



SHINKI NEWS

NO. 40

Inhalt

Shinki News No. 40 / Juni 2025



SHINKI NEWS

Seite 3 / **Soke hat das Wort** (M. D. Nakajima)

Seite 6 / **Lehrgangsberichte**

Seite 11 / **Lehrgänge** (2025)

Seite 13 / **Impressum**



Soke hat das Wort

Text: Michael Daishiro Nakajima

神氣

Liebe Shinkiryu-Mitglieder, liebe Freund*innen,

Seit dem 25. März 2025 bin ich nun schon in Japan. Wenn diese Nummer von Shinki News erscheint, werde ich allmählich wieder in Deutschland sein. Das heißt, ich habe mir diesmal fast drei Monate für den Aufenthalt in meiner alten Heimat eingeräumt. Da jemand einen offiziellen Bericht über die Gruppenreise in Japan schreiben wird, befasse ich mich mit etwas Privatem.

Zuallererst danke ich Euch sehr herzlich, dass Ihr zu meinem 80. Geburtstag vor anderthalb Jahren eine so große Spende gesammelt habt, um meine Flugreise in der Business-Klasse zu finanzieren. Es ist ein Riesenunterschied, ob man liegend fliegen kann oder 13 Stunden sitzend, besonders für einen alten Menschen.

So konnte ich – in Japan angekommen - gleich mit meinen Aktivitäten anfangen. Da unser altes Haus ziemlich hinfällig ist, muss ich jedes Mal, wenn ich hier bin, einige Renovierungen veranlassen. Aber meine Haupttätigkeit bestand darin, alte Bekannte und Freunde zu treffen. Denn es kann ja durchaus sein, dass dies das allerletzte Mal in diesem irdischen Leben ist, auch wenn ich zwei sehr betagte Menschen getroffen habe, die superfit sind. Einer von ihnen war ein ehemaliger Jesuitenkollege, jetzt 90 Jahre alt. Als Priester reist er immer noch von Hokkaido bis Kyushu, um Vorträge zu halten oder Seminare zu leiten. Es war eine große Freude, ihn zu treffen. Für dieses Treffen eilte er zu dem Restaurant, wo ich mit einem anderen ehemaligen Kollegen (84 Jahre alt) wartete, obwohl er erst abends von einem Seminar in Kyushu zurückgekommen war. Er erzählte von seiner Verbundenheit mit Bäumen und Blumen. Praktisch hat er vom Ki erzählt, das er von den Pflanzen bekommt. Das war fast so wie die Erfahrung vom „Waldbaden“. Übrigens war er derjenige, der mich zum Aikido geführt hat. Angeblich soll ich ihn komisch geworfen haben, so dass er sich eine Schulter verletzte und nicht mehr Aikido machen konnte. Daran erinnere ich mich aber gar nicht.

Eine andere traf ich tatsächlich im Wald bei der Wanderung in den nahe gelegenen kleinen Bergen von Kamakura. Der Weg ist nicht so einfach, teils geht es steil bergauf und bergab und über starke Wurzeln, die überirdisch den Weg überqueren. Die Dame war 94 und wanderte allein. Ihr Gesicht war viel glatter als meins. Sie erzählte, wie gut sie sich fühlt unter den Bäumen.

Als Fazit könnte man sagen, dass man für seine Gesundheit und die Lebendigkeit doch etwas tun kann, auch wenn nicht jede/r so lange leben kann.

Jetzt etwas anderes:

Mit 28 Jahren habe ich Japan verlassen, und ich lebe schon 53 Jahre in Deutschland. Da ich bewusst viel japanische Literatur lese, hat meine Muttersprache nicht viel gelitten, auch wenn ich manchmal langsam nach einem Wort suchend sprechen muss. Ich empfinde aber, dass es ein langer Weg ist, in einem Land seine Kultur tief zu verstehen lernen. Wir müssen sehr bescheiden sein, wenn wir z. B. von der Kultur eines fremden Landes reden – erst recht von den Kulturen der Welt. Ich empfehle besonders Euch jungen Menschen, in mindestens ein fremdes Land zu gehen – nicht als Tourist oder Touristin, sondern für einen etwas längeren Aufenthalt von etwa einem Jahr. Sonst gibt es die Gefahr, dass wir wie ein Hinterwäldler oder ein Frosch im Brunnen unser Dasein fristen und einen nur flüchtigen und äußerlichen Blick auf ein anderes Land und eine andere Kultur haben.

Diese Weite oder die horizontale Erweiterung ist jedoch noch nicht alles. Wir müssen nach der Tiefe suchen. Wie eine Dame, die 12 Jahre lang in den USA lebte und nach Japan zurückkam. Sie war verheiratet mit einem Japaner zweiter Generation in den USA. Seine Eltern sind beide japanisch und emigrierten in die USA. Für ihn sind die USA überlegen, so dass er von oben herab schauen soll nach ihrer Aussage, und auch ihr gegenüber diese Haltung spüren lässt. Natürlich erzähle ich dies aus der Sicht der Frau, weswegen ich nicht sagen kann, inwieweit das stimmt. Was ich sagen wollte, ist, dass diese Dame angefangen hat, über das Leben ernsthaft nachzudenken, und schließlich zu glauben begann. Dabei soll sie durch viele „Zufälle“ geführt worden sein, die sie nachträglich als himmlische Fügung interpretiert. Vielleicht gibt es solche Zeichen, die man später als Fügung sehen lernt. **Jedenfalls müssen wir unsere Welt und unser Leben irgendwie interpretieren. Wir können nicht umhin, das zu tun, wenn wir menschenwürdig leben und sterben wollen. Es ist wirklich wichtig, eine möglichst weite Perspektive einzunehmen und „über den Tellerrand“ zu schauen sowie die Zeichen, die uns in die Tiefe führen, lesen zu lernen, die uns unser Leben eigentlich reichlich gibt.**

Bemerkungen

Bokuto-Bestellung

Wir haben noch ein Bokuto übrig, aber ich habe 10 weitere bestellt. Es soll 3 bis 4 Monate dauern, bis sie kommen. Außerdem habe ich in einem Budoladen das lederne Tsuba entdeckt und gleich 10 Stück mitgenommen.

Lehrgangsberichte



Lehrgang mit Duncan Underwood und Danijel Tomašević

in Weimar / 3. und 4. Mai 2025

Text und Fotos: Arian Wichmann

Wenn weniger mehr ist: Ein Wochenende zwischen Aikido und Daitoryu

Am ersten Mai-Wochenende ist in Weimar etwas Außergewöhnliches geschehen. Zum ersten Mal gab es einen gemeinsamen Lehrgang zwischen den Vertretern der Disziplinen Daitoryu und Aikido - Danijel Tomašević und Duncan Underwood. Ursprünglich war es geplant, auch Shinki Toho zu vertreten. Aber leider war Helmut Theobald zu diesem Termin verhindert.

Der Lehrgang war strukturiert mit einem ausgewogenen Verhältnis von Meditation und Praxis: Dreimal 30 Minuten Meditation verteilt über das Wochenende, jeweils eine Stunde Aikido und eine Stunde Daitoryu. Diese Kombination schuf einen idealen Raum für tiefes Lernen und das Erforschen der Gemeinsamkeiten und Unterschiede beider Disziplinen.

Die Brücke zwischen Meditation und Technik

Eines der wiederkehrenden Themen dieses Lehrgangs war "weniger ist mehr". Wenn wir nur mit unserer Aufmerksamkeit in uns verbleiben, ist es uns nicht möglich, unsere Umwelt wahrzunehmen. Und wenn wir unseren Uke nicht wahrnehmen, dann ist es nicht möglich, ihn zu bewegen. Daher ist es von größter Wichtigkeit, unsere Aufmerksamkeit nach draußen zu öffnen. Uns selbst durchlässiger zu machen. Die Mauern zwischen uns und der Welt einzureißen.

Um uns selbst durchlässig zu machen gegenüber unserer Umgebung, müssen wir uns erst mit uns selbst beschäftigen. Im ersten Moment scheint diese Aussage widersprüchlich. Ist doch das Mit-sich-selbst-Beschäftigen ein Kehren nach innen und damit ein Abkehren vom außen. Aber das Betrachten unseres Inneren schärft unsere Sinne, die unabdingbar sind als Tor zur Welt.

In den Meditationseinheiten wurde betont, dass wir immer wieder aufs Neue in die Meditation eintauchen müssen. Es gibt keine plötzliche Erleuchtung für die meisten von uns – vielmehr ist es ein beständiges Üben und Wiederholen. Besonders wurde die Verbindung zum eigenen Körper hervorgehoben, das Akzeptieren und sogar Liebenlernen des Körpers mit all seinen Eigenheiten. Die Qualität des Sitzens wurde als besonders relevant herausgestellt: aufrecht, sodass der Atem frei fließen kann. Meditation als Akt des Nichtstuns mag zunächst seltsam erscheinen, da sie so unproduktiv wirkt in einer Welt, die ständig auf Leistung ausgerichtet ist. Doch gerade durch das Weglassen entsteht Raum für Neues – eine Erkenntnis, die sich sowohl in der Meditation als auch in den Techniken beider Kampfkünste widerspiegelte.





Wo sich die Wege treffen und trennen

Was in Worten ausgedrückt schwer greifbar und unerreichbar scheint, haben wir uns in den Meditationen und den Techniken genähert. Es war spannend zu sehen, wie ähnlich sich Daitoryu und Aikido im Endergebnis doch sind und doch an bestimmten Kernstellen unterschiedlich. Zum Beispiel zum Thema des Timings: Wo es im Aikido durchaus gut funktionieren kann, auf den Kontakt von Uke zu warten, um dessen Schwung und Intention mitzunehmen, so hat Danijel sehr klar darauf hingewiesen, dass Daitoryu hier anders funktioniert. Die Handlung von Nage muss in dem Moment starten, in dem Uke sich entscheidet anzugreifen.

Dieses frühzeitige und direkte Eintreten dann ohne Hast, ohne Kraft, aber mit Schärfe zu gestalten, gehört zu den großen Herausforderungen. Denn wo Aikido viele Möglichkeiten hat, einen etwas unglücklich verlaufenen Eingang zu kompensieren, so ist er im Daitoryu von äußerster Wichtigkeit. Das Dominieren des Gegners ist quasi 90% der Miete – der Eintritt definiert, ob die restliche Technik klappt oder nicht.

In beiden Disziplinen wurde deutlich, dass Präzision wichtiger ist als große Bewegungen. Auch Aikido erfordert nicht zwingend ausladende Gesten und kann sehr sparsam in den Bewegungen sein. Die Schärfung dieses Aspekts lässt sich besonders gut im Daitoryu und Shinki Toho üben.

Neben dem bekannten Konzept des Aiki, das allen drei Künsten gemein ist, wurde im Daitoryu besonders das Konzept "Muneki" betont – ein weiterer Baustein, der den subtilen Unterschied zwischen den verwandten Kampfkünsten ausmacht.

Ein besonderer Moment des Lehrgangs war am zweiten Tag die Ablaufprobe für ein Embu während der anstehenden (zum Erscheinungsdatum dieses Textes bereits in der Vergangenheit liegenden) Reise nach Japan. Wir sind gespannt auf die Anwendung des Erprobten auf die Realität. Der allgemeine Tenor unter den Teilnehmenden des Wochenendes war, dass dieses Format sehr bereichernd ist und auch in Zukunft stattfinden sollte. Dann hoffentlich auch mit Helmut und der Shinki Toho-Komponente, um das Bild der verwandten Kampfkünste zu vervollständigen. Letztlich lehrte uns dieses Wochenende, dass die Welt mehr ist als das Alltagsgeschehen – eine Erkenntnis, die wir sowohl in der stillen Meditation als auch in der dynamischen Praxis unserer Kampfkünste erfahren durften.



Text & Fotos: Arian Wichmann



Lehrgänge

2025

Lehrgänge 2025

Do 12. – Di. 17. Juni

Sa 5. – So. 6. Juli

Mo 28. Juli – Sa. 2. August

Sa 2. August

Do 14. – So. 17. August

Sa 27. – So. 28. September

Sa 18. – So. 19. Oktober

Sa 8. – So. 9. November

Sa 15. – So. 16. November

Sibiu, România: Shinki Ryu Aiki Budo
mit Arkadiusz Paluszek

München: Aiki Budo Lehrgang
mit M. Daishiro Nakajima Soke

Oldenswort: Eiderstedter Aiki-Budo-Sommerlehrgang
mit Duncan Underwood

Pforzheim: Aikido-Kata-Lehrgang
mit Michael Danner und Matthias Böttcher

Edingen: Shinkiryu Sommer-Lehrgang
mit M. D. Nakajima Soke

Königheim: Ittoden Shinki Toho Lehrgang
mit M. D. Nakajima Soke und Helmut Theobald Menkyokaiden

Leopoldshafen: Aikido/Daitoryu Lehrgang
mit M. D. Nakajima Shihan

Dresden: Shinkiryu Aiki Budo Lehrgang
mit M. D. Nakajima Soke

Ulm: Aikido/Daitoryu Lehrgang
mit M. D. Nakajima Shihan

Arigato gozaimasu

Ausblick

Anfang August erscheint eine Sonderausgabe zur Japanreise. Die nächste reguläre Ausgabe der Shinki News erscheint im September 2025.

Wenn Ihr einen Beitrag schreiben wollt, schreibt uns bitte vorher an shinkinews@shinkiryu.de oder sprecht uns an, damit wir planen können.

Einen Sommer voller Ki wünscht das Shinki News Team.

Impressum

Copyright 2025 Aikido Shinki Rengo

Realisierung: Lukas Underwood und Jann-Volquard Posenauer

Lektorat: Monika Popp

Englische Übersetzung: Rick Soriano, Nigel Downes

Layout und Design: Jann-Volquard Posenauer und Johannes Hoffmann

Die abgebildeten Meinungen entsprechen nicht notwendigerweise der Redaktion von Shinki News. Für den Inhalt der Beiträge sind die AutorInnen selbst verantwortlich.

Alle Bilder dürfen mit Zustimmung der UrheberInnen für die Shinki News und auch nur für diese verwendet werden. Die Urheberrechte der Bilder liegen beim Fotografen. Alle abgebildeten Personen gaben im Vorweg der Verwendung ihre Zustimmung.



Lukas Underwood



Monika Popp



Rick Soriano



Nigel Downes



Johannes Hoffmann



Jann-Volquard Posenauer