SHINKI NEWS

Onegai shimasu

Editorial

Text: Lukas Underwood

Liebe Mitglieder,

seit geraumer Zeit machen wir uns Gedanken darüber, wie wir die Shinki-News mit mehr Inhalt füllen können. Diese internen Überlegungen wurden von Seiten der Prüfer/-innen- und Trainer/-innenkommission bei ihrer letzten Sitzung vorangetrieben, als sie uns öffentlich auf dieses Thema ansprachen. Mit dieser Ausgabe leiten wir daher eine inhaltliche Reise durch die drei Disziplinen ein, welche unsere Ryu definieren. Vorliegend findet ihr also eine Art Einführung in die kommenden Ausgaben, welche sich intensiv mit jeweils einer der drei Disziplinen beschäftigen werden. Starten werden wir in der Dezember-Ausgabe mit dem Thema Aikido, um dann im Juni 2018 mit dem Daitoryu weiter zu machen und uns im Dezember 2018 dem Shinki-Toho zu widmen. Für die vorliegende Ausgabe schrieben Duncan Underwood (Vorsitzender der Prüferkommission), Danijel Rolli (zusammen mit Matthias Haas Europa-Jun-Honbu Shihandai des Daitoryu Aiki Jutsu Bokuyokan) und Helmut Theobald (Shihandai des Itto-den Shinki Toho Hoshu) jeweils einen Text über die Gemeinsamkeiten und Unterschiede ihrer jeweiligen Disziplin, um diese Aspekte in den kommenden Ausgaben inhaltlich noch einmal zu vertiefen.

Auch wenn wir von der Redaktion mit dieser inhaltlichen Schwerpunktsetzung einen sehr spezifischen Rahmen um jedes Heft spannen, bedeutet das nicht, dass keine weiteren Artikel, die sich inhaltlich auch mit ganz anderen Dingen beschäftigen können, Platz finden würden. Die Shinki-News ist und bleibt ein Mitgliedermagazin und wir freuen uns über jede Zusendung. Dies müssen keine Lehrgangsberichte sein, sondern dürfen auch sehr gerne Prüfungsaufsätze oder andere inhaltliche Beiträge sein. Bitte schreibt uns für Beiträge aller Art rechtzeitig unter shinki.news@gmail.com an, damit die Formalitäten miteinander besprechen können. Wir freuen uns über Kritik, Lob und natürlich eure Zusendungen!

Jetzt wünschen wir euch viel Spaß mit der aktuellen Ausgabe der Shinki News
Das Shinki News Team

Inhalt

Shinki News No. 8 / Juni 2017

SHINKI NEWS

Seite 04 / **Soke hat das Wort** (M. D. Nakajima)

Seite 08 / **Aikido Shinkirengo** (Duncan Underwood)

Seite 10 / **Daitoryu Aiki Jujitsu** (Danijel Rolli)

Seite 12 / **Itto-den Shinki-Toho** (Helmut Theobald)

Seite 14 / **Japanreise** (M.D. Nakajima)

Seite 23 / **Lehrgangsberichte**

Seite 31 / **Graduierungen** (01. März – 17. Mai 2017)

Seite 33 / **Lehrgänge** (2017)

Seite 35 / **Impressum**

Soke hat das Wort

Text: Michael Daishiro Nakajima

Da ich diesmal bei den Bemerkungen etwas ausführlicher geschrieben habe, fasse ich mich hier ganz kurz, damit die Englisch-Übersetzer nicht allzu sehr belastet werden:

Unser Weg ist lang. Wenn wir ihn aber hingebungsvoll gehen, spüren wir die Zunahme des Ki, der Lebenskraft, die uns zur Quelle der Freude wird. Hingebungsvoll, das heißt engagiert aber gelassen, eifrig aber bescheiden. So wollen wir unentwegt weitergehen.

Bemerkungen

Lehrgangsplanung

da es viele Anfragen für einen Lehrgang mit mir gibt, müssen die Termine gut geplant werden. Denn ich möchte möglichst vermeiden, in einem Jahr mehr als 12 auswärtige Lehrgänge zu absolvieren. Daher habe ich bis jetzt diejenigen TrainerInnen gebeten, die einen Lehrgang mit mir planen, spätestens bis Ende Juli einen solchen Wunsch für das folgende Jahr zu äußern. Es empfiehlt sich aber, noch vor diesem Termin – also möglichst früh – mir den Wunsch mit einigen Terminvorschlägen mitzuteilen. Dann sind die Chancen größer, einen der gewünschten Termine zu bekommen. Für das Jahr 2018 z. B. haben bereits drei Vereine eine Zusage bekommen: Euskirchen, Weikersheim und Landau. Der Sommerlehrgang mit mir findet dieses Jahr wieder in Weiler, nächstes Jahr vermutlich in Rovinj in Kroatien statt. Auch von Mt. Pleasant / USA kam der Wunsch für einen einwöchigen Lehrgang. Allerdings weiß ich noch nicht, ob ich ihn schon 2018 verwirklichen kann.

Aufnahmen bei den Lehrgängen

Der Modus für Aufnahmen (Foto, Video) bei Lehrgängen war eigentlich schon immer geregelt. Da dies aber mittlerweile nicht immer so gehandhabt wird, wie ich mir das vorstelle, möchte ich das hier nochmals darstellen. Für private Zwecke (ganz privat oder im Verein) werden Aufnahmen in den meisten Fällen erlaubt. Dabei sollte man vorher den Leiter fragen und dem Veranstalter Bescheid geben. Wünschenswert ist, dass nicht eine teilnehmende Person selbst aufnimmt, sondern sie eine zuschauende Person darum bittet. Wenn dies nicht möglich ist, sollte die aufnehmende Person diskret und zügig die Aufnahme erledigen. Für die Veröffentlichung der Bilder müssen die Betroffenen vorher gefragt werden, wie es das Team der Shinki News vorbildlich macht, und die zu veröffentlichenden Bilder sollten vorher dem Leiter gezeigt werden. Im Fall eines längeren Videos wird vorausgesetzt, eine Kopie des Films dem Lehrer zu geben, unabhängig von der Frage, ob Veröffentlichung oder nicht.

Die Rechtssprechung bezüglich Veröffentlichungen ist mittlerweile ziemlich streng geworden. Besonders bei den Medien, die jedem offen stehen, sollte man Vorsicht warten lassen. Ein Beispiel: ein gutgemeintes Video zur Einführung einer großen Aikido-Veranstaltung z. B. wurde letztes Jahr beanstandet, so dass man nicht nur den Film aus dem Netz nehmen, sondern sich öffentlich entschuldigen musste. Viele von uns – mich eingeschlossen – sind wohl in dieser Hinsicht noch ziemlich naiv. Aber im Zeitalter der inflationären Medienpräsenz (Entblößung der Privatsphäre), Manipulation und vieler Fakes sollte man auf Diskretion achten, zumal die Empfindungen der Menschen verschieden sind. Was z. B. bei uns noch akzeptabel ist, kann in Japan sehr negativ beurteilt werden, und umgekehrt.

Etikette

Da bei Trainings bzw. Lehrgängen eine gewisse eigentlich selbstverständliche Etikette zuweilen bei Einzelnen vergessen zu sein scheint, möchte ich auf folgende Punkte aufmerksam machen. Es sind Punkte, die zum großen Teil beim menschlichen Umgang ganz allgemein gültig sind, aber bei der Do-Übung, insbesondere beim Budo, in dem ernsthafte Aufmerksamkeit und letzten Endes der Schutz des Lebens geübt werden sollen, äußerst erforderlich: Man sollte auf die Sauberkeit des Dojo achten auch während des Lehrgangs. Oft stelle ich fest, dass Shomen (Frontseite) voller Staubmäuschen ist. Auf dergleichen sollte nicht nur der Veranstalter, der ohnehin mit vielen Aufgaben beschäftigt ist, sondern alle TeilnehmerInnen aufmerksam sein und sich kümmern.

Wenn man verspätet kommt, sollte man sich am Rand der Matten hinsetzen und warten, bis die aktuelle Technik zu Ende geht, um ab der nächsten Technik mitzumachen. In diesem Fall sollte man sich nach der Übungseinheit beim Übungsleiter / bei der Übungsleiterin kurz entschuldigen. (Selbst wenn es heißen soll, dass man zu lange geschlafen hat. Aber auf keinen Fall lange Ausrede!) Wenn man sofort mittrainieren möchte, dann sollte man direkt zum Lehrer / zur Lehrerin gehen und sich entschuldigen. Bei uns gibt es nicht die Regelung, dass man am Rand sitzend abwartet, bis der Lehrer / die Lehrerin das Training erlaubt. Wenn man während der Übung die Mattenfläche verlässt, sollte man auch beim Lehrer / bei der Lehrerin vorher kurz Bescheid geben.

Bei normal gutem Gesundheitszustand sollte man nicht vor Ablauf einer Stunde trinken gehen müssen, und erst recht nicht es sich draußen gemütlich machen, während andere fleißig üben. Trinken ist wichtig, aber eine übertriebene Trinkphilosophie muss nicht sein. Eine Musikpädagogin hat mir erzählt, dass ein Mädchen die Trinkdoktrin der Eltern so verinnerlicht hat und ständig trinkt, dass sie ständig zur Toilette muss, so dass ein 30-minütiger Unterricht nicht ohne Unterbrechung gehalten werden kann.

Es ist sehr erfreulich, dass viele TrainerInnen Lehrgänge veranstalten, was mich entlastet. Wenn sie meine SchülerInnen sind, handeln sie im Allgemeinen und auch unausgesprochen mit meiner Erlaubnis und meinem Auftrag. Das bedeutet, dass unsere Mitglieder, insbesondere die TeilnehmerInnen ihm/ihr gegenüber nicht despektierlich sein sollten. Leider wurde das nicht immer eingehalten. Es ist übrigens zumindest nicht falsch, sie auf der Matte Sensei zu nennen. Wenn jemand Zweifel hat, ob der Lehrer / die Lehrerin berechtigt ist, den Lehrgang zu leiten, dann kann er mich fragen, statt ihn/sie unhöflich zu fragen, „Bist Du überhaupt berechtigt?“ oder ähnlich. Diese Angelegenheit ist bei der strengeren Regel bei traditionellem Kenjutsu besonders gut zu achten. Im Ittoden Shinki Toho darf man tatsächlich, ohne Shoden erreicht zu haben, keinen offiziellen Lehrgang halten. Und diese unsere Regel ist sehr viel lockerer als in anderen Kenjutsu-Schulen, in denen man oft erst dann unterrichten darf, wenn man den Titel des Menkyo-Kaiden (die höchste Stufe) erreicht hat. Unsere lockere Regel birgt in sich die Gefahr, dass der Inhalt verwässert oder verformt wird, aber sie ist gut, um möglichst viele Leute an der Freude des Kenjutsu teilhaftig werden zu lassen. Bis jetzt – soweit ich überblicken konnte – haben alle, die einen Shinki-Toho-Lehrgang leiten wollten, mich vorher gefragt.

Es war zwar auch beim Dan-Lehrgang Thema, aber auch danach gab es immer wieder Klagen, dass die sachliche Korrespondenz sehr zäh läuft, d.h. dass Antworten gar nicht kommen und man immer wieder nachfragen muss. Es gibt manchmal sicher berechtigte Gründe, dass es nicht klappt: der Computer hat verrückt gespielt, eine falsche Telefonnummer wurde gewählt und in dessen AB gesprochen, oder einfach hat man vor lauter Aufgaben des Alltags vergessen bzw. nicht antworten können, usw. In solchem Fall ist jedenfalls ein „Es tut mir leid“ angemessen, wenn später doch der Kontakt klappt. Es ist etwas armselig, wenn man nur seine „berechtigten“ Begründungen für die nicht zustande gekommene Kommunikation munter behauptet. Alle, die mit einer größeren Organisation zu tun hatten, wissen Bescheid, wie mühsam und ärgerlich dieses Blockiertwerden ist.

Eigentlich sollte es nicht notwendig sein, dass ich dergleichen schreiben muss. Solche Etikette sollte nicht nur von den Trainern/Trainerinnen, sondern auch von den langjährigen Mitgliedern den neueren Mitgliedern weitergegeben werden. Wenn das oben Gesagte wie eine kleine Gardinenpredigt klingt: Ja, das ist es auch, und ich hoffe sehr, dass sich niemand dabei auf den Schlips getreten fühlt, sondern sich einfach bemüht, die Regeln und Formen einzuhalten, die ja schlicht Ausdruck des respektvollen Miteinanders und des Übens auf dem Wege der Selbstschulung sind. Wer das ohnehin tut, muss sich nicht ertappt fühlen. Wir alle sind auf dem Weg und können uns noch verbessern. Sollte jemand der Ansicht sein, es handle sich um sehr speziell japanische Höflichkeitsformen und die seien in Deutschland entbehrlich, muss ich sagen, dann sollte man nicht gerade Budo betreiben.

Danke.

Aikido Shinkirengo

Text: Duncan Underwood / Vorsitzender der Prüferkommission

Aikido ist die jüngste, aber auch bekannteste unserer drei Disziplinen im Shinki Rengo. Diese Kunst hat Nakajima Sensei ursprünglich gelernt und hat damit seine Budorichtung gegründet. Wenn man es so betrachtet, hat er das Pferd von hinten aufgezäumt. Denn sowohl das Daitoryu als auch die Kunst des Schwertes waren lange vorher da und somit stellen sie die Grundlagen, sowohl geschichtlich als auch inhaltlich, für das Aikido. O-Sensei hat beides ausführlich studiert. Takeda Sokaku war sein Lehrer. Er war zu seiner Zeit, Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts, der bedeutendste Vertreter des Daitoryu. O-Sensei hat alle diese Grundlagen aufgenommen und auch aufgrund sehr tiefer spiritueller Erlebnisse diese Künste weiterentwickelt. Das heißt, dass für ihn das Daitoryu nicht das dargestellt hat, was er sich letztendlich unter Budo vorgestellt hat. Aikido entstand also aus einer Synthese seiner Erfahrungen und Grundlagen. In diese Kampfkunst ist demnach vieles hineingeflossen und zu einem neuen Weg geformt worden.

Die Bewegungen im Aikido entstehen durch die Aufnahme der vom Uke hineingegebenen Kraft. Dieses konfrontative Ki wird umgewandelt, so dass am Ende nichts davon übrigbleibt. Eine sehr schwere Aufgabe! Grundsätzlich kann man sagen, dass etwas Aggressives neutralisiert wird. Es soll nicht zugelassen werden, dass sich eine Konfrontation aufbaut und vernichtend einwirken kann. Das verlangt dem Übenden einiges ab. Nicht nur körperlichen Einsatz, sondern insbesondere die Fähigkeit im Moment einer großen Herausforderung komplett loszulassen, ohne zu erschlaffen. Es ist erforderlich, gleichzeitig hohe Präsens und auch große Gelassenheit zu zeigen. Dieses gelingt natürlich nur durch viel üben und bedarf der Bereitschaft, sich mit sich selbst und seinen Fehlern auseinander zu setzen. Wie sonst kann man diese Gleichzeitigkeit von Schärfe und Weichheit lernen? Wir alle wissen, dass das ein langer Weg ist, der sich aber lohnt.

Durch dieses eher ausweichende und aufnehmende Verhalten unterscheidet sich Aikido vom Daitoryu nicht unbeträchtlich. Der Ki-Einsatz ist weniger direkt, jedenfalls mutet es so an. Das Daitoryu lebt von einem kraftvollen Angriff. Nicht dass dieses beim Aikido nicht nötig wäre, aber ohne diesem gelingen die Techniken beim Daitoryu nicht so gut. Gerade dieses Lernen, mit einer deutlichen Konfrontation umzugehen, bedeutet für den Aikidoka eine Erweiterung des Horizontes und der Möglichkeiten, Angriffen zu begegnen. Die Gefahr beim Aikido in nicht der Wirklichkeit entsprechende Angriffsformen und in ein ebensolches Umgehen damit zu verfallen, wird durch das trainieren von Daitoryu abgepuffert bzw. verhindert. Daitoryu lehrt uns ein andere Möglichkeit, Weichheit und Schärfe miteinander zu verbinden.

So ähnlich kann auch die Wertigkeit des Übens mit dem Schwert gesehen werden. Abgesehen davon, dass das Schwert der ursprüngliche Mittelpunkt („die Seele des Samurai") des Budos war und sich allein daraus eine gewisse Notwendigkeit der Auseinandersetzung mit dieser Kunst ergibt. An den Prinzipien dieser Kunst lehnen sich viele Inhalte der anderen an. Hier kommt durch das Shinki Toho die Schärfe und Strenge noch deutlicher zum Ausdruck. Gradlinigkeit und Kompromisslosigkeit sind Aspekte, die sich automatisch ergeben. Aber auch hier ist das Ki und der Umgang damit im Vordergrund. Nur wieder mit einem anderen Geschmack. Vor allem das sich lösen von dem „Gegenstand" des Schwertes und die Unmittelbarkeit des Eintretens, kommen einem beim Aikido sehr zu Gute.

Das Ki und seine Erscheinungsformen sind mannigfaltig. Umso mehr man davon üben kann, desto größer wird die Tiefe der Einsicht in diese. Nichts desto trotz, jeder dieser Künste kann für sich gelernt werden, jeder hat seine eigene Berechtigung. Auch beim Üben von nur einer dieser Budo-Arten, kann der Übende ein hohes Niveau erreichen. Für mich bietet das Aikido die größten Möglichkeiten. Gerade weil es auf den anderen aufbaut und daraus hervorgegangen ist. O-Sensei ist nicht umsonst weitergegangen. Aber jeder dieser Disziplinen hat mir meine Augen weiter geöffnet, für die Mannigfaltigkeit des Großen Ki.

Text: Duncan Underwood

Daitoryu Aiki Jujutsu: Herausforderungen und Chancen für Aikidokas

Text: Danijel Rolli / Europa-Jun-Honbu Shihandai des Daitoryu Aiki Jutsu Bokuyokan

大東流合氣柔術

Unsere Stilrichtung Shinkiryu Aiki Budo beinhaltet bekanntermaßen die drei selbstständigen Disziplinen Aikido Shinkirengo, Daitoryu Aiki Jujutsu Bokuyokan und Itto-den Shinki Toho. Der innere Zusammenhang erschließt sich aus der historischen Rückbesinnung. Ergänzend dazu weisen diese drei Disziplinen aber auch ein unterschiedliches Maß hinsichtlich der Intensität auf, sowohl für den Ausführenden wie auch für den Angreifenden. Im normalen „Aikido-Alltag“ werden Angriffe z. B. in der Regel eher weich durchgeführt, im Daitoryu wird schon deutlich härter und kräftiger angegriffen, beim Shinki Toho ist der Angriff völlig kompromisslos und ein schnelles Reagieren ist notwendig. Im Folgenden möchte ich die Gemeinsamkeiten und Unterschiede bezüglich Aikido und Daitoryu kurz skizzieren.

Einige Gemeinsamkeiten beim Üben von Aikido und Daitoryu sind: die Betonung des (Ai)Ki beim Ausführen der Techniken; die Weichheit des Shite (der Ausführende der Technik); das „Unbalancing“ des Angreifers (im Daitoryu ergänzt durch das sofortige Blockieren des Angreifers) und, wie es durch die historische Rückschau ersichtlich wird, eine hohe Anzahl von gemeinsamen Techniken. Diese Gemeinsamkeiten ermöglichen es dem Aikidoka in aller Regel, sich schnell in das Daitoryu hineinzufinden.

Und doch muss man erkennen, dass es auch Unterschiede zwischen den beiden Kampfkünsten gibt, denn es gilt zu verstehen: Daitoryu ist nicht allein die härtere bzw. rauere Gangart des Aikido, sondern es weist seine eigenen Prinzipien und Besonderheiten auf, welche gerade auch für Aikidokas (sowohl in der Rolle des Nage als auch des Uke) herausfordernd und ungewohnt sein können, aber auch das Verständnis von Aikido weiter vertiefen können.

Das Daitoryu-Training setzt einen stärkeren Angriff voraus, als man das gewöhnlicherweise im Aikido-Training antrifft. Dementsprechend erfordert dies beim Ausführen der Technik einen konzentrierteren und gebündelteren Ki-Einsatz gleich zu Beginn, um den Angriff zu neutralisieren. Man muss das Aiki sofort stark in den Gegner „hineinführen" und den Angreifer z.B. blockieren. Dadurch ergibt sich in aller Regel ein Stoppen des Angreifers und ein geringes Ma-ai (Abstand zum Gegner), das erstmal gewöhnungsbedürftig ist, welches aber wiederum eine Vielzahl von Striking- und Grappling-Techniken erlaubt. Dieses starke „Hineingehen" in den Gegner, hier eine Gemeinsamkeit zwischen Daitoryu und der Schwertführung, erfordert als Besonderheit eine starke Betonung des Muna-aiki (Brust-aiki) und eine aufrechtere Haltung als im Aikido, insgesamt einen stabilen Kern des Ausführenden, wiederum gemeinsam mit der Schwertführung im Shinki Toho. Dies kann man als Ergänzung zum vorherrschenden Hara-Prinzip im Aikido betrachten. Durch diese aufrechtere Haltung ergibt sich auch, dass z.B. der Wurf im Daitoryu sehr direkt und vertikal nach unten geführt wird (Sensei würde sagen: „Zur Erdmitte hin"). So lässt sich allgemein feststellen, dass im Daitoryu das vertikale Ausführen einer Technik (Aiki-age oder Aiki-sage) viel stärker betont wird, als das, ich vereinfache, tendenziell horizontale Bewegen im Aikido. Die technische Ausführung im Daitoryu changiert zwischen (sehr) starker Ki-Wirksamkeit und einer weichen Fortführung, Anspannung und Entspannung.

Aber auch in der Rolle des Uke (des Angreifers) steht man beim Daitoryu vor neuen Herausforderungen, denn es gilt: „You get what you give", und im Daitoryu muss man als Uke viel geben. Das Uke-Sein im Daitoryu erfahre ich persönlich als viel intensiver und herausfordernder: Schnelles Antizipieren und Reagieren auf die angewandte Technik, Aushalten von starken Hebelwirkungen, ungewohntes Ukemi aus ungewohnten Positionen, vielleicht gewürgt werden oder zur Unbeweglichkeit gezwungen sein, sind nur ein paar Beispiele für Erfahrungen als Uke im Daitoryu-Training. Aber auch das hilft uns, eine Kampfkunst oder das Kämpfen überhaupt tiefer zu verstehen.

Neben diesen körperlichen und eher „technischen" Aspekten möchte ich noch auf eine mir besonders wichtige und eher geistige Herausforderung des Daitoryu-Trainings eingehen. Jeder, der Daitoryu ausübt oder gar unterrichtet, macht die Erfahrung, dass Daitoryu nicht einfach ist und dass die Techniken auch nicht immer auf Anhieb „funktionieren". Im Aikido kann man durch den größeren Bewegungsradius und mit entsprechender Erfahrung eine Technik häufig noch korrigieren; im Daitoryu ist das in diesem Maße nicht gegeben. Entweder die Technik gelingt, oder eben nicht; im Daitoryu bekommt man dies sofort rückgemeldet. Um nicht frustriert zu sein, erfordert dies, und das ist der mir wichtige Aspekt hierbei, eine viel höhere Fehlertoleranz sich selber gegenüber und man lernt durch diese sofortige „Eigenkontrolle" sein persönliches Ego klein zu halten. Denn Scheitern gehört zu jeder Kampfkunst; und keiner, vielleicht von ganz, ganz wenigen Ausnahmen abgesehen, ist unbesiegbar. Dieses Scheitern anzunehmen macht uns stark, den Weg jeder Kampfkunst konsequent weiter zu gehen.

Zum Abschluss eine letzte Feststellung: Meines Erachtens wird Daitoryu langsam immer populärer. In der Welt der Kampfkünste entdeckt man allmählich, dass der Einfluss des Daitoryu für die heutigen Kampfkünste größer war bzw. ist, als man dies in den letzten Jahren wahrgenommen hat.

Text: Danijel Rolli

Itto-den Shinki Toho

Interview mit: Helmut Theobald / Shihandai des Itto-den Shinki Toho Hoshu

Shinki News: Was verbindet Shinki Toho mit den beiden anderen Shinki-Disziplinen, Aikido und Daitotryu?
Helmut Theobald: Am Anfang war das Schwert. Es war die Seele der Samurai und entsprechend haben sie die Bewegungen hauptsächlich mit dem Schwert geübt, obwohl man im Laufe der Zeit immer bewusster auf die waffenlosen Techniken Gewicht gelegt hat, um das Leben der Angreifer zu schonen. Als die Zeit der Auseinandersetzungen mit den Waffen vorbei war, versuchte man es noch deutlicher ohne. So ist – auf der Tradition vom Daitoryu Aiki Jujutsu – Aikido entstanden. Waffen sind im Honbu Dojo und in vielen Aikido-Dojos nicht vertreten. Höchstens das Bokken. O-Sensei war ein friedliebender Mensch. Aber auch er kam vom Schwert her und trainierte es im kleinen Kreis lange Zeit. Das ist die älteste Disziplin, die Wurzel, aus der die anderen entstanden sind. Deshalb gehört es dazu.

Shinki News: Gleichzeitig ist Shinki Toho die jüngste Disziplin. Die Geburtsstunde ist im Herbst 2009. Wie kam es dazu, einen eigenen Stil zu entwickeln?
Helmut Theobald: Bis dahin haben wir Onoha Ittoryu geübt. Aus verschiedenen Gründen hat sich Sensei dann von ihm getrennt. Vieles ist ähnlich, Ippon-me geht im Grunde genauso. Aber Sensei wollte die Formen so haben, dass sie realistisch sind. Er wollte die Schwertkunst so, wie sie auch auf dem Schlachtfeld war. Also nicht lange mit Schnickschnack, sondern ein Schnitt und dann muss alles vorbei sein. Und auch keine Sachen, die man mit einer scharfen Klinge niemals machen würde, z.B. in den Boden schlagen wie bei einer Schule in der Ittoryu-Tradition. Das ist das, was eigentlich dahinter steht, wie auch bei Daitoryu und Aikido: nicht lang rummachen. Er zitiert da immer Yamaguchi Sensei, der sagt: hauptsächlich Ikkyo, Shiho-nage und Tai-atari, viel mehr braucht man nicht. Mit dem Schwert ist es genauso.

Shinki News: Was ist für dich das Wesen, der Kern von Shinki Toho?
Helmut Theobald: Wille und Durchhaltevermögen. Das ist der Kern. Ich habe das oft gesehen: Viele fangen begeistert an. Erst kommen sie zweimal die Woche, dann einmal, dann nur noch ab und zu und dann gar nicht mehr. Es ist langwierig, man muss immer üben, üben, üben. Einmal auf einen Lehrgang gehen und dann innerhalb von zwei Stunden fünfzehn Formen mitnehmen, funktioniert halt nicht. Mehr als einmal die Woche trainieren, wäre schon gut, oder wenigstens für sich zu Hause das Schwert öfter in die Hand nehmen.

Shinki News: Hilft es einem beim Shinki Toho, wenn man auch Aikido oder Daitoryu übt?
Helmut Theobald: Umgekehrt: Wenn du Schwert machst, tust du dir im Aikido leichter von der Bewegung her. Beim Schwert weißt du: da greift dich wirklich jemand an. Bei der Hand denkst du: es kann nicht viel passieren. Beim Bokken merkst du sofort: oh, das ist länger, du musst also näher ran, oder den Angreifer weiterführen, runterführen, beweglicher sein. Deshalb sage ich immer: wenn du Schwert übst, bewegst du dich im Aikido auch anders. Letztlich ist es die gleiche Bewegung, nur ohne Schwert. Wenn du beim Schwert zu hektisch bist und zu schnell sterben willst, dann ist das beim Aikido genauso: Wenn du zu schnell werfen willst, wirst du es wahrscheinlich nie schaffen, den Partner aus dem Gleichgewicht zu bringen, weil du zu sehr mit dir selbst beschäftigt bist und dann muss der andere gar nicht viel machen und du fällst um.

Shinki News: Und beim Daitoryu?
Helmut Theobald: Bei Daitoyu hilft die Ittoryu-Haltung sehr, weil Takeda Sokaku Ittoryu meisterhaft beherrscht hat und diese Haltung ins Daitoryu hat einfließen lassen. Die Führung beim Schwert ist allerdings für Daitoryu zu weit, die Klinge zu lang. Daitoryu ist nicht jedermanns Sache. Ich habe mich am Anfang auch schwer getan. Jetzt mag ich es fast lieber, weil es direkter ist .

Interview mit: Helmut Theobald

Meine Japanreise – Ausschnitte

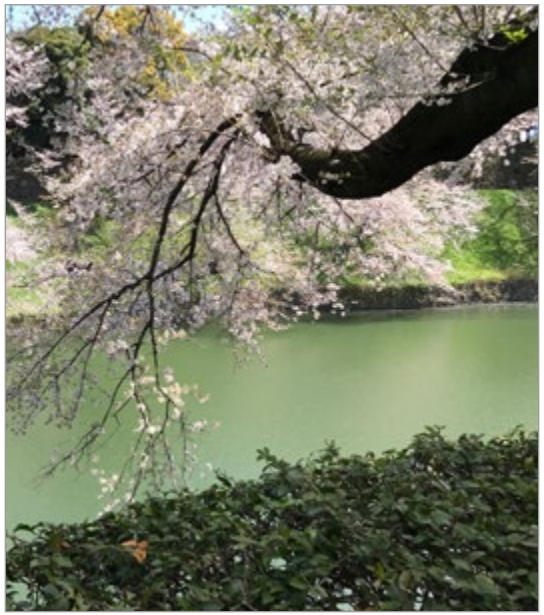
Text: M. D. Nakajima

04. April 2017: Flug von Frankfurt (Ankunft in Narita am 05. April 2017)

05. – 11. April 2017: In Kamakura und in der Umgebung
Dank der kühlen Temperatur blühten die Kirschen etwas verspätet nach und nach zur vollen Entfaltung, so dass wir sie die ganze Zeit voll genießen konnten, trotz vieler Besuche von und bei unseren Bekannten und Verwandten.

Bilder aus dem Hachimanschrein-Park in Kamakura:

Bilder aus Chidorigafuchi (einem Streifen des inneren Grabens des Kaiser-palastes) in Tokyo:



11. – 14. April 2017: Besuch des Honbu Dojo in Shinjuku/Tokyo

An drei Morgenstunden habe ich das Training von Doshu bzw. Dojocho (dem Sohn von Doshu) besucht. Am dritten Tag war mein Partner der superfitte Tani Sensei von der Abteilung für die ausländischen Angelegenheiten. Ich konnte gerade noch mithalten. Freundlicherweise hat er mich zusammen mit meiner Frau zum Mittagessen eingeladen, als eine kleine Feier für meine 7.-Dan-Graduierung. Am 13. April traf ich Doshu und erhielt die Urkunde zum 7. Dan in seinem Gästezimmer (im Gebäude neben dem Dojo-Gebäude). Dazu auch drei Bilder:

Direkt aus dem großen Fenster unseres Hotelzimmers

Von 16. bis 19. April haben Susanne und ich einen richtigen Urlaub am Berg Fuji (Fujisan) gemacht. In der Nordseite von Fujisan gibt es fünf Seen. Wir waren in einem Hotel in der Nordseite des Kawaguchi-Sees, so dass wir vor uns sowohl den See als auch Fujisan hatten. Da der See über 800 m ü M liegt, sind die Kirschblüten erst jetzt zur Vollblüte gekommen. Auch das Wetter machte schön mit, so dass die Diva ihre schönste Seite zeigte. Vielleicht wisst Ihr von einigen Japanfilmen, dass es gar nicht selbstverständlich ist, dass Fujisan sich zeigt. Das ist auch nicht anders in dieser Nähe von 25 km in der Luftlinie. Also hatten wir Riesenglück! Angesichts dieser majestätischen Schau musste ich immer wieder an den Spruch denken: „Suruga niwa sugitarumono ga futatsu ari. Fuji no Oyama ni Hara no Hakuin". Übersetzt heißt es: „Im Land Suruga (heute Präfektur Shizuoka) gibt es zwei außerordentliche Dinge. Der Berg Fuji und Hakuin von Hara." Hara ist ein kleines Dorf südlich von Fujisan, wo der Zen-Mönch Hakuin (1686–1769) in einem kleinen Tempel gelebt hat. Es ist tatsächlich angesichts dieser großen Schönheit nicht so einfach, neben Fuji gleichrangig gelobt zu werden! Ja, Hakuin war auch nach meiner Meinung einer der beiden großen Zen-Meister Japans neben dem Dogen, dem Gründer der Soto-Schule.

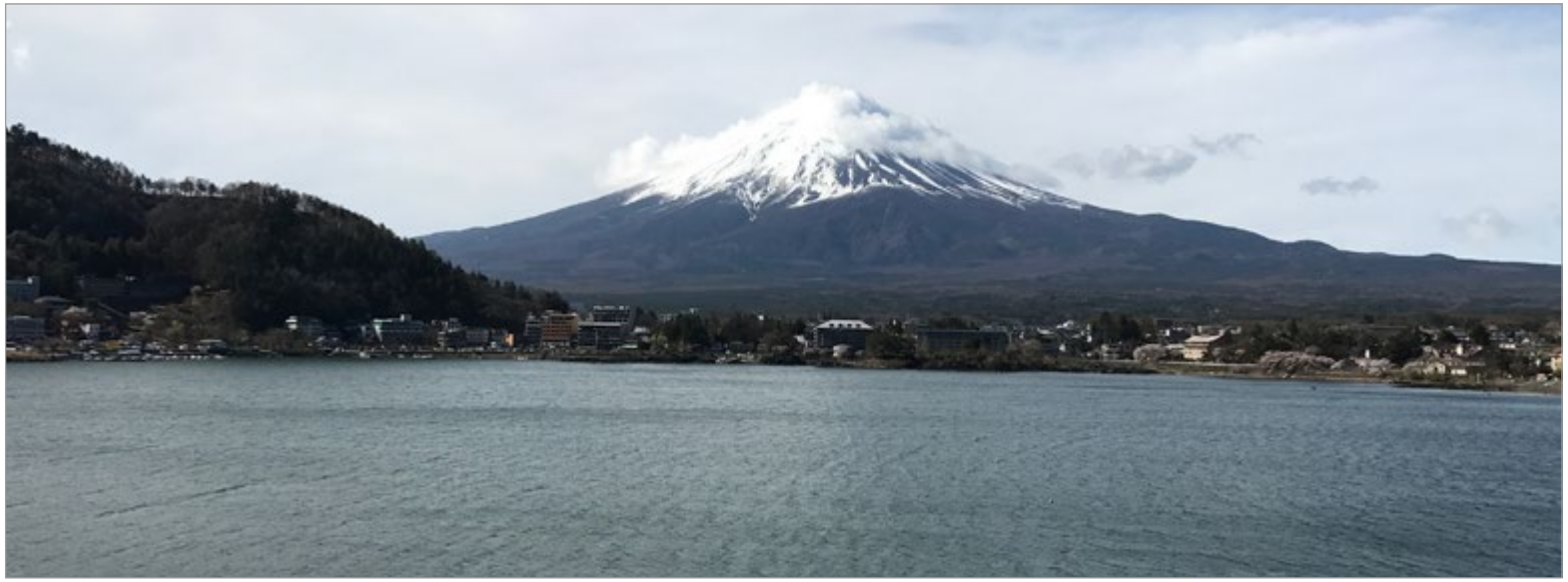
Aus dem kleinen jap. Garten im 1. Stock des Hotels

Vom Ufer des Kawaguchi-ko vor unserem Hotel (zusammen mit Kirschblüten und Kieferzweigen)

Auf dem Ufer des touristisch immer noch nicht belagerten Motosu-ko. Hier ist ungefähr die Stelle, wo ich als Student ganz kurz geschwommen bin. Das Wasser ist sehr klar und kalt. Wenn man ein paar Meter in die Tiefe schwimmt, hat es fast mystische Lila-Farbe. Frohen Mutes ging ich ins Wasser, nach höchstens 10 m kam ich panikartig zurück, weil diese Lila-Farbe mir Angst einjagte.

Aus dem Fenster des Hotelzimmers („Sakasa-Fuji“ = Fuji auf dem Kopf)

Vom Berg oberhalb des Kawaguchi-ko. Der Fuji ist ein Stück näher.



Das Ufer des Kawaguchi-ko (direkt vor unserem Hotel)

Shiraito no Taki (Wasserfall des weißen Fadens) mit dem Fuji-Wasser im West-Süd-West von Fuji, insgesamt 150 m breit und 20 m hoch

Vorne von links: Herr Yamaga, Frau Ikuko Takahashi (Kimono-Meisterin), Nakajima, Yonezawa Hiromitsu Soke, Herr Sakurada
Hinten von links: Herr Yamashita (neu), Herr Watanabe (neu), Herr Kon'no (kam extra aus Tokyo), Herr Sada, Herr Narita
Ich danke allen von Bokuyokan sehr, insbesondere Frau Yonezawa und dem Soke, für den herzlichen Empfang wie immer.

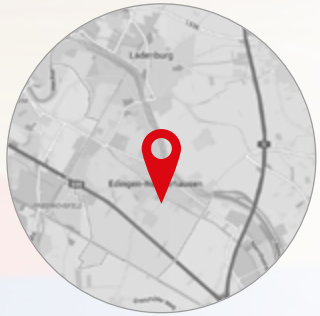
Vom 21. bis zum 23. April war ich im Bokuyokan-Honbu-Dojo in Muroran / Hokkaido. Von zwei Mitgliedern wurde ich sogar mit den Worten „Willkommen zurück" begrüßt. Ich unterrichtete insgesamt ca. 12 Stunden hauptsächlich die Techniken außerhalb der europäischen Prüfungsordnung. Frau Takako Yonezawa (Sokes Mutter) bewirtete mich mit super leckerem Essen. Am Samstagabend gab es wie immer die Willkommens-Party im Restaurant „Tetsuya". Die Mitgereisten von 2005 und 2015 würden sich daran erinnern. Obwohl die trainierende Gruppe klein ist, gibt es viele Gesinnungsunterstützer/innen. Der Hauptberater, Herr Kunio Takahashi bereitet sich schon für das 50. Jubiläum in acht Jahren und spendet regelmäßig und großzügig. Erneut musste ich feststellen, wie Yonezawa Soshi Shihan die Leute mit seiner erhabenen Persönlichkeit dauerhaft angezogen hat.

Lehrgangsberichte

Dan-Lehrgang in Edingen

Nakajima Shihan / 04. & 05. Februar 2017

Text: Laura Brosi / **Fotos:** Danijel Rolli



Ort: Edingen

Dieses Jahr fand der Danträger-Lehrgang zum ersten Mal bei uns in Edingen statt. Insgesamt kamen über 60 Teilnehmer zusammen, größtenteils aus Deutschland. In der Einheit am Samstagvormittag zeigten Mathias, Bernd, Henry und Georg (der einsprang, da sowohl Danijel als auch Duncan nicht teilnehmen konnten) Techniken und die Punkte, die jeweils als besonders schwierig oder wichtig angesehen wurden. Da jeder in der Regel seine(n) Trainer gewohnt ist, war es hier interessant, welche Aspekte ein anderer Trainer hervorhob – manches erschien vielleicht auf den ersten Blick ein wenig verwirrend, anderes gab einen interessanten neuen Blickwinkel auf die Technik.

Nach dem Mittagessen tagte die Prüfungskommission, wobei die Sitzung dieses Mal sogar ein wenig früher als vorgesehen fertig war, sodass auch diejenigen, die an der Sitzung teilnahmen, noch eine kleine Verschnaufpause vor der Einheit am Nachmittag hatten.

Nachmittags dann zeigte Sensei einige Techniken, die vielleicht doch für so einige ungewohnt durch die Hebel oder die Ablegetechniken am Boden waren. Ein Thema in dieser Einheit war vor allem das Mikiri, das Einschätzen des richtigen Abstands, denn sowohl ein zu viel als auch ein zu wenig an Ausweichen kann hier fatal sein. Sensei erwähnte in diesem Zusammenhang auch einen japanischen Ausdruck „Niku o kirasete, Hone o kiru", der übersetzt so viel wie „Fleisch schneiden lassen, und Knochen schneiden" heißt. Das Verständnis dieses Ausdruckes und was er aufs Aikido angewandt bedeutet, konnte dann jeder selbst an diesem Nachmittag herausfinden.

Nach der Einheit am Nachmittag fand dann noch eine Prüfung zum 1. Dan statt, bevor es abends dann wie schon beim letzten Lehrgang zum Abendessen ins „Cavos" ging.

Am Sonntag waren es dann noch 40 Teilnehmer, die sich zur Meditation und der anschließenden Einheit auf der Matte versammelten. Als übergreifendes Thema wurde an diesem Tag vor allem das Weichbleiben betont, dass man sich nicht so auf die Technik versteifen sollte, sondern einfach den Körper benutzen soll. Mit diesem Aspekt im Hinterkopf verging dann auch diese Einheit wie im Flug.

Nach dem Lehrgang konnte der abschließende Mattentransport stattfinden und jeder ein wenig erschöpft, aber doch glücklich über den schönen Lehrgang noch ein paar Stunden des Sonntagnachmittags genießen.

Text: Laura Brosi

Fotos: Danijel Rolli

Prüfungsvorbereitungs-Lehrgang

Michael Danner, Edme Hardy und Jochen Schröder / 11. Februar 2017

Text: Charlene Jehle / **Fotos:** Edme Hardy

Ort: Leopoldshafen

Am 11. Februar 2017 fand der 3. Shinkirengo-Prüfungsvorbereitungs-Lehrgang bei der Sportgruppe am KIT in Leopoldshafen mit Michael Danner, Edme Hardy und Jochen Schröder als Trainer statt. Alle Prüfungskandidaten und ein externer Gast waren gekommen. Um die Vielfalt an Techniken behandeln zu können, wurden in einer Gruppe die Techniken für den fünften und vierten und in der zweiten Gruppe für den dritten und zweiten Kyu geübt. In den insgesamt fünf Stunden Training waren alle sehr engagiert dabei, und so konnten alle Techniken, auch gegen Waffenangriffe, durchgenommen werden. In der Mittagspause haben sich alle dank der guten Versorgung durch Charlene Jehle und Ilona Danner gestärkt. Inzwischen gab es auch schon die ersten erfolgreichen Prüfungen. Allen Beteiligten vielen Dank für den schönen Lehrgang!

Text: Charlene Jehle

Fotos: Edme Hardy

Graduierungen

01. März – 17. Mai 2017

Aikido

5. Kyu	Helm, Aljoscha	Edingen
5. Kyu	Tischer, Martin	Großräschen
5. Kyu	Man, Veronica	Ulm-Schmid
4. Kyu	Roessler, Jens	Oberkessach
3. Kyu	Sanselzon, Felix	Berlin Tomosei
3. Kyu	Pötig, Matthias	Cottbus
2. Kyu	Vogt, Roland	Pforzheim
2. Kyu	Siebecke, Michael	Berlin Tomosei
1. Dan	Hoaghea, Teodor Ovidiu	Sibiu

Itto-den Shinki Toho

Shoden	Walz, Marion	Oberkessach

Daitoryu Aiki Jujutsu

5. Kyu	Belting, Stefan	Landau
5. Kyu	Werner, Max	SG KIT
5. Kyu	Spröh, Daniela	Rödental
5. Kyu	Stanciu, Paul - Olivian	Sibiu
5. Kyu	Tranca, Liviu	Sibiu
4. Kyu	Schwarz, Maximilian	Landau
4. Kyu	Jung, Max	Landau
4. Kyu	Habath, Sophia	Landau
3. Kyu	Schneider, Daniel	Cottbus
3. Kyu	Mann, Georg	Ulm-Kovacs
3. Kyu	Hoaghea, Teodor Ovidiu	Sibiu
2. Kyu	Jablonski, Andre	Ulm-Jablonski
1. Kyu	Smentek, Martin	München
1. Kyu	Haas, Daniel	München
2. Dan	Boettcher, Matthias	Pforzheim
Okugi 3. Dan	Danner, Michael	Karlsruhe

Lehrgänge

2017

Lehrgänge von M. D. Nakajima

17. – 18.06.2017	Oldenswort
01. – 02.07.2017	München, Aikido/Daitoryu
01. – 06.08.2017	Weiler, Sommer-Lehrgang
14. – 15.10.2017	München, Shinki-Toho
25. – 26.11.2017	Ulm
30.12.2017 – 01.01.2018	Oberkessach, Jahreswende-Lehrgang

Aus kurzfristigen privaten Gründen müssen die Lehrgänge mit M. D. Nakajima in Heidelberg, Berlin und Dresden leider ausfallen. Aktuell wird nach Ersatzmöglichkeiten gesucht, die zeitig auf der Website und in der nächsten Shinki News bekannt gegeben werden.

Sonstige Lehrgänge

15. – 16.07.2017	Leopoldshafen, Aikido-Lehrgang mit Duncan Underwood
24.07. – 29.07.2017	Oldenswort, Eiderstetter Aiki-Budo-Sommerlehrgang mit Duncan Underwood

Arigato gozaimasu

Ausblick Shinki News No. 9

Die nächste Ausgabe der Shinki News erscheint im September 2017.

Wenn Ihr einen Beitrag schreiben wollt, schreibt uns bitte vorher an shinki.news@gmail.com und haltet Euch bitte an die Vorgaben die wir gemeinsam besprechen.

Einen schönen Sommer und viel Ausdauer beim Training während der warmen Jahreszeit wünscht das Shinki News Team.

Impressum

Copyright 2017 Aikido Shinki Rengo
Realisierung: Lukas Underwood und Jann-Volquard Hansen
Lektorat: Monika Popp
Englische Übersetzung: Rick Soriano und Alex Frederiksen
Layout und Design: Jann-Volquard Hansen 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

Alex Frederiksen

Johannes Hoffmann

Jann-Volquard Hansen