

## **In der Weite dieser Welt auf der Suche nach dem Ochsen**



---

### **Was war deine erste Motivation, Aikido zu lernen?**

Es war 1996 oder 97, ich war 21 Jahre und gerade frisch getrennt, Studentin in Bochum und ich habe in der Cafeteria des GA-Gebäudes einen wissenschaftlichen Mitarbeiter kennengelernt, der mich ansprach und mit dem ich einige Verbindungen herstellen konnte. Wir freunden uns an und er lud mich nach einigen Kaffee-Gesprächen zum Uni-Aikido nach Dortmund ein, wo er als Trainer Studierende unterrichtete. Wir fuhren einmal wöchentlich zusammen im Auto und hatten dabei viele Gespräche über Meditation, Ueshiba, Asai Sensei und den Aikikai und die vielen japanischen Fremdwörter, die ich mir zunächst nicht merken konnte.

*Gesa*

Es war die Suche nach einem körperlichen und geistigen Ausgleich, da ich in den letzten Jahren viel Büroarbeit hatte.

*Badro*

### **Hat dich der Zufall auf die Matte geführt? (Oder war es – im Nachhinein gesehen – vielleicht gar kein Zufall?)**

Eine Freundin erzählte mir früher von einer Aikidogruppe, und im Rahmen der Uni musste ich mal ein Mini-Referat halten, das war eine gute Gelegenheit, mich mit Aikido auseinanderzusetzen, und ich fand die Gedanken dahinter ganz schlau, die Kraft umzulenken, auszuweichen, und ich wusste, dass ich das versuchen sollte. Als dann ein Frauentrainig angeboten wurde, wusste ich: Da muss ich hin! Also, es war kein Zufall!

*Britta*

Das war sicherlich kein Zufall. Ich habe bereits vor Jahren eine Erfahrung mit Aikido gehabt. Obwohl diese kurz war, hat sie eine Spur hinterlassen. Ein Fitnessstudio wäre aufgrund der „Routine“ die Notlösung (v.a. im Winter) gewesen. Aber ich wusste, dass ich beim Aikido einen „Lerneffekt“ haben würde. So habe ich erst mal nach Aikido-Vereine gesucht und bin dann fündig geworden.

*Badro*

## **Was hat dich am Anfang beim Aikido-Üben besonders angerührt?**

Was hat mich da angerührt?

Die Leichtigkeit der fließenden Bewegungen. Tai-sabaki. Klar, die mussten erübt werden, aber immerhin war es ein anderer Übungsfluss.

Aber auch die Form, die Ernsthaftigkeit dabei. Das Ritualisierte, die Begrüßungen, die Achtsamkeit.

*Britta*

Was ich mir merkte, war die Leichtigkeit, mit der die LehrerInnen auf der Matte kämpften, ohne aggressiv zu sein. Ich konnte zu diesem Zeitpunkt noch keinen Kontakt herstellen zu meiner Aggression und wenn man mich gefragt hätte, dann hätte ich vielleicht gesagt, dass ich keine Wut kenne. Ich hatte aber auch keinen festen Stand, war auf der Suche nach meinem eigenen Ausdruck und wurde von meinen LehrerInnen beim Training darauf hingewiesen, dass ich immer zurückwich, wenn ich als Nage eine Technik ausführte. Das erschien mir wichtig und wertvoll: Ich wollte nicht mehr zurückweichen, sondern auch meine Position, meine Mitte finden, aus der heraus ich stabil sein konnte. Somit blieb ich dran und fuhr regelmäßig nach Dortmund, bis ich feststellte, dass es auch ein Dojo in Bochum gab.

*Gesa*

Der Umgang der Menschen miteinander.

*Badro*

## **Ist dir irgendwann bewusst geworden oder hattest du zumindest eine Ahnung, dass es um Tieferes geht als um Sport oder Selbstverteidigung?**

Ich glaube, ich hatte schon früh eine Idee, dass es nicht nur um reine Selbstverteidigung geht, sondern um eine Haltung, um Zentrierung, um etwas, das ich nicht in Worte fassen konnte, aber das mich auf einen Weg bringt. Haha, ja, der Ochse...

Und meine Lehrerin war eine wunderbare Verkörperung dessen, wohin der Ochse einen führen könnte, mit der Klarheit in den Bewegungen.

*Britta*

Es muss ungefähr 1998 gewesen sein (ich war 23 J.) als ich mich allein traute, zum Aikido zu gehen. Ich kannte niemanden und hatte vorher großen Respekt vor den Menschen im Haka-ma, die oftmals sehr ernst und auch unberechenbar stark auf mich wirkten. Das Gefühl im Dojo Bochum war jedoch ein vollkommen Neues: Es ging hier nicht nur um die Stille und das ehrgeizige Streben nach perfekter Technik und Körperbewusstsein, sondern auch um Freude und Lachen (jetzt würde ich sagen: echte Begegnung) auf der Matte. Dass Aikido eigentlich alles sein kann, habe ich in dieser Zeit zunächst nur erahnen können, aber dann auch erlebt.

*Gesa*

Ich hatte das Gefühl, dass es um Tieferes geht als um Sport. Möglicherweise hat mich das unbewusst angezogen. Was ich aber nicht wusste und immer noch nicht einschätzen kann, ist, wie weit und tief das Ganze ist. Es könnte sein, dass dies für mich eine lebenslange Entdeckungs- und Lernreise sein wird.

*Badro*