

...mit dem Freiburger Aikidoka Manfred Reil

Ich werde hoffentlich irgendwann an den Punkt kommen, dass ich die Prinzipien des Aikidos verinnerlichen und mich nach diesen bewegen kann. Aber selbst dann kann ich noch nichts mit ihnen anstellen. Sie sind mir immer noch etwas Fremdes. Erst wenn ich beginne, zu spüren, zu sehen..., dann kommt der lange Weg des Improvisierens, der Selbstfindung.



O Sensei quasi vorwarf, dass er die Schüler mit seiner »neuen Methode Aikido« überfordere, weil er ihnen die Möglichkeiten, die notwendige Reife zu entwickeln, mit diesen neuen Techniken nehmen würde...

Wenn wir das Lebenslicht erblicken, dann lernen wir auch nicht gleich, zu laufen. Lebenswichtige Dinge wie z. B. die Nahrungsaufnahme sind dann massgebender. In diesem Fall könnte man von einer natürlichen Abfolge sprechen. Im Erlernen des Aikido gibt es diese Abfolgen auch.

Wir Westler möchten gerne wissen, was wir tun, wenn wir denn schon etwas tun. So störte mich in meinen Anfangsjahren, dass ich nun mit dieser mir sehr fremden japanischen Lernmethode konfrontiert war, ganz nach dem Motto: »Schau zu und mach es möglichst genau so.« Für mich ist dies ein Schritt zurück ins Babyalter, zumal, wenn es auf die Frage »warum« keine Antwort gibt.

Dem Aikido liegt die Selbstverteidigung zu Grunde. Heutzutage gerät dies sehr oft in Vergessenheit. Viele Lehrer wissen nicht mehr, in welche Phase etwas gehört! Vergleich: Müssen wir noch gefüttert werden, lernen wir laufen, sprechen, oder sind wir schon weiter.

Ich bin gerne bereit, nachzuahmen, was mir »meine Eltern« vormachen. Doch wenn ich Fragen habe, erwarte ich Antworten. Auch wenn ich es noch nicht ausführen oder begreifen kann.

Ich werde hoffentlich irgendwann an den Punkt kommen, dass ich die Prinzipien des Aikidos verinnerlichen und mich nach diesen bewegen kann. Aber selbst dann kann ich noch nichts mit ihnen »anfangen«, sie sind mir immer noch etwas Fremdes. Erst wenn ich beginne, darin etwas zu spüren, etwas zu sehen, dann kommt der lange Weg des Improvisierens, der Selbstfindung. Deshalb muss ich am Anfang beginnen.

Für bin heute so weit, dass ich sage: »Warte bitte mit Deinen Fragen, fühle hinein in die Form und überlege mit mir, wozu diese Form dient. Es ist nicht unbedingt etwas, was Du auf der Strasse gebrauchen kannst. Aber man könnte damit auch das oder jenes machen... oder nur den Rhythmus des Angreifers stören.«

Ich versuche den Weg zu erklären, weise aber auf die Notwendigkeit der eigenen Erfahrung hin. Denn verbales Lernen ist und bleibt ein »Schmankerl fürn Westler«. Ein Erfühlen muss erfahren werden, »es muss in den Bauch hinein«. So weiss ich heute, dass es für mich mit meinen Einmeterfünfundsechzig sinnlos ist, jemanden von hinten mit einem Würdegriff anzugreifen, der Einmeterachtzig gross ist. Ich werde niemals einen grossen Angreifer mit einem Nikyo zu führen versuchen. Denn je nachdem, wie ich ihn beherrsche, wird er, wenn ich ihn halbherzig heruntergeführt habe, noch immer »über mir stehen«, bei meiner Grösse. Das sind Erkenntnisse des Lernens und Erfahrens. Deshalb unterstütze ich die Aussage von Shioda Sensei: »Erst die Basis, der Kampf und die Selbstverteidigung, dann von mir aus die weitere, höhere Entwicklung.«

Hat sich an dieser Einstellung von Shioda im Yoshinkan etwas geändert?

Das kann ich Dir nicht sagen, weil ich die Gruppe nicht kenne. Lediglich zwei Bücher habe

Manfred, im Jahre 1999 hast Du schon einmal einen Artikel zur Veröffentlichung ans Aikidojournal gesandt. Heute bist Du mit Deiner vierköpfigen Familie hier, um in der Sommersonne Euren Jahresurlaub zu verbringen.

Ja, das damals war eigentlich nur ein Leserbrief.

Hier habe ich den Leserbrief, er lautet: »Gedanken über die Wandlung des Weges«. Mir fiel darin der Abschnitt auf, in dem Du daraufhin weist, dass Gozo Shioda Sensei (Anm. der Red.: Begründer des Yoshinkan Aikido) nach dem Krieg

ich darüber gelesen. Bekannt ist mir nur, dass die Füße sehr stark nach aussen gestellt sind. . . Aber ob das zu mir passt, das bezweifle ich. Auch lehne ich kategorische Festlegungen ab. Mache es mal, fühle hinein, was fühlst Du, das ist für mich o.k.

Ich schätze an diesen Büchern, dass ich ihnen nachschlagen und Dinge herausholen kann, die man heute nicht mehr sieht. Bevorzugt man eine härtere Gangart, dann ist dies durchaus empfehlenswert. So wie z. B. mit dem shiho-nage »herunterführen und einen Schlag zum Gesicht«. Ansonsten sehe ich die Unterschiede als nicht so gravierend an. Vor allem, wenn man das Buch sieht, dass Shioda Senseis Sohn herausgebracht hat.

Wie lange machst Du jetzt Aikido, wo hast du angefangen?

1991 habe ich in Tübingen begonnen, bei zwei Lehrerinnen. Der Grund war für mich, dass ich das Fallen so toll fand – »nicht auf die Schnauze fallen, sondern fallen und gleich wieder hochkommen«. Das hat mich am Anfang auch gehalten.

Man kann solche Themen auch gleich auf den Menschen beziehen, ich sehe dies heute immer wieder bei meinen Schülern. So stellte sich bei mir schnell heraus, dass ich ein guter uke bin, konzentriert angreife und wenn notwendig, dann gehe ich auch mit. Als Nage habe ich da so meine Schwierigkeiten.



Das ist auch mein Lebensthema. Ich bin anpassungsfähig, ich kann angreifen, aber ich kann mich nicht unbedingt gut verteidigen.

Jeder der in sich hineinhört, erfährt durch Aikido, wo er seine Schwerpunkte und wo er viel zu lernen hat.

Ich habe ein Jahr lang wing tsung geübt, danach konnte ich dieses »reindreschen« nicht mehr ertragen. Dazu bin ich nicht der Typ. Auch reicht es mir zu wissen, was ich mit welcher Aikidotechnik machen kann, um mich zu verteidigen. Ich möchte nicht dauernd mit einer inneren nervösen Spannung durch's Leben gehen.

Zum Glück ist der Selbstverteidigungsaspekt im Aikido nicht mehr massgebend, denn es würde sicherlich viele erschrecken, wenn man erst einmal »reinschlagen« müsste, um dann vielleicht. . . So reicht es heute aus, den der es ein wenig sportlicher mag, an der sportlichen Haltestelle abzuholen, und den, der die Selbstverteidigungsphase hat, an der Selbstverteidigungshaltestelle aufzupicken, so wie ich wegen dem schönen Fallen auf- bzw. eingestiegen bin. Man

kann es nicht jedem recht machen, aber Aikido hat ein Potential, das sehr tief und weit, ja viel tiefer und weiter als bei anderen Budoarten geht.

Wenn man mit einer Gruppe arbeitet, mit welcher man darauf eingehen kann – wenn sie es überhaupt annimmt. . .

Ja, dieses Glück habe ich, weil mein Co-Trainer es eher selbstverteidigungsmässig sieht. Ich suche inzwischen mehr die Prinzipien, ich bin zwar noch nicht so ganz weg von der Selbstverteidigung, aber mich fasziniert mehr das Bewegungsprinzip. Allein schon wie der Partner in die Bewegungsprinzipien mit aufgenommen wird.

Das ist das Tolle am Aikido. Da hört es auf, gewisse Formen zu erfüllen, denn die ergeben sich von selber, aus diesem Zusammenfließen. Dieses Handeln, quasi ohne zu denken, macht mir sehr viel Spass. So hat unsere Gruppe das Glück, zwei Wege gehen zu können ohne gross suchen oder wechseln zu müssen. So oder so – beide Formen sind gut.

»... um nicht auf die Schnauze zu fallen«!

Ja, die Kontrolle, darum liebe ich ja Aikido auch so sehr. . . (lacht lange). Es macht alles so offensichtlich. Wenn man lange genug übt, ergibt sich vieles von selbst. Anfänger, fortgeschrittener Anfänger, beginnender Lehrender. Dass ist doch einfach toll. Wenn man sich erinnert, wie

Bestellungen: Editions **Aikidojournal** SARL, B.P. 27, F-07260 Joyeuse
Fax.: +33-475 39 26 36; redaktion@aikidojournal.de

»Saure Nieren« heißt der dritte Jan Wolf-Krimi von GÜNTER ZORN



Tödliche Verbindung
232 Seiten kt. 11,5 X 18 cm
ISBN 3-930612-28-3 8,60 Euro



Falsche Perlen
260 Seiten kt. 11,5 X 18 cm
ISBN 3-930612-34-8 8,60 Euro

Eine unentbehrliche Lektüre für alle Japan- und Aikidô-Fans!



Saure Nieren
300 Seiten kt. 11,5 X 18 cm
ISBN -3930612-73-9 9,80 Euro

Eine traditionelle japanische Hochzeitszeremonie endet jäh mit dem Tod des Bräutigams. Jan Wolf stößt bei seinen Recherchen auf seltsame Gift-Cocktails, entwirrt die Hintergründe einer plagierten HighTech-Erfindung und macht die Bekanntheit von Kredithaien, die ihre Opfer zu nicht ganz freiwilligen Organspenden nötigen.

Auch im dritten Jan Wolf-Krimi erlaubt die packende Story wieder Seitenblicke auf das Spannungsverhältnis zwischen traditionellem und modernem Japan, auf Kunst wie auf Kulinarisches.

man selbst da gestanden ist, mit Berührungängsten. Wie man niemanden an sich heranliess, weil man »die Kontrolle nicht verlieren wollte«... – dann das dynamische Spiel. Zwar hat man die Kontrolle noch, aber die macht steif, ja, gar unfrei. Es geht hier eher um dieses »den anderen mit hineinnehmen«, ein Kräftespiel zuzulassen, um dann wieder zu kontrollieren.

Ich hatte mal einen Lehrer, der hat das ganz einfach ausgedrückt: »Ich sage jetzt, es geht um diesen Angriff und diese Technik!« Aber letztlich bin ich frei, ich kann mit meinen beiden Händen und meinem Körper alles tun, was ich will. Ich gehe in den Angriff hinein oder weiche ihm aus... Wenn es nur harmonisiert! Ich muss nicht unbedingt diese Technik machen...

Im Gegensatz dazu musste ich bei meiner letzten Station erleben, dass man in seinen Körper hineinzu packen hat, was gesagt wurde. Und schlimmer, vor allem hatte auch der uke das zu tun, was von ihm verlangt wurde... kein Wunder das man heute über Aikido so viele Schauer geschichten erzählt. Aber lassen wir dieses Thema lieber.

Ich muss nur erkennen was richtig ist, dann ist Aikido ein wunderbares System. Ich kann mich als Mensch über die Bewegung erfahren und mich entwickeln. Langsamer, schneller, mit Umwegen, direkt...

... wenn es Dir erlaubt wird. Verboten kann es keiner.

Es ist ein schwieriges Terrain. Als Fortgeschrittener, als Lehrer bin ich in einer Verantwortung wie eine Mutter, ein Vater. Wenn ich sehe, dass mein Kind in eine Gefahr hineinläuft, dann ist das Handeln und die Verantwortung klar. Der Spielraum ist dann gross, wenn ich es Freiheiten lernen lasse. Der Verantwortung gerecht zu werden ist als Mutter, Vater ebenso schwierig wie als Aikidolehrer.

Klar, aus meiner Warte kann ich sagen, dass die rigiden japanischen Methoden, die ihren eigenen kulturellen Hintergrund haben, für mich nicht passen. Wir Westler wollen etwas anderes. Diese urjapanischen Methoden sind nicht unter unseren Hut zu bekommen, selbst mit viel Goodwill nicht. Wenn es aber ums Vermitteln des Lernstoffs geht, klemmt es gewaltig, wenn ich das eine ohne das andere benutze.

Diese überlieferten Lernmethoden sind nicht unbedingt für uns geschaffen.



Vielleicht sind viele Lehrer diesbezüglich angepasster oder freier, haben weniger Hemmungen als ich. Mir fällt die überlieferte Lernmethode schwer. Diese »Schere« zwischen den Kulturen, mit ihren irren Unterschieden im Lernen, Lehren und im Sein bereitet mir wahnsinnige Schwierigkeiten. Es kann nicht Sinn der Sache sein, dass wir als Westler gen Osten ziehen und uns quasi aufgeben. Man kann seine Wurzeln nicht kappen.

Nur wenn ich mich und meine Umwelt verstehe, kann ich anfangen, eine andere zu erfassen... – worauf Du ins esoterische Freiburg gegangen bist.

(lacht) So schlimm war das gar nicht. Ja, doch, Freiburg ist schon »ziemlich« esoterisch. Aber dafür gab es damals auch drei Aikidogruppen und die waren gar nicht so esoterisch. Es gab viele unterschiedliche Lehrer... sehr viele Studenten. Und leider empfand ich eine gewisse Konkurrenz in der Gruppe, bis hin zum misstrauischen Umgang miteinander. Es gab dort, und gibt sie sicherlich noch immer, hervorragenden Lehrer, aber in der Gruppe selbst machte mir das Aikido keinen Spass.

Tübingen war eine andere Gruppe?

Ja, das war eine kleine Tendoryu-Gruppe, geleitet hauptsächlich von einem Lehrer. Er überliess aber der zweiten Generation mit »frischen Sho-dan« das Training. Eine stabile kleine Gruppe mit viel Spass am Aikido und einer gewissen Zuneigung zueinander.

Das reizt mich an Gruppen, wenn die unterschiedlichen Charakteren ihre Stärken untereinander einsetzen und ihre Schwächen ausgleichen, und akzeptieren.

Das fehlte der Aikikai-Gruppe in Freiburg, wie lange bis Du dort geblieben?

Ein Jahr bin ich geblieben. Es gab einen Trainer der sehr gut war, dann aber leider wieder

nach Japan ging. Die anderen waren teilweise etwas heftig drauf, mit langem Eingang und »Rattabumm-Abschluss«... was ich nicht so besonders gerne mag.

Aber Asai Sensei bewegt sich doch so gar nicht?

Es gab auch Leute, die Dinge machten, die ich vorher noch nie gesehen habe und die auch menschlich anders drauf waren.

Ich ging dort weg, weil ich dann die Gelegenheit bekam, ein eigene Gruppe zu leiten. Dort tummelte ich mich dann lange mit zwei, drei, vier anderen herum. Die Gruppe ist heute noch klein, stabil und der Umgang untereinander... es macht einfach Spass.

Wie kamst Du an die Möglichkeit, diese Gruppe aufzubauen, wann war das?

Über mehrere Ecken, dieser kannte jenen, jener kannte diesen, worauf dieser wiederum den Vorsitzenden des Judovereines kannte... kurz und gut, irgendwann bekamen wir Hallenzeiten. 1998 war ich als Trainer in den Verein eingetreten.

Dann erhielt ich auch noch Unterstützung von Stefan und seiner Freundin von Saarbrücken, die wegen einer Arbeitsstelle in Freiburg Fuss fassten sowie eines Aikidokas aus Bad Säckingen, der wegen seines Studium nach Freiburg kam. So waren wir ab ca. 2001 schon eine stabilere Gruppe die immer zusammen trainierte.

Stefan und Birgit machen sehr viel Vorstandsarbeit. Im Judoclub erarbeiteten sie Selbstverteidigungslehrgänge für Frauen oder Anfängergruppen und und und... So bleiben doch immer wieder einige hängen und die Gruppe ist von beiden Geschlechtern gut besucht.

Du hast jetzt Deinen zweiten Dan gemacht?

Als es vor einiger Zeit zu der Spaltung im TAD kam – Du hast ja darüber auch im Aikidojournal berichtet – war ich doch sehr über die Verhaltensweise unseres Shihans Shimizu verwundert.

Ich denke, es lag an meiner Trainerstelle, dass mir dann sehr viel Unangenehmes zugetragen wurde. Ich verstand nicht, warum man das alles mir erzählte, es hätte in andere Ohren gehört. Die waren aber scheinbar mehr mit Kampf be-

schäftigt, sodass das Aiki zu kurz kam. Kurz, es wurde an allen Ecken und Enden gehebelt und gebohrt...

Willst Du damit sagen, man verhielt sich nicht »Aiki«do-mässig?

Ja, mein ukemi nutzte mir nichts, ich wurde selbst von manchen benutzt und missbraucht. Warum es soweit kommen musste, liegt wohl daran, dass jahrelang weder Streit noch Freiheit zugelassen wurde.

Der oberste Herr hat auf japanische Art seine Befehle an seine Vasallen weitergegeben und die hatten dafür zu sorgen, dass es so lief, wie er es wollte. Da musste es irgendwann ja mal krachen, denn wenn man das japanische Kollektivverhalten nicht schon mit der Muttermilch eingeflösst bekommt, ist eine Auseinandersetzung notwendig.

Leider zeugten die folgenden Explosionen nicht von Streitkultur. Dass dann aber auch noch die nächste Generation der Befehlskette einzelne Mitglieder tadelte und ihnen vorschrieb, wie sie sich auf Lehrgängen des Meisters zu verhalten haben und Stilreinheit predigten, hat mir die Augen geöffnet.

Für mich gehört eine persönliche Entwicklung zum Aikido. Harmonie, soll O Sensei gesagt haben, Harmonie und Liebe! Im sozialen Miteinander erfordert es ein gewisses Mass an Fürsorge und Toleranz, die jeder Mensch aufbringen muss. Das gilt auch für den Aikidoka, vor allen Dingen für den ranghohen Aikidoka.

Ich habe in diesem Verband immer noch sehr viele Freunde, und der soziale Aspekt ist mir wichtig. So blieb ich zunächst auch still, zumal ich in der Vorvergangenheit schon erlebte, dass es »Vogelfrei« gibt... Wenn Du weiterkommen willst, dann musst du dich verhalten wie es verlangt wird. Z.B. trainiere nie bei einem Vogel-freien... Ich finde dieses Verhalten unklug, einfach unklug.

Zuletzt habe ich dann doch beschlossen, Farbe zu bekennen. Wegen der Freunde werde ich im Verband bleiben, im regionalen Netz, aber ich werde nie mehr bei Shimizu trainieren.

Ich bin wieder auf Michael Daishiro Nakajima zurückgekommen, bei dem ich schon einmal einen Lehrgang besuchte. Er hat mir sehr gut gefallen. Er besitzt die Komponenten, die ein Meister haben sollte.

So fahre ich zwar zweigleisig. Aber wenn man mich raushaben will, aus dem TAD, dann gehe ich halt.

Stefan ist auch im TAD?

Ja, aber er interessiert sich nicht für Verbandspolitik. Er geht auf seine Lehrgänge und der hierarchische Rest interessiert ihn wenig. Er kann es auch nicht so ganz verstehen, was da so abläuft. Wir haben keinen Glaubenskrieg miteinander, er macht sein Aikido und geht zu Shimizu, ich mache meins, was sich ja noch nicht so sehr von dem seinen unterscheidet.

Deine Art des Aikidos ist weniger Selbstverteidigung, eher was?

In Prinzipien eintauchen und kreativ sein. Umfassendes Lehren und Lernen zugleich. Das, was ich bei den Schülern herausholen möchte, lässt mich vieles lernen. Der Selbstverteidigungsaspekt ist mir auch wichtig, weil ich wissen will »warum was wie ist«.

Ich habe eine Zeitlang Tai Chi bei einem Lehrer geübt, der genau wusste, welche Technik warum angewandt wird. Das war für mich ein viel tieferer Aspekt des Lernens. Da wird nicht nur, auch wenn es vorerst so aussieht, mit der Hand die Luft gestreichelt. Es ist in Wirklichkeit ein Ellenbogenblock. Wenn ich z.B. einen Sankyo zeige, dann erkläre ich meinen Leuten, dass es ein Buch von Bruce Lee gibt, in welchem er demonstriert, wie man sich gegen einen »halbherzigen Sankyo« mit einem Tritt in die Nieren wehren kann...

So kann ich ihnen zeigen, das ein Sankyo keine Lücke haben darf. Spüren sie eine Lücke, ist es wahrscheinlich schon zu spät. Um meine Schüler zu sensibilisieren, verwende ich solche Beispiele und ich spüre dabei, dass sie »aufnehmen und verarbeiten«.

So kann ich mit ihnen lernen und wir können uns entwickeln, unsere Kontrollbestrebungen verschieben sich, sie werden dynamisch.

Ähnliches erfahre ich, wenn ich auf einem Lehrgang Freunde aus meiner Tübinger Gruppe nach Jahren wieder sehe. Da ist eine Entwicklung festzustellen, die immens ist. Ich hoffe es geht ihnen mit mir genauso. (lacht) Dieser Wandel im Menschen ist es, der mich reizt, Aikido zu machen und zu lieben.

Dieses Spüren, das »ki« spüren?

In dem wunderschönen Buch von Herrigel, »Zen in der Kunst im Bogenschiessens«, sagt er: »Es schießt«, nicht »Ich«. Ich habe in frühen Jahren einmal einen Ikkyo erlebt, den ich nicht machte, er floss. Ich wusste nicht, wie er zustande gekommen ist. Das sind so Momente, in denen ich mir sage: »Ja es gibt dieses ETWAS, aber es ist ein verdammt langer Weg! Um so mehr ich Es haben will, um so weiter weg sehe ich Es.

O Sensei hat seine Kampfkunst mit dem »Mystischen« verbunden. Ich denke, es ist sicher möglich, nur dauert es sehr lange.

Ich freue mich über »Erfolgsblitzchen«, wenn Es quasi meditativ in der Situation vorhanden ist. In so kleinen Dingen am Rande des Horizontes... – ich glaube daran.

Nicht von ungefähr kommt es, dass ich sagte, ich will weg von Shimizu. Ich will deswegen auch zu Daishiro Shihan, weil es noch andere wichtige Dinge im Aikido zu entdecken gilt, zum Beispiel mittels Vorstellungskraft bzw. der Kraft, die in uns wohnt, zu arbeiten und nicht nur mittels Kraft- und Hebeltechniken.

Es gibt Menschen, die sagen, dass sie so etwas spüren. Wenn man dies an ihren Techniken und ihrem Wesen sehen kann, ist dies mein neuer Weg.

Wir sprachen vom »esoterischen Freiburg«, aber ich bin trotzdem noch ein ungläubiger Thomas. Ich muss sehen und spüren, sonst fällt es mir schwer, zu glauben.

Von wegen »auf die Schnauze fallen«...?

(lacht) Du, wenn ich so manche »Esoblättchen« sehe und die Inserate lese... dann geht es mir wie mit den mittelalterlichen Ärzten... – dann packt mich die quasi die Angst.

Das Mittelalter hat sowieso etwas sehr Suspektes, denn wie schafft man es, quasi aus einer geistigen Blütezeit »ins Mittelalter«, in ein »geistiges Loch«, zurückzufallen?

Manfred, Deine Kinder sehen sehr hungrig aus. Und bevor sie über mich herfallen... – ich danke dir für dieses Gespräch und die Zeit, die Du Dir dafür genommen hast. ■