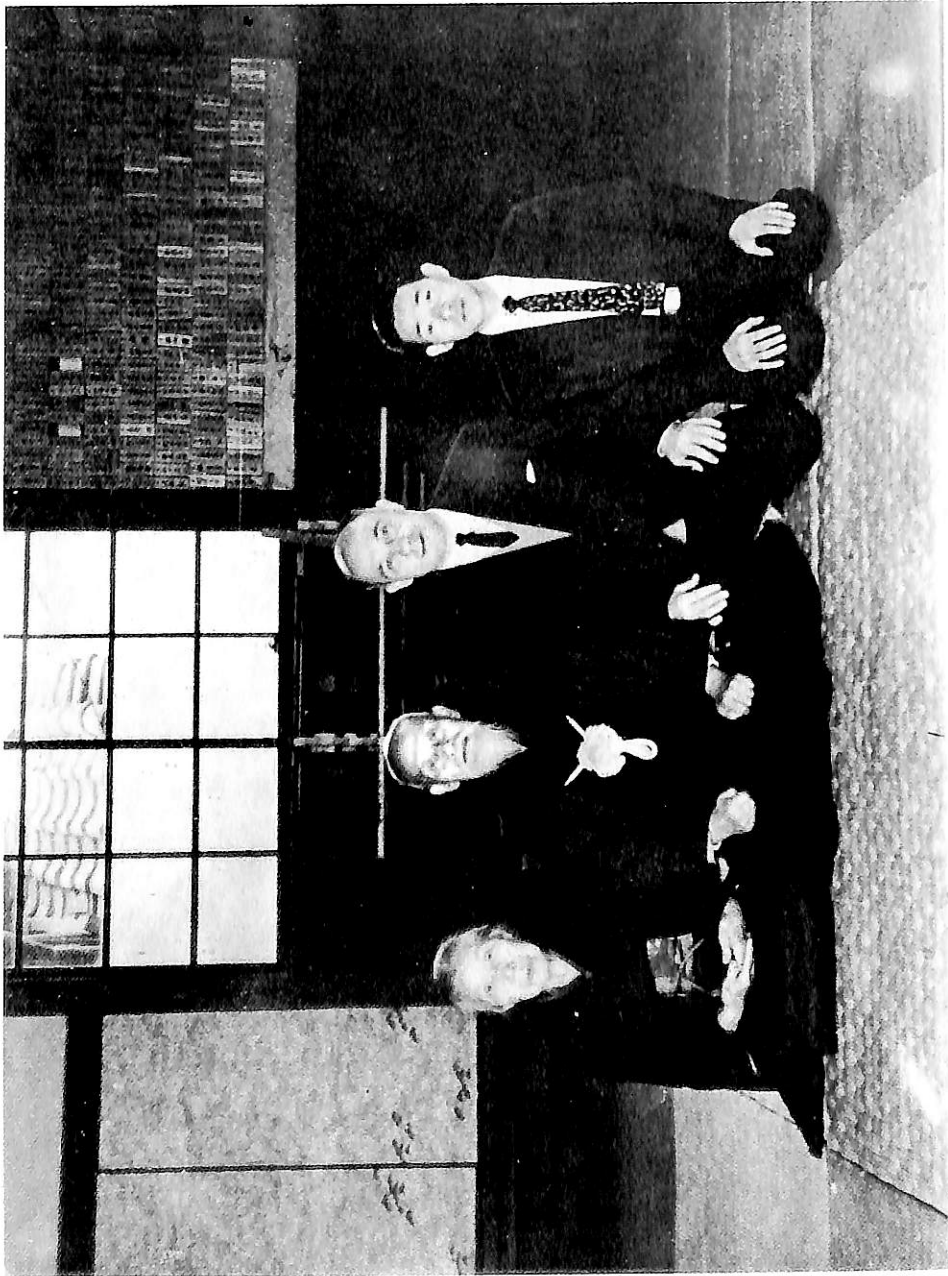
Obgleich wir nur ein Leben von fünfzig Jahren empfangen, ist unser Geist nicht durch die Zeit bedingt, er erstreckt sich unzählbare Zeitalter in die Vergangenheit und hunderte Millionen Jahre in die Zukunft.

Obgleich wir die Gestalt uns vorangegangener Menschen nicht mehr sehen, können wir dennoch mit ihrem Geist in Kontakt treten.

Wenn Geist mit Geist in Kontakt tritt, ist das gleichwertig dem Gespräch von Person zu Person.

Auch wenn unsere Freunde jenseits der Meere leben, sind unsere Seelen gleichgestimmt. Wenn wir uns so in Einklang befinden, ist das nicht dasselbe, als wenn wir zusammenlebten?

Die Zeit wird in Vergangenheit und Gegenwart unterschieden, der Raum in Osten und Westen. Ebenso ist unser Körper einteilbar, doch nicht unser Geist.



Wenn zwei Seelen verschmelzen, ist das weder Vergangenheit noch Gegenwart, weder Osten noch Westen, sondern unbegrenzte Weiten öffnen sich.

Derart ist das Wundervolle, das Köstliche an der Macht des Geistes.



VII

Der Geist ist der Herrscher unseres Körpers.

Wenn der Herrscher tugendhaft ist, hat das Land Frieden.

Sobald der Geist von seinen Unreinheiten befreit ist, erschließt sich uns die Schöpfung von selbst.

Wenn wir einmal die Fähigkeit erlangt haben, das Formlose zu sehen, können wir in Dingen, die eine Form haben, wie etwa in einem einfachen Wassertropfen, den Wind, die Wolken, den Mond und den Tau wahrnehmen.

Wenn wir einmal die Fähigkeit erlangt haben, das Lautlose zu hören, werden wir in Dingen, die einen Laut haben, und sei es nur das Fallen eines Blattes, die Melodie des Gesanges der Natur hören.



Ein riesiger Vogel, der seine Flügel neunzig Meilen weit ausbreitet: das ist die Schönheit der großen Dinge.

Ein kleiner Vogel, der in einer Mauernische Unterschlupf sucht: das ist die Schönheit der kleinen Dinge.

Die stürmischen Wogen des Ozeans: das ist der Zauber lauter Musik. Das Klopfen der Regentropfen auf dem Dach: das ist der Zauber leiser Musik.

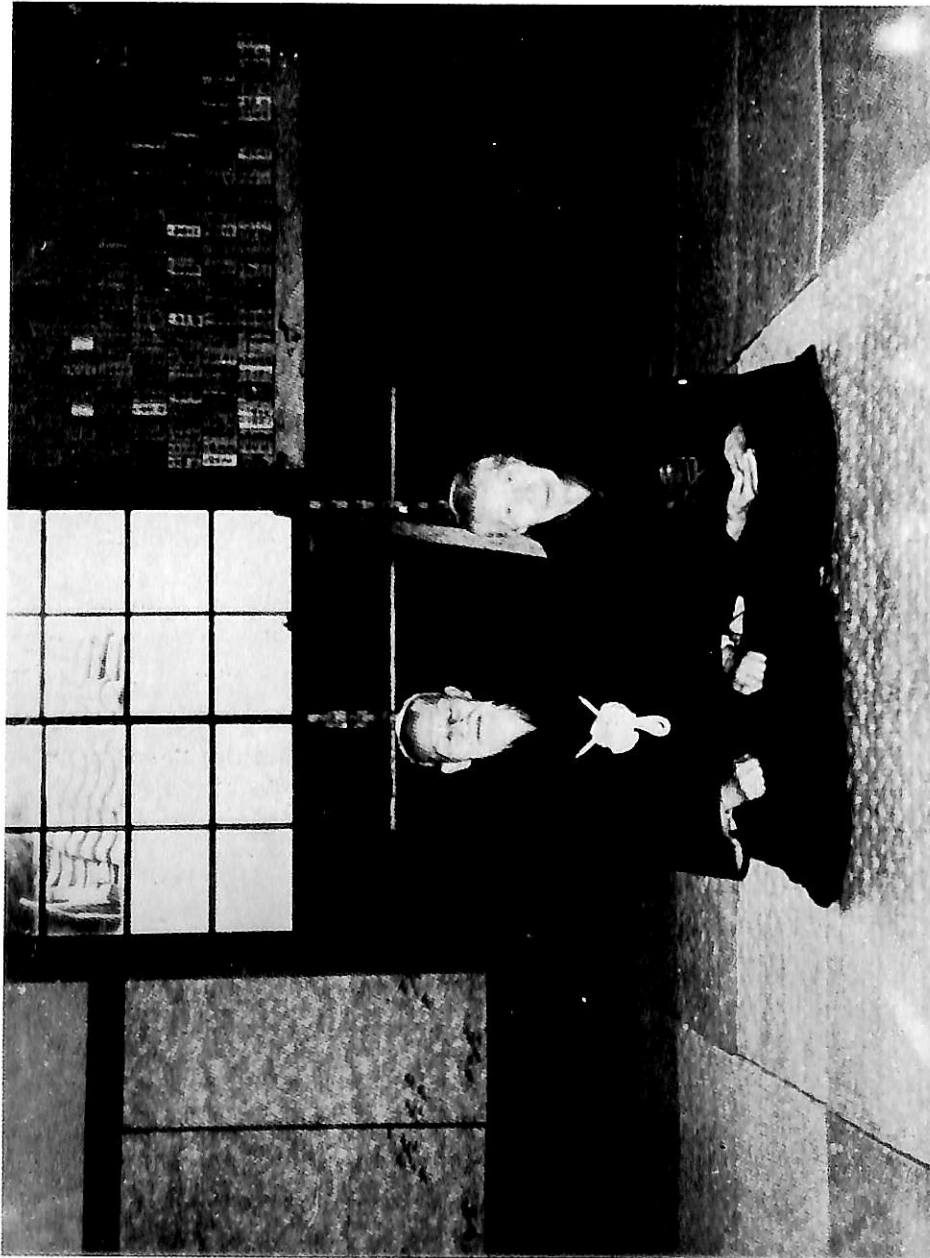
Das Leben einer Eintagsfliege, das nur einen Tag und eine Nacht währt, und das Leben eines Methusalem, das tausend Jahre dauert, zeigen uns in ihrem wechselseitigen Verhältnis die Harmonie des Universums.

Das Augenscheinliche und das Geheimnisvolle, das Besondere und das Gewöhnliche, alles spiegelt sich in unserem Geist.

Erkennt den wahren Adel des Menschen, der in seinem Geist alle diese Dinge verbindet.

Mit einem solchen Geist können wir jede Aufgabe, die sich uns stellt, in vollkommener Weise lösen.

Wenn wir den Boden bearbeiten, nehmen wir eine Hacke und pflanzen guten Samen in die Erde. Wir haben Erfolg in unseren Angelegenheiten. Wir nützen anderen, indem wir uns selbst nützen.



Beim Lernen erfassen wir mit Gewißheit den tiefen Sinn der Dinge.

Wenn wir uns gewissenhaft erforschen, gewinnen wir vollkommene Selbsterkenntnis.

Wenn wir zusammenkommen, um zu singen, oder wenn wir die Feder führen, um zu dichten, können wir den Ruhm des Universums verkünden und anderen geheimnisvolle geistige Regungen übermitteln.

Wenn wir einen Meißel nehmen und einen Stein behauen oder Farben mischen und Seide bemalen, ahmen wir das Göttliche in der Natur nach und führen die anderen über die Grenzen des Universums hinaus.

Wenn wir kämpfen, siegen wir, wenn wir angreifen, machen wir Gefangene. Geben wir das Kommando, folgt uns das Volk.

Haben wir das einmal erreicht, sind wir wahrhaft edel.



VIII

Gewahrt die unbegrenzte Macht Eures Geistes.

Erkennt die grenzenlose Kraft des menschlichen Geistes.

Ergündet den wahren Himmel und die wahre Erde
jenseits der durch unsere Irrtümer geschaffenen Welt!

Wenn wir mit Weisheit unsere Umgebung formen,
werden wir niemals von ihr beherrscht werden.

Wir leben auf einer Erde, die uns von den Göttern
geschenkt wurde, und wir dienen unserem göttlichen
Schöpfer.

Der Weg, den wir beschreiten, ist gesegnet durch das
Licht unseres Vaterlandes, das seinesgleichen nicht
hat in der Welt, und der Garten, in dem wir leben,
ist umrankt von der Liebe unserer verehrten Eltern.



Bewahren wir in unserem Herzen treu das Glück,
das wir in uns gefunden haben. Haften wir nicht daran,
verachten wir es nicht.

Wenn wir friedlich und ruhig bleiben, bedachtsam
überlegen und weise handeln, werden alle Dinge mit
uns in Harmonie und alle Menschen unsere Freunde sein.

Sind wir allein, fühlen wir uns in der Einsamkeit
glücklich.

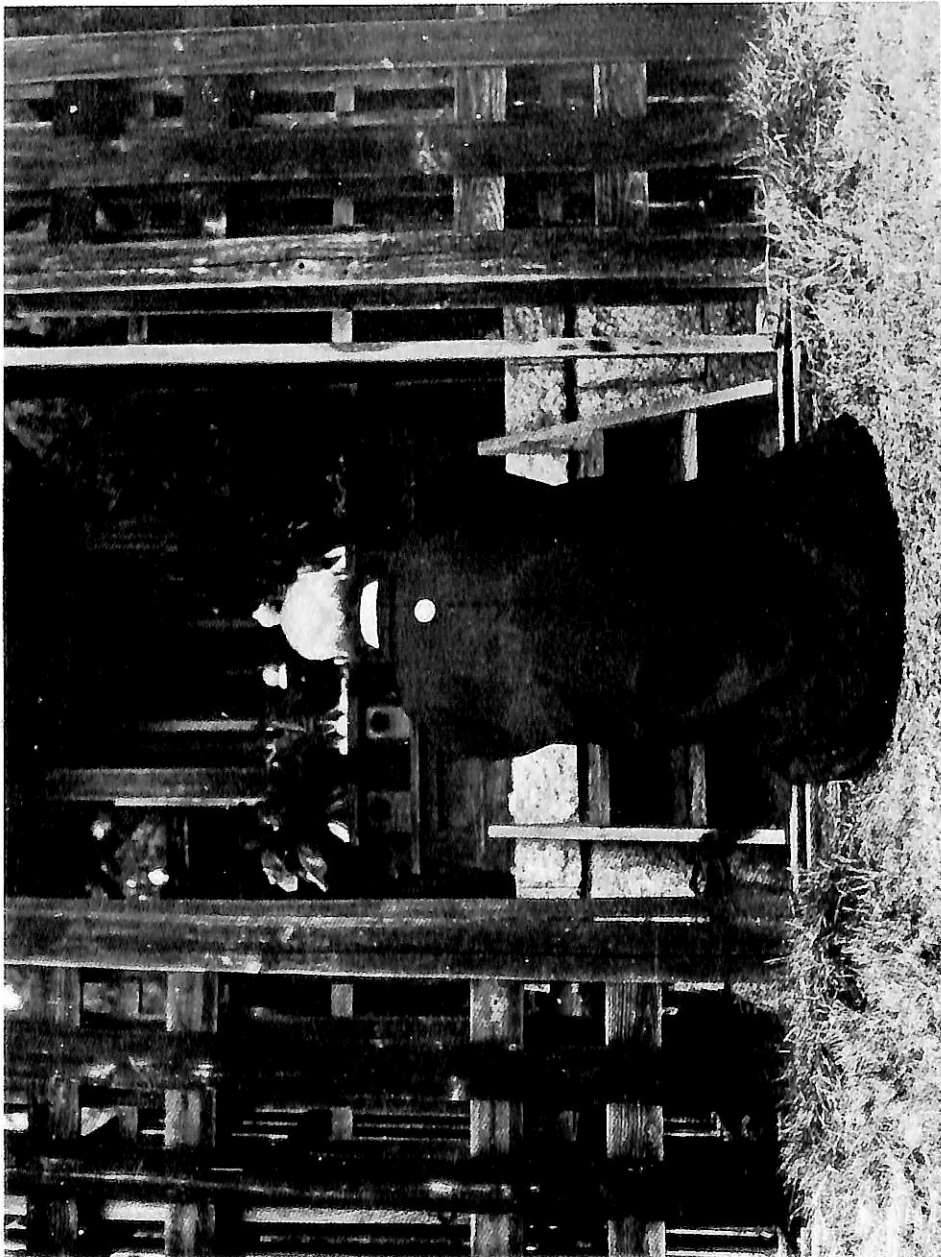
Sind wir mit anderen zusammen, fühlen wir uns mit
ihnen glücklich.

Das Haus, in dem wir leben, gedeiht, und ein
wohltuender Hauch legt sich auf Berge und Hügel.

Begeben wir uns in die Welt, um uns mit Politik
zu befassen, wirken wir richtungsweisend für hundert
Jahre. Ziehen wir uns auf das Land zurück, verbessern
wir Gebräuche und Sitten der Landbevölkerung.

Wahrlich, welches Licht liegt im Geist, welche
Majestät in der Haltung!

Richten wir unseren Blick gen Himmel, so lächeln
die Götter im Himmel von weitem. Senken wir unseren
Blick zur Erde, so spendet der Geist der Erde Beifall.



Obgleich das uns geschenkte Leben zeitlich begrenzt ist, besitzen wir doch eine Kraft, die keine Grenzen kennt.

Obgleich sich unser Körper auf einer begrenzten Erde befindet, strahlt er doch weit und fern in unendlicher, strahlender Klarheit.

Woher stammt diese Kraft?

Ihr Ursprung liegt in unserem Geist.

Woher stammt diese strahlende Klarheit?

Das ist das Licht unseres Geistes.

Ja wahrlich, der Himmel ist hoch, die Erde ist weit, und in uns ist die lebensspendende Kraft unseres Geistes.

Die Drei Elemente, der Himmel, die Erde und die lebendige Kraft des menschlichen Geistes, beleuchten und ergänzen einander.

Ist das nicht wundervoll? Ist das nicht herrlich?



NACHWORT

Die Lehre von Meister UYESHIBA, der am 26. April 1969 in die Ewigkeit einging, ist ein Erbe von solcher Dimension und Tiefe, daß man versuchen muß, diesen Weg der Gewaltlosigkeit zu verbreiten, der es allen Übenden erlaubt, ihr Gefühl für eine bessere Dauerbeziehung zwischen Mensch und Umwelt, der Grundlage wahrer Freundschaft, zu verbessern.

Überall, wo Menschen zusammen sind, besteht die Sprache des Herzens wie auch der Wunsch nach Frieden und Glück.

Der Bordkommandant des Raumschiffs Soyuz 13 hat einmal erklärt: "Eines der Hauptziele des Menschen wird es in Zukunft sein müssen, in Frieden und Harmonie mit seinem Nächsten zu leben."

Er hat die Menschen vor egoistischem Stillstand gewarnt und dazu aufgerufen, daß wir nicht nur unseren Körper, sondern auch unseren Geist üben sollen.

Er hat endlich betont, daß mehr als jemals zuvor GÜTE die menschlichen Beziehungen bestimmen soll.

Man muß die Grenzen beseitigen, damit sich die Menschen der ganzen Welt schätzen und lieben.

Die Grundsätze des Aiki-do sind nicht von der Religion geprägt, sind aber geeignet, diese zu erleuchten und ihrem Ziel näher zu bringen.

In naher Zukunft wird Aiki-do alle Menschen ohne Unterscheidung der Rasse vereinigen, Menschen, die verschiedenen Weltanschauungen und Religionen angehören, und die den Mitmenschen achten wollen durch rechte Beherrschung von Gedanken und Worten, bis hin zur echten Hilfeleistung.

Wenn Sie noch keine tiefe Gewißheit haben und keinen fähigen Meister an Ihrer Seite, lernen Sie nach dem Weg von Meister UYESHIBA zu meditieren, vorausgesetzt, Ihre geistige Suche ist ein Schrei der Liebe zu allen Wesen.

Meister UYESHIBA mit seinem außerordentlich klaren Blick hat uns unschätzbare Ratschläge und Wahrheiten hinterlassen, und "eine Wahrheit hat mehr Gewicht als das Universum selbst!"

Die Größe des Meisters besteht nicht einfach darin, erkannt zu haben, daß die Gewaltlosigkeit der Verteidigung mittels Gegenangriff überlegen ist, sondern darin, eine Methode entwickelt zu haben, die uns das Prinzip der Liebe bis in die Technik der Selbstverteidigung hinein anwenden läßt.

Durch seine inneren Qualitäten ist Aiki-do berufen, sich weltweit zu entwickeln.

Seine Ausübung ist unbegrenzt: Nach zehn Jahren Übung gewahrt der Aiki-doka, daß er noch viel zu lernen hat.

Da es geistig-seelische Werte anspricht, ist Aiki-do mehr als nur eine Sammlung von Griffen, die man vollständig erfassen kann.

Der Aiki-doka entwickelt sich ständig weiter, weil Aiki-do ein WEG im Sinne des japanischen do ist, und es ist daher sinnlos zu behaupten, an das Ende des WEGES, das heißt zur Perfektion gelangt zu sein.

Aiki-do ist eine Schule zur Beherrschung des Angreifers, und darin ist es eine Schule der Selbstverteidigung.

Aber es ist auch eine Schule zur Selbstbeherrschung und Bescheidenheit, und darin ist es eine Methode ganzheitlicher Erziehung.

INHALT

Vorwort	7
Vorbemerkung	17
Wer ist Meister UYESHIBA?	35
Worte des Meisters UYESHIBA	45
Eine Kalligraphie von Meister UYESHIBA	67
Meister UYESHIBAS Technik	75
Die Lehre des Mönches Takuan	81
Aiki-do ist eine Sache des Herzens	91
Die Macht des Geistes	115
Nachwort	165

Im gleichen Verlag:

Werke von Zenmeister Taisen Deshimaru-Roshi:

ZA-ZEN – Die Praxis des Zen
ZEN-BUDDHISMUS UND CHRISTENTUM
ZEN IN DEN KAMPFKÜNSTEN JAPANS

Frank Fiedeler

DIE WENDE – Ansatz einer genetischen
Anthropologie nach dem System des I - Ching

Gerlinde Haberl

LEBEN – ERKENNTNIS UND VERWIRKLICHUNG

Kurt Schmidt (Hrsg.)

BUDDHAS REDEN

Majjhimanikaya. Die Sammlung der mittleren Texte
des buddhistischen Pali-Kanons

Schreiben Sie uns – wir unterrichten Sie gern und
unverbindlich über unsere Neuerscheinungen!
Kristkeitz Verlag, Sorauer Str. 30, D-1000 Berlin 36

