

Interview AIKIDO JOURNAL mit Renata und Dragish Jovic

Renata: Warum möchten Sie ein Interview mit uns führen?

Aidiko-Journal: Vor Jahren hatte ich die Idee zu einer neuen Artikelreihe, die ich mit dem Titel »Aikidokas« bezeichnete. Ich stellte fest, dass die Leser diese Artikel »verschlangen«, ja dass diese Artikel für viele den Grund bildeten, überhaupt zum Aikidojournal zu greifen.

Renata: Weil es um den Menschen, nicht allein um die Sportart ging?

AJ: Exakt, die Identifikation mit dem Erzählenden hat ganz offensichtlich Spass gemacht.

Dragisa: Ich lese auch gerne »Geschichten«, besonders gerne von »Nicht«-Japanern. Von ihnen kennt man schon fast alles, sie stehen ja meist an erster Stelle, wenn es um Veröffentlichungen geht. Der »andere« Aikidoka aber, derjenige, der ebenso viel erarbeitet, sich ebenfalls entwickelt hat, von dem hört man weniger. Obwohl er vielleicht mehr Potential an Spontaneität aufweist, geht er oft unter. Das, was die Aikidokas in Europa oder sonst wo in der Welt machen, interessiert mich viel mehr. Insofern freut es mich, wenn ich im Aikidojournal von relativ unbekanntem Aikidokas lese. Denn sie sind genauso gut und es steckt ebenso viel, wenn nicht sogar mehr Arbeit hinter ihrem Wirken! Denn sie können nicht vom »hausgemachten japanischen Image« zehren, von der »Selbst-Verständlichkeit« des japanischen Aikidokas.

AJ: Ihr sagtet im Vorgespräch, dass die Aikido-Schule-Bern ihr »10 Jahre-Jubiläum« feiern kann?

R.: Richtig, dieses Jahr feiern wir unser 10jähriges, es wird sicherlich ein Fest stattfinden.

D.: Das Fest ist für Ende Jahr geplant (Herbst). Gleichzeitig übe ich seit 30 Jahren Aikido und mein 50jähriger Geburtstag steht an, also 3 runde Feiertage.

AJ: Hat die andere Seite der Familie auch etwas zu feiern?

R.: Das 10-jährige Dojo-Bestehen ist zugleich das 10-jährige professionelle Aikido-Tätigkeit und Dojo-Führung. Übrigens als erste und bis heute einzige Frau in der Schweiz.

AJ: Wo habt Ihr mit dem Aikido begonnen?

D.: Ich begann 1972 in Belgrad mit Aikido – wir hatten keinen japanischen Lehrer vor Ort. In »kürzester« Distanz zu uns lebten die Japaner Hosokawa, Fujimoto und Tada – in Italien. Folglich reisten wir jahrelang nach Florenz, Mailand oder Rom, zu den bekannten grossen und kleinen Lehrgängen, mit einem oder allen dreien dieser vorgenannten Meistern. Sensei Y. Fujimoto war jahrelang Shihan unseres Landes. Unser Training wurde durch die Aufenthalte in Italien und die Stage (2mal pro Jahr) in Belgrad getragen. Prüfungen wurden von allen drei Sensei abgenommen.

Wir lebten von diesen Stage, saugten alles ein und waren sehr motiviert und enthusiastisch. Dabei haben wir alles von uns gegeben auch der »harte Körperersatz« blieb nicht aus. Das Fehlen der »Führung« vor Ort führte zu einer enormen Selbstständigkeit und Entwicklung, um überhaupt bestehen zu können. Auch »theoretische Sitzungen«, an welchen über verschiedene Texte und Bücher von O Sensei geredet und Meinungen ausgetauscht wurden, gehörten dazu.

AJ: Warum musste es vor 30 Jahren Aikido sein? Besonders, wenn ein Lehrer fehlte?

D.: Ja, Aikido war vollkommen unbekannt. Ich hatte zuvor auf dem Gymnasium zwei Jahre Karate geübt und hörte dann, es gibt da etwas geheimnisvoll Neues, das sehr interessant zu sein schien.

Ein Nachbar und Kollege von mir fing damit an und zeigte mir immer seine »neusten« Errungenschaften in Form von Griffen und Hebeln. Er war es, der mich anspornte, mitzumachen. Nach ca. zwei Monaten liess es mir keine Ruhe mehr und ich begann mich ernsthaft damit auseinander zu setzen und mitzumachen.

Die Begeisterung war von Anfang an sehr gross. Und erst recht als ich 1974 am Stage mit Sensei Tada in Belgrad teilnahm. Man traf immer wahrsinnig viele neue Leute. Das war ein grosses neues soziales Netz, sehr interessant. Alle meine besten Freunde habe ich dort gefunden. Man kann sagen, ich bin durch Zufall ans Aikido gekommen.

AJ: Nun, wenn man permanent Aikido übt, dann bleibt es nicht aus, dass sich daraus ein Freundeskreis entwickelt. 30 Jahre Aikido, 10 Jahre Dojo, Renata über 20 Jahre Aikido, die »Liebe auf der Tatami gefunden«?

R.: Ja, aber das ist »nicht wirklich interessant«, man lernt sich überall kennen, so auch auf der Matte. Wir kennen viele Paare, Sie kennen das sicherlich auch von Ihren Interviewpartnern. Diese »Verschränkungen«, die sich auf Männlein und Weiblein beziehen, sind mannigfaltig. Das Leben des Aikido ist durch die Eigenständigkeit des einzelnen bestimmt,

unabhängig in welcher Beziehung man zu einander steht. Diese Parallele ist auch in anderen Tätigkeitsbereichen der Frauen und Männer zu finden. Dies scheint mir viel wichtiger und wie sich bei uns zeigt produktiver im Bestehen.

AJ: Weshalb ging es von Belgrad in die Schweiz?

D.: Es gab keinen besonderen Grund, wir sind 1986 in die Schweiz gekommen und eröffneten fünf oder sechs Jahre später unser Dojo. Von den internationalen Stages her hatten wir schon in den 70er Jahren Kontakte zu Aikidokas aus anderen Ländern, so auch aus der Schweiz.

Den Shihan (Association Culturelle Suisse d'Aikido) Sensei Ikeda kannten wir schon von verschiedenen Stages. So waren die Schweizer Aikidokas auch die ersten Kontakte, welche wir in der Schweiz hatten.

AJ: Wenn ihr 1986 in die Schweiz gekommen seid, bedeutet dies, dass Du, Renata, mindestens schon 6 Jahre Aikido praktiziert hast?

R.: Ja, in Belgrad. Ich hatte 1. Dan. Die Prüfungen habe ich bei Sensei Fujimoto gemacht.

AJ: Die Einreise in die Schweiz war kein Problem? In solchen Dingen ist die Schweiz doch bekanntlich sehr rigide.

R.: Nein, das war kein Problem.

AJ: Der Kontakt zur ACSA war nicht zufällig?

D.: Wir kannten durch unsere vielen Lehrgangsbesuche bereits einige Aikidokas aus der Schweiz, so auch Sensei Ikeda. Fujimoto hat Ikeda Sensei mindestens zweimal im Jahr nach Mailand eingeladen, so hatte ich immer eine Gelegenheit, ihn zu sehen.

AJ: Wie kam es zu der Idee, ein eigenes Dojo zu eröffnen?

R.: Nun, in Bern gibt es viele Dojos, aber zur damaligen Zeit waren die Räumlichkeiten nirgends so, dass wir uns hätten wohl fühlen können. Somit sahen wir uns gezwungen, unsere eigenen Räumlichkeiten zu suchen. Irgendwo unterzukommen, war nicht möglich, alle Abendstunden waren belegt, kein Sportklub, kein Verein hatte freie Kapazitäten.

So kam zum einen die Idee auf, selber anzufangen und ausserdem wurden wir auch von Aikidokas angesprochen und ermutigt, ein eigenes Dojo zu eröffnen. Meistens mit der Frage, können wir mit Euch kommen, wir möchten gerne mit Euch Aikido machen!

Dazu führte auch die Tatsache, dass es zu damaliger Zeit viele Dojos gab, welchen das »Wissen« fehlte. Für diese Zeit hatten wir hohe Gradierungen (3. und 1. Dan) und ein sehr fundiertes Aikido-Wissen. All das beeinflusste die Entscheidung zur Eröffnung des neuen Dojos. Zumal die Nachfrage gross war. So haben wir diese Räumlichkeiten gefunden und angemietet.

Erst später wurde uns bewusst, was für ein Risiko wir eingegangen sind. Rein finanziell war das eine »riesenhafte Sache«. Denn man darf nicht vergessen, das ist ein reines Aikido-Dojo und zwar von Beginn an. Sie wissen sicherlich, was dies bedeutet. Es war ein Riesenunterfangen, die gesamte Renovation und da war ja nur eine Handvoll Leute.

In den Räumen war vorher ein metallverarbeitender Betrieb, allein die Entsorgung und die Reinigung der Räume war ein Kraftakt für sich.

Wir hatten Glück, dass unser allererster Schüler sich daran machte, den ganzen Umbau zu organisieren und wir mit einer Handvoll Leuten diesen schliesslich bewältigen konnten.

D.: Am Anfang waren nur ca. 10-12 Personen im Training. Aber am Ende des ersten Jahres waren es ca. 110 Mitglieder. So konnten wir uns stabilisieren. Obwohl es in den Dojos immer eine starke Fluktuation gibt, hat sich ein fester Kern gebildet, der ein Überleben ermöglichte. In den ersten drei, vier Jahren hatten wir ca. 100 Neuanmeldungen pro Jahr.

Man darf dabei aber auch nicht vergessen, dass wir beide in den ersten sechs Jahren tagtäglich jedes Training zusammen machten, da gab es keine Erkältung und keine Müdigkeit. »Wie zwei kranke Pferde haben wir gezogen«, wie man in unserer Heimat sagt. Wir haben keine Mühe gescheut an jedem Training 200 % zu geben.

R.: Ja, der Motor war und ist der Enthusiasmus und die Motivation, Aikido zu machen, nicht mehr und nicht weniger.

D.: Einige der Danträger, die jetzt hier Training geben, stammen aus dieser Anfangsphase. Heutzutage ist es nämlich oft schwierig, dass ein Schüler länger als fünf Jahre dabei bleibt. Aber aus den ersten zwei Jahren ist uns ein kleiner Stamm erhalten geblieben.

AJ: Differenzen – oder dass jemand abspringt, hat man immer, die Frage ist ...

R.: Eines unserer obersten Prinzipien ist Offenheit und Akzeptanz des Anderssein. Wir respektieren die Persönlichkeiten, dadurch »bleiben die Türen offen«. Selbstverständlich gibt es Abgänge, es gibt Leute, die irgendwann sagen, nein, Aikido gefällt mir nicht, bis hin zum Wegzug, bedingt durch Ausbildung oder Heirat oder auch: »ich bin nicht mehr motiviert«. Es gibt natürlich auch bei uns die ganze Palette der Menschlichkeit, wir sind da keine Ausnahme.

D.: Ein weiterer wichtiger Standpunkt ist, dass wir den Menschen so respektieren wie er ist. Dass er seine Persönlichkeit weiter entwickelt und nicht sein ganzes Leben lang das tut, was wir sagen. Sicherlich, unsere Schüler bleiben immer unsere Schüler, doch wir versuchen natürlich auch, ihr Denken zu fördern, nichts zu unterdrücken und ihnen dabei zu helfen, ihren eigenen Weg zu finden. Wir fördern ausserdem die Kommunikation im Dojo – dadurch kommt Leben rein.

AJ: Erhalten die Schüler, die eine Trainingseinheit übernehmen, ein Entgelt, denn in unserer Welt spielt das materialistische eine gewichtige Rolle und ist nicht selten ein Streitpunkt?

R.: In jeder Schule gibt es eine eigene Philosophie. Darüber hinaus prägt sich eine Gruppendynamik mit einer eigenen Atmosphäre. Wir sind der Meinung, dass solange man in der Schule ist, eine volle Unterstützung gewährleistet wird. Das heisst für uns, dass sich jedes einzelne Mitglied gleich fühlt – vom Anfänger bis zum Danträger. Was wiederum auch heisst, dass der Weg nicht an oder auf einer gewissen Stufe aufhört. Ein Mitglied, das mehr Verantwortung übernehmen will, kann das jederzeit. Ein Danträger, der z.B. ein Training übernimmt, muss nicht erwarten, dass das einfach so gemacht wird. Seine Leistung steht sicher im Gleichgewicht zu dem was er bekommt, aber das wird nicht auf die Goldwaage gelegt. Mit anderen Worten, es werden nicht einfach fünf Trainingsstunden im Gegenwert gutgeschrieben bzw. verrechnet. Das würde im übertragenen Sinn lediglich die altbekannte materialistische Schraube weiterdrehen.

Auch wenn ich eine Trainingseinheit abgebe – ich muss ja trotzdem präsent sein und beobachten, was abgeht bzw. gegebenenfalls korrigierend eingreifen. Sprich, unsere Arbeit ist mit dem Abgeben einer Trainingseinheit nicht beendet.

Meine Pflicht als Schulleiterin endet nicht beim Verlassen der Tatamis, der menschliche Aspekt, der Anspruch, der gegenseitige soziale Treffpunkt findet eher ausserhalb des Aikidotrainings statt und muss auch geachtet werden. Hat es sich einmal eingespielt, geht es »Hand in Hand«.

Wir haben eine Abstufung: Danträger – Assistent – Trainer. Jeder hat eine andere Verantwortung. Die Verantwortung umfasst alle Punkte des Dojolebens, nicht nur den Trainingsbetrieb. Vereinfacht ausgedrückt, es gibt einen gemeinsamen Topf, nicht jeder hat seinen eigenen Topf. Aufgrund eines Einsatzes soll die Initiative aber auch belohnt werden, sei es durch finanzielles Entgelt oder Privatstunden oder dass wir ihnen einen Stagebesuch bezahlen etc. Im letzteren Fall verlangen wir aber auch, dass das als Weiterbildung angesehen wird. Die Kette von Verflechtungen erachten wir als sehr wichtig.

In diesem Sinne erwarte ich von niemanden, dass er etwas gratis macht, aber zur Schule gehören heisst auch, etwas in den Topf hineingeben, auf dass wir alle gemeinsam weiterkommen.

AJ: Irgendwie höre ich da den Aufbau der ACSA heraus?

R.: Das müssten Sie mir näher erklären, das ist mir zu weit entfernt. Das Dojo ist enger. Wir haben nicht nur mit den Danträgern Kontakt, wenn wir »ein Treffen haben«, sondern tagtäglich, im Training und danach.

AJ: Das mir bekannte Schulsystem der ACSA beinhaltet so viel ich weiss, die verschiedenen Stufen, z.B. Shihan, Shidoin, Fukushidoin sowie auch die soeben von Ihnen genannte Abstufung Danträger, Assistent, Trainer...

R.: Haben Sie da einen tieferen Einblick in diese Arbeit?

AJ: So wie ich die Frage interpretiere, sage ich lieber »wenig bis Nein«! :-)))

R.: Ich stehe dem sehr kritisch gegenüber. Es mag sein, dass es solche Grundsätze gibt, dass diese möglicherweise schriftlich festgehalten sind, aber ich kann das nicht unterschreiben, zumindest nicht in dem Umfang, den es benötigen würde. Aber es hat sicher Parallelen, für mich ist wichtig, dass es hier im Dojo nicht als ein künstliches Produkt angesehen wird.

Es ist etwas mit dem wir und die gesamte Schule gewachsen sind. Am Anfang gab es keine Danträger oder fortgeschrittene Teilnehmer. Alles, was neu kam, war für uns ebenso wie für die Schüler neu. Sicherlich hatten wir eine Vorbild-Funktion, aber wir sind zusammen gewachsen. Selbstverständlich überbreiteten wir eine Wegweisung, schauten möglichst weit über den »Tellerrand«. Aber es war ein gegenseitiges Ziehen – im Team etwas heute immer wichtigeres! Aikido ist sicher sehr hierarchisch, aber wenn es auf guten Füßen steht, möglichst schön abgestuft möglichst breit-horizontal und nicht spitz-senkrecht nach oben zulaufend, dann kann ich das unterschreiben.

Das »Wachsen« der Schüler bedeutet nichts anderes als das »Wachsen« des Lehrers. Das ist die heutige Herausforderung, welches in unserer Zeit als »Prozess« benannt wird und uns durch das bekannte Wort »DO« von Anfang an begleitet.

Es liegt natürlich an jedem Einzelnen: »Wie weit akzeptiere ich das, was auf mich zukommt und in wie weit akzeptiere ich die Verschiedenartigkeit eines Jeden«.

D.: Wir versuchen, ein Niveau zu halten zwischen Lehrer und Schüler. Wir haben schon oft gehört, dass wir sehr streng seien. Wir überlegten, woran dies liegen kann, es ist ja nicht so, dass wir im Training besonders streng sind und die Teilnehmer »kaputt« machen.

Vielmehr bezieht sich das auf die Förderung der Eigenentwicklung, welche bekanntlich nicht ohne Mühe und Fleiss, Offenheit und Mut zur Selbstkritik stattfinden kann.

Ich selbst habe immer hart trainiert, war immer streng zu mir selbst. Ich hatte keinen Lehrer den ich jeden Tag sah und der mich im täglichen Training führen konnte. Umso mehr waren die Lehrgänge in Italien für mich die tägliche »Nahrung«.

Das, was ich dort gesehen und wie ein Schwamm aufgesaugt habe, musste bis zum nächsten Stage reichen. Schon damals hatte ich Schwierigkeiten, einige Italiener zu sehen, die zu den Stage kamen und nur herum standen und schauten und immer am reden waren, manche sah man gar nie trainieren. Das könnte und kann ich nicht verstehen. Ich habe immer versucht, jede Bewegung, jedes Wort, was Tada, Fujimoto oder Hosokawa Senseis sagten, aufzusaugen und zu speichern, um es dann mit meinen Kollegen zu Hause zu trainieren...

Wir trainieren nicht nur Technik, so wie Renata vorhin sagte, wir legen auch Wert auf das »Feedback« nach den Prüfungen und nach dem Training. Das heisst nichts anderes, als dass wir auch das Psychologische des Kampfes mit unseren Schülern durcharbeiten. Wir sagen nicht, der Ikkyo war nicht gut, sondern wir erklären, warum er nicht gut war und wir versuchen, zusammen mit den Schülern Ansätze für eine Verbesserung eine Weiterentwicklung herauszuarbeiten.

Heute gibt es ja keinen Kampf mehr, deshalb wird diese Arbeit immer schwieriger. Der Kritik-Punkt verschiebt sich dadurch irgendwann. Das hat zur Folge, dass einige nur noch die »schönen Dinge« zeigen wollen und sehen möchten. Aber in der Kampfkunst muss man seine schwache Seite erkennen und daran arbeiten.

Das ist die Arbeit, welche in den einzelnen Dojos stattfinden muss, um so auch auf der Verbandsebene Wirkung zu haben.

Auf diese Entwicklung legen wir grossen Wert, das Technische ist das eine, die menschlichen Aspekte das andere, eigene Entwicklung gepaart mit allgemeiner Entwicklung.

Deshalb kann man nicht einfach sagen: »Ich bezahle meinen Trainer«. Es gehört viel mehr dazu.

Der ganze Einsatz in der Schule soll so aufgebaut werden, dass es eine breite und fundierte Schulung ermöglicht. Dabei ist das Fachliche wie auch das Zwischenmenschliche wichtig.

Unser Ziel ist es auf jeder Entwicklungsstufe (von Anfänger bis zum Trainer) eine Weiterentwicklung und Selbstständigkeit zu ermöglichen. Sie so zu führen dass sie motiviert und selbstständig ihren eigenen Weg verfolgen können.

R.: Irgendwo ist ja auch das Ziel, dass sie selbstständige Persönlichkeiten werden und sich weiter entwickeln werden. Manche entwickeln sich in der Schule weiter, weil hier Platz für alle ist. Manche werden vielleicht wegziehen, trotzdem bleibt es unser Ziel, dass sie mit dem, was wir ihnen gegeben haben, weiter arbeiten können und so auch weiter geben können. Ein schönes Erlebnis hatten wir, als wir erfuhren, dass zwei unserer ersten Schüler, ein Paar, nach Mexiko zog, und dort ein Haus und ein Dojo bauten. Jetzt leben sie dort für und vom Aikido. Gut, dass ist sicherlich ein Idealfall, aber es ist schön. Ein tolles Gefühl. Jemand nimmt etwas und kann damit weiterleben und gibt es so auch weiter.

D.: Trennung bringt Leid, aber bald erkennt man, da lebt etwas weiter, etwas von uns. Das bringt Energie.

R.: Noch ein Wort zu dem Vergleich mit der ACSA. Es gibt in der ACSA ein Problem, das wir hier nicht haben. Die Entscheidungsfindung wird in einem Gremium viel schwerfälliger. So was kennen wir nicht.

Die Ausführung bezieht sich nicht nur auf Danträger, auch die Anfänger werden bei uns mit hineingezogen. Ich kann mich nicht einfach hinstellen und z.B. sagen – »morgen findet kein Training statt« – ich muss meine Entscheidung begründen. Ich kann niemanden vor den Kopf stossen. Entscheidungen müssen transparent gemacht werden. Trotzdem trage ich die ganze Verantwortung. Probleme entstehen meiner Erfahrung nach vor allem bei mangelnder Kommunikation, fehlender Transparenz. Wir haben das hier auch schon erlebt, wir sind keine Ausnahme, schnell sind Missverständnisse da, wenn die Information fehlt, aber wir arbeiten bewusst daran.

AJ: Fehlende Kommunikation bringt erfahrungsgemäss immer wieder Probleme...

R.: Ja, und dabei findet ja eigentlich Kommunikation statt auf der Matte. So drückte sich einer meiner Schauspiel-Studenten aus. Er sagte: Theater ist Kommunikation. In diesem Sinne ist auch Aikido zu sehen, würde man meinen!? Ohne Kommunikation kommt man auf der Matte nicht weiter.

AJ: Wenn ich den Menschen als Kuchendiagramm darstelle, dann wird wohl ein »Kuchenteil« als derjenige erhalten können, der im Dojo geprägt wird, der Rest ist die Persönlichkeit, die draussen ihren Mann/Frau steht. Dieser Dojo-Kuchenteil ist geprägt durch ein EGO, hat aber auch einen Nachholbedarf, was das Aikidoverständnis angeht. Wie kannst Du ihm/ ihr sagen, dass er/sie das und das falsch macht, ohne einen Konflikt herauf zu beschwören?

D.: Ich sage es ihm einfach. Wenn ich was sehe, dann gehe ich direkt zu ihm. Es gibt ja immer Details, die gut sind und andere die eben nicht gelingen. Der Rhythmus z.B.! Auf den kommt es immer wieder darauf an – in welchem Rhythmus des Atems, des Körpers, des Geistes etwas ausgeführt wird. Jeder Schüler hat einen anderen Körper, manch einer kann den Bewegungs-Ablauf nicht 100 Prozent ausführen, dies ist sehr individuell. Was für den Einen viel, ist für den Anderen nichts.

Aber grundsätzlich kann man folgendes sagen: Hat der Schüler Vertrauen zu mir, dann gibt es keine Probleme. Klar gibt es immer wieder Schüler, die beginnen, sich zu rechtfertigen, dies findet man vor allen Dingen bei den niedrig graduierten Schülern. Dann frage ich sofort, wo die Probleme sind. Liegt es daran, dass ich ihn korrigiere und dadurch kritisiere? Wer den Fehlern nicht ins Auge sehen kann, kann auch nicht lernen. In den Kampfkünsten gibt es nichts zu gewinnen oder verlieren. Der grösste Kampf findet mit sich selbst statt!

Und ich weiche nicht von seiner Seite, bis die Unstimmigkeit aus der Welt geschaffen ist. Dies ist mir sehr wichtig.

Ich weiss natürlich aus eigener Erfahrung auch, dass mit der Zeit das sogenannte EGO wächst und damit die Fähigkeit, Kritik anzunehmen scheinbar sinkt. Das Ego ist unser grösster »Gegner«.

Das sage ich dann auch dem Schüler. Ich sage aber auch, dass ich noch immer lerne. Und dass er bitte die Biographie von O'Sensei lesen soll, der sagte, man soll weiter gehen und das vergessen, was man gemacht hat. Ich finde es schade, dass sich nur wenige Leute für das Interessieren, was O'Sensei zu seiner Lebzeiten über das Aikido sagte.

Die Entwicklung ist eine Eigenschaft der Menschen und wenn ich nach zwei Jahren glaube, dass ich alles kenne, habe ich etwas falsch verstanden. Ich sage meinen Schülern immer alles direkt. Zum Glück sind solche Vorkommnisse bei uns sehr selten.

R.: Darf ich eine Frage stellen? Finden Sie, dass jeder, der einen Schwarzgurt hat, auch begabt ist, Lehrer zu sein?

R.: Finden Sie, dass jeder, der einen Schwarzgurt hat auch ein Lehrer sein kann?

–ende Teil 1 AUSGABE 30d – 2/2002

Teil 2 Ausgabe 31D – 3/2002

R.: Finden Sie, dass jeder, der einen Schwarzgurt hat auch ein Lehrer sein kann?

AJ: Im Prinzip ja, auch wenn er einen Grüngurt trägt, kann er Lehrer sein.

R.: Vielleicht geht das Beispiel mit dem Schwarzgurt am Kern der Frage vorbei?

Das Lehren geht immer noch über das Tragen des Schwarzgurtes. Welche Bedeutung hat das Innehaben eines Schwarzgurtes für das Lehren ?

AJ: Jeder Mensch ist in der Lage, das was er gelernt hat, weiterzugeben. Eine Frage wäre möglicherweise, in welcher Form tut er das und gibt er das weiter, was gemeint war.

Vielleicht mögt Ihr Euch erinnern, wie es war, als Ihr die deutsche Sprache gelernt habt. Ich möchte Euch kurz beschreiben, wie es war, als ich 1982 nach Frankreich ging, ohne genügend Französischkenntnisse mitzubringen. Ich konnte die Zahlen aussprechen und wusste, was »voulez-vous coucher avec moi« heisst, aber damit kam ich nicht besonders weit. Was zur Folge hatte, dass es in den Gesprächen zu den schönsten Missverständnissen kam. Denn ich sah immer verschiedene Möglichkeiten der Interpretation von Gehörtem und ich denke, mit meinen spärlichen Kenntnissen und der Tatsache, dass ich zwischendurch nicht die richtigen Worte gebrauchte, gab auch ich Anlass zu »Nicht-verstanden-werden«: Meistens erkannte ich am Gesichtsausdruck meines Gegenübers, wie die Dinge stehen. Verzog sich sein Gesicht zu einem Fragezeichen, wusste ich, dass ich wohl keinen Volltreffer gelandet hatte. Verzog sich das Gesicht nicht, blieb ich trotzdem unsicher, ob mein

Gegenüber wirklich das verstanden hat, was ich ihm radebracht hatte. Dies gilt auch umgekehrt. Ich war mir nie hundertprozentig sicher, ob ich alles verstanden hatte.

Weiter war noch unklar, ob das, was ich sagte, dem entsprach, was ich eigentlich sagen wollte! Daraus folgte die Frage, siehe oben, ob mein Gegenüber das verstand, was ich... und etc.!?

Um das nun aufs Aikido bzw. auf Ihre Frage zu übertragen, möchte ich bei dem Grüngurt von vorhin bleiben. Ich bin der Meinung, jeder kann jederzeit etwas weitergeben, sofern er das nötige Feuer gefangen und »die Lektion« aufgenommen hat.

R.: Wenn ich Sie richtig verstanden habe, heisst das, dass Sie unterscheiden wer was weitergeben kann?

AJ. Ja, nicht jeder kann unbedingt »weitergeben«. Aber, wenn er Feuer gefangen hat für »sein Ding«, egal ob es sich um Aikido handelt, um eine andere Sportart, um Kultur, um Schulstoff, egal worum es sich letztlich handelt, das Feuer steht für die Qualität der Weitergabe, der Begeisterungsfähigkeit der andern, abgeleitet von der eigenen.

R.: Genau, jetzt schliesst sich der Kreis wieder für mich. Ich unterschreibe das, was Sie sagten, dass jeder das, was er gelernt hat, auch weitergeben kann, sofern ihm die Begeisterung dabei hilft. Aber ich bin nicht einverstanden mit der Annahme, dass jeder Schwarzgurt Lehrer sein kann. Zumal ich unterscheide zwischen etwas weitergeben und ein Lehrer sein. Ein Lehrer ist für den Schüler eine Inspiration.

Ein Beispiel dafür, eine Technik nach ihrem Bewegungsablauf wörtlich zu beschreiben bedeuten nicht diese zu erklären geschweige sie verstanden zu haben. Der Lehrer gibt in jedem Moment des Kontakts zum Schüler seine gegenwärtige, eigene Erfahrung, Erlebnis und Verständnis des Aikido. Somit ist er/sie eine ständige Quelle/Motivation für die Schüler unabhängig welche Graduierung die Schüler haben.

Es ist eine Berufung und nicht eine Stellung durch die Graduierung bestimmt.

Ich möchte auch die Probleme ansprechen, die entstehen, wenn ein strategieloses Durcheinander herrscht. Ich spreche da von Deutschland, wo mittlerweile zu meinem Entsetzen ein Meer von Verbänden entstanden ist.

AJ: Da sehe ich wieder den Mangel an Kommunikation. Ein typisches Beispiel gab es in den achtziger Jahren in dem eben angesprochenen Deutschland, als sich ein grösserer Verband teilte – in meinen Augen die Folge mangelnder Kommunikation.

In Frankreich hat nun der Staat eingegriffen und zwingt die beiden grossen Verbände zur »Gemeinsamkeit«. Ausserdem muss mittlerweile eine Erlaubnis des Verbandes zur Dojo-Führung vorliegen bzw. eine staatliche Erlaubnis, wenn für die Aikidostunden ein Beitrag verlangt wird.

D.: Alles hat »eine gute und eine schlechte« Seite, aber ein Trainer muss ausgebildet werden. Ich rede hier von Trainer, nicht von Lehrer. Ein Lehrer ist für mich jemand, der sozusagen unter die Haut geht. Ein Trainer ist derjenige, der die Geometrie zeigt.

Der Lehrer motiviert und unterstützt den Schüler eigene Wahrheit zu realisieren d.h. er lernt ihn zu lernen.

AJ: Ich finde es auch erschreckend, wie viele erste Dane in Deutschland ein Dojo eröffnen.

D.: Deutschland ist ein grosses Land, folglich ist proportional auch die Zahl eher hoch. Die Frage ist wie qualitativ es ist und welche Kriterien darüber entscheiden?

R.: Im Prinzip habe ich nichts dagegen, wenn ein erster Dan ein Dojo eröffnet, sofern er die Qualität hat.

Ein Dojo zu eröffnen ist das eine, es weiterzuentwickeln und zu leiten das andere. Die Entwicklung und Verbreitung des Aikido in der Welt zeigte keinen wahren oder wirklichen Weg. Vielmehr die ganze Vielfalt...

Die Qualität liegt in der persönlichen Entwicklung. Auch in Bern gibt es einige Orte, wo Aikido nach eigenen Möglichkeiten weitergegeben wird. Aber auch da ist für den einzelnen Aikido-SchülerInnen die persönliche Förderung entscheidend.

Wenn ein Schüler »hängen« bleibt, spielen viele Faktoren mit, dazu gehört auch der Zufall. Die meisten kommen, weil sie schon von jemanden von uns gehört haben. Immer wieder kommt es aber auch zum bewusstem »Auswählen«. Nicht

unbedeutend ist wo sich die Schule befindet und wann die Trainings statt finden. Doch auch da überwiegt längerfristig »die Sache« – das Interesse am Aikido selbst. Die Lehrer sind dabei nicht unbedeutend.

Und da sind die Kriterien der sogenannten »Laien« nicht zu unterschätzen!

AJ: Unterschätzen ist eine gefährliche Fussangel, gerade in den Kampfkünsten, wie möglicherweise allgemein im Sport. Gerne wird jemand, der sich nicht gleich so »harmonisch bewegt«, mit mangelnden Fähigkeiten bewertet. Obwohl dieser Mensch in seinem Leben möglicherweise ein Koryphäe ist.

R.: Es ist uns sehr wichtig, dass wir eine Schülerschaft haben, in der jeder Menschentyp vertreten ist, sprich von »dick bis dünn und jung bis alt«. Niemand wird ausgeschlossen. Es wird nicht in Klassen unterteilt um mögliche »Störungen« auszuschliessen. Abgesehen davon schliesst die Schulung die gesamte physische und psychische Entwicklung ein.

D.: Ich wiederhole oft im Training, die Aufmerksamkeit auf die eigene Entwicklung muss ständig da sein!

Einem »talentierten« Schüler fällt es natürlich leichter, als einem der sich vielleicht seit Jahren nicht mehr richtig bewegen konnte. Wenn man die Entwicklung messen könnte, dann ist die des »unbeweglicheren« vielleicht viel grösser als die des »talentierten«. Jeder hat seine Entwicklungsgeschwindigkeit, das ist wichtig zu sehen.

Ob jemand den Ikkyo so oder so macht – da kommt schnell falscher Stolz auf! Vergleiche sind nicht möglich, da jeder einzigartig in seinem Wesen ist. Jeder sollte auf sich selber achten und versuchen, sich selber gerecht zu werden. Die Bedeutung des »Talents« verliert sich durch die Arbeit und Erfahrung, denn diese stellen Qualitäten auf hervorgegangen aus einem Prozess, was nichts anderes ist als – der allgegenwärtige DO.

Die Früchte der Arbeit, können nicht verborgen bleiben! Ob talentiert oder nicht »Naturtalente« hin oder her.

R.: Haben Sie nicht das Gefühl, dass es scheinbar zwei Welten gibt, die Dojowelt und die Welt da draussen?

AJ: Ja. Deshalb ist einerseits die »Dojowelt« auch wichtig, denn hier gibt es die Möglichkeit, über die Aikidobewegung seinen Körper zu schulen und seine Empfindungen und Erlebnisse wahrzunehmen. Was in der »anderen Welt« möglicherweise schwieriger ist.

R.: Aber was hindert uns daran? Genau da beginnt der Aikido-Lernprozess!

AJ: Unsere Entwicklung. In der Höhle lebend und täglich »Futter« zu jagen oder zu sammeln, verlangte nicht nach einem »Ausgleichsport«. Unsere Lebensgrundlage hat sich verschoben, weit entfernt von dem, was wir einmal waren. Dieser Teil fehlt uns, er wird kompensiert, z.B. mit Ausgleichsport. »Man darf sich nicht geben, wie man ist«, »man darf keinen Knoblauch essen, weil man anschliessend eine wichtige Sitzung mit wichtigen Leuten hat«... Warum geht der junge westliche Mensch so gerne in Richtung Osten und sucht dort, was er meint, hier nicht zu finden. Nach Indien oder in unseren Empfindungen über das Aikido nach Japan... Warum rebellieren die Jungen gegen die Vorstellungen der »Alten«.

R.: Aber der Mensch möchte doch alles erhalten, so wie es ist.

AJ: Das ist ein anderer Punkt. Aber der Kreis kann sich dadurch schliessen.

R.: Das ist doch sehr widersprüchlich, weil es einem Menschen sehr schwer fällt etwas loszulassen. Das lebendige im Aikido wird täglich neu erfahren, es kann nicht in feste Formen gebunden sein, da ein Mensch in ständiger Wandlung zu seiner Umgebung steht. Somit müssten sich die Welten verbinden können?

AJ: Zu unterlassen? Wenn die Hörner abgestossen sind, dann kommt es schon.

D.: Ich habe oft von Meistern gelesen, dass sie sagten: »Karate ist für mich das Leben, Aikido ist für mich das Leben, Judo ist für mich das Leben«. Damals konnte ich das nicht verstehen, ich fragte mich immer wieder, was das heissen mag? Ich dachte eine Zeitlang, das bedeute, den ganzen Tag zu trainieren. Es hat seine Zeit gebraucht, bis ich verstanden habe, dass es nicht um das Training geht.

Das ist ein wichtiger aber verhältnismässig kleiner Teil. Aber die Prinzipien, die in allen Kampfkünsten ähnlich sind, haben eines gemeinsam – ein guter Mensch zu sein. Das ist das Ziel. So gesehen kann es dann auch das Leben bedeuten.

Es ist ein langer Weg dorthin, für die meisten steht nicht dieses Motiv am Anfang des Aikido-Trainings. Das Dojo gibt vor allem einen geschützten Raum, um sich mit friedlichen Absichten eine Kampfkunst auszuüben.

Am Anfang gibt es keine Vereinigung mit dem, was ihnen das Aikido gibt und dem »anderen« Leben.

Gelingt einem dies, macht man einen grossen Sprung, im »Kampfkunstlernprozess«. Ich denke, die Wenigsten schaffen das, im Umgang mit anderen Menschen, aber auch im Umgang mit sich selbst.

Wenn man diese Erkenntnis in jedem Moment leben könnte, würden unsere täglichen Probleme andere sein!

Immer wieder hören wir von Stress, Anspannung und dem Bedürfnis nach Ausgleich. Das Training tut gut! Deshalb berechnete Frage: Was gibt uns das Training, was wir da draussen nicht finden? Die Antwort liegt nah der Quelle – uns selbst.

Im Dojo ist das die körperliche Anstrengung gepaart mit der Aufmerksamkeit und Konzentration, welche uns mit einfachen Formen diese Erkenntnis gibt!

Um diese Prinzipien zu verstehen und umzusetzen, benötigte ich viel Zeit.

Wie kann man das übertragen, wie kann man das weitergeben?

R.: Wenn ich mir das Kindertraining anschau, sehe ich in den Kindern erst einmal einen Spiegel der Gesellschaft. Sie zeigen frei und offen, was sie erleben und was sie sehen. Sie sind direkt in Umgang und reagieren spontan und unbefangen. Dies ermöglicht mir ihre Fähigkeiten zu fördern und ihnen die ganze Vielfalt des Aikido aufzuzeigen. Der natürliche Respekt ist für mich von grosser Bedeutung, da er das Wissen und Können in den Vordergrund stellt, ohne dabei den Kindern etwas aufzusetzen oder aufzuzwingen. Ich führe sie mit der Forderung der Selbstinitiative. Es funktioniert aber nur, wenn sie voll dabei sind.

So kommt ihre wahrer Entwicklungsstand heraus, der nicht durch mich aufgesetzt wurde. Ich lasse entstehen, entdecken. Das macht sie sehr glücklich, weil es durch sie selber kommt.

So arbeite ich auch mit den Anfängern. Das Prinzip steht über der Technik. Das ist dann wesentlich näher an dem, »was die Welt da draussen« bedeutet. Die Technik wird benützt, sie ist nur eines vieler »Mittel«.

D.: Am Anfang ist es wichtig, dass heraus zu holen, was schon da ist.

Es werden einfache Techniken gemacht, keine technischen Forderungen gestellt. Sie geben Grundstein um weiter an persönlichen Fähigkeiten zu arbeiten.

Die Spontaneität muss angeregt, sie darf nicht durch die Technik gebremst werden. Erst nach und nach schalten wir uns korrigierend ein.

Man darf den »Geist der Technik« nicht mit Technik selbst vernichten. Da kommen schon die Grundprinzipien zum tragen! Wenn ich gleich mit Techniken beginne, dann kann es sein, das ich eine Stunde mit ihnen trainiere und wir nicht weitergekommen, was mühsam ist, für beide Parteien.

R.: Ich habe hier auch des öfteren Gastseminare, mit unterschiedlichem Altersniveau. Jetzt habe ich eine Gruppe von 18- und 19jährigen, die keine Lehre und auch keine weitere schulische Ausbildungsmöglichkeit haben. Sie sind desorientiert, und suchen, wie Sie vorhin sagten, eine andere Kultur, sie sind dem gegenüber sehr offen.

Sie können sich auf das Aikido zu bewegen, so weit wie sie es eben vertragen können. Es ist quasi ideal, für diese Jugendlichen, weil sie zum Teil total orientierungslos sind. Da ist es am deutlichsten wie das Aikido kann dort viel schaffen, also nicht nur für so genannte normal Trainierende.

D.: Wichtig ist natürlich, wie man Aikido präsentiert. Die Prinzipien der Techniken sind tot, aber ein guter Lehrer kann sie zum Leben erwecken. Da ist es egal, von welcher Kampfkunst wir sprechen. Es gibt keine Kampfkunst die gut oder schlecht ist, es gibt nur gute oder schlechte Lehrer. Man will ein guter Meister sein, und das wird man nur durch einen guten Lehrer. Das gilt es, zu unterscheiden.

Ich hatte keinen Lehrer der mich täglich betreuen konnte, dadurch bin ich viele Irrwege gegangen. Die Lehre von Sensei H. Tada und Sensei Y. Fujimoto war trotzdem genügend motivierend, um dran zu bleiben. Die gesammelte Lehre und Erfahrung von vielen Stage konnte erst nach langer Zeit zur Entdeckung führen.

Oft musste ich alleine trainieren, was nicht immer gut ist, weil man immer jemanden braucht. Ich hatte aber keine andere Wahl. Aber ich habe irgendwann einen Punkt erreicht, an dem ich verstanden habe, um was es geht. Das war, als ich über die Technik hinaus sehen konnte. Erst dann hatte alles einen Sinn, ab diesem Zeitpunkt konnte ich die Sache mit anderen Augen sehen.

AJ: Ich sehe diese Problematik bei den Senseis, die Japan verliessen ohne eine richtige Ausbildung absolviert zu haben. Aikido wurde wie jede andere Kampfkunst gelehrt. Aikido aber sollte z.B. die Kraft des Angreifers ausnützen, ohne dass Kraft investiert wird. Also ein Optimum an Effektivität. Andererseits aber und das darf man nicht vergessen, dienen die Aikidotechniken ursprünglich der Fähigkeit, damit allenfalls auch töten zu können.

Die Kraft des Angriffes ausnützen kann ich aber nur, wenn ich sie erspüre, sprich wenn ich selber keine Kraft einsetze. Leider kam diese Erkenntnis sehr spät, da waren die Bäume schon schief gewachsenen.. Jetzt gerade zu biegen, was schief gewachsen ist, wird nicht einfach

D.: Sie waren jung, hatten gute Absichten, aber sie konnten nicht absehen, dass die Entwicklung so explosionsartig in eine andere Richtung gehen wird. Sie waren jung, sie hatten das Wissen, das haben sie uns weitergegeben, wir haben das respektiert. Diesen Respekt findet man heute nicht mehr. Wenn man 5. Dan ist, dann ist das nicht mehr so angesehen wie früher, ich erinnere mich, als 2. Kyu schien für mich ein 5. Dan ein unerreichbares Niveau zu sein. Das habe ich voll respektiert. Wir sind so gross geworden. Gut, heute sind wir ein wenig intelligenter und... .

AJ: Wie lässt Du das Anfängertraining entstehen.

R.: Dies ist nicht einfach zu erklären. Ich hatte mir schon überlegt, dass ich die tägliche und jahrelange Erfahrung einmal zu Papier bringe. Es ist doch ein enormes Wissens- und Erfahrungspotenzial, was sich da angesammelt hat, vor allen Dingen, weil quasi ohne direkten Lehrer oder Vorbild. Die Vorbildfunktion war vor allem im Bestreben nach eigener Entwicklung, dem Entwicklungsdurst, was bis heute nicht minder geworden ist. Das entstehen des Anfängertrainings hat vor allem mit vorhandenen Anfängern zu tun. Einerseits wird der direkte Kontakt zu den Aikidoprinzipien gesucht andererseits stellen die Anfänger selbst die Forderung an sich in dem ihr Energiepotenzial genützt wird.

Im Prinzip versuche ich bei den Anfängern herauszufinden, was sie mitbringen und sie damit arbeiten zu lassen. Das führt zur Entspannung. Denn da hält sich ein Anfänger gerne zurück. Allgemein sind die Anfänger sehr offen und neugierig. Das wiederum ermöglicht ein sehr dynamisches Training. Ihr Impulse werden sofort in das Training integriert.

Wir haben natürlich ein Programm, in dem ein gewisser technischer Teil enthalten ist, Erkenntnisse aus unserer 10jährigen Anfängerkurs-Erfahrung – und jede weitere, neue Erkenntnis wird ins Programm aufgenommen, ergänzt.

Aber, als erstes achte ich sehr darauf, was sie mitbringen, und was möglich ist. So lasse ich sie nicht alleine auf das Aikido zu gehen, sondern führe sie dorthin. Ich gebe ihnen das Mittel, an sich zu arbeiten. Das ist unser oberstes Gebot.

Seit einiger Zeit arbeite ich viel mehr mit dynamischer Bewegung, das war früher nicht der Fall, da ging es eher statisch zu. Heute gehe ich über die Funktion des Körpers. Damit sie erkennen, was ihr eigener Körper kann und welche Möglichkeiten diese Bewegungserweiterung in sich birgt, die Folgen, die Fortsetzung, die Anwendung der Technik. Ich lasse sie entdecken, wie sie die Energie des Partners mit einbeziehen können, was natürlich auch vielen Hemmungen die Tür öffnet.

Angriffe lasse ich schon direkt ausführen, also z.B. Jodantsuki oder auch Angriffe mit dem Messer. Darauf reagieren sie sehr gut. Ich benütze das Messer, weil sie gezwungen sind, darauf zu reagieren. Hier ist es für sie möglich, diese Energie ins spielerische umzuleiten. So entsteht eine andere Ebene in der Arbeit, sprich, nicht nur der Angriff mit dem Messer.

D.: Das Spielerische ist uns sehr wichtig. Das gefiel mir auch sehr, was in dem Interview mit Hiroo Mochizuki zu lesen war. Seine Wandlung vom »klassischen« Japaner zu einem nicht »klassischen«, das ist genau das, was auch uns prägt – nicht in starren Formen arbeiten und leben. Es ist ein sehr schönes Interview, allein schon, wie er über sein Ego spricht und die Art, wie er die Erfahrung umgesetzt hat sowie er erkannte wie wichtig die Arbeit mit Kindern ist.

Die Kinder lösen Probleme, ohne das ihnen bewusst ist, dass sie gerade Probleme gelöst haben, dies haben wir Erwachsene verlernt. Ich kenne mich in der Kampfkunstszene recht gut aus und es ist immer das Wichtigste gewesen, die Kreativität spielerisch zu fördern, nicht durch starre Techniken.

Genau das finden wir bei den Anfängern, sie sollen nicht starre Techniken lernen, sondern mit dem arbeiten, was sie haben. So entsteht ein Training in einer guten, fröhlichen und entspannten Atmosphäre. Aber das ist auch für die Fortgeschrittenen wichtig.

Ergänzend für uns kann ich nur sagen, das Training ist eine Sache, die sich aus sich heraus entwickelt.

Es wird nicht im Detail vorherbestimmt, es entsteht auf den Matten. Jedes Training ist ein »Original« für die jeweilige Gruppe. Ich könnte das nicht auf dem Papier festhalten. Ich muss sehen, wer im Training ist, ich lasse meinen Körper und »er denkt schon«... Ich kann mir da nichts vornehmen, denn da würde ich einen wichtigen Punkt der, die Inspiration auf den Matten und durch jeden einzelnen Schüler gegeben, vernachlässigen, nicht beachten. Jedes Training läuft so.

R.: Jedes Training entsteht aus dem Wandel. Das ist für uns sehr wichtig. Nicht, dass es chaotisch abläuft, wir wissen genau, wohin wir wollen, aber wir planen es nicht im Detail. Es entwickelt sich aus sich selber heraus.

AJ: Bleibt Ihr dann bei einer Technik?

D.: Das muss nicht sein. Das ist auch nicht so relevant, dass man einen Angriff macht und dann alle Techniken oder alle Angriffsarten und nur eine Technik.

Ich möchte z.B. »tenkan« bezogene Übungen machen und stelle fest, dass sich die Leute nicht drehen, sondern nach hinten laufen. Sie bewegen nicht die Hüfte, also muss ich da noch innovativ eingreifen und Übungen dazu nehmen, die den »tenkan« betonen.

Oder man kann auch die Koordination betonen. Man kann viele Dinge, die den Ablauf erklären, mit hineinbringen. Es gibt eine grosse Vielfalt an Möglichkeiten ...wie bewegt sich »uke«... oder »wie gehst du mit deinem Körper um«.

Das kommt im Training von ganz alleine, das entsteht aus dem Trainingsverlauf. Wie gesagt, jedes Training ist ein Original. Der Ehrlichkeit halber muss ich natürlich sagen, das ist mein Trainingspotential, meine Erfahrung.

R.: Ich bin der Meinung, dass die Arbeit mit dem Anfänger unterschätzt wird. Ich erachte die »Anfänger-Trainings« als Grundstein für die ganze Energiearbeit.

Es gibt nichts, was mit ihnen nicht gemacht werden kann. Die Frage ist nur wie stellt man es an?!

AJ: Es ist schön für mich, wenn ich einen fließenden Ablauf mit einem Fortgeschrittenen zeigen kann, mit einem Anfänger aber ins Stottern komme und gewisse Probleme feststelle.

R.: Das ist das Eine. Mich regt nichts mehr auf, als wenn ich höre wie ein Fortgeschrittener zu einem Anfänger sagt »jetzt musst Du das tun, damit ich das tun kann«. Das finde ich grundsätzlich falsch, weil ich als Fortgeschrittener von dem anderen ausgehen muss. Wie meistere ich die Technik, um es auch mit einem Anfänger zu machen? Wer das schafft, hat einiges verstanden.

AJ: Ich will ja das machen!

R.: Richtig. Es gibt nämlich nichts, was die Arbeit mit den Anfängern ersetzen könnte. Es ist extrem wichtig, diese Arbeit aufzunehmen.

Sie bringt viel Energie. Denn dieses Unwissen fördert mein Wissen, meine Erfahrung etc. Es hinterfragt permanent meine Bewegung, meine Schritte, mein Tun, meine Gedanken... Das Hinterfragen ist wichtig für das Überleben und Leben des Aikidos. Wenn sich jemand vor dem Hinterfragen scheut, dann hat er die Klappen zu.

Die Arbeit mit dem Anfänger lässt ganz klare Schlüsse ziehen. Daher auch die Arbeit mit den Kindern. Diese Arbeit ist ein Spiegel deiner Selbst. Es möchten nicht alle damit arbeiten. Kinder- und Anfängertraining ist nicht unbedingt beliebt, es ist eine besondere Arbeit. Das muss ich unterstreichen.

Aber ich finde es wichtig, weil es den Kreis schliesst. Es gibt wohl kein Kind, das z.B. Karate oder Judo nicht kennt, Aikido jedoch? ... Dafür wird viel zu wenig getan. In der Öffentlichkeit ist es noch zu wenig bekannt!

Man hört, Aikido tut mir gut, Aikido wäre gut für die Kleinen etc. Aber es sind immer die Eltern, welche die Kinder bringen, nicht die Kinder, die kommen möchten, weil sie es nicht kennen.

Während den Schulferien bieten wir über die Stadt Bern Kurse an, welche als spezielles Angebot für die Schulkinder der Region gemacht werden. Solche Aktionen bringen viel für die Verbreitung und Bekanntmachung des Aikido. Aber es ist noch zu wenig.

D.: Bisher hat man immer gesagt: "ein Shodan, hat genug Erfahrung, um das Anfängertraining zu machen...". Das stimmt einerseits, das Wissen ist vorhanden aber das was Renata sagte, war, dass er auch Fragen beantworten muss. Die Anfänger haben viele Fragen.

Als ich mit Aikido begonnen habe, war es sehr hierarchisch. Es wurden keine Fragen gestellt, zum Gesagtem gab es keine Fragen, keine wenn und aber.

Heute sieht es etwas anders aus. Ich würde auch meinen mit recht.

Ein Trainingsleiter muss alles beantworten können, er muss durch seine Offenheit auch die Schüchternheit der andern abbauen können. Ich möchte soweit gehen, dass ich das Anfängertraining in der Wichtigkeit mit dem Training mit den Ältesten gleichsetze.

Unsere Trainer kommen auch in das Anfängertraining, das gehört zum Trainingsplan und zum Weiterlernen. Sie sollen uns nicht kopieren, aber sie sollen neugierig sein, sehen, wo die Schwierigkeiten liegen, erkennen, wie man sie angehen kann. Dies ist auch eine Form der Motivation. Deshalb zeige ich auch manchmal im Anfängertraining etwas, was nicht in das Anfängertraining gehört, einfach um einen Blickwinkel zu geben. Man muss die Leute begeistern. Das sind alles Dinge, die kann ein Shodan noch nicht sehen. Auf dieser Stufe kommt man zu schnell aus dem Gleichgewicht. Da ist die Persönlichkeit noch nicht genug entwickelt.

Es ist eine der schwierigsten Aufgaben mit Anfängern zu arbeiten. Die Forderungen sind mehrfach.

R.: Trotzdem bilden wir die Schwarzgurte auf jeder Stufe aus, damit sie auf ihre Aufgabe vorbereitet sind und jederzeit eine abgerundete Trainingseinheit führen können.

AJ: Warum verlieren oder verlernen wir diese Fähigkeit der Kinder, sich so zu äussern wie sie sind oder sich so zu geben wie sie sind?

D.: Wegen unseres Schulsystems, "etwas ist gut, weil ich (Lehrer, Vater, Mutter, Meister) sage, dass es gut ist", die übliche edukative Art. Wir haben kein spontanes Lernen erlebt, wir sind in einen schematisierten Lernprozess reingegangen, in dem es kein Spiel gibt. So haben wir unsere Spontaneität verloren. Es ist auch unser Blickwinkel, Lehrer sind Erzieher, keine Lehrer. Ein Lehrer bringt mich auf den Weg, dort gehe ich weiter, da bedarf es keiner Erziehung. Doch, ein richtiger Lehrer lehrt dich, zu lernen - ein Erzieher sagt Dir, was gut ist.

R.: Das ist auch der Unterschied in den Kursen mit den Schauspielstudenten und den "normalen" Kursen. Bei den Schauspielstudenten steht die persönliche Entwicklung vielmehr im Vordergrund.

AJ: Sind sie durch ihr Schauspiel nicht den Kindern näher?

R.: Das Spiel verfügt über ein enormes Kreativitätspotential. Dieses wiederum unterstreicht die Persönlichkeit und ihre Einzigartigkeit.

Die Präsenz und Umwandlungsfähigkeit auf der Bühne kann nur dadurch zur vollen Geltung kommen. Die Direktheit in Umgang mit den Kampfkünsten bei den Kindern ist die gleiche, welche die Schauspieler auf der Bühne in der Auseinandersetzung mit Figuren / Rollen haben. Es gilt zu "erkennen", die Realität findet überall statt, ob auf der Bühne, im Spiel der Kinder oder bei einem Geschäftsgespräch.

Es ist nur ein anderer Blickwinkel. Die Ernsthaftigkeit im Moment ist immer gegeben.

Für Schauspielstudenten gehören Grenzerfahrungen im Unterricht zum Alltag, ebenso Selbstinitiative und enorme Einsatzenergie. All das gibt mir die Möglichkeit Aikido nochmals "anders" zu erfahren und weiterzuentwickeln.

Darauf basiert der Unterschied zu den anderen "normalen" Klassen.

Was aber nicht heisst, dass sich diese Erfahrung nicht ergänzt. Ganz im Gegenteil sie macht den Unterricht reicher für beide Seiten.

In den "normalen" Klassen ist die Verschiedenheit (Alter, Beweglichkeit, Körperbau usw.) ein wichtiges Potential. Das definiert dann ihre Förderungen und Aufbau.

In der Schauspielschule habe ich zwölf Studenten pro Studienjahr, welche alle in etwa gleichem Alter und mit ähnlich guten körperlichen Voraussetzungen kommen. Da muss ich andere Forderungen stellen. Da findet ein anderer Aufbau statt.

AJ: Liegt das nicht zuletzt auch daran, dass der Beruf des Schauspielers relativ nahe am "aiki" liegt?

R.: Der Beruf des Schauspielers geht in jedem Fall über die Persönlichkeitsentwicklung. Dazu gehören auch die Grenzerfahrungen. Sie auszuloten gehört dazu.

D.: Der Unterschied dürfte auch darin liegen, dass es für sie keine Freizeitbeschäftigung ist, sondern ein Teil ihres Berufes. Es ist auf ihre Ausbildung ausgerichtet.

AJ: Hmmm, da muss noch etwas anderes sein, ich muss nicht unbedingt über diese körperlich schmerzhaft Grenze gehen, wenn ich meinen Beruf ausführen will, auch wenn ich ehrgeizig bin. Mir geht gerade meine eigene Anfängerzeit durch den Kopf, so nach dem ersten Trainingsjahr wurde quasi sieben Mal in der Woche trainiert. Das sah ich als normal an - doch meine damalige Frau wollte mich schon mit den Trainern vermählen...

D.: Grenzen zu überschreiten heisst nicht nur über den körperlichen Schmerz zu gehen. Die Auseinandersetzung ist allumfassend auf allen Ebenen. Das Durchhaltevermögen, dranzubleiben, weiterzugehen ist dabei entscheidend.

Was das körperliche betrifft, war ich täglich zweimal auf der Matte, ich erlebte damals viele Leute, welche fast täglich dabei waren. Dennoch waren sie plötzlich nicht mehr da.

Da fand die Auseinandersetzung eben nicht auf allen Ebenen statt. Es gab auch keine Verbindung zum Lehrer.

Mit meiner heutigen Erfahrung würde ich solche Leute sicherlich ein wenig bremsen. Denn die Krisen müssen kommen, um überhaupt zu wachsen, zu lernen. Eine Krise ist ja eigentlich unser bester Freund ist, in der Entwicklung...

AJ: Man lernt es nicht.

D.: Ja, in der Krisenüberwindung lernt man alle Probleme kennen und geht weiter und weiter. Dann sieht man immer mehr.

R.: Finden Sie das Aikido in einer Sackgasse steckt?

AJ: Ich sehe ein grosses Problem darin, dass wir versuchen, Aikido zu kopieren. Aikido aber kann man nicht nachmachen.

D.: Aber genau das wird gefordert.

AJ: Tja, das schlimmste sind wohl die geliebten Prüfungen. Dort soll ich einen "ikkyo" zeigen und nichts in der Angriffsbewegung passt....

Da geht mir auch durch den Kopf, dass in der Prüfungsordnung steht, dass man ab dem vierten Dan den Lehrer mal vertreten kann.

R.: Ach ja, in der französischen Prüfungsordnung?

AJ: Ja, in der vom Aikikai.

D.: Wie ist das in Frankreich, gibt es da Prüfungen für den fünften, sechsten, siebten Dan?

AJ: Ja, fünfter und sechster Dan auf jeden Fall.

D.: Das finde ich gut. Ich erinnere mich immer noch an die Worte eines meiner Lehrer, Sensei Fujimoto, welcher sagte, man solle Prüfungen machen solange dies körperliche Möglichkeiten erlauben. Ich bin voll dieser Meinung. Nicht um sich zu zeigen oder nach so vielen Jahren noch nach der Graduierung zu streben.

Nach einer langjähriger Erfahrung stellt die Prüfung (dann ist es auch ein falsches Wort) die ganze Entwicklung und persönlichen Ausdruck eines einzelnen dar.

Die Prüfung ist für mich die Bereitschaft, in jedem Moment zu dem zu stehen was man ist. In diesem Sinne kann ich mir das sehr gut vorstellen.

AJ: Nicht Prüfung im Sinne der allgemeinen Danprüfung, man wird bis zum vierten Dan geprüft, danach führt man etwas vor. Man bekommt ein Thema gestellt und muss das dann zeigen, wie man z.B. versucht, eine Entwicklung des Ikkyo an die Schüler zu vermitteln.

R.: Vorführung, sehr interessante Idee.

D.: Das kommt meiner Vorstellung sehr nahe. Schwierig wird es, Kriterien aufzustellen, zu bewerten?!

R.: Ich denke, dass das Aikido ziemlich in der Klemme sitzt. Die Wiederholung ist das eine, aber sicherlich kommt massiv auf uns zu, dass wir uns damit auseinandersetzen müssen, wie es sich weiter entwickeln soll. Wie können wir Aikido an den Mann, an die Frau und an das Kind bringen?

D.: Wenn man im Zen-Buddhismus liest, dann liest man, dass die erste Phase im Üben die des Kopierens ist. Dann folgt das Interpretieren des Unikats - das bin dann ich, nicht mehr mein Lehrer. Aber gemäss dem was ich gelernt habe...

Ich denke, dass in dieser Lehrmethode, wenn man sie denn überhaupt eine Lehrmethode nennen kann, nur die Technik geblieben ist. Die Technik aber sollte das Ziel für eine persönliche Entwicklung haben. Es soll ein Mittel sein, mit dem man sich ausdrücken

kann. Jeder wird sich mit diesem Mittel anders ausdrücken. So ist leider die Technik zum eigentlichen Ziel geworden.

Dann auf einmal gibt es so und so viele Organisationen und Verbände, die sich aber nur im technischen Bereich unterscheiden. Das ist keine Entwicklung, so hat sich das Aikido selbst wie Renata gerade sagte, in eine Klemme manövriert.

AJ: Ich schliesse aus dieser These, dass ab einem gewissen Grad manche Aikidokas anfangen oder anfangen wollen, sich zu spezialisieren. Sprich, sie suchen die Intensivierung mit Bokken, Jo, Tando etc. Nach meiner Meinung, um zu erkennen, wieviel es im Aikido noch zu entdecken gibt, trotz ihren vierten, fünften Dane.

Das zeigt die Problematik der "Technisierung" des Aikidos, es wird kein Horizont mehr gesehen, höchstens noch in einem weiteren Dangrad ...

D.: Wenn man richtig lernt, dann kann man die Prinzipien überall verwenden. Ich hatte das Glück von schon erwähntem Sensei H. Tada und Sensei Fujimoto zu lernen. Das breite Spektrum von Aikido wurde gleichermassen von Körpertechniken, Bokken, Jo, Tanto sowie Kokyu bestimmt. Das hatte zur Folge, dass in meiner persönlichen Entwicklung da

Ende Teil2

Teil 3 Ausgabe 32D – 4/2002

Renate: Es gibt wohl kein Kind, das z.B. Karate oder Judo nicht kennt, Aikido jedoch? ... Dafür wird viel zu wenig getan. In der Öffentlichkeit ist es noch zu wenig bekannt!

Während den Schulferien bieten wir über die Stadt Bern Kurse an, welche als spezielles Angebot für die Schulkinder der Region gemacht werden. Solche Aktionen bringen viel für die Verbreitung und Bekanntmachung des Aikido. Aber es ist noch zu wenig.

Dragisa: Bisher hat man immer gesagt: »ein Shodan hat genug Erfahrung, um das Anfängertraining zu machen...«. Das stimmt einerseits, das Wissen ist vorhanden, aber das was Renata sagte, war, dass er auch Fragen beantworten muss. Die Anfänger haben viele Fragen.

Als ich mit Aikido begonnen habe, war es sehr hierarchisch. Es wurden keine Fragen gestellt, zum Gesagtem gab es keine Fragen, keine wenn und aber. Heute sieht es etwas anders aus. Ich würde auch meinen mit Recht.

Ein Trainingsleiter muss alles beantworten können, er muss durch seine Offenheit auch die Schüchternheit der andern abbauen können. Ich möchte soweit gehen, dass ich das Anfängertraining in der Wichtigkeit mit dem Training mit den Ältesten gleichsetze.

Unsere Trainer kommen auch in das Anfängertraining, das gehört zum Trainingsplan und zum Weiterlernen. Sie sollen uns nicht kopieren, aber sie sollen neugierig sein, sehen, wo die Schwierigkeiten liegen, erkennen, wie man sie angehen kann. Dies ist auch eine Form der Motivation. Deshalb zeige ich auch manchmal im Anfängertraining etwas, was nicht in das Anfängertraining gehört, einfach um einen Blickwinkel zu geben. Man muss die Leute begeistern. Das sind alles Dinge, die kann ein Shodan noch nicht sehen. Auf dieser Stufe kommt man zu schnell aus dem Gleichgewicht. Da ist die Persönlichkeit noch nicht genug entwickelt.

Es ist eine der schwierigsten Aufgaben, mit Anfängern zu arbeiten. Die Forderungen sind mehrfach.

R.: Trotzdem bilden wir die Schwarzgurte auf jeder Stufe aus, damit sie auf ihre Aufgabe vorbereitet sind und jederzeit eine abgerundete Trainingseinheit führen können.

AJ: Warum verlieren oder verlernen wir diese Fähigkeit der Kinder, sich so zu äussern wie wir sind oder uns so zu geben wie wir sind?

D.: Wegen unseres Schulsystems, »etwas ist gut, weil ich (Lehrer, Vater, Mutter, Meister) sage, dass es gut ist«, die übliche edukative Art. Wir haben kein spontanes Lernen erlebt, wir sind in einen schematisierten Lernprozess reingegangen, in dem es kein Spiel gibt. So haben wir unsere Spontaneität verloren. Es ist auch unser Blickwinkel, Lehrer sind Erzieher, keine Lehrer. Ein Lehrer bringt mich auf den Weg, dort gehe ich weiter, da bedarf es keiner Erziehung. Doch, ein richtiger Lehrer lehrt dich, zu lernen – ein Erzieher sagt Dir, was gut ist.

R.: Das ist auch der Unterschied in den Kursen mit den Schauspielstudenten und den »normalen« Kursen. Bei den Schauspielstudenten steht die persönliche Entwicklung vielmehr im Vordergrund.

Sind sie durch ihr Schauspiel nicht den Kindern näher?

R.: Das Spiel verfügt über ein enormes Kreativitätspotential. Dieses wiederum unterstreicht die Persönlichkeit und ihre Einzigartigkeit.

Die Präsenz und Umwandlungsfähigkeit auf der Bühne kann nur so zur vollen Geltung kommen. Die Direktheit in Umgang mit den Kampfkünsten bei den Kindern ist die gleiche, welche die Schauspieler auf der Bühne in der Auseinandersetzung mit Figuren/Rollen haben. Es gilt zu »erkennen«, die Realität findet überall statt, ob auf der Bühne, im Spiel der Kinder oder bei einem Geschäftsgespräch.

Es ist nur ein anderer Blickwinkel. Die Ernsthaftigkeit im Moment ist immer gegeben. Für Schauspielstudenten gehören Grenzerfahrungen im Unterricht zum Alltag, ebenso Selbstinitiative und enorme Einsatzenergie. All das gibt mir die Möglichkeit Aikido nochmals »anders« zu erfahren und weiterzuentwickeln.

Darauf basiert der Unterschied zu den anderen »normalen« Klassen.

Was aber nicht heisst, dass sich diese Erfahrung nicht ergänzt. Ganz im Gegenteil, sie macht den Unterricht reicher für beide Seiten.

In den »normalen« Klassen ist die Verschiedenheit (Alter, Beweglichkeit, Körperbau usw.) ein wichtiges Potential. Das definiert dann ihre Förderungen und Aufbau.

In der Schauspielschule habe ich zwölf Studenten pro Studienjahr, welche alle in etwa gleichem Alter und mit ähnlich guten körperlichen Voraussetzungen kommen. Da muss ich andere Forderungen stellen. Da findet ein anderer Aufbau statt.

Liegt das nicht zuletzt auch daran, dass der Beruf des Schauspielers relativ nahe am »aiki« liegt?

R.: Der Beruf des Schauspielers geht in jedem Fall über die Persönlichkeitsentwicklung. Dazu gehören auch die Grenzerfahrungen. Sie auszuloten gehört dazu.

D.: Der Unterschied dürfte auch darin liegen, dass es für sie keine Freizeitbeschäftigung ist, sondern ein Teil ihres Berufes. Es ist auf ihre Ausbildung ausgerichtet.

Hmmm, da muss noch etwas anderes sein, ich muss nicht unbedingt über diese körperlich schmerzhaft Grenze gehen, wenn ich meinen Beruf ausführen will, auch wenn ich ehrgeizig bin.

Mir geht gerade meine eigene Anfängerzeit durch den Kopf, so nach dem ersten Trainingsjahr wurde quasi sieben Mal in der Woche trainiert. Das sah ich als normal an – doch meine damalige Frau wollte mich schon mit den Trainern vermählen...

D.: Grenzen zu überschreiten, heisst nicht nur über den körperlichen Schmerz zu gehen. Die Auseinandersetzung ist allumfassend auf allen Ebenen. Das Durchhaltevermögen, dranzubleiben, weiterzugehen ist dabei entscheidend.

Was das Körperliche betrifft, war ich täglich zweimal auf der Matte, ich erlebte damals viele Leute, welche fast täglich dabei waren. Dennoch waren sie plötzlich nicht mehr da.

Da fand die Auseinandersetzung eben nicht auf allen Ebenen statt. Es gab auch keine Verbindung zum Lehrer. Mit meiner heutigen Erfahrung würde ich solche Leute sicherlich ein wenig bremsen. Denn die Krisen müssen kommen, um überhaupt zu wachsen, zu lernen. Eine Krise ist ja eigentlich unser bester Freund ist, in der Entwicklung...

Man lernt es nicht.

D.: Ja, in der Krisenüberwindung lernt man alle Probleme kennen und geht weiter und weiter. Dann sieht man immer mehr.

R.: Finden Sie, dass das Aikido in einer Sackgasse steckt?

Ich sehe ein grosses Problem darin, dass wir versuchen, Aikido zu kopieren. Aikido aber kann man nicht nachmachen.

D.: Aber genau das wird gefordert.

Tja, das schlimmste sind wohl die geliebten Prüfungen. Dort soll ich einen »ikkyo« zeigen und nichts in der Angriffsbewegung passt... .

Da geht mir auch durch den Kopf, dass in der Prüfungsordnung steht, dass man ab dem vierten Dan den Lehrer mal vertreten kann.

R.: Ach ja, in der französischen Prüfungsordnung?

Ja, in der vom Aikikai.

D.: Wie ist das in Frankreich, gibt es da Prüfungen für den fünften, sechsten, siebten Dan?

Ja, fünfter und sechster Dan auf jeden Fall.

D.: Das finde ich gut. Ich erinnere mich immer noch an die Worte eines meiner Lehrer, Sensei Fujimoto, welcher sagte, man solle Prüfungen machen, solange die körperlichen Möglichkeiten dies erlauben. Ich bin voll dieser Meinung. Nicht um sich zu zeigen oder nach so vielen Jahren noch nach der Graduierung zu streben.

Nach einer langjährigen Erfahrung stellt die Prüfung die ganze Entwicklung und den persönlichen Ausdruck eines einzelnen dar.

Die Prüfung ist für mich die Bereitschaft, in jedem Moment zu dem zu stehen, was man ist und macht. In diesem Sinne kann ich mir das sehr gut vorstellen.

Nicht Prüfung im Sinne der allgemeinen Danprüfung, man wird bis zum vierten Dan geprüft, danach führt man etwas vor. Man bekommt ein Thema gestellt und muss das dann zeigen, wie man z.B. versucht, eine Entwicklung des Ikkyo an die Schüler zu vermitteln.

R.: Vorführung, sehr interessante Idee.

D.: Das kommt meiner Vorstellung sehr nahe. Schwierig wird es, Kriterien aufzustellen, zu bewerten?!

R.: Ich denke, dass das Aikido ziemlich in der Klemme sitzt. Die Wiederholung ist das eine, aber sicherlich kommt massiv auf uns zu, dass wir uns damit auseinandersetzen müssen, wie es sich weiter entwickeln soll. Wie können wir Aikido an den Mann, an die Frau und an das Kind bringen?

D.: Wenn man im Zen-Buddhismus liest, dann liest man, dass die erste Phase im Üben die des Kopierens ist. Dann folgt das Interpretieren des Unikats – das bin dann ich, nicht mehr mein Lehrer. Aber gemäss dem was ich gelernt habe...

Ich denke, dass in dieser Lehrmethode, wenn man sie denn überhaupt eine Lehrmethode nennen kann, nur die Technik geblieben ist. Die Technik aber sollte das Ziel für eine persönliche Entwicklung haben. Es soll ein Mittel sein, mit dem man sich ausdrücken kann. Jeder wird sich mit diesem Mittel anders ausdrücken. So ist leider die Technik zum eigentlichen Ziel geworden.

Dann auf einmal gibt es so und so viele Organisationen und Verbände, die sich aber nur im technischen Bereich unterscheiden. Das ist keine Entwicklung, so hat sich das Aikido selbst wie Renata gerade sagte, in eine Klemme manövriert.

Ich schliesse aus dieser These, dass ab einem gewissen Grad manche Aikidokas anfangen oder anfangen wollen, sich zu spezialisieren. Sprich, sie suchen die Intensivierung mit Bokken, Jo, Tanto etc. Nach meiner Meinung, erkennen sie nicht, wie viel es im Aikido noch zu entdecken gibt, trotz ihren vierten, fünften Dane.

Das zeigt die Problematik der »Technisierung« des Aikidos, es wird kein Horizont mehr gesehen, höchstens noch in einem weiteren Dangrad ...

D.: Wenn man richtig lernt, dann kann man die Prinzipien überall verwenden. Ich hatte das Glück vom schon erwähnten Sensei H. Tada und Sensei Fujimoto zu lernen. Das breite Spektrum von Aikido wurde gleichermassen von Körpertechniken, Bokken, Jo, Tanto sowie Kokyu bestimmt.

Das hatte zur Folge, dass in meiner persönlichen Entwicklung das eine direkten Einfluss auf das andere hatte. Dabei ist die Bedeutung des Kokyu nicht von Waffen- oder Körpertechniken minder. Meine Arbeit mit Bokken und Jo trennt sich nicht von der Entwicklung der Körpertechniken. Die gleichen Prinzipien werden weiter verwendet. Nur so kann die Vertiefung statt finden. Die langjährige Erfahrung birgt keine neuen Techniken, man bleibt auch nicht auf den Alten sitzen, es wird der verbindende Kern erkannt!

Renata, Du sagtest vorhin, dass Anfängertraining ist jedes mal anders, jedes Training ist original.

R.: Ja, ich höre, »es ist langweilig, Anfängertraining zu geben, man bewegt sich immer auf der gleichen Stufe«. Das höre ich auch von den Leuten aus anderen Dojos, die das nicht getrennt anbieten können wie wir, sondern in Mischgruppen arbeiten. Wobei ich auch das interessant finde, denn wie gehe ich vor, wenn ich eine gemischte Gruppe habe. Wie fordere ich die Fortgeschrittenen, wie die Mittleren und wie die Anfängergruppe.

Eigentlich ist es eine allgemeine Frage, denn wie fordere ich jemanden, der schlecht laufen kann, wie jemanden, der sich nicht gut bücken kann... Das ist dann die Originalität, es beinhaltet doch so viele Stufen. Da sehe ich genau so wenig Langeweile wie in einem reinen Anfänger- oder Fortgeschrittenen-Training.

Ich weiss auch nicht, wo das herkommt, dass behauptet wird, dass es Trainings gibt »in denen etwas läuft«... – ...läuft nur da etwas...?

So wie ich es sehe, beginnt jetzt das Kindertraining, wir müssen wohl unterbrechen.

* * * * *

Es fand ein weiteres Gespräch mit Katrin Hilti und Martin Schick, zwei Schüler der Schauspielschule Bern statt. Beide besuchen einen »Ausbildungs-Pflichtkurs Aikido«, der wöchentlich zwei Mal je eineinhalb Stunden in der »Aikidoschule Bern« stattfindet.

AJ: Seit wann läuft der Aikido-Kurs für diese Gruppe von zukünftigen Schauspielern?

Martin: Seit Oktober 2001, mit Beginn unserer Ausbildung an der Schauspielschule in Bern. Jedes Studienjahr beinhaltet zweimal pro Woche Aikido.

Stundenplanmässig ist das zweite Studienjahr geteilt. So trainiert die eine Hälfte mit uns und die andere mit dem dritten Studienjahr.

Wie lange dauert diese »Aikido-Ausbildung«?

M.: Vier Jahre ist die Gesamtausbildung, im vierten Studienjahr findet kein regulärer Unterricht statt, Aikido steht drei Jahre auf dem Ausbildungsplan, mit zwei Tagen zu eineinhalb Stunden, also drei Stunden pro Woche. Da jedoch Aikido an vier Tagen der Woche stattfindet, besteht in Absprache mit Renata Jovic die Möglichkeit, mehr dies als den Basisunterricht zu benützen.

Gibt es eine Alternative zu Aikido, im Lehrplan?

M.: An der Schauspielschule in Bern gibt es keine Haupt- und Nebenfächer. Folglich wird Aikido während den ersten drei Jahren regelmässig unterrichtet. Es ist ein reguläres Fach, welches nebst Bewegung (Feldenkreis), Tanz und Akrobatik zum Ausbildungsbereich Körper gehört. Das Aikido ersetzte vor drei Jahren das Fechten (Bühnenfechten).

Die ganze Vielfalt des Aikido (Körpertechniken, Bokken, Jo, Tanto) wirkt sehr fördernd für die Forderungen, welche an die SchauspielerInnen gestellt werden.

Die Verbindung und Schulung der körperlichen und geistigen Fähigkeiten stellt höchste Ansprüche an Studenten, welche in jedem Moment auch auf der Bühne gefordert werden!

Katrin: Ich empfinde die Verbindung der Atmung zur Bewegung sehr vielseitig. Sie gibt mir eine Grundspannung im Körper. Diese benötige ich auf der Bühne, wo ich die verschiedenen Energien zwischen Boden und Körper beherrschen sollte. Das sind ganz neuartige Erfahrungen für mich.

Habt Ihr auch andere Bewegungstypen in Eurer Ausbildung kennen gelernt?

K.: Wir haben noch eine Bewegungsausbildung bei einer Tänzerin, die eine Ausbildung in Feldenkrais hat. Feldenkrais für die Energiearbeit.

M.: Die Arbeit mit oder an der Energie ist ein Hauptthema, damit diese übertragbar ist auf die Bühne. Denn wenn man mit einem Partner spielt, dann kommen die verschiedenartigsten Energien auf einen zu, die muss man auffangen und verarbeiten können.

Man bekommt oft unvermittelt eine starke Energie »zugeworfen« und muss daraus etwas machen können. Es ist möglich, diese mit einer ganz feinen weichen Bewegung zu bremsen oder umzulenken, aber man kann auch die gleiche Energie zurück gewinnen. Daraus ergeben sich die verschiedensten Partnerspiele auf der Bühne. So gesehen ist das Dojo hier, mit der Aikidoatmung und -bewegung wie eine Probefläche. Die Tatamis sind auch eine Bühne.

Auch ist die Präsenz extrem, man muss immer wach, immer da sein, wie auf der Bühne.

K.: Wenn ich mit Hammer und Nagel antanze, dann muss einer unweigerlich ausweichen... Wenn ich auf jemanden zugehe, mit der Idee »den haue ich jetzt um«, dann muss er ausweichen. Eine Konfrontation wird so vermieden.

M.: Partnerarbeit bedeutet, sich bewusst sein. Man muss ja z.B. im Theater auf Partner eingehen, Partner akzeptieren können...

K.: Man muss einen Partner nehmen wie er ist, es gibt keine schlechten Partner. Partner, mit denen man nicht arbeiten kann, sind eigentlich die beste Herausforderung.

Wenn ich meine, mit jemanden nicht arbeiten zu können, dann kann ich auch nicht ausweichen. Zusammenarbeit ist eine Vertrauensangelegenheit.

M.: Auch wenn man eine »so genannte schlechte Energie« bekommt, kann man daraus lernen.

K.: Wichtig ist für mich auch die »Ganzkörper-Arbeit«, ich muss meinen Körper ja kennen lernen, um ihn überhaupt richtig einzusetzen.

M.: Die eigentliche Verbindung des Aikidos, Geist und Körper, finde ich absolut wertvoll als Ausbildungsfach. Das möchte ich nicht missen.

Gibt es parallele Ausbildungsangebote?

K.: Akrobatik wird demnächst noch mit aufgenommen in unsere Ausbildung.

Somit ist Aikido ein Hauptteil Eurer Ausbildung?

K.: Mit zweimal Training pro Woche ja. Und die Verbindungen zwischen den Fächern muss man selber erarbeiten, quasi als Hausarbeit.

M.: Aikido ist schon als »Grundlagentraining« der Hauptakzent der Schule.

K.: Renata, unsere Trainerin kommt oft in die Proben und schaut uns zu, um das Aikido den Bedürfnissen der Ausbildung anzupassen. Das ist eine gute Ergänzung. So werden die verschiedenen Spiele miteinander verbunden.

Energie zu spüren oder wie es vorhin hiess »negative Energie« umzuwandeln, mit den Energien zu spielen...

...warum brauche ich eine Ausbildung, das erfahre ich doch im »normalen Leben«?

M.: Kann man bestimmt, aber es ist eine gute Übungsfläche, gerade weil man es im Leben gebrauchen kann...

K.: ...wie ein Katalysator.

M.: Es gibt eine starke Haltung, wenn man weiss, dass man damit umgehen kann. Vergleichbar damit vielleicht, wenn eine Frau einen Selbstverteidigungskurs besucht.

Da lernt sie auch, mit den Dingen, die auf sie zu kommen, besser umzugehen... Allein schon durch die Haltung, nicht weil man sich möglicherweise besser wehren kann.

Es entwickelt sich ein Grundgefühl, wenn man mit Energien arbeitet, dieses Gefühl nehme ich mit. Da kann jemand kommen, der körperlich viel grösser ist als ich... – mit einem Fingerschuppen kann ich den Ärger wegwischen, zum Beispiel, wenn ich wegen einer Kleinigkeit zusammen geschi... werde.

Eine solche »Energieumwandlung« ist viel effektiver, als wenn ich versuche, jemanden gegen sein Schienbein zu treten. Es tut ihm viel mehr »weh«.

K.: Es geht eben mehr darum, damit zu spielen, um nicht mit der gleichen Energie aufeinander zu prallen.

In unserer Ausbildung wird ja viel versucht: umzusetzen, zu zensieren, zu überwinden, um weiter zu kommen.

Blockaden können abgebaut werden, die man aus dem gesellschaftlichen Zusammenleben in sich trägt. Um frei zu werden, damit man in die verschiedensten Rollen überhaupt eintauchen kann, sie spielen kann – aber eben auch »Dinge aus dem Nichts entstehen zu lassen«.

Insofern ist es sehr wichtig, diese verschiedenen Stufen der Energien kennen zu lernen, denn nur so traue ich mich, auch einmal etwas Neues auszuprobieren, eben eine andere Energie entgegen zu setzen und nicht mit der selben Brechstange zu kontern.

Also den anderen anzuschreien, weil ich angeschrien werde, man ist sicherlich stärker, wenn man z.B. nur lächelt.

Vielen Dank für Eurer Bereitschaft zu diesem kleinen Gespräch und ein gutes Gelingen möchte ich Euch wünschen.