



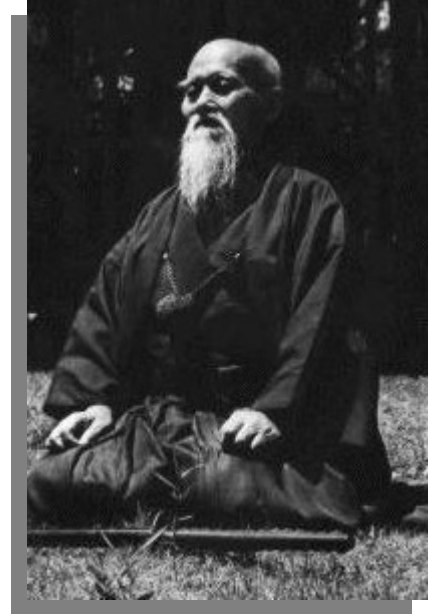
Tatsu-Ryu-Bushido



„Aikido“

Aikido

Die verhältnismäßig junge, japanische Kampfkunst Aikido wurde Anfang 1900 von Morihei Ueshiba (1883 – 1969) aus verschiedenen Kampfstile wie Kenjutsu und Jiu-Jitsu/Ju-Jutsu entwickelt. Das Wort „Aikido“ setzt sich aus den Schriftzeichen „Ai“ (Harmonie), „Ki“ (Geist) und „Do“ (Weg) zusammen und beschreibt den Weg, den eigenen Geist in Harmonie mit dem Geist der Natur zu bringen. Das bedeutet, so zu kämpfen, dass der Gegner von selbst ermüdet, um seine Angriffe dann mit einer Technik zu neutralisieren. Im traditionellen Aikido gibt es keinerlei Turniere oder Wettkämpfe – die Kampfkunst wird als Weg gesehen, die eigene innere Einstellung zu verbessern. Ziel ist es, die negativen Gedanken und Verhaltensweisen von sich selbst zu bekämpfen, die den Verstand einschränken und ihn daran hindern zur Ruhe zu kommen. Es geht also nicht darum den Gegner zu bezwingen.



Die Logik und Philosophie von Aikido beruht auf Yin und Yang: Wenn man einem Angriff (Yang) ebenfalls mit Kraft (Yang) entgegenwirkt, entsteht ein Ungleichgewicht und es läuft darauf hinaus, dass der Stärkere gewinnt. Beim Aikido jedoch muss man physisch nicht sehr stark sein: Wenn man die Kraft des Gegners aufnimmt (Yin) und aus dem Gleichgewicht bringt – ohne dabei eigene Kraft aufzuwenden – stellt man wieder Harmonie her. Man verwendet somit die Energie und Aggressionen des Gegners, um ihn bewegungsunfähig zu machen oder zu werfen. Die Schüler trainieren auch mit Holzwaffen, wie Holzschwert (Bokken) und Stab (Jo), um ein besseres Verständnis für die Bewegungsabläufe zu bekommen. Während des Trainings lernt man bei den Techniken den inneren Energiefluss (Ki) einzusetzen und mit Hingabe zu trainieren, damit der wahre Geist des Budo (kriegerischer Weg) zum Vorschein kommen kann. Dieser zeigt sich dadurch, dass man körperlich im Kampf eher nachgiebig sein kann, jedoch trotzdem Herr der Lage bleibt.

Das Graduierungssystem beinhaltet die Schülergrade (Kyu) von 6 bis 1, darauf folgen die Lehrergrade (Dan) ab dem 1. Dan. Bunte Gürtel findet man meist nur im Kindertraining. Neben dem rein sportlichen Teil, erlernen die Schüler Techniken, mit denen sie ihre inneren Kräfte nicht nur sammeln, sondern auch gezielt einsetzen können. Zur Ausbildung gehören noch andere japanische Praktiken wie Iaido (japanische Schwertkunst) und Shiatsu (Fingertherapie).

Autor:	Lea Deinert
Bilder:	Tatsu-Ryu-Bushido – Canon EOS 400 D
Erstellt am:	08/2009
Copyright:	1987-2009 www.tatsu-ryu-bushido.com
Quellen:	Goodman F. (2000) KAMPFSPORT – Asiatische Kampfkünste im Überblick Eurobooks Worldwide ISBN 3-89815-079-8