

Haben Sie „Aikido“ gesagt?

"Aber was ist der Unterschied zwischen Aikido und Kinomichi? - werde ich oft gefragt. Die Frage ist einfach, elementar, aber dennoch komplex und zugleich voller Fallstricke.

Was soll man dazu sagen? Ich habe Mühe, sie zu beantworten, da ich selbst mehrere Jahre "Noros Aikido" praktiziert habe, bevor ich ihm in ein experimentelles Kinomichi gefolgt bin, welches viele ehemalige Schüler abgeschreckt hat. Aus Sicht der Aikidokas übernimmt das Kinomichi die gleichen Techniken, die Morihei Ueshiba entwickelt hat, aber in einem eleganteren, weicheren, oder, wie man manchmal sogar nicht ohne eine gewisse Herablassung hört, weiblicheren Stil. Ein einfacher Unterschied im Stil, wenn man so will. Ist das alles?

In einem Video, das im Internet kursierte (1), benutzte Noro Sensei während eines Lehrgangs in Japan in den 1990er Jahren (?) unter ausdrücklicher Bezugnahme auf seinen Meister (ô Sensei) für die Bewegungen, die er zeigte, die doppelten Bezeichnungen – itten/shiho nage, nitchi/nikkyo, yonten/kaiten nage - und signalisierte damit den Aikidokas die technische Kontinuität zwischen Aikido und Kinomichi. Doch auch wenn die Aikido-Waza blieben, so stand doch *ki no nagare* im Vordergrund: der Energiefluss, die Fluidität des Kontakts mit dem Partner. An Aikidokas gerichtet war seine Lektion klar: Kinomichi schafft "Raum" (er sagt es übrigens auf französisch - espace) durch den Kontakt mit dem Partner selbst.

Von daher scheint mir, dass die einzigartige Originalität des Kinomichi darin besteht: Rücksicht auf den anderen zu nehmen, wer auch immer er sein mag. Sein Körper und sein Herz gehen mich in erster Linie etwas an, und ich muss mich durch vereinbarte und übereinstimmende Gesten um sie kümmern. Kinomichi lehrt uns, jeden Partner hochzuschätzen; keiner ist unwichtig. Es gilt, die Energie jedes Partners kommen und fließen zu lassen, sie zu empfangen, um zu zweit, manchmal zu dritt, einen Raum der Dynamik und Freude zu schaffen, durch Gesten, die unsere Verkrampfungen, Ängste und Eitelkeiten lösen. Die Aikido-Techniken (Aikido Waza) sind immer präsent, nicht mehr, um meine Macht über den anderen in einem Geist der Dominanz zu sichern, sondern um ihm meine Wertschätzung durch ein gegenseitig aufgebautes Wohlwollen zu bezeugen, das nicht allein aus meiner Sicht verordnet wird.

Es ist bekannt, dass wir auf der Tatami bewusst oder unbewusst Affinitäten zum Ausdruck bringen: Wir suchen diesen oder jenen Partner, um unsere Vorlieben zu befriedigen. Aber wenn Masamichi Noro uns lehrte, dass das gesamte Kinomichi in seiner Übung des "Kontakts" (*ki awase* oder *ki no musubi*) enthalten ist, der zugleich sein Anfang und sein Ende ist, dann besteht unsere gesamte Übung darin, diesen Kontakt mit jedem Partner zu kultivieren, wobei die Aikido-Techniken überprüft und modifiziert werden, um zu Mitteln einer solchen *Sorge um den anderen* zu werden. Denn jeder und jede ist einzigartig, hat seine eigene Geschichte, die wir taktil wahrnehmen, indem er oder sie den Körper weich oder steif trägt, Energie abgibt oder zurückhält. Jeder Mensch hat seine moralischen und körperlichen Schwachstellen, die oft durch eine Verhärtung des Körpers verborgen werden, und meine Aufmerksamkeit für den anderen tastet diese Schwächen ab, löst sie, um die Ressourcen freizusetzen und sie in gemeinsame Freude umzuwandeln.

Daher besteht die Technik des Kinomichi vor allem darin, den Partner in die richtige Position zu bringen. Eine Wurftechnik im Himmel (*ten* oder *nage*) oder eine Kontrolltechnik auf dem Boden (*chi* oder *kyo*) kann nur dann ausgeführt werden, wenn man zuvor *uké* in eine für seinen eigenen Körper richtige Haltung gebracht hat, und nur unter dieser Bedingung, wie mir scheint. Andernfalls führe ich eine einsame Bewegung aus und vernachlässige meinen Partner, egal wie wertvoll ich meine Geste auch finden mag. Im Kinomichi lerne ich nicht eine Technik für mich,

um sie auf jemanden anzuwenden, der mehr oder weniger empfänglich ist, sondern wir lernen und stellen eine Technik durch und füreinander zusammen, und es ist nur meine Wahrnehmung der Empfänglichkeit von *uké*, die es uns ermöglicht, eine harmonische Kombination zu erzeugen, da unsere Situationen ohnehin umkehrbar sind. Wie die Alten mit tiefer Weisheit sagen: Ein guter Partner ist ein guter Praktizierender. Denn Ausführender (*tori*, yang) oder Partner (*uké*, yin) sind die beiden Pole desselben Lebensraums.

Zwar muss gegenseitiges Wohlwollen jede Form der Vernachlässigung des anderen verbannen, von der offensichtlichsten (Brutalität) bis zur diskretesten (Ablenkung), doch darf dieses Verständnis weder die technische Richtigkeit opfern noch sich in Worten ergehen. Ganz im Gegenteil: Durch eine feine Haptik und eine anspruchsvolle, präzise, gerechte Technik kann ich mich für die richtige Platzierung des Partners empfänglich machen, seine Zurückhaltung oder Hingabe, seine Steifheit oder seine Teilnahme erkennen, ich kann in seinem Herzen lesen und mit ihm oder ihr eine synchrone Bewegung aufbauen, synchron ohne Vorwegnahme oder Verzögerung von Seiten des einen oder des anderen. Zu schnell bedeutet, dass man den aktuellen Kontakt schnell beenden will, obwohl man alle seine vibrierenden Nuancen auskosten sollte. Zu langsam bedeutet, dass man die Übung nur widerwillig mitmacht, als ob der Partner einen langweilt.

Aber wie kann man sich langweilen, wenn man sich nicht einmal die Mühe gemacht hat, sich kennenzulernen, wie kann man in die Geheimnisse einer Persönlichkeit, in die Erinnerung eines Fleisches einzudringen? Kinomichi liegt in dieser Präsenz gegenüber dem anderen, diesem lächelnden Gesicht, das man ihm als Vorwort oder als Dankeschön schenkt. Die Aikido Waza, die methodisch am Maßstab des *Shin* (Herz und Geist) überprüft werden, sind das Vokabular einer solchen Botschaft der Freundschaft.

Morihei Ueshiba sagte "Aikido ist Liebe" und spielte dabei mit der Homophonie zwischen *ai* (合 Harmonie) und *ai* (愛 Zuneigung). Masamichi Noro hat lange über diesen Satz nachgedacht, der meine Jugend als Aikidoka-Novize durchdrungen hat. Und als er uns gegen Ende seines Lebens lehrte, dass Kinomichi *ki shin do*, der Weg der Herzenergie, ist, gelang es ihm schließlich, dank einer sauberen, von jeglicher Aggressivität gereinigten Technik, den Wunsch seines Meisters zu erfüllen, denn im Japanischen ist das Radikal dieser Liebe eben *Shin* (心, kokoro, das Herz). Die früheren "Angriffsformen", bei denen ich die Hand auf den anderen lege, sind zu "Kontaktformen" geworden, bei denen wir uns die Hand reichen.

Ist Kinomichi also ein Aikido-Stil?

Ich für meinen Teil würde denken, dass es die reinste Perfektionierung davon ist, und der Tatami ist unsere Werkstatt für die technische und moralische Perfektionierung.

Ich möchte mit einer persönlichen Note schließen. Mich apostrophierend, sagte Masamichi Noro oft zu mir "Philosoph, viel Freude!". Lange Zeit dachte ich, er wolle damit einen traurigen Hintergrund in mir auflösen und ausdrücken, dass die Philosophie im Japanischen eine Schule der Freude sei.

Heute interpretiere ich das ganz anders: Dank der Erfahrung auf der Tatami besteht die Weisheit darin, anderen Menschen Freude zu vermitteln. *Dare alicui laetitiam*, sagte Cicero ;

"Dem anderen Freude schenken" sollte auf der Stirnseite jedes Dojos stehen.

Christophe Genin, Mitglied im technischen Komitee, 4. Dan UFA, BF

(1) Im Februar 2022 ist dieses Video in Farbe und hörbar auf Japanisch (ohne Untertitel) weiterhin in einer gekürzten Version verfügbar:
<https://www.youtube.com/watch?v=xJdVkrO6Ta0>.

Es existiert noch eine vollständigere Version in Schwarzweiß, die manchmal beschleunigt und mit einem unzureichenden Lied vertont wurde: https://www.youtube.com/watch?v=5PbK4n0ff_M

Die vollständige Version auf Japanisch ist privat zugänglich:
<https://youtu.be/JYn6xYi2SxU?fbclid=IwAR1umqiO0iO5qJsas36u6LIPOMfDHdso5bP8wNWkZ-RXvHKB5YpBcrSiA>.