



## Brief an meine Aikidoschüler vom Oktober 2008

Viele von euch haben schon vor Jahren begonnen, den Weg des Aiki zu gehen, die meisten mit mir als eurem Lehrer. Manche sind schon länger als zehn Jahre dabei, viele vier bis fünf Jahre. Andere sind erst in den letzten Jahren zu uns gestoßen. Wir sind beständig vorwärts gegangen, ihr und ich, und wir haben uns dabei hoffentlich verändert. Es ist sicher eine besondere Beziehung, die ihr mit mir als eurem Lehrer eingegangen seid, für mich ist es auf jeden Fall eine besondere Beziehung, die ich zu jedem von euch habe. Ich betrachte mich als etwas völlig anderes als ein Trainer in einem Sportverein, es ist viel tiefer, weil der Weg des Aikido ein viel tieferer ist. Warum tiefer? Weil Aikido als Weg die Kraft hat, uns mehr und mehr lebendig zu machen, uns zu dem oder der zu machen, der oder die wir wirklich sind und uns mit dem zu konfrontieren, was uns am vollständigen Lebendigsein hindert, um es ganz konkret und direkt zu überwinden und endlich hinter uns zu lassen. Das ist unser Weg zum Freisein.

Freisein von uns selbst, denn wir selbst sind unsere größte Beschränkung. Wir sollten immer wieder die Verfestigungen knacken, die wir im Leben beständig um uns herum schaffen, wenn wir spüren, dass sie von einer Hilfe zu einer Beschränkung geworden sind. Wenn das, was einmal passte nicht mehr passt, weil wir selbst gewachsen sind. Immer wieder neu geboren werden, immer wieder sich selbst neu erzeugen, wie Watanabe Sensei sagt. Der Traum, der uns bislang leitete war der Traum unseres früheren Ich, wenn er nicht mehr passt, dann sollten wir ihn loslassen, damit Platz für unseren kommenden Traum entstehen kann. So entwickeln wir uns und so gehen wir auf dem Weg weiter und drehen uns nicht im Kreis. Unser Leben ist zu kurz und zu kostbar, um es in Endlosschleifen zu verbringen. Ich weiß, wovon ich spreche, denn ich habe im letzten Jahr begonnen, mein gesamtes privates Leben neu zu erzeugen. Mein Umzug aus der Villa in Ebenhausen, wo ich länger als zwanzig Jahre gelebt hatte, nach München und die Trennung von meiner Frau waren eine gleichermaßen schmerzhaft wie befreiende Häutung. Denn jeder von uns ist aus dem einzigen Grund auf diesem Planeten, so vollständig er selbst zu werden, wie es für ihn möglich ist.

Aikido ist ein besonders kraftvoller Weg dazu. Um ihn zu gehen, brauchen wir kein besonderes Talent, keine spezielle körperliche Eignung, keine kurzfristigen Kraftanstrengungen, die sich früher oder später erschöpfen werden. Wir brauchen ein aufrichtiges Interesse uns selbst zu entwickeln, eine Hingabe an den Weg, was nichts anderes ist als eine Hingabe an unser innewohnendes Potential, das darauf wartet, zum vollen Erblühen gebracht zu werden. Wir sollten Aikido nicht als etwas Beiläufiges behandeln, etwas, was wir neben allen anderen Tätigkeiten auch noch drei- oder viermal im Monat machen. Denn Beiläufiges kann nur beiläufige Wirkungen erzielen. Setzt den Weg des Aiki in eurem Leben hoch an, dann wird er euch hoch belohnen.

Diesen Herbst stehen wieder Graduierungsprüfungen an und viele von euch haben sich dazu angemeldet. Das bedeutet, es ist an der Zeit, sich Rechenschaft abzulegen über die Entwicklung, die ihr seit eurer letzten Graduierung genommen habt. Normalerweise sind Prüfungen dazu da, zu zeigen, dass man etwas beherrscht. Meist wird das, was geprüft wurde, bald darauf vergessen, es kam nur auf das Erreichen einer formalen Bestätigung an, die man für etwas anderes brauchte. Aikidoprüfungen und die daran geknüpften Graduierungen haben eine andere Bedeutung. Betrachtet sie als Initiationsritual in die nächste Stufe eurer Entwicklung. Seht sie als Wegmarken auf eurem Entwicklungsweg an, die euch dazu auffordern, den neuen Graduierungsstand durch beständiges Training auch wirklich auszufüllen in technischer und charakterlicher Hinsicht. Einen Grad verliehen zu bekommen bedeutet also nicht, dass man die diesem Grad zugeordneten Fähigkeiten nun beherrscht, sondern dass man beginnen kann, auf dieser Ebene zu trainieren. Prüfung und Graduierung entsprechen einer Türe, die in den Raum des zugeordneten Trainingsniveaus geöffnet wurde. Danach gilt es dann, sich diesen Raum durch ernsthaftes und kontinuierliches Training anzueignen. Erfolgt das nicht, hört jemand danach mit ernsthaftem Training auf, dann bleibt die Graduierung ein wertloses Stück Papier, im Grunde hat sie nicht stattgefunden.

Natürlich sollte sich jeder gründlich auf jede Prüfung vorbereiten und sich ernsthaft mit den geforderten Techniken beschäftigt haben. Aber jeder bringt andere persönliche Voraussetzungen mit und daher gibt es keine Notwendigkeit zu einem „objektiven“ Vergleich des Trainingsstandes verschiedener Prüflinge. Ich vergleiche euch nicht mit anderen, sondern mit dem, der ihr bei eurer letzten Prüfung wart. Habt ihr euch verändert? Und wie? Wenn ihr zeigen könnt, dass euer Herz auf Aikido ausgerichtet ist, und das in eurem Training und auch in der Prüfung sichtbar wird, dann ist alles gut.

Bertram