

# *Do wie Aikido*



Die meisten Bücher über Aikido schreiben über den Sinn des Aikido, warum man es machen, üben und leben soll. Ich neige aber eher zu der Ansicht, dass Aikido etwas ist, was sie gar nicht wirklich wollen. Warum? Lassen Sie mich ein wenig ausschweifen:

Was ist Aikido?

Um eine Definition zu finden, gibt es im Wesentlichen nur Umschreibungen. Sie lauten in etwa „Kampfkunst ohne Gewalt“, „Budo ist Liebe“, „Angreifer neutralisieren“, „mit dem Universum eins werden“ usw.

Sie können sich nichts darunter vorstellen? Nun, das ist nicht verwunderlich. Aikido wurde auch nicht erschaffen, um es zu lesen. Aikido ist keine Formel. Also sehen wir uns eine Umschreibung einmal genauer an:

## Aikido

In Japan gibt es viele Künste. Neben den friedlichen Künsten wie Ikebana (Blumenstecken) oder Kalligraphie existieren die kriegerischen Künste. Das Wort Kunst ist dabei von großer Wichtigkeit. Es beinhaltet das „an sich arbeiten wollen“. Wenn man einen Baum zurecht schneiden will, muss man sein Ego zurücknehmen, um eine natürliche Gestaltung zu erhalten. Da hat der Wind einen Ast geknickt, hier ein Bär, ... Auch in der Kalligraphie arbeitet man so. Man versucht, die Kalligraphie darzustellen, nicht sich selbst. Ähnlich die kriegerischen Künste. Das Ego steht sich selbst im Weg. Im Bogenschießen muss man das Wollen loslassen können. Nur das Ego steht zwischen einem selbst und dem Ziel. Aikido ist solch eine Kampfkunst, unterscheidet sich aber dennoch wesentlich von ihrem „Kollegen“, dem Kampfsport.

Kampfsport legt vor allem Wert auf die Kontrolle des Gegners. Nicht so im Aikido. Hier wird der Kontakt zum Partner gesucht um friedlich mit ihm auszukommen. Zuhören und Kommunikation steht vor Kontrolle. Wenn dies versagt, kommt es zur Kontrolle und im weiteren zum Schmerz. Schmerz ist aber kein wünschenswertes Ziel der menschlichen Existenz. Schmerzen bedeuten Krankheit, Verletzung, Fehler. Das ist ein natürliches Gesetz. Im Aikido wird dieses Gesetz beachtet, indem im Vorfeld des Schmerzes gearbeitet wird. Auch da gibt es Gesetze. Wenn man diese beachtet, sollte man mit Schmerz nicht in Berührung kommen. So das hohe Ziel. Der Kontakt mit dem Partner ist dafür Voraussetzung. Reißt dieser Kontakt ab, kann aus der unterbrochenen Verbindung Schmerz entstehen. Es gibt daher im Aikido keine Verlierer und Gewinner. Entweder gewinnen beide oder beide haben versagt. Um das zu verstehen muss man üben. Aikido ist keine Kunst der Gewalt, sondern eine Kunst des Friedens. Es ist eine mühsame Kunst, da der Weg der Gewalt leichter zu beschreiten ist. Auch die vielen Rollen, die man in der Fallschule lernen muss, sind keineswegs leicht zu praktizieren. Bewegungsschemen und Denkmuster dieser Art wurden nie gelernt und sind am Anfang fremd und ungewöhnlich. Aikido ist eine echte Herausforderung. Zu Beginn verneigt man sich vor der Kamiza, der Ehrenwand. Dort steht ein Bild des Gründers dieser Kampfkunst. Einerseits dient die Verneigung dem Respekt vor dem Gründer, andererseits dient sie dem Respekt vor sich selbst als menschliches Wesen. Wenn Sie mit diesen eben gelesenen Gedankengängen etwas anfangen können, so würde ich mich freuen, Sie auf der Matte begrüßen zu dürfen.

Was sagen Sie dazu? Gefällt sie Ihnen? Haben Sie jetzt etwas von Aikido verstanden? Oder verspüren Sie jetzt zumindest eine gewisse Neugier? Nun, ich werde jetzt versuchen Ihnen zu erklären, warum Sie sich Aikido nicht wirklich wünschen werden:

Nehmen wir mal an, dass es nicht darum geht, was nach unserem Leben passiert, sondern was jetzt passiert. Das impliziert automatisch unsere Wünsche, unsere Vorstellung, wie wir leben wollen. Und wie wir nicht leben wollen. Wir treffen somit auf unsere Umwelt, die unseren Erwartungen eigentlich einmal im Wege steht. Sie suchen einen Job? Sie finden keinen? Sie suchen Freundschaft? Zugehörigkeit zu einer Gruppe von Menschen? Die auf Sie warten und wo Sie willkommen sind? Haben Sie sie gefunden? Und suchen Sie vielleicht noch nach irgendwelchem Sinn? Wo suchen Sie Sinn?

Nehmen wir einmal an, dass diese Fragen uns Menschen verbinden. Im Gegensatz zu den darauf gefundenen Antworten.

So in etwa wie Fußball. Stellen Sie sich vor, Sie lieben Fußball. Sie befinden sich in einem Stadion. Zwei Parteien sitzen sich gegenüber, lieben Fußball und haben dennoch verschiedene Antworten gefunden. Den eigenen Verein. Den eigenen Club.

Die eigene Farbe. Das ist auch nicht weiter schlimm. Das ist eben Fußball. Aber lassen Sie mich etwas weitergehen. El Salvador im letzten Jahrhundert. Ein Spiel mit dem Nachbarland. Zuerst prügeln sich die Spieler. Dann das Publikum. Am Abend fliegen die Bomber. Die Präsidenten beider Länder benötigen eine Woche, um den Krieg zu beenden. In der Geschichte geht diese Episode als „der Fußballkrieg“ ein.

Und wussten Sie, dass das Wort Hooligan von einem besonders verrückten irischen Clan kommt, der eben wegen seiner Verrücktheit berühmt war?

Also welche Antwort suchen Sie, wenn Sie nach Sinn und Zugehörigkeit suchen?

Wie weit sind Sie bereit, zu gehen?

Haben Sie einen Job? Nehmen wir an, Sie haben einen. Ist das Arbeitsklima okay? Die Verkehrsverbindung auch? Wie sieht es mit dem Geld aus? Kommen Sie durch? Wenn ja, macht es ja durchaus Sinn. Oder fehlt etwas? Zum Beispiel die Gewissheit, diesen Job zu behalten. Oder das gute Verhältnis zum Kollegen. Oder einfach nur ein bißchen Geld. Oder stimmt ihr Charakter nicht mit ihrer Rolle überein?

Charakter. Haben Sie ihren schon gefunden? Leihen wir uns ein paar Begriffe vom Rollenspiel aus.

Der Tank. Der Tank ist jener Charakter, der vorne geht und als erster stirbt.

Das macht er nicht, weil er es will, sondern weil sein Charakter ihn dazu zwingt. Er kann ebenso wenig aus seiner Haut wie andere Charaktere. Tanks ohne Erfahrung sterben schnell. Tanks mit Erfahrung wollen leben. Möglichst lange leben. Damit sie ihrer Aufgabe gerecht werden. Sie finden ihren Sinn lediglich darin, in einer Gruppe den Frontmann darzustellen. Sie bilden die Speerspitze. Nur: Ohne Speerschaft erfüllen sie keinen Sinn. Sie brauchen die Gemeinschaft hinter sich, die ihren Wert zu schätzen weiß und ihnen hilft, wenn sie auflaufen sollten. So funktioniert ein Polizist, ein Soldat, ja auch ein Familienerhalter käme in Frage. Er schützt ja seine Kinder. Das sind artgerechte Rollen. Wenn sie den Sinn verlieren, werden sie korrupt. Weil sie ihre Gemeinschaft nicht mehr schätzen, sich nicht länger für sie verantwortlich fühlen. Sie sind ein Tank? Welche Rolle haben Sie gefunden? Beamter? Oh! Am Wochenende trifft man Sie bei ihrem Hobby. Paintball. Na was soll es?

Der Heiler. Hat sich seinen Charakter auch nicht ausgesucht. Er kann sich nur schwer überwinden anderen Leid zuzufügen oder gar zu töten. Ohne Tank hat er keinen Schutz. Dafür gibt er dem Tank die Sicherheit im Falle einer Verletzung Hilfe zu finden. Zuverlässige Hilfe. Er braucht den Tank, der Tank braucht ihn. Sind Sie vielleicht ein Heiler? Sie sitzen im 4. Stock in der Verwaltung? Lohnverrechnung? Tja. Aber am Abend geben Sie ihren Freunden gute Ratschläge. Weil Sie nicht aus ihrer Haut können. Und ihre Ratschläge sind nicht mal schlecht. Man ist was man ist. Vielleicht kennen Sie deshalb so viele Menschen mit Depressionen. Und diese sprechen sich bei Ihnen aus.

Es gibt noch zahlreiche Charaktere wie Forscher, Wissenschaftler und Priester und auch Mischcharaktere. Selbstverständlich gibt es auch die Schurken.

Lassen wir es dabei. Es sind ja nur Metaphern.

Vielleicht fühlen Sie sich also möglicherweise manchmal frustriert. Aber egal. Sie freuen sich jeden Tag auf den Feierabend. Da beginnt der Spaß. Mit Freunden ausgehen. Computerspiele kaufen. Mit dem BMW durch die Stadt fahren. Oder mit der neuen Maschine ausreiten, auf dem Sozios den attraktiven Partner im Gepäck. Es geht Ihnen gut. Solange Sie den Job haben. Auch wenn es ein frustrierender Job wäre. Denn Sie können sich zum Ausgleich den Spaß

finanzieren. Und falls der Frust wachsen sollte, erhöhen Sie einfach den Spaß. Wenn notwendig, auch auf Kredit. Man lebt ja nur einmal.

Wir wollen lieber nicht daran denken was passiert wenn der Job fällt. Der Kredit nicht abbezahlt, das gerade gebaute Haus auch nicht, der Unterhalt für die gerade geschiedene Ex ...

Nein, daran wollen wir lieber nicht denken. Wir würden in ein Loch fallen. Und wir wissen von anderen, was das bedeutet. Lassen Sie uns lieber schnell ein Bier trinken und über Spaß reden.

Was macht Ihnen wirklich Spaß? Die Jagd? Ich meine damit nicht Tiere umbringen. Ich meine eher so etwas wie den momentanen Sinn jagen. Wir haben unser Bier ausgetrunken. Was machen wir jetzt? Was wollen wir jagen? Das andere Geschlecht? Ein spannendes Spiel? Neue Schuhe? Machen doch Sie einen Vorschlag. Was geben wir Sinn, wem geben wir Sinn? Wir selber sind doch diejenigen, die den Sinn verleihen. Ah, ja, das ist gut! Wir suchen uns für heute abends eine Sportart. Mal sehen. Fitnesscenter, Bikern, Bungee-jumping, Tennis. Was sagen Sie? Zu oberflächlich? Zu wenig Kick? Alles schon gemacht? Okay, etwas Neues muss her. Etwas Neues. Etwas, das Sinn macht. Natürlich. Kampfsport! Okay, lassen Sie uns ein Dojo besuchen. Aikido? Na gut.



Teil eins: Der Lehrling

Sie hatten bisher eine Ahnung, was der Unterschied zwischen links und rechts bedeutet? Zwischen Hand und Fuß? Und jetzt kommen Sie sich vor wie ein Kleinkind, das soeben das Laufen lernt? Und dann steht da noch dieser Typ mit dem kritischen Blick, der Ihnen signalisiert: Sie sind ein Idiot und werden es nie lernen. Mit Garantie nicht. Die Matten riechen nach Fußschweiß, eigentlich wollten Sie noch ein Sandwich essen, aber bis Sie das Dojo gefunden haben war ihr Zeitplan dafür gesprengt. Eigentlich wollten Sie heute noch Spaß haben. Auf irgendetwas eindreschen. Wegen ihrer Freundin Betty. Sie hat Ihnen gestern ein langes SMS geschickt, dass sie die Beziehung als nicht mehr sinnvoll betrachtet. Und sie sexuell gesehen immer schon ein Versager waren. Eigentlich wollten Sie einen Ausgleich. Zum Frust. Aber jetzt stehen Sie wieder wie ein Idiot da. Vor sich selber. Dann müssen Sie noch mit einem Holzschwert herumfummeln und irgendwelche Schreie ausstoßen, die Sie an die Wiener Sängerknaben erinnern. Und an Betty, ihre Ex-Freundin. Tief im Hinterkopf. Sie werden wütend und zerteilen die Luft mit wuchtigen Schlägen, erinnern sich an alte Filme wie Ben Hur und Highlander. Plötzlich steht der Lehrer da und schüttelt fragend den Kopf. „Leeren Sie ihren Geist und versuchen Sie, Ihre Gefühle angemessen zu kontrollieren!“ kommt es aus seinem Mund. Betty hätte es anders ausgedrückt. „Lass dich nicht so gehen und trink weniger Bier, dann begreifst du vielleicht, das Sex keine Sportart ist.“

Der Lehrer blickt immer noch fragend auf Sie, ihr Holzschwert verwandelt sich in eine Kettensäge deren Motor Sie selber darstellen und nach Treibstoff schreit. Cut.

Sie sitzen im Pub, füllen Treibstoff nach und versuchen ihre Schultern zu vergessen die Sie sich verrissen haben. Sie erinnern sich noch, wie Sie sich dafür auf Japanisch sogar bedankt haben. Am Ende der Stunde. Ihr Frust ist gewaltig. Ihr Sinn ist schon schlafen gegangen. Am meisten ärgert Sie, dass Sie über nichts die Kontrolle gehabt haben. Gut, zugegeben, auch das mit Betty hat nicht so funktioniert. Mit der Kontrolle. Da war der Plan, wie diese Beziehung auszusehen hätte, da war der Notfallplan, wie diese Beziehung schlimmstenfalls auszusehen hätte, aber Bettys Pläne haben Sie nie wirklich verstanden. Nein, stimmt nicht. Eigentlich hatten Sie überhaupt keinen Plan. Eher so fixe Vorstellungen von Prinzipien, die sich aber jeder Situation anzupassen schienen. Letzte Woche hatte Betty Ihnen noch erklärt, es sei ihr egal, wann sie miteinander schlafen würden. Aber es müsste passen. Ja, wann passte es schon? Sie mussten Ihre Pläne laufend ändern, um dieses „passte“ einzufangen. Und dann kommt dieser Lehrer und hackt auf diesem wunden Punkt herum! Dazu sind Sie sicher nicht in dieses Dojo gegangen. Oder?

Denn Sie haben ja nicht etwas gesucht das Sie zwingt über gewisse Dinge nachzudenken. Eigentlich das Gegenteil. Sie wollten doch etwas vergessen. Aber nehmen wir einmal an, Sie sind von der zähen Sorte. Sie wollen es noch mal probieren. Aber diesmal etwas professioneller. Sie kaufen sich ein Buch über Aikido. Sie lesen: „Wenn Geist und Körper in Einklang sind, was sollte da misslingen?“ Das gefällt Ihnen. Vielleicht hatte Betty instinktiv genau das in Ihnen vermisst? Sie lesen weiter: „Durch konsequentes Üben erlangt man eine starke Mitte die es einem ermöglicht durch innere Ausgeglichenheit den Alltag zu meistern.“ Ein starker Satz. Sie denken: „Wenn es Ihnen tatsächlich gelingt, Betty durch innere Ausgeglichenheit dazu zu bringen, wieder ihre Beziehung zu erneuern...“ Sie lesen: „Aikido ist die Harmonie zum gesamten Universum.“ Bowh! Sie stellen sich vor wie das aussehen mag. Sie sitzen im Cafehaus. Sie lassen ihren ausgeglichenen Blick über die armen Würmer gleiten, die durch die Straßen hetzen um ihren armseligen Alltag zu leben. Und diese unseligen Wesen haben keine Ahnung, dass sie soeben nicht im Einklang zum Universum stehen.

Frisch motiviert stehen Sie am nächsten Tag wieder im Dojo. Der Lehrer blickt Sie fragend an. Sie blicken zurück, signalisieren mit einem Augenzwinkern, dass Sie die Botschaft des Universums verstanden haben. Fallschule. Sie kugeln beherrscht durch die Gegend, die innere Ausgeglichenheit windet sich unter den Schmerzen in den Schultern, die durch das Rollen langsam blau werden. Endlich die Übungen mit dem Partner! Sie treffen auf einen Fortgeschrittenen. Sie vermeinen in seinen Augen den Einklang von Körper und Geist zu erkennen, ein freundliches Lächeln erinnert Sie an die Buddhafigur, die bei Ihnen zu Hause am Kaminsims steht. Ihr Partner biegt an ihrem Körper herum, Sie kommen ins Schwitzen. Nun sind Sie an der Reihe. Auch Sie versuchen, den fremden Körper irgendwie zu biegen, laufen gegen eine Wand, versuchen es mit noch mehr Einsatz und bekommen als Belohnung ein Stirnrunzeln. Wechsel. Der Griff des anderen wird jetzt strenger, es tut sogar etwas weh, Sie verlieren das Gleichgewicht und zugleich die Fassung. Wut steigt in Ihnen auf, bringt Sie wieder auf die Füße. „Entspannen Sie sich, Sie tun sich selber weh, wenn Sie sich gegen das Fallen wehren. Fallen ist etwas Natürliches“, gibt Ihnen ihr Gegenüber zum Rat als Sie sich wieder zum Angriff bereit machen. Wie der Blitz trifft Sie die Erkenntnis. Natürlich! Sie stellen den Widerstand ein, die Schmerzen bleiben aus, die Übungen werden schneller. Wechsel. Sie laufen wieder gegen eine Wand, die sich scheinbar nicht bewegen lässt und auch nichts zu spüren scheint. Wechsel. Noch mal Wechsel. Ihnen geht die Luft aus. „Harmonie kann doch nicht so anstrengend sein!“ denken Sie. „Atmen!“ sagt ihr Gegenüber. Irgendwie schaffen Sie es die Stunde durchzuziehen. Sie wanken unter die Dusche, danach ins Pub. Sie rufen Betty an. Das haben Sie sich jetzt verdient! Irgendwie fühlen Sie sich im Moment wirklich ausgeglichen. Eine Art innere Ruhe macht sich in Ihnen breit. Eine fremde

Männerstimme meldet sich am anderen Ende der Leitung. Hastig legen Sie auf. Hitze schießt Ihnen ins Gesicht, Sie fallen ins Bodenlose. Sie müssen auf die Toilette, sich übergeben. Alles ihn Ihnen wehrt sich diese Situation zu akzeptieren. Es tut weh! Das ist alles was Sie wissen. Sie werfen ein paar Münzen auf ihren Tisch als Sie das Lokal verlassen. Sie atmen tief durch, stehen am Gehsteigrand und sehen für einen kurzen Augenblick die Sterne hinter dem Smog in der angebrochenen Nacht hervorfunkeln. Oder sind es Wolken?

Am nächsten Tag stehen Sie übel gelaunt in Ihrer Arbeit. Den Buddha haben Sie gestern in einem Anfall von Zorn in die Mülltonne geworfen. Sie blättern in der Tageszeitung. Terroranschlag. Interessiert Sie nicht. Nicht heute. Bayern-München hat 1:0 gewonnen. „Wieso hat Betty schon einen neuen Freund?“ denken Sie. „Oder war das schon länger...?“ Ihre Mitarbeiterin bringt Ihnen den Kaffee. Er schmeckt scheußlich. „Was soll das sein? Kaffee?“ schnauzen Sie die Frau an und stellen die Tasse so hart ab, dass der Inhalt überschwappt. Ihre Mitarbeiterin eilt aus dem Zimmer um einen Lappen zu holen. Etwas in Ihnen sagt: „Reiß dich zusammen, sie kann nichts dafür!“ Ihr Telefon läutet. Mißmutig heben Sie ab. „Betty hier. Ich wollte dir nur sagen, ich habe eine neue Nummer. Die alte Nummer ist ungütig! Falls du dich mal melden willst. Wie geht es dir?“

Haben Sie schon einmal probiert eine Wahrheit zu finden? Ja? Gut. Sie wissen was ich meine. Kopernikus zum Beispiel. Oder Galilei, Einstein sowie C. Columbus um nur einige zu nennen. Es ist immer dieselbe Thematik, dasselbe Problem. Zuerst ist die Erde eine Scheibe, dann wird sie rund, später dreht sich die Sonne um sie und letztendlich beginnt sich die Erde um die Sonne zu drehen.

Was wollen Sie glauben? Was wollen Sie sehen?

Lassen Sie uns das überprüfen.

Ist ein Rad wahr? Sie wissen natürlich, dass Sie ein Rad sehen, erkennen können. Aber meine Frage lautet, ob das Rad wahr ist. Sie werden jetzt vielleicht die Stirn runzeln und sagen: „Ja, verdammt, wenn ich es angreifen kann wird es schon wahr sein!“ Okay. Verzeihen Sie mir. Ich stimme völlig mit Ihnen überein. Aber jetzt kommt die andere Frage: Glauben Sie an das Rad? Ja? Weil Sie es angreifen können, ich weiß. Ich stimme wieder mit Ihnen überein. Sie sind Realist.

Wie steht es mit, sagen wir, Hass? Glauben Sie an Hass, sehen Sie Hass, haben Sie Hass schon mal erlebt?

Sie könnten jetzt spitzfindig werden und argumentieren: „Zuerst definieren. Was ist Hass?“ Wenn Sie ihm begegnet sind wissen Sie es. Sie können darüber streiten wo Hass beginnt und wo er aufhört. Ist das schon Hass, ist das noch Hass? Aber wenn Sie ihn treffen werden Sie ihn eindeutig erkennen. So wie Sie ein Rad erkennen, nicht wahr? Eigentlich muss sich nur etwas mit sehr vielen Ecken um eine Achse drehen. Je mehr Ecken umso runder. Sie legen mir die Hand auf die Schulter und schütteln den Kopf? „Ein Dreieck das sich dreht, ist ein Dreieck und kein Rad!“ sagen Sie zu mir. Haben Sie schon einmal den Gedanken gefasst, dass diese Ecken im Rad Wahrheiten sind? Standpunkte die verglühen sobald man sie berührt. Und das die Wahrheiten bestenfalls richtiger werden, aber der Kern der Wahrheiten, die Nabe des Rades, nicht wirklich fassbar ist. Nehmen Sie sich jetzt bitte eine Auszeit und rufen Sie Betty an. Finden Sie heraus, ob Sie in Betty nur eine Vorstellung ihrer Wahrheit von einer Frau sehen oder ob Betty wirklich eine Chance hat das zu sein was sie ist.

Ich hatte Sie vorgewarnt! Erinnern Sie sich? Aikido ist nicht etwas, was man sich zu Weihnachten wünscht. Was Sie dann davon haben wenn Sie Aikido praktizieren?

Was wollen Sie denn haben? Ein Mittel um Betty zu sehen, zu verstehen? Tja, warum eigentlich nicht? Aber zuvor noch eine Frage: Wie lange wollen Sie mit Betty zusammen sein? Und wie wollen Sie Betty erklären, dass Sie nicht immer Zeit für Sie haben weil Sie nun auch ein date mit Aikido haben? Nein, warten Sie! Sind Sie noch da? Okay, Sie brauchen nur ganz wenige Tropfen Aikido zu schlucken. Dann wird Betty Sie lieben. Ehrlich! Und ihr Job wird sich ganz von selbst erledigen, Sie werden gar nicht merken wie Sie den Alltag mit seiner Routine meistern. Ich verspreche es Ihnen! Unter Garantie! Sie brauchen lediglich eine Wochenendseminar. Kommen Sie, ich lade Sie ein!

Sie stehen seit Stunden auf der Matte. Es hat gut begonnen. Atemübungen. In das Zentrum unter dem Nabel atmen. Schrittlehre. Sie haben das Gefühl es geht etwas weiter. Dann die Partnerübungen. Sie finden angenehme Partner. Partner, von denen Sie geschützt werden. Sie fallen nicht zu hart, die Berührungen sind weich und irgendwie fühlen Sie sich wohl. Dann Pause. Mittagessen. Die Zeit vergeht, Sie stehen wieder auf der Matte. Weiter geht es. Die Bewegungen sind fremd, oft verbirgt sich jeglicher Sinn vor Ihnen. Aber Sie haben ein Ziel. Betty. Sie haben sich für Montag mit ihr verabredet. Sie Fallen, stehen auf. Sie Fallen, stehen auf. Drei Stunden lang. Betty ist aus Ihrem Bewusstsein verschwunden. Konzentration, Transpiration, Kontraktion sämtlicher Muskel selbst da wo man eigentlich keine hat, zum Schluss eine Leere im Hirn von der man keine Ahnung hatte das es sie überhaupt gibt. Atemübungen. Kurze Meditation, Verbeugung, Dusche. Abendessen. Sie gehen mit den anderen auf einen Drink. Sie lernen einige Partner kennen. Der eine ist ein Arzt aus Wien. Der andere ein Schlosser aus Korneuburg. Die Blonde aus Hannover ist Physiotherapeutin. Die Brünette Sekretärin aus Strassburg. Sie reden über jenes und das. Sie lachen über jenes und das. Die Brünette erinnert Sie an Betty, irgendwie. Warum macht sie wohl Aikido? Ganz hübsch, auch ihr Wesen scheint nett zu sein. Ihre Wimpern gefallen Ihnen am meisten. Sie überlegen wie die Wimpern von Betty aussehen. Sind diese auch so nach oben gebogen? Wie trägt sie eigentlich ihren Zopf? Es fällt Ihnen im Moment nur das schwarze Haarband ein. Oder ist es rot? Sie werden müde. Ja, ihre Sommersprossen! Die am Rücken! Sehen aus wie Orion am Abendhimmel. Sie verabschieden sich. Die Nacht ist klar. Sie suchen Orion, finden diese Konstellation tatsächlich und mit einem Lächeln auf den Lippen bewegen Sie sich Richtung Schlafquartier.



Sonntag. Drei Stunden Training. Mit diesem Muskelkater! Sie schleppen sich durch die Einheiten, verlieren den Sinn, blicken auf die Uhr in der Halle und glauben die Zeit steht still. Der Lehrer zeigt eine neue Übung vor, es kommt Ihnen vor, als wäre alles dasselbe. Immer wieder dasselbe. Jemand fordert Sie auf. Es ist die Brünette von gestern Abend. Ihr Blick ist ernst, manchmal wirkt sie amüsiert, dann wieder eine Spur von verärgert. Sie versuchen so gut wie möglich zu sein. Diese Frau fasziniert Sie. Sie spüren die Geschmeidigkeit ihres

Körpers und die Bestimmtheit ihrer Bewegungen. Und Sie versuchen immer wieder in ihren Augen zu lesen. Ob Sie es richtig machen. Dann ist es plötzlich vorbei. Verbeugung. Weg ist sie.

Nur ihr Duft bleibt in Ihrer Erinnerung. Sie kommen sich ohnmächtig vor. Zum ersten mal bewusst. Eine Hand klopft Ihnen auf die Schulter. Ein alter Mann um die 80 fordert Sie auf. Verbeugung. Zögernd greifen Sie an, suchen seine Augen, seine Mimik zu lesen. Er bewegt sich langsamer, aber mit derselben Geschmeidigkeit wie die Brünette. Am Ende der Übung verbeugt es sich. „Das war ganz ausgezeichnet, junger Mann. Darf ich Ihnen einen Rat geben? Denken Sie weniger, dann sehen Sie mehr.“

Zum Ende noch Übungen mit dem Holzsword. „Aus dem Bauch! Seika Tanden! Aus dem Bauch aufheben! Ihr Wille kommt aus dem Bauch. Das Schwert ist dessen Verlängerung. Teilen Sie mit einem unendlich langen Schwert das gesamte Universum!“ sagt der Lehrer. Sie sind zu müde, um darüber nachzudenken. Sie machen es einfach. Irgendwie finden Sie es witzig. Dann ist das Seminar aus.

Nun, Sie sitzen jetzt im Auto, befinden sich auf der Heimreise. Die Sonne steht am Horizont, die Scheinwerfer der entgegenkommenden Autos kündigen das Ende des Tages an. Ein Hase rennt direkt vor Ihnen über die Straße. Ein Stich im Bauch zwingt Ihren Fuß auf das Bremspedal. Der Wagen hält die Spur, der Hase lebt. Die Sonne geht unter. Kommen Sie erst einmal gut nach Hause. Morgen treffen Sie sich mit Betty, danach reden wir weiter.

Wie war es? Sie haben Betty getroffen? Haben Sie sich ihre Wimpern angesehen? Sie hat abgesagt? Oh, das tut mir leid. Warum hat sie abgesagt? Sie trifft eine alte Freundin, die sie lange nicht gesehen hat? Die für einen Tag in der Stadt ist. Okay, Wie bitte? Oh, ich habe versprochen, dass Betty sie nach dem Seminar liebt? Und Ihr Job heute war so ein Tag, den man aus dem Kalender streichen möchte? Na, vielleicht habe ich gelogen. Ich entschuldige mich. Haben Sie diese Lüge nicht gesehen? Ich lade Sie auf einen Drink ein. Erzählen Sie. Warum war Ihr Tag so schlecht? Ah, immer dasselbe. Ich verstehe. Keine Abwechslung. Seit vielen Jahren immer das Gleiche, immer dieselbe Routine. Sie kommen sich vor wie eine Maschine, wie eine Funktion. Aber Sie funktionieren gut. Sie sind beinahe ein Tank. Fahren immer weiter. Erfüllen Ihre Pflicht. Aber dann hat Betty abgesagt. Im Fernsehen war auch nichts Sehenswertes. Immer dasselbe. Auf jedem Kanal. Ich verstehe. Wie bitte? Der Duft? Von der Brünetten? Ich bitte Sie! Wir wollten doch daran arbeiten, dass Betty Sie liebt, nicht Sie diese Brünette. Sie haben sie ja nicht mal nach ihren Namen gefragt! Sie sind verwirrt? Die Gefühle oder der Verstand? Sie können nicht unterscheiden? Oh, Sie haben ein Brennen in der Brust. Lassen Sie uns zuerst über den Verstand reden. Was rät er Ihnen?

Sie sagen, dass Ihr Verstand Ihnen zu widersprüchlichen Handlungen rät. Die eine Hälfte will die Brünette wieder treffen, die andere will Betty sehen. Und bei jeder Hälfte gibt es eine unendliche Folge von Fußnoten. Sie sind sozusagen handlungsunfähig. Gelähmt. Weil der Verstand Ihnen nicht sagen kann, was richtig oder falsch ist. Sie fürchten, dass der Verstand nach Ihrer Entscheidung sagen könnte: „Das war falsch, ich habe es dir schon immer gesagt!“ Sie wünschen sich aber, dass Ihr Verstand nach Ihrer Entscheidung sagt: „Siehst du, das war richtig, ich habe es dir gleich gesagt!“ Das ist natürlich ein Dilemma. Was rät Ihnen Ihr Herz? Welches Herz? Nun, horchen Sie mal genau in sich hinein. Sie spüren nichts? Widersprüchliche Gefühle? Die meine ich nicht. Ich meine eine Klarheit. Horchen Sie noch mal. Ah, Sie wollen beide Frauen treffen! Das ist gut. Das ist klar! Ich gratuliere! Was? Angst? Auch gut. Das ist auch klar. Sehen Sie? Wir kommen weiter. Sie wollen beide Frauen treffen, sie haben Angst. Können Sie herausfinden, wovor Sie Angst haben? Horchen Sie nochmals. Sie wollen niemanden verletzen, weder eine der Frauen noch sich selbst.



Donnerwetter! Das ist ein Standpunkt. War Ihnen so etwas früher nicht egal? Nein, ich mache mich nicht über Sie lustig. Trinken Sie noch etwas. Auf meine Rechnung. Schließlich schulde ich Ihnen ein Seminar das sie sozusagen vergebens besucht haben. Prost! Was meinen Sie? Sie glauben, Sie sind in beide Frauen verliebt? Ja haben Sie denn die Fähigkeit, beide Frauen zu lieben und mit einer zu leben? Oh, jetzt haben Sie den Drink verschüttet. Tut mir leid. Tja, Sie müssen sich irgendwie entscheiden. Außer Sie wollen mit beiden Frauen auf einen gemeinsamen Nenner kommen. Sehen Sie sich doch um. Das machen viele. Sie müssen diese Frauen einschätzen. Ich kenne sie nicht. Ob sie ein solches Spiel mitspielen. Vergessen Sie nicht, wir leben in einer Spaßgesellschaft. Alles ist möglich. Was wollen Sie? Ein Spiel? Woran glauben Sie? Glauben Sie an Prinzipien wie Treue oder Loyalität? Welche Prinzipien halten Sie hoch? Das der Freiheit! Ah, das ist gut. Nicht gebunden sein, keine Verantwortung übernehmen. Das meinten Sie nicht? Ja, was meinten Sie dann? Von welcher Freiheit sprechen Sie, wenn jede Handlung Konsequenzen hat? Und auch jede Nicht-Handlung. Sie haben auch die Freiheit, alles und jeden zu lieben. Wie ich das meine? So wie ich es sage. Sie können beide Frauen lieben. Das wäre kein Spiel. Sie können alle lieben. Falls Sie dazu die Kraft haben. Diese Kraft ist eine Fähigkeit. Sie müssen sich aber irgendwann entscheiden. Welchen Weg Sie gehen wollen. Ihre Zigarette brennt ab! Denken Sie mal über Formen nach. Die Sie glauben zu lieben. Und die Sie nach längerer Betrachtung als langweilig empfinden. Und dadurch eine Veränderung der Form wünschen. Zum Beispiel die Form eines menschlichen Körpers, die des eigenen sowie die des Partners.

Erinnern Sie sich noch, als Sie noch ein Jugendlicher waren? Da sind Sie einmal aus dem Nest der Eltern ins kalte Wasser gesprungen. Voller Angst und dennoch volle Freude. Volljährig! Vor dem Sprung haben Sie Vorstellungen gehabt, was das Wasser alles an Formen zu bieten hätte. Auch an Gefühlsformen. Die ganzen Spielarten. Wasserspiele sozusagen. Und dann war da der Aufprall im kalten Wasser. Wasser überall, im Mund, fast schon in der Lunge, so viel Wasser wollten Sie gar nicht. Aber Sie haben schwimmen gelernt. Sind nur geschwommen und haben versucht, sich über Wasser zu halten. Haben überlebt und sich zuerst gefreut, dass Sie schwimmen konnten. Sie haben es genossen. Und dann ist Ihnen etwas abgegangen, hat Ihnen etwas gefehlt. Plötzlich erinnern Sie sich. An die Zeit vor dem Sprung. Da war eine Art innere Freude. Sie wollen jetzt in etwa dorthin schwimmen wo Sie immer schon hin wollten. Richtig? Darf ich jetzt fragen wo das ist? Sie wissen es nicht? Aber Sie wollen es herausfinden. Respekt! Gehen wir doch wieder ins Dojo.

Diesmal treffen Sie auf einen übel gelaunten Partner. Er wirft Sie hart und versucht lediglich über Gewalt eine Verbindung zu Ihnen herzustellen. Sie steigen darauf ein und Ihr Partner scheint zufrieden, wenn er Schmerzen verspürt. Er scheint sich lediglich zu spüren, wenn er leidet. Es gelingt Ihnen teilweise, eine gewisse Kontrolle über ihn auszuüben. Durch Schmerz. Er reagiert auf nichts außer Schmerz. Partnerwechsel. Ein Anfänger wie Sie. Ihr neuer Partner greift an, Sie ziehen Ihre Technik durch. Es macht einen Knall und er liegt entgeistert am Boden. Sie haben ihn sozusagen „versenkt“. Er hatte nicht entsprechend auf Ihre Technik reagiert und sich schlussendlich dabei verletzt. Der Lehrer steht sofort neben Ihnen. Die Verletzung ist gottlob nichts Ernstes. Kaltes Wasser, eine Salbe, entschuldigende Worte. Die Entschuldigung wird akzeptiert und alles ist soweit okay. Der Lehrer lässt absitzen, sein Blick schweift über die Mitglieder seiner Schule. „Ich muss Ihnen etwas über Budo erzählen“, beginnt er. Er erzählt Ihnen, dass es drei Ebenen gäbe. Die erste und unterste nenne sich Bu-Jutsu. Das bedeute in etwa Krieg und Mittel zum Zweck. Es geht nur um das überleben. So etwas wie Anarchie. Die zweite Ebene nenne sich Bu-Do. Immer noch Krieg, aber auch Mensch. Man lebe noch mit und in der Gewalt, aber man suche einen Weg aus ihr heraus. In etwa die Idee des Rechtsstaates, der dennoch eine Exekutive braucht. Die dritte Ebene wäre Do. Die Gewalt wäre in diesem Stadium kein Mittel der Verbindung mehr.

Ein wahrer Krieger müsste den Frieden vor dem Krieg schützen. Würde er versagen, dann müsste er schnellstens versuchen, von der untersten Ebene wieder in die obere vorzudringen. Ihr Lehrer erwähnt auch noch, dass man in dreierlei Weise schützen müsse. Sich selbst vor den Partner, umgekehrt die Partner vor einem selber und zuletzt, am schwierigsten, die Partner vor sich selbst. Er betont noch, dass dies wiederum Metaphern wären. Dass Budo sehr wohl auch im Bujutsu zu finden wäre, da sich diese Geisteshaltungen nicht durch Worte gegenseitig ausschließen lassen. Dann endet er.

Sie glauben in diesem Moment in einer Sciencefiction gelandet zu sein. Ihr Wertesystem stellt sich auf den Kopf. Der Lehrer lässt weiterüben. Mitten in Ihren Gedanken nehmen Sie wahr, wie Gabi sich vor Ihnen verbeugt. Sie riechen augenblicklich ihren Duft, identifizieren ihn. Sie spüren wieder die Verbindung der Berührung, manchmal zieht sich etwas zurück, manchmal ist dieses etwas klar zu sehen. Die Würfe sind angenehm, manchmal fordernd, worauf Sie diese Forderung bejahen und mit einem Hochgefühl annehmen. Sie springen Ihren ersten Wurf ohne zu begreifen, was Sie tun. Danach folgt die Erkenntnis und Sie greifen an um dafür eine Bestätigung zu finden. Sie springen wieder und wieder, wie ein Fohlen, das seiner Natur näher gekommen ist.

Dann fallen Sie auf den Kopf. Gabi blickt Sie erschreckt an, Ihr Lehrer steht plötzlich vor Ihnen, blickt auf Sie hinunter. Er schüttelt sein Haupt. „Sie müssen sich natürlich auch vor sich selber schützen!“ meint er und schickt Sie unter die kalte Dusche.

Sie sitzen im Pub. Diesmal ist auch Ihr Lehrer bei Ihnen. Und Gabi. Sie fühlen sich wie ein Idiot. Gabi hat sich mehrmals entschuldigt, was die Sache noch peinlicher für Sie macht. Ihr Lehrer murmelt irgendetwas von „Dojo zusperren“ und starrt Sie manchmal undefinierbar an. Die Tür des Pubs öffnet sich, Ihr Partner mit der verletzten Hand betritt das Pub und gesellt sich grinsend zu ihnen. Der Lehrer murmelt wieder irgendetwas, zuckt mit den Schultern und bestellt ein Bier. Irgendwie wollen Sie ihn trösten. Und auch die anderen zwei. Sie begreifen sich selber im Moment als Verursacher allen Leidens. „Nehmen Sie es nicht so schwer, so etwas kann schon mal passieren. Darum ist es ja eine Kriegskunst“, wendet sich der Mann mit der verletzten Hand freundlich an Sie. Irgendwie sind Sie knapp vor dem Punkt weinen zu müssen. Sie bitten um Entschuldigung und verschwinden auf die Toilette. Ein paar Spritzer kaltes Wasser ins Gesicht, dann sehen Sie in den Spiegel. Ein verwirrtes Wesen blickt Ihnen entgegen. Sie schütteln den Kopf, es schüttelt den Kopf. „Du Idiot!“ spricht es zu Ihnen. Sie nicken ergeben. „Aber wenn ich einfach nicht begreife worum es geht!“ antworten Sie. „Du kannst auch wieder Rad fahren!“ gibt das Wesen im Spiegel Ihnen Rat. Die Toilettentür geht auf und Ihr Lehrer steht vor Ihnen. „Geht es Ihnen gut?“ fragt es. Sie nicken. „Sagen Sie, warum machen Sie eigentlich Aikido?“



Nun, Sie haben es eigentlich ganz gut hinbekommen. Sie haben Ihren Lehrer kennen gelernt und eine Nacht mit Gabi verbracht. Sie war auf der Durchreise und hat Ihnen versprochen auf ihrer Rückreise nochmals bei Ihnen zu übernachten. Ihr Hormonspiegel hat sich verdreifacht und das Glücksgefühl kann man 2 Meter rund um Sie herum riechen. Dazu kommt: Sie glauben, endlich Aikido verstanden zu haben. Die Nacht mit Gabi verlief schmerzfrei, Ihre Umsetzung von Harmonie im Alltag veranlasst Sie, eine Spur von Weisheit in Ihnen selbst wahrzunehmen. Sie sitzen im Büro und schieben die Ellbögen Ihrer Mitarbeiter an im Verlangen, diese durch Aikidotechniken mit Leben zu erfüllen. Alles scheint sich in einander zu fügen, alles scheint in geheimnisvoller Weise zusammen zu passen. Gut gelaunt gehen Sie zu der heute einberufenen Mitarbeiterbesprechung. Dort erfahren Sie, dass gewisse Umstrukturierungen notwendig werden, auch was Sie betrifft. Mittelfristig. Das heißt Kündigung. Ihre Sicht der Harmonie gleitet zuerst leicht hängend ein Stückchen weiter, überschlägt sich in einer Seitwärtsrolle und schmiert dann endgültig nach dem Ausfall sämtlicher Motivationen im Sturzflug ab. Es glückt Ihnen, den Autopilot rechtzeitig vor dem Aufprall in der Depression auszuschalten und den Steuerknüppel Ihrer Emotionen steil nach oben zu ziehen. Ihre Notlandung dauert den ganzen Nachmittag und den darauf folgenden Abend. Sie reißen dabei ein paar Bier mit und prallen letztendlich gegen die eigene Haustür. Der Notausgang bringt Sie ins Bett. Haben wir eigentlich schon über Angst gesprochen? Nicht vor der Angst, unter einem Schwert zu stehen. Sondern von der Angst, auf einem Schwert zu stehen?  
Dann holen wir das jetzt nach.

Sie machen jetzt ein, zwei Jahre Aikido? Fein. Wie oft haben Sie trainiert? Mindestens drei Mal die Woche? Unglaublich. Sie haben schon des Öfteren unter einem Schwert gestanden. Bei Übungen, wo Ihr Partner jedes Mal vor Ihrem Schädel Einhalt hielt. Da haben Sie vertrauen gelernt. Es gab dabei diese Schreie die einmal bedeuteten, den anderen zu schneiden. Und es gab diese Schreie die bedeuteten, sich selbst zu schneiden. Auch fein. Sie lernten sich entscheiden zu müssen. Rechts oder links. Aber unter dem Schwert stehen zu bleiben hieß eigentlich zu sterben. Wie wundervoll. Alles unter Kontrolle. Aber auf des Schwertes Schneide zu stehen ist wirklich eine andere Sache. Diese Ohnmacht. Kein Ausweichen ist möglich. Man sinkt ein und kann nichts gegen den Schmerz tun. Außer: Ihn zu akzeptieren. Aber das widerspricht Ihrem Wertesystem. Und wie es diesem widerspricht. Die Angst, die Kontrolle zu verlieren und ohnmächtig zu werden! Ohnmächtig zuzusehen, wie sich die Welt, das Universum, das Schicksal ohne Sie weiterdreht. Ja haben Sie allen ernstes geglaubt, Budo oder was auch immer würde Sie vor dieser Erfahrung bewahren? Haben Sie wirklich geglaubt, Bu, Krieg, wäre eine Kontrolle? Glauben Sie nicht, dass jemand im Angesicht einer Waffe lediglich daran denkt ihr zu entkommen? Haben Sie nie über das Wort Do nachgedacht? Und haben Sie das Wort Harmonie nicht für eigennützige Zwecke und Phantasien missbraucht? Haben Sie schon mal überlegt, auf des Schwertes Schneide Harmonie zu finden? *Warum* nicht?

Ich verstehe, Sie haben nie akzeptiert, dass das Universum auch seinen Willen haben könnte. Und seine Macken, so wie Sie. Wie wollen Sie Gabi das nächste Mal nun gegenüber treten? Als Verlierer? Weil Sie jetzt kein Geld heimbringen da Sie ohne Job sind. Sie könnten aufgeben, sich treiben lassen. Im Schwert versinken. Alles unwichtig werden lassen. Oder sind Sie schon einmal auf die Idee gekommen, sich im Schwert versinken zu lassen ohne aufzugeben? Paradox? Sie machen doch Aikido? Wozu verbeugen Sie sich bei einer Übung vor dem Schwert? Weil es jemand sagt? Oder weil es Ihnen toll vorkommt? Vielleicht doch wieder Rad fahren? Ist auch gut, wenn man dabei noch seine Umgebung wahrnimmt. Packen Sie einfach Ihr Rad aus und fahren Sie mal los. Man kann auch auf des Schwertes Schneide Rad fahren. Man kann vieles. Wir sehen uns morgen.

Sind Sie wieder etwas aufgebaut? Ja? Wegen eines Baumes? Wie das? Ich bitte Sie, wenn man Sie jetzt so hört könnte man glauben, Sie sind nicht ganz bei Sinnen! Sie haben den Baum leben sehen? Ah, ich beginne zu verstehen. Sie haben beobachtet, wie er dorthin wächst, wo es ihm möglich ist zu wachsen. Und das scheinbar ohne Absicht. Dennoch haben Sie einen Willen dafür verantwortlich gemacht. Aha! Und was haben Sie jetzt vor? Sie haben schon ein neues Angebot für einen Job? In einer anderen Stadt? Wie bitte? In Strassburg? Gabi also. Was soll man sagen. Ich wünsche Ihnen viel Glück! Machen Sie weiter so.

Ein neues Leben. Eine neue Stadt. Sie wohnen bei Gabi. Einstweilen. Um Ihr Leben zu regeln. Sie müssen das mit dem neuen Job noch klären und das mit der neuen Wohnung. Und das mit Gabi. Sonst noch was? Ja, richtig. Ein neues Dojo. Wenn möglich mit einem Meister. Das mit dem Meister gefällt Ihnen. Eine Persönlichkeit, die Ihnen den Weg zeigt. Kein mühsames Suchen mehr nach der Wahrheit, nein, ein Meister der sie zeigt! Sie studieren das Internet. Geben „Aikidodojos Strassburg“ ein. Drei Treffer. „Körperschule für Harmonie und mentale Bildung mit Selbstverteidigungscharakter“. Sie sind verwirrt. So haben Sie das noch nie gesehen. „Budoakademie zur menschlichen Weiterbildung auf dem Weg der Kriegskünste“. Das Sie Akademiker sind weil Sie Aikido praktizieren haben Sie bislang auch nicht gewusst. „Aikidoschule“. Klingt nach dem, was Sie suchen.

Am nächsten Tag machen Sie sich in das neue Dojo auf. Das mit dem Job, den Gabi vermitteln wollte, hatte nicht geklappt. Ein paar andere Telefonate brachten auch nicht den gewünschten Erfolg. Und die neue Wohnung, die Sie sich angesehen hatten, war doppelt so teuer als für Sie leistbar. Rien ne va plus. Nichts geht mehr. So Ihr Gefühl. Im Dojo werden Sie herzlich empfangen. Der Lehrer heißt Ernst. Er ist sofort per du mit Ihnen und macht keineswegs den Eindruck Ihrer Vorstellung eines Meisters. Irgendwie scheint er Ihnen zu... persönlich? Egal. Die Übungen beginnen. Ihr Partner blockt Sie, nichts geht. Sie antworten ihm nach dem Wechsel in gleicher Weise. Ihr Partner arbeitet, als wären Sie nicht vorhanden. Partnerwechsel. Wieder werden Sie blockiert, aber diesmal können auch Sie den Partner zur Verzweiflung bringen. Ernst mischt sich ein. Er zeigt Ihnen die Übung, zeigt, wo und wie Sie suchen müssen. Sie sind fasziniert. Es geht etwas besser, aber Ernst schüttelt den Kopf. „Das war Kraft!“ meint er und zeigt Ihnen die Übung nochmals. Sie fühlen, wie Ernst mühelos die Technik meistert. Sie probieren wieder. „Das war besser“, meint Ernst. „Ko-Tai ist sehr schwer. Die Blockaden richtig zu machen, die Blockaden richtig zu behandeln und nicht aggressiv zu werden, wenn es nicht gelingt.“ Sie blicken Ernst verwundert an und fühlen Respekt in Ihnen vor diesem Lehrer. Sie üben weiter. Wieder haben Sie ein Problem. „Meister!“ rufen Sie, als die Verzweiflung über Hand nimmt. Ernst kommt. „Vergiss das mit dem Meister!“ meint er und scheint etwas verstimmt. „Ich bin nicht hier, um Deine Arbeit zu machen. Such den Weg um die Blockade herum. Dein Partner darf dich nicht mehr blocken als notwendig.“ Und er wirft einen mahnenden Blick auf Ihr Gegenüber. Der wird rot und senkt den Kopf. Ernst schreit: „Nein, nein, nicht, ohh!“ und stapft auf zwei andere Übungspartner zu. „Wollt Ihr kämpfen oder üben?“ Seine Stimme hebt sich beim letzten Wort, er schüttelt den Kopf und zeigt die Übung wieder vor. Sie sehen zu Ihrem Partner, der zuckt mit den Schultern und grinst. „Das ist Ernst.“ Nach dem Training sehen Sie Ernst mit einem Bier in der Hand vor dem Dojo sitzen, er plaudert wie eine Kaffeetante. Sein Hosenrock liegt auf der Matte, einige duschen, einige warten, einige falten besagte Hosenröcke zusammen. Sie fragen Ihren nächsten Partner: „Faltet denn niemand den Rock des Lehrers?“ Der sieht Sie überrascht an. „Ich denke nicht, dass er das will. Er will nicht, dass jemand seine Arbeit macht.“

Der Meister. Was genau verstehen Sie darunter? Den Lehrer mit den großen Scheinwerfern anstatt von Augen? Der den Weg für Sie freimacht damit Sie ihn gehen können. Was suchen

Sie? Sie müssen verstehen, dass in jedem Menschen das Gurusyndrom versteckt liegt. Das ist so ähnlich wie mit der Traumfrau und dem Traummann. Oder dem Sandmännchen. Irgendwer oder irgendetwas ist für eine Ihrer Vorstellungen verantwortlich. Sie geben im Falle des Gurusyndroms die Verantwortung ab. Sie brauchen nur die geeignete Projektionsfläche. Die Ihre Vorstellung widerspiegelt. Bingo! Da steht sie. Im Aikido nennt man das Aite. Eigentlich stellt Aite jeden Menschen dar, der Ihnen über den Weg läuft, stellt das Gegenüber, den Partner und auch den Gegner dar. Man kann in Aite aber auch einen Spiegel sehen. So kann es auch passieren, dass einem das Gurusyndrom über den Weg läuft. Aber fragen Sie mal Ernst, was er davon hält. Er trinkt gerade sein Bier. Ein günstiger Zeitpunkt.

Ernst sieht Sie belustigt an, stellt die Flasche zur Seite und breitet die Arme aus. „Das ist deine Blase, die nur dir gehört. Deine Intimsphäre. Freunde sind in ihr willkommen, Feinde sollten draußen bleiben.“ Er grinst. „Aus dem Bauch hier unter dem Nabel, dem Seika Tandem, kommt dein Wille.“ Er grinst noch breiter. „Die Verlängerung deines Willens ist dein Schwert.“ Ernst holt mit einem unsichtbaren Schwert aus. „Damit schneidest du jedes Wissen, das auf dich zukommt.“ Ernst lässt sein unsichtbares Schwert nach unten fallen. Er zuckt mit den Schultern. „Es ist wie mit Seifenblasen. Sie kommen auf dich zu. Manche schneidest du gerne. Weil sie dir nicht gefallen. Aber andere!“ Ernst lacht und schüttelt wild den Kopf, wobei er seine Augen verdreht. „Bei Gott nicht, die willst du nicht schneiden. Sie gefallen dir zu sehr!“ „Wozu soll das gut sein?“ fragen Sie. „Wenn du wissen willst, wo diese Blasen, diese Wissen herkommen, dann musst du diese Blasen schneiden.“ Ernst nimmt sein Bier und wendet sich ab. Eine Diskussion in der Nähe hat seine Aufmerksamkeit erregt. Es scheint dabei um die Qualität von Kaffeeautomaten zu gehen.

Tja, Ernst und der Kaffeeautomat. Sie erfahren so nebenbei etwas aus den geheimen Apokryphen des Aikido, wie Ernst es gerne zum Jux ausdrückt, und stehen in einem Dojo, in dem wie in einem Kaffeehaus über alles und jeden quatscht wird. Wie wollen Sie weiter vorgehen? Ernst scheint nicht bereit, das Gurusyndrom erfüllen zu wollen. Vielleicht doch „mentale Weiterbildung mit Selbstverteidigungscharakter?“ Gehen Sie jetzt zu Gabi und nehmen Sie sich ein time out.



Am nächsten Tag dieselbe Miesere. Kein Job, Gabi hat nicht mit Ihnen geschlafen und die neuen Wohnungsangebote befinden sich jenseits Ihrer Vorstellungskraft. Im Dojo geht auch nichts. Rien ne va plus. Sie verzweifeln. Ernst ist gut gelaunt. Er schüttelt den Kopf, schreit „oh nein, oh nein, nicht so, bitte, bitte!“ Und ist gut gelaunt. Er ist gut gelaunt, wenn er scheinbar mit Ihnen verzweifelt, er ist gut gelaunt, wenn er fast zornig wird und über

Eisenstangen schimpft, er ist gut gelaunt, wenn er sich den Finger lutscht, weil ihn jemand mit den Fingernägeln die Haut blutig aufgerissen hat. Manchmal tut er Ihnen schon fast leid. Aber er scheint seine Rolle zu lieben.

Und er gibt Ihnen Mut. Wie er das macht wissen Sie nicht. Aber er schafft es, Ihre regelmäßigen Verzweiflungsattacken in Willenskraft umzuwandeln. Er wirkt auf Sie wie Omas Kräutertee in Ihrer Kindheit. Bitter, fast ungenießbar und doch gesundend. Und quatschen kann dieser Mann! Über Gott und die Welt. Das lässt Sie Ihre Situation etwas vergessen. Sie kommen nach Hause. Ein mail ist für Sie eingegangen. Sie haben einen Job! Wieder in Frankfurt?!

Sie sind verstört und enttäuscht. Wieder nach Hause? Ein Tor ist zwar für Sie aufgegangen, aber nicht dort, wo Sie es sich erwünscht hatten. Nun, das ist immerhin schon etwas. Ich erlaube mir Ihnen einen Rat zu geben: Versuchen Sie es weiter. Ernst hat es schon angedeutet und dieser Lehrer am Seminar ebenfalls. Sie haben ein Schwert. Ihren Willen. Gebrauchen Sie ihn einfach! Wenn Sie auf einen Berggipfel wollen wird das ohne Willensanstrengung nicht gehen. Ihr Wille hat schließlich ein Tor für Sie geöffnet. Entscheiden Sie nun, ob Sie es durchschreiten wollen oder auf ein weiteres warten wollen. Ein weiteres? Natürlich. Es ist wie mit Auto stoppen. Das haben Sie noch nie gemacht? Egal. Man wartet, ein Auto hält. Wenn es nicht in Richtung Ziel fährt, wartet man weiter. Vielleicht sehr lange. Aber es kommt. Wenn Sie es wollen. Erinnern Sie sich an Ihre Schule? Vielleicht waren Sie nicht der Beste. Nein, vielleicht waren Sie nicht einmal gut genug um mithalten zu können. Möglicherweise wollten Sie es auch nicht. Denn dorthin, wohin Sie wollten, gab es keinen Zug. Oder Sie konnten mit Ihrer fertigen Ausbildung nichts mehr anfangen. Konnten keinen Sinn darin sehen. Also haben Sie den Bus genommen. Ganz woanders hin. Zu Ihrem Ziel. Manche gehen sogar zu Fuß. Sie wussten nicht wie dieses Ziel genau aussieht, aber sie wussten, wie es genau *nicht* aussehen sollte. Erst wie Sie am Ziel waren haben Sie es als solches erkannt. Dann haben Sie begonnen das Ziel auszubauen. Wie ein Pionier. Sie haben quasi eine Insel besiedelt. Jetzt, in diesem Moment, sind sie dabei eine neue Station auf Ihrer Insel fest zu legen. Sie suchen den geeigneten Standort für sie. Er sollte den Vorstellungen und Gegebenheiten Ihrer Insel entsprechen. Können Sie mir folgen? Gut! Sie entscheiden sich für Strassburg? Wegen Gabi? Auch gut. Warum nicht? Gabi ist eine weitere Station, ein weiterer Stützpunkt auf Ihrer Insel. Wir werden sehen, was Ihr Wille so zusammen brauen wird. Und ob er mit Blockaden umgehen kann. Natürlich, was dachten Sie? Schon vergessen? Ko-Tai! Blockaden. Den Weg suchen, diese Blockaden zu umgehen. Sozusagen mit ihnen leben, wenn sie erscheinen. Sagen Sie mir, warum machen Sie wirklich Aikido? Haben Sie noch nicht begriffen, dass Aikido unter anderem ein Weg ist, um zu verstehen, was Ihnen passiert?

Sie haben noch zwei Wochen Zeit.

Also beschließen Sie, das mit Ernst noch genauer unter die Lupe zu nehmen. Was bewegt Sie dazu? Die Geschichte mit den Seifenblasen? Die hatten wir doch schon. Erinnern Sie sich? Weltbild des Kopernikus, Galilei, Relativitätstheorie, Quantentheorie, Chaostheorie, Fraktaltheorie. Das alles sind Wissen, sind Standpunkte. Um mit dem Leben zu recht zu kommen braucht es Standpunkte, die man einnehmen kann. Sonst gibt es keine Verständigung. Es sind Gesetzmäßigkeiten, die ein Regelwerk erschaffen, um eine Funktion zu ermöglichen. Was meint Ernst also mit „wo das Wissen herkommt“? Könnte es die Inspiration sein die man benötigt, um eine Form zu erschaffen? Wenn dies so wäre, dann glaubt Ernst, es gäbe eine Quelle aus dem alles Wissen und jegliche Form entspringen. Und wenn man diese berühre wäre man mit allen Formen vereint. Den Ernst dürfte erkannt haben, dass Formen andere Formen meistens ausschließen. Eine Quadratur des Kreises gibt es für Ernst in der Welt der Formen also nicht. Für Ernst spielt sich die Quadratur des Kreises hinter den Formen ab. Ernst

weiß aber auch wie sehr Formen als Standpunkte wichtig sind. Sie fragen sich daher, wie weit Ernst hinter die Formen gedrungen ist und die Interaktion mit den Formen zu Stande bringt. Im nächsten Training arbeitet Ernst lediglich mit Kontakt. Sie sind perplex. Kein festes greifen, nur Spannung. Fast wie Tanzen. Aber manchmal wird daraus schon fast ein stunt. Sie hören sein jetzt schon vertrautes „nein, nein, Oh nicht!“ und lauschen seinen für Sie neuen Ausführungen: „Die Standpunkte bewegen sich! Ko-Tai ist ein Standpunkt. Das gibt euch Rückgrad, aber auch Sturheit. Bewegt die Standpunkte. Ju-Tai, Eki-Tai, Ki-Tai, bewegt Euch!“ Ernst schimpft wieder: „Nicht die Mitte verlieren, nicht das Zentrum Verlieren! Lasst die Technik zu Euch kommen!“ Sie bemühen sich unsicher im Einnehmen verschiedener Standpunkte, im Aufgeben der gerade gewonnenen Standpunkte und haben dennoch das Gefühl, dabei eine Art Mitte im Bauch zu fühlen. Manchmal ist sie da, manchmal verlieren Sie sie. Das Training ist schweißtreibend und ermüdend. Oft ist die Spannung eines Partners zu stark als das Sie diese führen könnten. Einmal laufen Sie in einen Ellbogenstoß, durch Ihr rechtzeitiges Reagieren steigen Sie aber dennoch gut aus. Sie bemerken auch, dass sich Ihre Geistesverfassung ändert je nachdem, ob Ihr Partner mit der Faust angreift oder ob mit der offenen Hand. Denn sobald Sie in eine zusammengeballte Faust blicken, ballt sich auch etwas in Ihnen zusammen. Irgendwie wirkt Aikido heute auf Sie sogar gefährlich. „Misogi, Sanshin!“ hören Sie Ernst wieder rufen. Im Hinterkopf übersetzen Sie die japanischen Worte. Irgendwas mit ruhigem Geist, mit leerem Geist, signalisiert Ihnen Ihr Bewusstsein. Dennoch finden Sie keine Möglichkeit den Stress abzubauen. Ihr Partner hält ein, flüstert Ihnen zu, während er Ihr Genick wie ein Chiropraktiker in den Armen hält: „Ruhig, ruhig, niemand ist dein Feind. Höre meinen Impulsen nur zu, ich tu dir nicht weh!“ Und dann spüren Sie, wovon er redet. Sie spüren die Signale, die Impulse, die er Ihnen vermittelt, und die Sie in gewisse Richtungen weisen. Sie geben Ihr Gleichgewicht, Ihren Standpunkt auf, finden einen neuen, geben diesen wieder auf, finden wieder einen neuen. Sie wandeln von einem Standpunkt zum anderen, geführt von Impulsen, und plötzlich beginnen Sie Ihren Partner zu mögen. Seine Augen finden die Ihrigen und ein leises Lächeln spiegelt sich darinnen.



Am Abend sitzen Sie in irgendeinem Pub in Strassburg. Sie sitzen an der Bar. Sie unterhalten sich mit einem Gast über Aikido. Eine Diskussion entsteht. Er will wissen, ob Sie sich mit Aikido verteidigen können. Augenblicklich sind Sie verwirrt. Verteidigen? Sie überlegen. Bis dato hat es noch nie etwas gegeben, was Ihnen einen Kampf wert war. Nicht wirklich. Ihr Gegenüber ist ebenfalls verwirrt. Er musste schon manchmal für einen Wert kämpfen. Wegen einer Frau, wegen seines Gesichtes, ...“Wegen ihres Gesichtes?“ fragen Sie ihn. Ja, wegen seinem Gesicht. Jemand habe ihm einmal ins Gesicht gespuckt. Wo er sich denn um Gottes Willen herumtreibe, fragen Sie wieder. „Ja, in dieser Stadt, so wie jeder andere“, antwortet er. Sie schütteln den Kopf. In Ihrer Welt ist Ihnen das noch nie passiert. Oder doch? Sie überlegen. Ja, einmal trat ein Verrückter auf Ihr Rad, grinste Sie erwartungsfroh an und

wartete, wie sie reagieren würden. Sie sind weiter gefahren und haben noch sein höhnisches Gelächter vernommen. Aber deswegen kämpfen? Oder diese Gruppe von Jugendlichen, die Ihnen den Weg versperrte und dann die Bierflasche auf der Windschutzscheibe entleerte. Es hat Sie tagelang geärgert, aber deswegen kämpfen? Sie haben nie über einen Kampf nachgedacht. Sie verabscheuen Gewalt. Sie teilen dies Ihrem Gegenüber mit. Er schüttelt ebenfalls den Kopf. Warum Sie dann Aikido machten, fragt er Sie. Sie erzählen ihm von Budo, vom Nicht- Kämpfen. Er sieht Sie an wie einen Irren und lacht. „Also Esoterik-Scheiße!“ meint er. Sie werden wütend. „Es habe nichts mit Esoterik zu tun, nicht kämpfen zu wollen“, werfen Sie ihm entgegen. „Dann sind Sie entweder ein wahrer Christ oder ein Feigling!“ kommentiert Ihr Gegenüber. Verärgert und sichtlich verletzt zahlen Sie und verlassen das Lokal.

Haben wir schon über das Töten gesprochen? Sie erschrecken? Obwohl täglich Tausende sterben, weil sie getötet werden? Ah, das geht Sie nichts an! Es liegt außerhalb Ihrer Welt, außerhalb Ihrer Notwendigkeit, denken Sie. Sie sind zufrieden, wenn es andere für Sie tun. Sie erschrecken schon wieder? Ihr Essen, wer tötet die Tiere und Pflanzen? Die Polizisten, wer schützt Ihre Form der Gesellschaft? Das Öl für Ihren Lebensstandard, wer führt Krieg für Ihre Ressourcen? Sie wollen nicht darüber reden? Sie wollen jetzt zu Gabi? Ich halte Sie nicht auf. Aber vielleicht sind sie wirklich ein Feigling. Nicht, weil Sie nicht unbedingt kämpfen wollen, nein, sondern weil Sie nicht darüber reden wollen. Sie stemmen Ihre Fäuste in die Hüften und kommen zurück. Gut. Trinken wir ein Bier. Also, wie ist das bei Ihnen mit dem Töten? Sie haben Skrupel? Das ist okay. Dadurch sind Sie sozial. Das ist keineswegs schlecht. Dann müssten Sie bereits verstehen, warum es im Aikido zwei verschiedene Kiai gibt, zwei verschiedene Kampfschreie. Sie haben Sie schon praktiziert, erinnern Sie sich? Oder waren Sie schon zu müde? Den anderen schneiden, sich selbst schneiden. Wenn man tötet, tötet man einen Teil von sich selbst. Was fangen wir mit dieser Aussage an? Nun, ich werde versuchen, es Ihnen zu erklären. Man tötet seine eigenen Skrupel. Sonst kann man nicht töten, nicht verletzen, nicht kämpfen. Sie sind kein Tank, sagen Sie? Sie brauchen auch keiner zu sein, dafür haben Sie andere die das für Sie machen. Aber würden Sie für Ihr Kind Ihr Leben geben? Ja? Sehen Sie, so weit sind Sie von einem Tank gar nicht entfernt. Denn auch Nicht-Tanks können ihre Skrupel verlieren. Selbstverständlich. Es ist lediglich eine Frage des Wertes. Kommen wir zurück zum Aikido. Warum, glauben Sie, sollte ein Tank eine Aikidotechnik ausüben? Es wäre für ihn plausibel den Gegner zu verletzen, nicht den Gegner mühsam vor sich selbst zu schützen. Für einen Tank wäre all das Blabla. Sonst nichts. Und für Sie wäre es am einfachsten einfach davon zu laufen, nicht einmal hinzugreifen. Sehen Sie die Problematik? Keiner, weder Tank noch Nicht-Tank, will eine Aikidotechnik machen. Doch lassen Sie uns ins Dojo gehen und Ernst fragen, was er zu diesem Thema zu sagen hat.

Ernst blickt Sie wieder belustigt an, in der Hand die übliche Bierdose. „Kämpfen?“ fragt er. „Nun, ich unterrichte unter anderem Ai Uchi, das beiderseitige, gleichzeitige Töten. Das Aikido ist daraus hervor gewachsen.“ Ernst erhebt sich, drückt irgendjemand die Bierdose in die Hand und fordert Sie auf, langsam, wie in Zeitlupe, einen Schlag gegen seinen Kopf zu führen. Während Sie dies tun, schlägt Ernst knapp an Ihrer Faust vorbei ebenfalls gegen Ihren Kopf. Sie starren in seine Faust, Ernst in die Ihrige. „Siehst du, das nennt sich Ai Uchi. Wir sind, einen richtig gegen den vitalen Punkt geschlagenen Stoß vorausgesetzt, beide tot.“ Ernst grinst. „Man kann durch Tai Sabaki, durch eine kleine Veränderung der Körperstellung, versuchen, dabei doch leben zu gehen. Aber die Chancen sind minimal und eigentlich ist es egal. Wenn man töten will, muss es um etwas sehr Wichtiges gehen um das eigene Leben dafür einzusetzen.“ Ernsts Augen wirken plötzlich irgendwie bedrohlich auf Sie. Er schüttelt den Kopf, als ob er Ihre Gedanken gelesen hätte. „Ich brauche dein Vertrauen, nicht deine Furcht. Furcht gibt es genug auf dieser Welt. Ich lehre dich Dinge, die dir nicht gefallen sowie



sehr gefallen. Wenn du es willst. Aber bilde dir nicht ein, dass ich Aikido verkaufe.“ Ernst schweigt. „Verkaufen?“ fragen Sie zurück. Ernst wiegt den Kopf, nickt. „Ja, verkaufen. Die meisten erwarten einen Entertainer auf der Matte. Wir leben in einer Spaßgesellschaft. Das bedeutet, Aikido zu einem Spaßerlebnis umzugestalten. Wie ein guter Moderator, der die Einschaltquoten erhöhen will. Aber spätestens wenn du mich kennst, erkennst du, dass ich keineswegs Spaß mache.“ Ernst wirkt plötzlich etwas traurig. „Es ist sehr schwer, Aikido zu unterrichten. Wer will Aikido lernen? Es dauert sehr, sehr lange. Sieben Jahre, um alles zu vergessen, was man jemals über Kämpfen gelernt, gesehen oder gehört hat. Sieben weitere Jahre, um Aikido eindringen zu lassen. Dann beginnt Aikido. Aikido ist ein Budo, ein Weg zu sich selbst und dadurch zum Universum. Aikido ist Verstehen. Aus dem Herzen. Aber wer will das schon? In einer Spaßgesellschaft sucht man nur Mittel, um das eigene Ego zu stärken, um es zu befriedigen. Dafür ist nichts zu schade. Gott, Spiritualität, Beziehungen, einfach alles wird dazu missbraucht.“ Ernst zündet sich eine Zigarette an, fordert sein Bier zurück und bläst langsam den Rauch von sich, bevor er ein Quäntchen davon bis zur Kehle gelangen lässt. „Weißt du, warum ich so gerne rauche?“ Sie verneinen. „Weil es für mich eine Kunst ist, mein Leben verrinnen zu sehen. Meine Zeit läuft ab. Wie ein Räucherstäbchen. Ich sehe es dabei. Und es schmeckt mir.“ Ernst prostet Ihnen zu und wendet sich ab, um sich in eine Debatte über Lebensabschnittgefährten einzumischen. Sichtlich wütend wirft er ein: „Keiner will Nägel mit Köpfen machen!“ Eine Frau unterbricht das einsetzende Schweigen. „Wie macht man die, wen keiner sie will?“ Ernst starrt sie entgeistert an. „Man macht sie einfach, was soll dich daran hindern? Die Angst? Angst ist okay, solange du sie lediglich als Warnradar behandelst. Du darfst aber keine Angst vor der Angst haben. Denn dann bist du handlungsunfähig.“ Die Frau spricht wieder, Ernst winkt ab. „Das ist intellektueller Mist. Vor lauter Angst zwingst du dein Hirn, Entschuldigungen und Schuldige zu finden. Ich verstehe dich. So haben wir das gelernt. Aber das unterrichte ich nicht. Ich unterrichte, dass du die Verantwortung über dein Leben übernimmst. Auch wenn es anderen nicht gefallen mag. Dass du dir dabei ruhig Geschmack leisten darfst, denn wir sind nicht im Kloster. Und wenn du mit der eigenen Verantwortung und mit dem, was du als dich selbst erkennst, nicht zu Rande kommst, dann suche eine Person oder ein Ideal, dem du diese Verantwortung, dieses dein Leiden an deiner Unvollkommenheit abgeben kannst. Prost!“



Ernst ist in der Tat ein harter Brocken. Meinen Sie nicht auch? Sein Sarkasmus ist beißender als Tiger Balsam und sein Aikido nie konstant, nie dasselbe. Dennoch ist seine Schule voll. Er beschäftigt auch noch andere Lehrer. Die wiederum gänzlich andere Ansichten, andere Stile im Aikido veranschaulichen. Sich selbst, das eigene Verständnis, veranschaulichen. Ernst scheint dies sogar zu fördern, zu bejahen, auch wenn er manchmal nicht mit deren Ansichten übereinstimmen kann. Sie werden aus diesem Mann nicht schlau. Warum sollten Sie auch? Er erhebt keinen Anspruch darauf. Ich kann ihnen auch sagen warum. Sie haben sicher schon mal über Vampire gelesen. Nein, keine Angst, es geht, wie immer, um eine Metapher. Um

eine Vorstellung. Die Definition eines Vampirs ist einfach. Es ist ein Blutsauger der kostbare Lebensenergie von Menschen nimmt um selber am Leben zu bleiben. Okay? Der Vampir gibt dafür nichts zurück. Außer, der Legende nach, sein Suchtverhalten. Sein Opfer wird mit demselben Leiden angesteckt. Der Suche nach einem Opfer, das ihm Energie gibt. Da ist Aikido völlig entgegengesetzt. In Aikido sucht man nach der Energiequelle in einem selbst. Das impliziert Freiheit. Es geht also nicht darum, aus dem Partner Energie zu saugen, sondern die eigene Quelle anzuzapfen. Klingelt es bei Ihnen? Sie waren heute nach dem Training wieder in Gabis Wohnung, Gabi hat sich sehr distanziert Ihnen gegenüber verhalten. Sie haben es vermieden, mit ihr darüber zu sprechen und sind stattdessen ins Pub gegangen. Sie fühlen sich einsam und unverstanden. Sie haben von Gabi keine Energie bekommen. In Gegensatz zu Ernst. Der hat Ihnen Energie gegeben. Aber Ernst ist ein anderer Fall. Er kann sich Vampire vom Leib halten. Nein, bitte! Ich sehe in Ihnen keineswegs einen Vampir! Es gibt keine Vampire! Oder haben Sie Ernst mit einem Kreuz herumfuchteln sehen? Warum regen Sie sich somit auf? Der Vergleich? Oh, nun, ja, tut mir leid. Aber kennen Sie keine Beziehungen, in denen ein Partner den anderen vollkommen aussaugt, nur von ihm fordert und nichts zurückgibt? Und nur so seine Definition und seinen Glauben über sich selbst aufrecht erhält? Sie kennen bereits den Begriff des Tori, des Werfenden, und den des Uke, des Geworfenen. Sie wechseln sich alle vier Mal ab. Wechseln die Rolle. Geben, nehmen. Gabi macht schon zu lange Aikido, als um nur..., nun, Sie verstehen? Überprüfen Sie einfach Ihre Vorstellung von Liebe. Selbstlos? Ich bitte Sie! Das klingt ganz nach einer Opfergeschichte. Könnte ein Vampir erfunden haben. Das Opfer muss sich selbst aufgeben und das Leiden als Liebe sehen, um die Sucht nach dem Biss zu rechtfertigen. Nein, ich meine diese Fähigkeit zu lieben. Nicht diese Abhängigkeit nach einem Biss, die diese Vampire verzehrt. Verwechseln Sie das nicht mit selbstlos! Ich spreche von der Sehnsucht nach dem eigenen Herzen. Ist Ihnen noch nie der Gedanke gekommen, dass Sie in Gabi oder auch in Betty den Spiegel Ihrer Seele suchen könnten? Den Spiegel Ihrer eigenen Liebe? Und das dieser Spiegel in jedem Menschen, jedem Wesen vorhanden ist. Ja, ich spreche von Aite. Sie starren mich schon wieder fassungslos an? Kein Problem. Saugen Sie von mir aus ruhig weiter oder drehen Sie nächstens durch, weil der Meister nicht zu Ihnen kommt, um Ihnen den „geliebten“ Biss zu liefern. Oder weil Sie, umgekehrt, kein Opfer finden.

Ernst unterrichtet heute ohne zu sprechen. Wie an fast jedem Mittwoch. Sie kommunizieren über Blicke. Ihre Wachsamkeit ist so geschärft, wie Sie es noch nie erlebt haben. Ihre Partner, Ernst, Sie selber sprechen alle eine seltsame Sprache. Das Medium nennt sich Aikido. Die Buchstaben, die Sie bisher gelernt haben, wirken wie Blockbuchstaben auf Sie. Ungelenk, stoßartig, verstandesbezogen. Jetzt aber brauchen Sie nicht zu denken. Die Buchstaben werden rund, fügen sich zu Sätzen zusammen, ergeben Kommunikation mit dem gesamten Dojo. Sie fühlen ein Verstehen, das nicht aus dem Kopf kommt. Sie „sprechen“ Aikido. Gabi fordert Sie auf. Schon nach der ersten Berührung beginnt sie zu strahlen, strahlt über das ganze Gesicht. Sie spürt es und Sie spüren es auch. Keine Worte, aber eine innere Kraft. Zum ersten Mal ist sie bei Ihnen. Eine innere Ruhe. Etwas ruht in Ihrer Mitte. Gedanken, Gefühle, Ihr Körper ist plötzlich Bestandteil dieser Welt, dieses Universums. Und in diesem Bestandteil ruht etwas, ruht im gesamten Universum. Chin Kon Mitama Shizume hat es Ernst genannt. Diesen Zustand herbeiführen. Sein Training sei nur dann gelungen, wenn er das Kami, den Geist beschwören könne. Wenn dieser Geist das gesamte Dojo erfülle. Instinktiv spüren Sie, dass Ernst dies heute gelungen war. Am Ende bedankt sich Ernst wie immer fürs Zuhören.

„Was war das heute?“ fragen Sie Ernst, als er mit der Bierdose darauf wartet, dass alle geduscht hätten. Wie immer geht er als Letzter. „Ich nenne es das Kleinod in der Lotusblüte. Eine Anleihe aus dem Buddhismus“, meint er. „Im Ego, in dieser Blase der Wahrnehmung,

lebt etwas. Das versuchen wir zu sehen. Mittels der Kampfkunst. Budo ist nicht nur eine Lebenseinstellung, es ist auch eine Reise zu diesem Etwas.“ „Eine Religion?“ fragen Sie. „Nein. Budo ist kein Glaube. Budo ist eine Form von Sehen. Man muss dabei sehr vorsichtig vorgehen. Wegen der verschiedenen Schichten von Wahrheiten. Die Gefahr einer Einbildung anstatt einer Wahrheit kommt noch dazu und ist sehr groß. Gerade wenn man glaubt etwas verstanden zu haben. Du wirst im Aikido viele Menschen finden die etwas glauben zu sehen. Die die Logik des Verstandes, auch die in die Irre geleitete, mit dem Sehen verwechseln. Und dann Aikido in etwas umwandeln um sich selber zu profilieren. Es ist dann „ihr“ Aikido. Sie haben von Aikido Besitz genommen. Budo ist etwas für sehr nüchterne Menschen. Für sehr skeptische Menschen. Nichts für Fanatiker. Es ist etwas für Menschen, die zulassen, dass Aikido sie in Besitz nimmt. Im Laufe der Zeit, im Laufe des Lebens.“ „Entschuldige, aber was verstehst du unter *Sehen*, wenn der Verstand nicht die Definition zum Gesehenen liefern soll?“ fragen Sie ungläubig. Ernst wiegt den Kopf nach links, nach rechts. „Sieh dir diesen Busch vor dem Dojo in der Dunkelheit an. Was siehst du?“ „Einen Busch“, antworten Sie. „Richtig. Jetzt versuche den Busch so anzusehen, wie es ein Kind macht, bevor es die logische Definition der Welt verstanden hat.“ Sie starren auf den Busch. „Du musst auf den Busch fokussieren, bis alles herum verschwindet.“, hören Sie Ernst murmeln. Sie starren weiter, und ganz kurz gelingt es Ihnen, den Busch als „Etwas“ wahrzunehmen, nicht als Busch. Für einen Moment könnte der Busch in der Tat alles Mögliche sein. Sie teilen Ernst dies mit. Ernst nickt. „Das ist der Zustand, in dem du jeden Schlag kommen sehen kannst. Weil die Definition schweigt. Es ist ein Zustand äußerster Wachsamkeit. In ihm zu ruhen ist sehr schwer. Man spürt auf diese Art auch, wenn etwas nicht stimmt. Es ist der Kontakt zum Irrationalen. Und hier beginnt die Gefahr. Du könntest den Busch jetzt umdefinieren. In alles Mögliche. Zu etwas was er nicht ist. Anstatt ihn wahrzunehmen als das was er ist. Darum kann sich ein Kind vor einem Busch fürchten. Weil es diesen Busch anders sieht als mit der normalen Definition. Der Busch könnte daher alle möglichen Definitionen annehmen. Das macht Angst. Aber umdefinieren, das wäre falsch. Manche nennen diesen Zustand den durchsichtigen Geist. Genau hier entsteht auch die Esoterik, wenn der Geist nicht durchsichtig wird, sondern immer noch eingefärbt von eigenen Wünschen und Vorstellungen ist. Diese Menschen glauben dann, sie könnten die Welt erfinden und knallen in einer Anwendung von Größenwahn durch. Andere nennen es den Spiegel putzen. Also: Wenn du definierst ist es ein Busch, wenn du es nicht definierst ist es „etwas“. Wenn du in diesem Zustand, mit dieser Wachsamkeit, in dich hineinhorchst, wirst du ebenfalls ein Etwas entdecken. Ein irrationales *Etwas*. Ich rede jetzt nicht vom Willen, der ebenfalls irrational ist. Wenn man etwas will, muss es keineswegs rational erklärbar sein. Man will es einfach. Aber das meine ich nicht. Da ist noch etwas, was einerseits den Willen lenkt, mit ihm auf irrationale Weise verbunden ist und andererseits die Definitionen der Gedanken klar ausliest.“ „Bewusstsein?“ werfen Sie ein. „Definiere es lieber nicht. Definieren ist Verstand. Aber man kann aber sehr wohl ohne Verstand sehen. Manche nennen es Herz. Egal. Wenn du im Aikido das Holzsword des Partners spüren willst, dann darfst du nicht denken. Das Denken kommt immer zu spät. Es reagiert auf Geschehenes. Aber der Wille entscheidet unsere Zukunft. Manche nennen das Bauernschläue, dieses Verstehen, manche nennen es Erahnen. Es hat nichts mit Intelligenz zu tun. Die Definition ist im Grunde genommen egal. Das würde lediglich zu dem führen, was einen Religionskrieg auslösen kann. Etwas sehen und darüber streiten, wie es zu definieren sei.“ Sie schweigen für einen Moment erschüttert. Ernst hat in Ihnen ein Thema berührt, dem gegenüber Sie schon immer eine gewisse Befangenheit hatten. Impulsiv sprechen Sie es aus. „Gott. Was ist das für dich? Etwas zum sehen etwa?“ Ernst holt eine neue Bierdose, öffnet sie und nimmt einen tiefen Schluck. „Es liegt an der Definition“, beginnt er. „Wir haben diese Definitionen gelernt, was man unter Gott zu verstehen habe. Man vergisst dabei jedoch, dass wir über etwas Irrationales sprechen. Dieses Leben ohne einen Tod, es wäre nicht mehr unser Leben. Wir müssten uns nicht bemühen etwas Unbestimmtes zu erreichen. Die Frage nach

dem Sinn, falls unser Leben nach dem Tod endgültig endet, ist eine rationale Frage. Weil wir vermeinen, ein Leben ohne einem Leben nach dem Tod hätte keinen Sinn. Ich wage zu behaupten, dass das Ego vor lauter Angst sterben zu müssen und daher keinen Sinn mehr im Universum erfüllen könnte, einen Zustand, egal welchen, nach dem Tod als wünschenswert erachtet, wo es weiter existieren kann. Das berühmte Jenseits. Und in diesem Jenseits sollte, wenn möglich, alles so weiter laufen wie es eigentlich im Leben ist. Definierbar. Schon ein wenig fantasielos, meinst du nicht?“ „Der Buddhismus“, werfen Sie ein, „ist doch anders, oder? Er spricht von einer Verbindung mit etwas undefinierbaren im Augenblick des Todes. Wenn diese Verbindung gelingt, gäbe es keine Wiedergeburt mehr. Wenn das Ego sozusagen geläutert wäre.“ Sie sind selber etwas verwundert über Ihre eigenen Sätze. Denn sie klingen keineswegs wie aus Ihrem Munde. Ernst nickt. „Ja, der Buddhismus ist schon außergewöhnlicher. Aber er ist immer noch eine Beschreibung, eine Definition des Irrationalen. Ein Wort. Glaubst du wirklich, eine unsterbliche Entität könnte sich selbst verkräften, wenn sie keinen absichtslosen Willen hätte? Müsste sich die Absicht im Angesicht der Ewigkeit nicht erschöpfen? Weil der Sinn mit der Unendlichkeit nichts anfangen könnte? Und zwangsläufig die Ewigkeit nicht nach dem Sinn fragt, sondern lediglich nach dem Sein? Eine göttliche Entität, die nicht Gott geworden ist, um Gott zu sein!“ Ernst atmet tief durch. „Ich persönlich bevorzuge Budo, da gibt es keine Priester die dir sagen, wie eine Wahrheit auszusehen hat oder die behaupten, dass es eine Definition des Göttlichen, des Irrationalen gäbe. Es gibt lediglich Inspiration und Entwicklung. So etwas wie eine persönliche Evolution. Hüte dich vor Lehren die dir sagen, wie das Irrationale auszusehen hätte. Suche aber die Nähe von Lehrern, die dir die Sicherheit geben, du könntest etwas Wichtiges auch ohne ihr Geschwätz begreifen. Denn für dich kann es nur, darf es nur Geschwätz sein, denn es kann die eigene Einsicht in keinsten Weise ersetzen.“ Ernst sieht Sie jetzt wieder belustigt an. „Nimm einfach dein Schwert und schneide dich durch diese „Wahrheiten“ durch. Prost!“ Cut.

Sie sitzen mit Gabi vor dem Fernseher. Sie kuschelt sich an Sie und schläft. Im Fernsehen ist nichts Besonderes. Es ist Ihnen auch egal. Sie lauschen ihrem Atem, mehr wollen Sie im Moment nicht. Irgendwann in der Nacht läutet das Telefon. Behutsam stehen Sie auf und aktivieren Ihr Handy. „Betty hier. Ich muss unbedingt mit Dir reden.“

Nun, wieder öffnet sich ein Tor. Ein unerwartetes Tor. Betty hat Sie gebeten, nach Frankfurt zurück zu kehren. Sie vermisse Sie, hat sie gesagt. Sie vermisse Ihre Tollpatschigkeit, Ihre Gutmütigkeit. Und jetzt denken Sie darüber nach, mit welcher Begründung Sie nach Frankfurt fliegen könnten. Die alte Wohnung verkaufen! Die Sie zur Sicherheit behalten haben. Das wäre plausibel! Ich gebe Ihnen Recht. Auch ich würde keinen Verdacht schöpfen. Aber ich bin keine Frau. Bedenken Sie das. Frauen lesen aus Gefühlsregungen heraus, zwischen den Zeilen, sozusagen. Können Sie Gabi so gut anlügen, ohne Skrupel? Ich mache Sie darauf aufmerksam, dass Sie soeben Ihre Skrupel töten müssten. Sonst würde Gabi es merken. Sie zögern? Halten Sie es etwa mit dem Prinzip der Wahrheit? Okay, lassen Sie uns über die Notwendigkeit der Lüge sprechen.

Lüge dient dem eigenen Vorteil. Sie ist notwendig um zu täuschen und zu tarnen. Tiere überleben so. Aber bei uns Menschen geht es wieder um einen Wert, in diesem Fall um einen, der eine Lüge rechtfertigt. Wie beim Töten. Welchen Wert bringen Sie jetzt, in dieser Situation, ins Spiel? Keinen? Denken Sie nach. Oh, die Angst, sagen Sie. Das ist auf jeden Fall ein Grund zu lügen. Aber kein Wert! Wovor haben Sie aber Angst? Ernst hat es schon erwähnt. Angst ist das zuverlässigste Warnsignal das es gibt. Feuer ist heiß. Angst warnt Sie. In diesem Fall: Wovor? Gabi zu verlieren! Das ist richtig. Soweit ich es beurteilen kann, hat Sie mit einer Dreierbeziehung nichts am Hut. Also lügen Sie, um sich einen Vorteil zu verschaffen. Eine Frau in Reserve. Sie zucken zusammen? Ja lügen Sie sich etwa selber an?

Möglicherweise gibt es aber keine Notwendigkeit zu lügen. Ein Tank zerbricht an einer Lüge. Warum? Er kann sich bestenfalls ein Tarnnetz umhängen, aber es wird nie seinen Charakter verhüllen. Wenn er auf einen anderen Tank trifft, vorausgesetzt, es ist Krieg, dann muss er Farbe bekennen. Er kann nicht so tun, als ob er kein Tank wäre. Auch nicht mit Tarnnetz. Krieg ist eine sehr einfache Sache. Wer Farbe trägt muss Farbe bekennen. Sonst kann man nicht aufeinander schießen. In Gegensatz zu Politik, die sich zu keiner Farbe bekennt sondern nur trägt. Krieg ist einfacher. Man zieht die Waffe, man lebt oder ist tot. Eigentlich sehr ehrlich. Und in diesem Sinne gar nicht kompliziert. Darum sind Tanks so einfach gestrickt. Aber Sie, Sie sind kein Tank. Dennoch. Sie machen Aikido. Ernst hat es schon angesprochen. Das Sehen. Es funktioniert nur, wenn man sich selber nicht belügt. Und wenn Sie Gabi belügen, belügen Sie sich selbst. Sie stimmen mir zu? Sie wollen Gabi die Situation erklären? Also ist Gabi mehr wert als eine Lüge? Okay, das klingt gut. Wenn man ein Schwert trägt sollte man es nicht verleugnen.

Sie landen in Frankfurt. Der Geruch der Stadt kommt Ihnen vertraut vor. Zu Hause. Sie empfinden ein Gefühl der Geborgenheit. Vertraute Wege, vertraute Häuser. Ihre Wohnung. Ihre Vergangenheit. Sie heißt Sie willkommen. Sie streifen am Nachmittag durch die Stadt, treffen das bekannte Gesicht am Kebab Stand. Sie gehen an Ihrer alten Schule vorbei, setzen sich in Ihr Lieblingscafe. Dort warten Sie auf Betty. Wie mochte Sie jetzt aussehen? Sie hatten sie aus den Augen verloren, aber nicht aus dem Sinn. Sie haben auch ihren Duft nie vergessen. Der Ober des Cafes begrüßt Sie freundlich und bringt Ihnen automatisch den obligatorischen Cafe, den Sie hier immer getrunken haben. Die Bewegung, wie er mit seinem weißen Laken den Tisch abfegt, der professionelle Schwung, wie er das Silbertablett mit dem heißen Getränk auf den Marmortisch stellt, so vertraut. „Alles beim Alten?“ Sie nicken, schütteln den Kopf. „Nicht ganz“, erwidern Sie. „Ich bin auf der Suche nach meinem Leben.“ Der Ober blickt Ihnen geradewegs in die Augen. „Lieben Sie Rosen?“ fragt er Sie. Ohne Ihre Antwort abzuwarten fährt er fort: „Wenn ich in Pension gehe, habe ich ausschließlich Zeit für meine Rosen.“ Er wirft Ihnen ein sanftes Lächeln zu und geht. „Geben Sie mir Bescheid. Der Cafe geht auf Kosten des Hauses!“ ruft er Ihnen über die Schulter zu. Nachdenklich blicken Sie ihm nach. Wie viele Jahre kennen Sie ihn schon? Die Drehtür schwingt auf und Betty sieht sich suchend um. Sie sieht bezaubernd aus. Ihre dunklen Augen erfassen Sie, ein kurzes Zögern, dann nähert sie sich mit festen Schritten Ihrem Tisch. Sie wirft ihren Mantel auf einen der Sessel und umfasst Sie mit beiden Händen am Kopf, drückt Sie an sich und küsst Sie auf die Stirn. Sie suchen ihre Augen, finden sie und versinken in einem schwarzen Bergsee. Am Rande, wie moosbewachsenes Ufer, nehmen Sie ihren grünen Lidschatten wahr. Dazu einen Duft wie Frühlingsblumen nach dem Regen. Betty setzt sich, faltet die Hände vor dem Gesicht und reckt auffordernd das Kinn nach vorne. „Ich habe dich vermisst!“ Sie ergreift ihre Hand. „Es ist wundervoll, dass du meinerwegen nach Frankfurt geflogen bist.“ Sie sind sprachlos, irgendetwas in Ihnen schreit Ihnen etwas entgegen, aber Bettys Anwesenheit liegt, wie das Rauschen eines Gebirgsbaches, verhüllend darüber. Betty bestellt einen Martin Bianco, der Ober lässt einen verschleierten Blick über Sie gleiten. „Schon gefunden?“ Sie schrecken hoch, sehen zum Ober, sehen zu Betty. „Nein, noch nicht!“ geben Sie zur Antwort und an Betty gewandt: „Eigentlich bin ich wegen mir, also meinerwegen, in Frankfurt.“ Cut.

Sie schulden mir einen Drink. Wegen des Seminars. Es war scheinbar nicht umsonst. Betty liebt Sie jetzt doch! Sie verneinen? Wie bitte? Sie liebt Sie nicht? Sie liebt was? Das was sie glaubt, in Ihnen zu sehen? Und Sie meinen, der eigentliche Kern Ihrer selbst wäre ihr egal? Donnerwetter. Dann war das Seminar doch wieder vergebens. Aber verraten Sie mir: Wie sind Sie zu diesem Schluss gekommen? Durch ihre Berührung! Diese war, wie nennen Sie das? Materialistisch? Besitzergreifend, aber nicht verstehend? Oh, schon gut. Ich versuche

Ihnen zu folgen. Und Bettys Augen haben- was? Sie haben darin etwas gesehen, was nicht mit Ihrer eigenen Empfindung übereinstimmt. Sie haben beide von ganz unterschiedlichen Dingen gesprochen, obwohl sie dasselbe Thema meinten. Und Sie sind sich sicher, dass dies alles nicht auf Einbildung beruht? Sie haben keine Wahl, sagen Sie? Sie müssen an sich selber glauben können? Darf ich Ihnen gratulieren? Das ist sehr mutig. Sie sind also doch kein Feigling. Und Sie wollen nach Frankfurt zurück? Denn Sie lieben diese Stadt? Ich lasse Sie jetzt alleine. Ich werde mir Ihre Worte durch den Kopf gehen lassen. Wir sehen uns in Strassburg. Sie werden Gabi doch persönlich informieren? Ah, gut! Ich verstehe, Sie sehen keine Notwendigkeit zu lügen. Sie wollen Nägel mit Köpfen.

Sie stehen ein letztes Mal im Dojo, wo Ernst unterrichtet. Heute liegt ihm Jumbi Dosa am Herzen. Vorbereitung auf Aikido. Besonders die „göttliche Arche“, Ameno Torifune. Dabei rudern Sie wie auf einem japanischen Boot. Dazu der Schrei beim Einatmen und Ausatmen. Danach Furitama, das hernieder ziehen der Lebenskraft in das Seika Tandem, dem Zentrum unter dem Nabel. Plötzlich unterbricht Ernst. „Stellt euch vor, ihr habt nur einen bestimmten Pot an Atem. Wenn der leer ist, seid ihr tot. Ein Augenblick des Atmens. Wenn es keinen Tod gäbe, gäbe es keinen kostbaren Augenblick. Seht eurem Atem zu und wie sich eurer Pot leert. Gewinnt neue Kraft, mit jedem Atemzug, bis der Pot leer ist. Reist auf ihm durch euer Leben.“

Sie sind plötzlich in einer anderen Welt. Einer Welt, die ein Ende hat. Unmittelbar nach diesem Begreifen spüren Sie, dass Sie wahrhaftig leben. Dass Sie eine Vorstellung von Ihrem Leben haben. Dass Sie diese Vorstellung leben müssen, um zu leben. Das Sie das Ziel haben, das zu sein, was in Ihrem Herzen irgendwie manifestiert ist. Sie erinnern sich an ein Buch, das Sie gelesen haben: Die Wahrheit über das Selbst ist dem Menschen zumutbar. Sie können plötzlich, nicht mit Gedanken, definieren, was Ihr Selbst ist, was es verlangt. Und dass Sie bestimmte, ungewöhnliche Dinge tun müssen, um die Gewissheit zu haben, kein unvollständiges Leben zu leben. Sie wollen ein ganzes Leben. Ein vollständiges Leben. Ernst nimmt Sie zum Vorführen der Techniken. Sie haben keine Ahnung, keinen Schimmer, was er von Ihnen verlangt, was kommen wird oder auch nicht. Sie versuchen so gut wie möglich in sich selbst zu horchen, um dadurch den Kontakt zu Ernst aufzubauen, nicht zu verlieren. Sie kommunizieren mit Ernst in einer freien Technik. Es ist eine irrationale Kommunikation. Ernst wendet sich dann mitten in Ihrem Angriff von Ihnen ab, Ihre Hand, den Schlag ausführend, hält über seinem Schädel ein, Sie ziehen sich in Bereitstellung zurück, Ernst spricht einige Worte, wendet sich wieder Ihnen zu, Sie greifen an, Ernst wendet sich ab, dasselbe noch mal.

Dann ist die Vorführung beendet, Ernst fragt Sie nach der abschließenden Verbeugung: „Wann willst du eigentlich eine Prüfung machen? Du hast soeben Musubi praktiziert.“



Eine Prüfung. Damit hatten Sie schon immer Schwierigkeiten. Sie stehen im Focus mehrerer Menschen, das Herz schlägt Ihnen bis zu Halse, und Sie sollen den verwirrenden japanischen

Befehlen zu Folge irgendwelche Techniken ausführen, wobei Sie bei jeder Ausführung nicht mit sich selbst zufrieden sind. Warum? Wozu? Um dem Ego zu schmeicheln? Um einem System gerecht zu werden? Um etwas, und zwar *was* genau, zu beweisen? Ernst sieht in Ihre Augen und lächelt. „Hast du in deinem Leben nicht irgendetwas zu meistern, gerade jetzt, wovon ich zwar nichts weiß, es aber aus Erfahrung vermute? Wäre dieses Meistern nicht ein Grund, dies auch in einer Prüfung festzuhalten? Sollte es denn einen andern Grund geben als gerade diesen?“ Wieder hat Ernst es geschafft, Ihre Vorstellung von Aikido zu revidieren. Konnte es wirklich so sein, dass die Graduierungen im Aikido eine persönliche Wegstrecke darstellten? Ernst lächelt jetzt fast spöttisch. „Noch nie Gedanken über eine Goldene Hochzeit gemacht? Über Wegstrecken? Über Prinzipien fallen, wieder aufstehen und weitermachen?“

Prinzipien. Lassen Sie uns zuerst einen Drink bestellen und tief durchatmen. Das war ein verflücht starker Tag heute. Sie haben sich von Ernst verabschiedet, er hat Sie umarmt und geflüstert: „Komm gut dorthin, wo du hinkommen willst. Wo immer das auch ist.“ Dann haben Sie Gabi einen Heiratsantrag gemacht mit den Worten: „Wenn du willst werde ich diesen Weg mit dir bis zu Ende gehen. Wir werden uns verändern und nicht mehr diejenigen sein, die wir jetzt sind. Ich kann es dir nicht versprechen ob es gelingt, aber ich kann dir versprechen zu versuchen, diese Veränderungen mit Liebe zu meistern. Hilf mir dabei!“ Gabi hat Sie eigenartig, sogar prüfend angesehen. So als prüfe sie, ob Sie und sie selbst zu diesem JA, das sie nachher gab, auch stehen könnten. Wenn schon ohne einem Leben nach dem Tod, haben Sie sich gedacht, dann doch ein Leben mit Ihnen selbst. Auf ein Leben, das Sie auf sich selbst aufbauen könnten. Und auf Gabi. Denn alles, was Ihnen nach dem Gespräch mit Ernst blieb war das Einsehen, dass zumindest die Liebe einen Sinn ergibt, der dieses Ihr Leben erfüllen kann. Und bei diesem Gedanken war Ihnen ein sonderbarer Zustand zu Hilfe gekommen. Der Friede. Jetzt wollen Sie wissen, ob Sie es richtig gemacht haben. Was richtig? Ein Wort geben? Nein, Sie wollen von mir nicht hören, ob Sie es richtig gemacht haben. Sie wollen von mir hören, dass Sie Ihr Wort halten können. Dass ich Ihnen dies zutraue. Richtig? Nun, Sie werden es sich selbst beweisen müssen. Jeden Tag wieder. Ob Sie Ihr Salz wert sind. Bezüglich Prinzipien. Manche suchen die Freiheit, indem Sie Prinzipien von sich weisen. Wegen der Verantwortung. Wenn jemand über Prinzipien fällt und dies laufend, dann beginnt er die Prinzipien zu hassen. Und hasst auch diejenigen die versuchen, diese Prinzipien zu leben. Sie brauchen nicht unbedingt eine Religion dazu. Wenn Sie keine Notwendigkeit zum Lügen erschaffen, werden Sie keine Lüge brauchen. Wenn Sie keine Notwendigkeit zum Töten erschaffen, werden Sie das Töten nicht brauchen. Aber wenn das Irrationale auftauchen sollte, meinen Sie? Da haben Sie durchaus Recht. Es gibt dieses Irrationale, das außerhalb Ihrer Kontrolle liegt. Das Schicksal. Dem Sie sich stellen wollen, um einen eigenen Traum zu träumen. Und dazu brauchen Sie eben auch Gabi. Glauben Sie, dass sie es aushält, Sie das Lieben zu lehren? Nein, keine Panik! Sie haben schon begonnen diese Fähigkeit herauszubilden. Aber das ist erst der Anfang. Was glauben Sie wird Sie denn erwarten? In tiefster Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit, wenn alle Liebe zwischen Ihnen wie erloschen scheinen wird, da werde ich Sie fragen: Haben Sie den Willen, mit Liebe das Schicksal zu meistern, das Sie und Gabi auseinander reißen will? Ihre Insel ist umgeben von einem wilden Meer, vergessen Sie das nicht. Sonst werden Sie den Augenblick, wo Ihr Wort gefordert wird, übersehen. Das Wort, das Sie sich jetzt gegeben haben.

Sie sind zurück in Frankfurt. Ihr Job ist okay, Gabi will in drei Monaten nachkommen. Dann soll auch geheiratet werden. Sie sind voller Zuversicht. Sie besuchen wieder Ihr altes Dojo. Ihr alter Lehrer war verwundert Sie wieder zu sehen. „Sie sind gewachsen“, hatte er nach Ihrem ersten Besuch gesagt. Das hat Sie gefreut. Er hatte recht. Sie haben sich verändert, ohne es zu bemerken. Erst bei Ihrem Wiedersehen mit den Mitgliedern des Dojos haben Sie es gesehen. Und Ihre Partner ebenfalls. Ja, man sieht das Gras nicht wachsen. Die drei Monate

vergehen, Gabi zieht ein. Sie erleben mit Bewunderung, wie sich Ihre Wohnung verändert. Es ist nicht länger Ihre Wohnung. Deutlich nehmen Sie wahr, dass nun zwei Menschen hier wohnen und diese Wohnung es auch jedem wissen lässt. Die Definition von Gabi und die Definition von Ihnen selber verschmelzen zu einer neuen, gemeinsamen Definition. Sie nennt sich „wir“. Aus zwei Kreisen wird eine Ellipse mit zwei Brennpunkten gleichermaßen. Das mit den Definitionen lässt Ihnen keine Ruhe mehr. Irgendwie haben Sie wirklich den Eindruck, verschiedene Schichten von Bildern zu sehen, die ein Verstehen zwar ausstrahlen, aber im Moment des Erfassens wieder verschwinden.

Sie stehen wieder im Dojo. Irimi ist angesagt. Es bedeutet Schritt, aber Ihr Lehrer hat noch eine weitere Erklärung. Es sagt, es stelle die geistige Bedrängnis dar, unter die jemand kommt, wenn man diesen Schritt auf ihn zumache. Sie üben mit Ihrem Partner, aber irgendwie gewinnen Sie den Eindruck, Sie könnten ihn keineswegs bedrängen. Eher das Gegenteil. Sie kommen selber unter Bedrängnis. Als Ihr Lehrer vorbeikommt, teilen Sie ihm das mit. Er lacht. „Wenn kein Ki, keine Kraft in Ihrem Schritt ist, oder das Ki des Partners stärker ist, kann dieser Schritt nichts bewirken.“

Sie sitzen im Pub, heben zum x-ten Male Ihren Finger, um ihre Drinks zu bezahlen. Der Kellner nimmt Sie jedoch nicht wahr. Irgendwann reicht es Ihnen und Sie beginnen mit beiden Händen zu winken. Wie ein Seemann beim Weitergeben von Morsezeichen. Ein Gast wird auf Sie aufmerksam und ruft dem Kellner ein paar Worte zu. Dieser wird auf Sie aufmerksam gemacht. Sie danken dem Gast mit einem Handzeichen und zahlen. Einige andere Gäste wenden sich belustigt von der Szene ab. Auch diese hatten Sie bemerkt. Sie entscheiden, noch einen Kaffee zu trinken und grübeln über die Worte Ihres Lehrers nach. Als Sie den Kaffee zahlen wollen sind nur mehr wenige Gäste im Lokal und der Keller spricht mit einem Mädchen, wobei er Ihnen den Rücken zuwendet. „Zahlen, bitte!“ bricht es plötzlich laut aus Ihnen hervor. Der Kellner reagiert sofort. Sie wundern sich über sich selbst. Kopfschüttelnd verlassen Sie das Lokal. Peinlichkeit und Zufriedenheit begleiten Sie und Sie erinnern sich an eine weitere Metapher die Ernst einmal erwähnt hat: „Wenn Sie Kiai praktizieren wollen, dann rufen Sie doch einfach mitten in Paris nach einem Taxi.“

Es ist soweit. Sie sind verheiratet. Sie tragen den Ring. Trotz aller Warnungen, trotz aller Statistiken. Jede zweite Ehe bricht. Sie kommen sich vor wie ein Tempelritter, der die Inquisition und die Verbrennung am Scheiterhaufen schadlos überstanden hat. Die Worte Ihres Lehrers kurz vor der Hochzeit gehen Ihnen nicht aus dem Kopf. „Ein Krieger braucht nur 1 Prozent Chance. Auch wenn er zu 99 Prozent verloren hat, gibt er in dieses eine Prozent sein ganzes Leben. Wie eine Pflanze, die den Beton durchbricht. Der normale Mensch verlangt wesentlich mehr Sicherheit, der Krieger aber kämpft für sein Leben, auch wenn er scheinbar keine Chance hat zu siegen“. Für Sie hat diese Aussage eine große Bedeutung bekommen als Sie sich Ihres Umfeldes bewusst geworden waren. Mitleidige Glückwünsche, wissende Lächeln der Traugäste am Standesamt, sogar der Beamte hat seinen Text so heruntergeleiert als ob er sich selbst wegrationalisieren wollte. Sie haben das Gefühl, als wenn Sie eigentlich etwas Unmögliches versuchen. Sie sind sogar irgendwie - stolz.

Ein Baby ist im Anmarsch. Ihre Gefühle sind widerspenstig. Glück und Angst geben sich die Hand bei Ihnen. Wieder denken Sie an dieses eine Prozent. Es ist fast schon so, als ob sich dieses eine Prozent als Ihre gesamte Welt darstellt. Es ist das was Ihnen den Mut gibt, denn wenn es irgendwie schief gehen sollte, dann war es zu erwarten. Wenn es aber gut gehen sollte, dann wird es außergewöhnlich sein. Das Baby kommt, alles geht gut.



Sie stehen wieder im Dojo, verneigen sich vor der Kamiza, der Ehrenwand, dem Sitz dessen, was Sie zu ergründen versuchen. Diesmal als Vater. Es ist kein Gefühl der Dankbarkeit, dass Sie umschleicht, nein, es ist eher ein Gefühl des Akzeptierens von Hoffnung und Angst. Dasselbe Gefühl, dass Ihnen auch kommt, wenn Sie sich vor Übungen mit dem Holzschwert vor demselben verbeugen. Sie sehen Ihre eigenen Schwächen und Stärken und sie akzeptieren sie. Denn Sie geben alles was Sie aufbieten können, in dieses eine Prozent.

Ihr Lehrer wiederholt heute die Schrittlehre. Angriff des Partners, abdrehen. Er nennt es Korrektur der Richtung, nicht Ausweichen. Einmal lässt er absitzen. „Wenn Ihr Eure geistige Kraft auf etwas richtet, durch Irimi, Schritt, bekommt Ihr eine Antwort. Um mit dieser umgehen zu können, müsst Ihr Euch geistig verändern. Das nennt man Tenkan, den Halbkreisschritt“.

Sie sehen Ihr Baby vor Ihrem geistigen Auge. Wie es von Ihnen fordert, wie Sie selber etwas fordern. Und sich beide dadurch verändern. Plötzlich sehen Sie ein neues Bild vor den Augen. Drei Brennpunkte, deren Kreise eine dreiblättrige Rose ergeben. Sie sind sich mathematisch zwar nicht sicher, aber es ist Ihnen auch egal. Sie wissen lediglich, dass Sie etwas sehen, was Sinn für Sie macht. Auch wenn Sie sich wie eines dieser Spermien vorkommen, das fast keine Chance hat, eine Eizelle zu erreichen. Aber solange Sie sich lebendig genug fühlen, um dieses Ziel zu erreichen, solange sind Sie innerlich erfüllt. Ai Ki Do. Harmonie/Liebe, Spannung/Lebenskraft, Weg. Ihr Lehrer beendet die Stunde. „Hat es Spaß gemacht?“ fragt er Sie nachher. Sie sehen ihm in die Augen. „Mehr als das“, antworten Sie. „Es ist zwar mühsamer als mühsam, aber es macht Freude!“ Er legt Ihnen die Hand auf die Schulter und sagt: „Dann haben Sie begriffen, dass es keine Religion und keine virtuelle Welt braucht, um Erfüllung zu finden. Sie brauchen lediglich sich selbst, um alle Antworten in sich selbst zu finden. Es ist ein bisschen so wie die Legende vom heiligen Gral. Man kann ihn finden in dem man sich als würdig erweist. Dann ist er plötzlich da. Aber kommen Sie nie in die Versuchung, das Kleid einer Metapher als die Realität einer wissenschaftlichen Grundlage, als eine rationale Wahrheit anzusehen.“



Teil zwei: Der Geselle

Gratulation! Sie haben eine Prüfung zu einem Meistergrad abgelegt. Nun tragen Sie einen schwarzen Gürtel. Hat sich dadurch etwas verändert? Ja und nein, sagen Sie? Erzählen Sie mir wie Sie das meinen! Aha, irgendetwas hat Ihnen Kompetenz verliehen. Eine Anerkennung Ihrer Suche nennen Sie es. Das gefällt mir. Haben Sie jetzt das Bedürfnis überschnappen zu müssen? Wie ich das meine? Nun, Sie sind auf dem richtigen Weg, Mann! Sie könnten jetzt eine Homepage erstellen und allen mitteilen, dass Sie, ja Sie, einfach das Beste sind, was Ihrem Mitmenschen passieren könnte. Lassen Sie Ihre Augen in Ihren Augenhöhlen! Es war ja nur ein Witz. Ich sehe schon, davon halten Sie wenig. Dann darf ich

Ihnen wirklich gratulieren. Aber bleiben Sie vorsichtig! Auf der Seite der schwarzen Gürtel treffen Sie das Selbstbewusstsein. Ein großer Gegner. Es wird versuchen, Ihnen weismachen zu wollen, Sie wären etwas Besonderes. Warum, fragen Sie? Entweder wegen Ihres Wissens bezüglich der Techniken oder wegen Ihrer Suche nach Erfüllung. Und da kann es durchaus passieren, dass der Weg abrupt endet. Weil Sie dem Selbstbewusstsein erliegen. Wie sich das bemerkbar macht? Probieren wir es so: Wenn Sie andere verurteilen statt beurteilen und umgekehrt sich selber immer als verurteilt anstatt beurteilt fühlen. Mit anderen Worten: Wenn Sie Ihr offenes Herz verlieren beginnt die Trennung von den Herzen Ihrer Mitmenschen. Dafür verbinden Sie sich mit Ihrer Umwelt mit Arroganz und Ignoranz. Aber Sie werden es nicht merken. Warum? Weil Sie dann nichts mehr sehen und hören außer sich selbst. Sie führen dann nur mehr Monologe, keine Dialoge. Was man dagegen tun kann? Kennen Sie die Metapher vom wahren und vom guten Freund? Nein? Nun, der wahre Freund hinterlegt die Kautionspfand und holt Sie aus dem Gefängnis, wenn Sie etwas verbrochen haben. Der gute Freund sitzt neben Ihnen in der Zelle und meint: „Spaß gemacht hat es schon!“ Was ich damit sagen will? Suchen Sie sich Ihre Freunde aus. Entscheiden Sie selber, welche Art von Freund ihnen hilft, gegen das Selbstbewusstsein zu bestehen.

Sie stehen wieder auf der Matte. Sie sind heute in Hochform. Sie blockieren alles und jeden. Ihre Partner verzweifeln, werden aggressiv, versuchen es mit Gewalt. Und blockieren ihrerseits. Sie benutzen ebenfalls Gewalt, aber die meisten Partner sind Ihnen ebenbürtig und aus dem Training wird eine Stehpartie. Ihr Lehrer lässt absitzen. „Das ist nicht Ko-Tai, den Weg finden, was Ihr da macht. Das ist Selbstbefriedigung! Ihr lernt nicht mehr von einander, sondern Ihr benutzt den anderen, um Euer Ego zu stärken.“ Der Lehrer grinst, Sie ahnen etwas, was Ihnen keineswegs gefällt. Und wirklich. Der Rest der Stunde geben alle Träger eines schwarzen Gürtels Uke für die Träger eines weißen Gürtels. Sie greifen an, fallen. Für jeden weißen Gürtel fallen Sie, schwitzen Sie, rollen Sie. Ihr Ego schreit, windet sich, wendet sich gegen Ihren Lehrer. Der aber grinst, grinst breiter und nickt. Dann beendet er die Stunde mit einer kleinen Rede. „Wissen Sie, dass es Lehrer gibt, die im Danbereich, also im Schwarzgürtelbereich, mehrmals bei einer Prüfung durchfallen lassen? Um den Charakter eines Schülers zu testen. Ob er sich wirklich mit seinem Ego anlegt oder lediglich den schwarzen Gürtel benutzt, um sein Ego zu profilieren. Denkt mal darüber nach. Was Ihr hier tut.“ Cut.

Wieder ist ein Jahr vergangen. Sie sitzen zu Hause im Sofa. Gabi hat Ihnen gerade eröffnet, dass Sie mit Ihnen nichts mehr anfangen kann. Der Schlag kam aus heiterem Himmel. Sie sind zum ersten Mal seit langem fassungslos. Sie hatten gedacht, alles unter Kontrolle zu haben. Sie hatten vergessen, dass es keine Kontrolle gibt. Und so ging der Kontakt verloren. „Ich kenne jemand, der mir mehr Aufmerksamkeit schenkt als Du.“ Die Worte kommen wie ein Schwert, treffen Ihr Herz. Dieses dringt an die Oberfläche, ein Schmerz wie ein Blitz entlädt sich wie eine Bombe und Sie zertrümmern mit einem Schlag den Tisch. Sie erschrecken. Gabi starrt Sie an wie ein Phantom.

Lassen Sie uns über Eifersucht reden.

Kommen Sie, trinken wir ein Bier. Na kommen Sie, das ist jetzt mehr als notwendig. Es kann auch ein Saft sein. Gut? Also, ich muss Sie jetzt wieder fragen, warum machen Sie eigentlich Aikido? Warum wenden Sie das, was Sie gelernt haben, nicht dort an, wo es hingehört? In Ihrer Ehe, fragen Sie mich? Ja natürlich! Haben Sie Gabi schon mal gefragt, wie es mit ihrem Sex läuft? Nun kommen Sie, Sie stehen auf der Matte wie ein Gott, haben keine Ahnung mehr, wie Ihre Partner empfinden und glauben wirklich, Sie wüssten in etwa, was Gabi bei Ihnen fühlt? Gut, Sie fühlen sich verraten, aber haben Sie niemals überlegt, was im Aikido ein Angriff auf Ihre Rückseite bedeutet? Ja, auf Ihre Rückseite, Ushiro Waza. Man lässt nur

Freunde hinter den eigenen Rücken. Und da kann schon mal passieren, dass es zu einem Angriff kommt. Man nennt das auch Verrat. Sie fühlen sich doch verraten, oder? Was wollen Sie jetzt? Aikido machen und Ihre Ehe retten oder was? Nein, ich bin nicht verrückt. Sie haben doch geheiratet, oder nicht? Ihre Ehe ist noch jung. Da wird noch vieles kommen wo Sie sich selber kennen lernen werden. Dasselbe gilt für Ihre Frau. Ich habe Ihnen ja gleich gesagt, dass Sie Aikido nicht wirklich wollen. Denn das heißt sich zu stellen. Gerade jetzt. Und ich fordere jetzt Ihr Wort ein. Dieses ja, das Sie gegeben haben. Aber scheinbar falsch anwenden. Nicht ja sagen zum Scheitern, wenn Sie noch nicht alles gegeben haben. Was Sie tun sollen? Probieren Sie es mal mit Eifersucht. Sie denken, das ist, wie bitte, unter Ihrer Würde? Gabi zu zeigen, dass Sie Schmerzen empfinden, dass Sie sie Wert schätzen, sei unter Ihrer Würde? Sie tun so, als ob Sie schon über solchen Dingen stehen. Als ob Gabi oder Sie kein Ego mehr hätten. Haben Sie Ihren schwarzen Gürtel für Dummheit bekommen oder könnte es doch in Ihren Kopf gehen, dass die Wertschätzung oder Anerkennung ein wesentlicher Bestandteil eines Zusammenlebens ist. Liebe ist eine Fähigkeit die richtige Antwort zu finden, keine Pauschale, kein Glücksgefühl, das kommt und geht oder von selber funktioniert. Also probieren Sie es mal mit Eifersucht. Einer Technik, die in der Tat aus dem Herzen kommt. Und schnappen Sie mir dabei auch nicht wieder über. Erinnern Sie sich noch? Die Gefühle angemessen kontrollieren. Also beginnen Sie endlich damit! Seien Sie mal angemessen eifersüchtig! Angemessen, nicht krankhaft!

Sie haben sich ausgesprochen? Schmutzwäsche gewaschen? Das ist gut. Wir wollen ja nicht in stinkender Wäsche herumwandeln. Sie haben Standpunkte aufgegeben, neue vertreten, wieder aufgegeben und wieder gefunden? Was ist dabei herausgekommen? Gabi hat gesagt, wenn Sie nicht Ihre Eifersucht gezeigt hätten wäre alles kaputt gegangen? Ist jetzt wieder alles in Ordnung? Ja? Gut, ich glaube, jetzt brauche ich ein Bier. Und ich möchte Sie nur eines bitten: Vergessen Sie nicht andauernd, warum Sie Aikido üben. Sie machen mich noch zum Alkoholiker! Sie haben so viele Antworten gefunden, Sie haben alles was Sie brauchen, aber wenn Sie Ihre Hausaufgaben nicht machen, dann ist dieses Wissen totes Wissen. Sie müssen dieses Wissen anwenden, damit es lebt. Das hat eben nichts mit Intellekt, sondern mit Praxis zu tun. Üben Sie Aikido, um sich zu erinnern. Ich lasse Sie jetzt alleine. Geben Sie dem Wort *gut* den Wert, der diesem Wort zusteht. Auch wenn es im Moment nicht cool, nicht in Mode ist. Weil viele glauben es bedeute Heuchelei. Alles Gute wäre gelogen. Vergessen Sie auch nicht, dass Sie, wenn Sie glücklich sind, eine Gefahr darstellen. Eine Gefahr? Ja, Sie spiegeln anderen eventuell das eigene Scheitern, das eigene Unglück vor. Das wird dann in diesem Fall nicht akzeptiert. Weil für solche Menschen Ihr erfülltes Leben eine Bedrohung darstellen kann und diese Menschen mit Neid erfüllt. Da hilft es, wenn man Sie als Heuchler sieht. So mancher ist dafür schon gekreuzigt worden! Nun gut. Leben Sie wohl. Halten Sie die Ohren steif und machen Sie es gut. Unsere Wege trennen sich hier, aber wir werden uns wieder sehen.

Ihr Lehrer hat Ihnen eine Unterrichtsstunde in seinem Dojo übertragen. Sie unterrichten Aikido. Es ist nicht sein Aikido, das Sie unterrichten, es ist das, was Sie im Moment verstehen. Sie sind kritisch geworden und stellen alles in Frage. Sie erinnern sich an Ihre Pubertät wegen der Ähnlichkeit der Fragestellungen. Was unterrichtet jemand auf der Matte? Wie lebt er sein Leben, soweit Sie Einblick auf dieses Leben gewinnen können? Wenn Sie einen Makel entdecken, sind Sie verstört und zuweilen gnadenlos. Sie haben ein scharfes Schwert gefunden, das Schwert, das jemanden prüft, ob er sein Salz wert ist. Sie sind auch sich selbst gegenüber des Öfteren gnadenlos. Sie prüfen, ob Sie oder ein anderer Lehrer von Aikido redet oder es lebt. Und sie sehen dadurch Menschen auf der Matte, die lediglich aus Gewohnheit auf der Matte zu stehen scheinen. Als Lehrer und auch als Schüler. Die trotz Aikido keine Möglichkeit sehen, ein erfülltes Leben finden zu können. Aber da ist noch etwas. Sie

akzeptieren diesen Zustand nicht. Er ist für Sie nicht annehmbar. Sie sehen eine Gesellschaft, in der sich scheinbar noch nicht herumgesprochen hat, dass man Werte auch ohne Religion und Politik leben kann, wahrnehmen kann. Das man diese Werte selbst in die Hand nehmen kann. Sie sehen eine gewisse Müdigkeit bei vielen Aikidopraktikanten, ob Anfänger oder Lehrer, sich gegen diesen Strudel zu stellen, der eine einzige Aussage hat: „Es geht um nichts. Außer um das Ego.“ Sie sehen sich die Weltpolitik an, Sie sehen sich das Verhältnis einzelner Aikidoschulen oder Aikidoverbände untereinander an. „Wie oben so unten“, denken Sie. Mikrokosmos, Makrokosmos. Dasselbe Bild. Machtspiele. Monologe. Selbstmitleid. Keine Leidenschaft dort, wo es um alles geht, dafür Leiden durch Krieg und Profitgier, wo es um nichts geht. Und Sie stehen in einem Dojo und sollen Aikido unterrichten. Sie sehen sich Ihr eigenes Herz an und schütteln den Kopf. Was glaubt Ihr Lehrer eigentlich von Ihnen? Sie verstehen zwar, Kraft aus Ihrem eigenen Herzen zu ziehen, aber anderen Menschen dies beibringen? Sie sind in die Aikidowelt eingedrungen. Das häufigste Bild, das sich Ihnen bot, war eine Lehre der Funktion, eine Lehre der Technik, manchmal sogar eine philosophische Abhandlung von bringt gar nichts, aber nur selten eine Lehre des Herzens. Nur wenige stehen als Lehrer auf der Matte, die einen abholen dort wo man sucht. Alles muss man selber machen, denken Sie. Und nun sollen Sie Aikido unterrichten.

Sie stehen im Dojo. Ihr erster Tag als Lehrer. Schon zum Beginn machen Sie Fehler. Sie verwechseln Reihenfolgen beim Kokoro no Jumbi Dosa, bei der Vorbereitung des Herzens auf Aikido. Durch diese Verwechslungen entstehen Löcher, wo Ihre Erinnerung versagt. Was war da noch mal? Eine andere Übung kommt Ihnen in den Sinn und verzweifelt greifen Sie nach Ihr, um das Loch zu füllen. Unter Ihren Augenlidern beobachten Sie Ihre Schüler. Geduldig folgen Sie Ihren Ausführungen, scheinen Ihre Anspannung zu ignorieren oder erst gar nicht zu bemerken. Sie greifen nach Ihrem Selbstbewusstsein und verlieren es in einem merkwürdigen Takt. Es kommt, es geht, kommt wieder und schreckt wiederum zurück. Ihnen wird bewusst, dass Sie am Prüfstein stehen. Nicht nur Ihre Schüler, auch Sie selber prüfen sich. Oder nur Sie selber? Sie sind sich nicht mehr sicher.

Nach dem Vorzeigen von Übungen gehen Sie durch, versuchen zu erklären. Ein Anfänger sieht Sie irritiert an und fragt: „Warum soll ich das tun?“ Ihre Logik kommt mit großen Schritten herbeigeeilt und Worte sprudeln aus Ihrem Mund. Aber auf Ihre Antwort kommt eine neue Frage. Nach geraumer Zeit befinden Sie sich in einer Schachpartie ohne Ende. Der Mann gibt sich nicht zufrieden. Er verlangt nach einem in sich geschlossenen logischen System. Sie erklären die Übung nochmals, Ihre Hand ruht vor dem Gesicht des Fragestellers. Er ignoriert sie. Ein Funke blitzt in Ihnen auf, Sie ergreifen das Kinn des Mannes und brechen sein Gleichgewicht. Im nächsten Augenblick spüren Sie die Vibration des Bodens, als sein Körper aufschlägt. Der Mann kommt wieder hoch und wirkt erfreut. „Zeig das noch mal vor!“ bittet er Sie. Ein Gedanke blitzt in Ihnen auf. Er hat gesehen, wie im Leben etwas funktioniert. Das möchte er lernen. Noch ein Gedanke blitzt auf. Kann ich meinen Gedanken trauen? Irgendetwas in Ihnen stöhnt auf. Es ist ein Konglomerat aus Empfindung, Absicht, Standpunkten und Gedanken. Und passt einfach nicht zusammen.



Nach dem Training sitzen Sie im Pub. Sie starren in das Glas vor Ihnen auf dem Tisch. Ihr Lehrer betritt ebenfalls das Lokal und gesellt sich zu Ihnen. „Wie ist es gelaufen?“ fragt er Sie. Sie schütteln den Kopf und erzählen ihm, dass Sie mit logischen Erklärungen nicht bei allen den gewünschten Erfolg hätten. Er lächelt Sie an, tippt mit dem Finger an seine Stirn. „Kopflastig, ich weiß. Wie viel Grad soll der Fuß sich drehen, wie viel Zentimeter muss die Hand sich heben. Alles im Kopf. Zuviel Luft!“ „Luft?“ fragen Sie. „Ja, Luft. Es gibt als Hilfsmittel vier Metaphern, um sich selbst ein wenig zu begreifen. Die Luft stellt die Logik dar. Zuviel bedeutet, sich in der Spirale der Gedanken zu verlieren, es kommt dann zu keinem Begreifen in dem Sinn. Eher zu einer Vernichtung eines Wesens. Es ist so, als ob man einen Menschen sezieren würde, um sein Wesen zu begreifen. Eine Aikidotechnik ist keine Formel, sondern eine Idee. Die Summe der Details beinhaltet nicht das Wesen.“ Er schweigt, während Sie über das Gesagte nachdenken. „Und die anderen Metaphern?“ fragen Sie schließlich. „Sie sollen die Gesamtheit eines Wesens veranschaulichen. Sie sind nicht logisch. Weil wir über etwas Irrationales sprechen. Da helfen nur Anleihen von der Logik. Ohne Definition können wir nicht sprechen“, antwortet Ihr Lehrer. „Die Erde“, fährt er fort, „ist sehr fundamental. Ein starker Standpunkt. Auch eine Fähigkeit. Manchmal schon fast stur. Solch ein Mensch ist sehr schwer zu überzeugen. Wenn du eine Technik mit einem solchen Menschen machst, muss sie funktionieren, weil ein stärkerer Standpunkt auf ihn einwirkt. Die Erklärung der Logik ist ihm egal wenn kein Druck dahinter steht. Er braucht sozusagen „Masse“. Der Standpunkt und sein Verlust sind ihm wichtig. Mit Blabla alleine kann er nichts anfangen. Das Wasser ist wieder anders. Solche Menschen müssen gefühlsmäßig überzeugt werden. Sie können in Depressionen versinken, wenn sie zuwenig der anderen Elemente haben. Sie fühlen jeden Impuls bis ins Kleinste. Sie akzeptieren eine Technik, wenn das Gefühl passt. Nicht durch den Druck der Erde, nicht durch die Logik der Luft akzeptieren Sie. Sie brauchen den Druck der Gefühle, den Druck des Wassers. Und letztendlich das Feuer. Der Antrieb, der etwas bewegt. Die Kraft, sich zu stellen, hinzugehen und nicht zu warten. Wenn dies bei einem Menschen vorrangig ist, dann akzeptiert er nur eine Technik, wenn genug Wille dahinter steht. Ihm ist Logik, Gefühl und Standpunkt egal. Er will es einfach. Im Extremfall mit allen Mitteln.“ Ihr Lehrer schweigt und begegnet Ihrem ungläubigen Blick mit einem Nicken. „Ja, ein kleines Sonnensystem eines Charakters, eines Egos. Im Zentrum die Sonne, das Ich, um das diese kleinen Planeten kreisen.“ „Das klingt ja wie ein Horoskop!“ werfen Sie ein. „Bitte nicht!“ lacht er und schüttelt den Kopf. „Das Irrationale hat keine wissenschaftlichen Gesetze einer Logik. Das ist die Gefahr daran, wenn man darüber spricht. Es geht lediglich um die Spannung, die eine Aikidotechnik braucht, die ein Leben braucht. Stellen Sie sich das Gegenteil vor: Ein Leben ohne Standpunkt, ohne Wert. Ein Leben ohne Gefühl, ohne Geschmack. Ein Leben ohne Begreifen, ohne, na nehmen wir als Beispiel Schach oder von mir aus Sudoku. Ein Leben ohne Antrieb, ohne die Kraft, sich zu stellen. Ein Element ist vorrangig. Beherrschend. Aber es sollte rund und ausgewogen sein. Anders ausgedrückt:

Wenn du genug zu Essen hast, also Erde, kannst du dir Sex, also Gefühl leisten. Du kannst dir überlegen, wie du zu beidem kommst. Das wäre Luft. Und du musst aus dem Bett, um es zu bekommen. Feuer. Das ist nicht Esoterik, das ist eine Möglichkeit, irgendwo am eigenen Charakter anzusetzen, um an sich selber arbeiten zu können. Oder glauben Sie, das Aikidotechniken als reine Funktion reichen, um einen Menschen zu verändern?“ Ihr Lehrer sieht, wie Sie versuchen, das Gehörte zu verdauen. „Was war das Problem heute mit diesem Mann?“ fragt er Sie. Sie zucken hilflos mit den Schultern. „Na, schätzen Sie ihn ein. Und schätzen Sie sich ein. Was hat sich denn nicht verstanden?“ muntert er Sie auf, weiter nachzudenken. „Nun, vielleicht bin ich Feuer?“ fragen Sie ihn. Ihr Lehrer lacht. „Könnte sein. Was also hat sich nicht vertragen?“ „Heiße Luft?“ antworten Sie unsicher. „Könnte sein“, meint er nachdenklich. „Vielleicht für Sie. Für ihn aber war es möglicherweise ein Hurrikan. Aber das sind nur Hilfsmittel. Psychologie für den Hausgebrauch. Sonst könnten wir Kasten machen wie in Indien oder im frühen Japan. Aber verstehen Sie? Es geht um das Wesen, nicht um die Technik. Wenn Sie in ein Training gehen, schmieden Sie ein Schwert. Sich selbst. Mit Feuer, Erde, Luft und Wasser, wenn Sie so wollen. Dabei versuchen Sie, aus harten und weichen Schichten ein passables Schwert zu schmieden. Ein Schwert, das sich nicht verbiegt wenn es auf Widerstand trifft und das nicht zerbricht, weil es zu spröde ist. Ich spreche von Mentalität. Von Charakterbildung. Das sollten Sie auf der Matte unterrichten. Die Arbeit an sich selbst!“ Ihr Lehrer blickt auf die Uhr und steht auf. „Eine Frage noch!“ Sie berühren seinen Arm. „Was ist, wenn das einer nicht will, wenn einer was anderes sucht?“ Der Lehrer beugt sich zu Ihnen herab und flüstert Ihnen ins Ohr. „Wir sind keine Heilslehre. Aber wir sind verbindlich. Überzeugen Sie nicht durch Effizienz, wenn nur Effizienz gesucht wird. Aikido ist kein Medium, um Gewalt anzuwenden oder um sich durch Gewalt zu „verwirklichen“. Daher können Sie mit Gewalt niemanden überzeugen an sich selbst zu arbeiten. Das macht das Schicksal, nicht wir. Warten Sie auf Menschen, die dazu bereit sind. Leben Sie ihnen etwas vor. Gute Nacht!“

Am nächsten Tag fahren Sie mit dem Auto nach Hause. Sie nehmen einen Abstecher über eine Landstraße, um dem Verkehr auszuweichen. Die Sonne steht am Horizont und der rote Schein der beginnenden Dämmerung überzieht das Grün der Wiesen und Bäume neben der Straße. Sie sind müde von der Arbeit und Ihr Herz jubelt wegen der überaus schönen Stimmung in der Natur. Auf einer geraden Strecke kurz vor einer unübersichtlichen Linkskurve bremsen Sie scharf zusammen. Zwei Körper liegen auf dem Asphalt und ein Wagen steht quer über die Strasse. Sie halten an, auch einige Autos hinter Ihnen. Sie schalten die Warnblinkanlage ein und bedeuten den hinter Ihnen ebenfalls aussteigenden Autofahrern, mit Pannendreiecken die Unfallstelle zu sichern. Dann laufen Sie zu den liegenden Körpern in der Erwartung, etwas zu sehen, was Sie gar nicht sehen wollen. Der Erste ist ein Mann mit ausgekegelter Schulter. Sie sagen ihm, er solle liegen bleiben, die Verletzung wäre nicht arg. Sie bewegen ihn in Seitenlage. Der andere Mann hat sich aufgerappelt und kommt auf Sie zu. „Was ist passiert?“ fragen Sie. „Wir haben überholt, der andere Wagen liegt im Feld, es hat ihn frontal zurückgeschleudert!“ Sie befehlen dem fremden jungen Mann, sich zu seinem verletzten Freund zu setzen und bei ihm zu bleiben. Er solle sich ebenfalls in Seitenlage legen, falls im schlecht werde. Dann laufen Sie in die Kurve. Sie sehen einen total zerstörten PKW. Als Sie sich nähern, bemerken Sie zwei Personen im Inneren des Wagens. Benzin, nicht Diesel, tropft in eine Lache unter den Wagen. Auch von der anderen Seite der Straße laufen nun Menschen zum Unfallwrack herüber. Sie erreichen den Wagen, eine Frau am Fahrersitz, eine auf der Rückbank. Sie wenden sich um, ein Mann ruft, eine Zigarette in der Hand: „Kann ich helfen?“ „Der Wage verliert Benzin, Vorsicht mit der Zigarette! Sorgen Sie dafür, dass niemand hier raucht! Und schicken Sie einen Wagen los, um die Rettung zu alarmieren. Beim nächsten Haus oder so! Wir haben hier keinen Handy-Empfang!“ Hastig entfernt er die Zigarette aus dem Gefahrenbereich und übernimmt die Aufsicht über diese Probleme. Sie

gehen zu Fahrertür, das Fenster ist zersplittert. Eine schwarzhaarige Frau sieht sie an. Der Oberschenkel ist auf die Hälfte gekürzt, Trümmerbruch, die Muskeln ziehen den Schenkel zusammen. Dasselbe mit ihrem Unterarm. Alles auf der Türseite. Eine blonde Frau sitzt auf der Rückbank. „Haben Sie Schmerzen?“ Sie verneint, sagt Ihnen, dass sie ursprünglich auf dem Beifahrersitz saß. Die zwei Türen des Wagens sind verklemmt. Sie bedeuten der Blondin, ruhig sitzen zu bleiben, stellen den Zündschlüssel auf Null und haken sich im zerbrochenen Fenster ein. „Schlafen Fuß und Hand ein?“ fragen Sie die Schwarzhaarige. Sie bejaht. Sie greifen nach Knie und Hand der Verletzten, beginnen die Glieder so gut als möglich zu strecken. Sanft, aber bestimmt. „Damit die Nerven nicht absterben“, erklären Sie ihr. Es ist mühsam, Sie stecken im Fenster, verkeilen sich irgendwie, um die Muskulatur zu dehnen. Es gelingt minimal, Gott sei Dank hat sie wegen des Schocks keine Schmerzen. Noch nicht. Sie geben das Knie auf, es funktioniert so einfach nicht, kümmern sich nur mehr um die Hand. Hier können Sie besser einwirken. Sie fragen nach Namen der Verletzten, beginnen ein Gespräch, fragen nach ihrem Job, Eltern und so weiter. Nach einer halben Stunde erscheint die Polizei. Ein Uniformierter macht sich ein Bild von der Lage, Sie weisen auf das Benzin hin, er nickt Ihnen zu und verschwindet wieder aus Ihrem Blickfeld. Sie sprechen weiter, reden, reden, reden, dann kommen die Sanitäter. Sie sehen der Frau zum letzten Mal in die Augen, verabschieden sich und übergeben. Sie gehen zu Ihrem Wagen zurück, begegnen der Feuerwehr, die mit Brechschere anrückt. Sie steigen ein, fahren an, der Polizist weist Ihnen einen Feldweg als Umleitung. Die Sonne steht immer noch in ihrer vollen Pracht am Horizont. Als Sie zu Hause aus Ihrem Wagen steigen, prüfen Sie zuvor im Spiegel Ihr Gesicht. Ihre Augen sind feucht und blicken Sie an, als ob sie Sie nicht erkennen wollten. Irgendwie verschleiert. Ansonsten sind Sie sehr ruhig. Sie gehen auf ein Bier. Während Sie es trinken, lauschen Sie den Gesprächen rund um Sie. Einige lachen, andere beschwerten sich über die Ungerechtigkeit in der Welt. Zum ersten Mal in Ihrem Leben sind sie wirklich einsam. Und wollen es in diesem Moment auch sein.

Sie stehen im Dojo und beobachten Ihre Schüler. Einer blockiert seinen Partner und Worte der Erklärungen sprudeln aus ihm hervor. Sein Partner scheint kein Wort zu verstehen. Ein anderes Paar rumpelt über die Matte, wirkt wie ein Ehepaar kurz vor der Scheidung. Zwei ebenbürtige Partner schenken sich kein Ukemi, keinen Gefallen. Keiner der Beiden will fallen. Sie denken an gestern, an den Unfall, und verstehen nicht, was Sie jetzt sehen. Es macht Sie sogar zornig. Sie zeigen wieder etwas vor, aber danach treffen sich wieder die Egos und sorgen dafür, dass Ihr Training stockt. Sie fühlen sich missachtet. Auch die Technik entspricht nicht dem, was Sie gezeigt haben. Nur wenige scheinen gesehen zu haben, was sie soeben vormachten. Es reicht Ihnen. Sie gehen zu einem Schüler. „Der Fuß! Was ist mit deinem Fuß? Hast du nur den Sieg im Kopf?“ Sie wenden sich ab, starren den nächsten an. „Und du? Wozu verbeugst du dich vor deinem Partner? Wenn du ihn sowieso nicht respektierst. Sonst würdest du nachgeben, führen, nicht nur der Bessere sein wollen.“ Ein Mädchen erweckt Ihre Aufmerksamkeit. „So greif doch hin! Er bringt dich schon nicht um. Er ist ein Freund, kein Feind!“ Sie spüren, wie Ihre Gruppe beginnt, auf Sie aufmerksam zu werden. Mann und Frau wird nervös, wenn Sie die Aufmerksamkeit auf sie richten. Ein andermal greifen Sie ein, lassen sich von einem Übungspartner angreifen. Eine Mörderspannung versucht Sie über den Haufen zu rennen, so Ihr Eindruck. „Willst du kämpfen oder üben?“ herrschen Sie ihn an. „Wenn du so angreifst, gibt es nur eine Alternative: Du oder ich!“ „Nein!“ erwidert er mit rotem Gesicht. Brummend gehen Sie weiter.

Am Ende der Stunde sehen Sie ein Gesicht am Fenster des Dojos. Ihr Lehrer lächelt durch die Scheibe und verschwindet wieder in der Dunkelheit der angebrochenen Nacht. Nach der Trainingsstunde stehen Sie in der Garderobe und ziehen sich um. „Super Training!“ sagt ein Schüler zu Ihnen, während er versucht, seine Jacke zu finden. „Auch wenn ich keine Ahnung hatte, um was es geht.“

Danach gehen Sie mit Ihrer Gruppe auf einen Drink. Es ist für Sie der beste Ansatzpunkt, Ihre Mitmenschen kennen zu lernen. Auch Ihr Lehrer stößt zu Ihnen. Geschichten werden ausgetauscht und irgendwann erzählen Sie von dem Unfall. Danach herrscht für einen Moment Schweigen. Ein Mädchen hebt das Weinglas. „Auf dich!“ Die Gruppe stößt an. Eine Frau im mittleren Alter fragt Sie: „Was hast du empfunden?“ Sie schütteln den Kopf. „Nichts. Ich habe lediglich funktioniert. Meine Gedanken waren glasklar. Sie haben mit meinen Gefühlen völlig übereingestimmt. Erst bei der Heimfahrt ist etwas zersprungen. Da war das Wissen, das es irgendwie vorbei war. Nicht mehr zu ändern. Dann das Gefühl, etwas getan zu haben. So gut ich es konnte. Dann kam die Logik. Ich suchte nach irgendwelchen Fehlern. Aber ich fand keine. Ich wusste es nicht besser. Dann wurde ich müde. Zurück blieb lediglich, dass ich einen Menschen unter sehr schmerzhaften Umständen getroffen habe. Es war eine echte Begegnung. Und jetzt weiß ich nicht mal ihren Namen. Ich erinnere mich an kein einziges Wort.“ „Sie haben dich so einfach fahren lassen?“ fragt Sie das Mädchen. „Ja, niemand hat mich aufgehalten.“ „Ein echter Held!“ Ihr Lehrer hebt das Glas. „Einer aus dem wirklichen Leben. Einer, der hingreift. Das könnte man Mikiri nennen, sowie sie die Situation gehandhabt haben. Sie haben nicht nur reagiert sondern auch agiert, um die Situation zu meistern. Und auch Randori könnte man es nennen, wegen des Stresses mit diesen vielen Personen. Auf sie!“ Sie werden rot und fühlen sich sehr unbehaglich. Helden sind für Sie aus anderem Holz gebaut. „Das tut doch jeder!“ erwidern Sie. „Meinen Sie?“ Ihr Lehrer hebt die Augenbrauen. „Dann hätten wir eine andere Welt.“

Sie rotieren. Es ist spät in der Nacht, Regen strömt vom Himmel und durchnässt Sie bis auf die Haut. Aber es ist Ihnen egal. Sie stapfen durch die Regenlaken am Gehsteig und nehmen die beleuchteten Schaufenster neben Ihnen nur am Rande wahr. Es ist wegen Ihres Sexlebens. Ihr Kind. Es verlangt soviel Zeit von Gabi, steht immer im Mittelpunkt. Sie arbeiten, kommen nach Hause, versuchen ein Vater zu sein, aber für den Mann, tja. Wann können Sie ein Mann sein? Meistens ist Gabi müde. Zu müde. Dann stehen Sie in der Nacht auf und laufen wie ein brünstiger Stier herum. Etwas in Ihnen schämt sich, aber etwas anderes brüllt wie unter unerträglichen Schmerzen. Sie sind wütend. Sie versuchen, niemanden über den Weg zu laufen. Sie wissen, wenn jetzt der richtige Idiot auf Sie trifft, nein, das wäre nicht gut. Vielleicht ein Idiot wie Sie. Sie müssen lachen. Eine Frau beobachtet Sie ängstlich und senkt ihren Schirm, als Sie an Ihnen vorbei geht. Ein Idiot wie Sie, denken Sie wieder, müsste Sie jetzt eigentlich blendend verstehen. Aite, der Spiegel. Manchmal erkennt man sich selbst im Gegenüber, manchmal ist er so trübe, dass man keinen Aspekt von sich selbst mehr wahrnimmt. Verfluchtes Aikido! Immer diese Stimme in Ihnen. „Geh nach Hause!“ flüstert Sie. „Du unterrichtest Aikido. Das jetzt ist Aikido!“ Wütend leisten Sie noch ein wenig Widerstand und wählen einen Umweg. So leicht wollen Sie es dieser Stimme nicht machen. Als Sie die Haustür hinter sich schließen, schütteln Sie den Kopf.

Training. Eigentlich wollen Sie ein Bier trinken, wegen Ihrem Sexleben. Und Hunger haben Sie auch. Sie beäugen finster Ihre Schüler. Einer zupft verlegen seinen Gi, seinen Trainingsanzug zurecht. Eine andere ordnet ihren Zopf. Sie verbeugen sich vor der Kamiza, der Ehrenwand. Als sie sich umdrehen, knurrt Ihr Magen. Sie beginnen mit der Vorbereitung auf Aikido. Sie machen es kurz. Zu viel Wut. Sie brauchen Bewegung. Ihr Uke vollbringt eine Meisterleistung nach der anderen. Er springt fast Rekordweite. „Was soll das!“ schimpfen Sie, als wieder ein Pärchen über die Matte rumpelt und versucht, irgendwie die Technik nach zu vollziehen. „Das ist doch wie Sex!“ rufen Sie. „Der eine macht was, der andere auch. Aber ohne Empfindung kann es nicht zusammenpassen. Sex ist keine pauschale Technik! Sex ist zusammen leben.“ Im Dojo ist es still. In Ihrem Hinterkopf meldet sich ein unheimlicher Verdacht, der Sie betrifft. „Was seht ihr mich so an. Es gibt keine pauschale Technik. Ihr



müsst auf die Bedürfnisse des anderen eingehen.“ Der Verdacht in Ihrem Hinterkopf erhärtet sich. Sie klopfen mit der flachen Hand gegen Ihre Faust. „Männer meinen immer, sie müssten effizient sein. Sie fragen nachher immer, ob sie gut waren. Wegen der Technik.“ Die Frauen im Dojo beginnen zu grinsen, die Männer wirken verwirrt. „Ihr müsst fühlen, was der andere empfindet. Nicht denken. Das gilt für alle. Versucht, ein ganzes Wesen zu sein, nicht nur Mann oder Frau!“ Der Rest der Zeit verläuft weniger verbissen. Das Training fließt. Da und dort manchmal ein fröhliches Lachen. Am Ende des Trainings wie üblich Seiza. „Beobachtet euren Geist und das herum wie vom Boden eines Wasserglases aus“, sagen Sie. „Lasst alles hineinfallen, hindert es nicht daran. Geräusche, die von eurem Verstand sofort definiert werden, Gefühle, die auf irgendwelche Reize reagieren, lasst es zu, atmet und beobachtet. Seid das Auge im Hurrikan. Seht den Wellen, die diese fallenden Steine verursachen, einfach zu und atmet. Kokyu Ho! Versucht den Unterschied zwischen eurem Körper und der Umwelt zu vergessen. Misogi!“ Nach dem duschen bekommen Sie Komplimente. „Dieses Training war wirklich gut!“ Das einzige, was Sie interessiert, ist ein oder zwei Bier. Besser zwei. Wegen dem, was Sie auf der Matte gesagt haben. Denn Sie haben sich selber dabei über die Schulter gesehen.



Sie liegen im Bett. Gabi empfängt Sie. Endlich! Sie haben eine Woche gewartet. Viel Unsinn gesprochen. Viel zu laut gelacht. Endlich! Sie fühlen, wie das Tier in Ihnen frei kommt, von der Leine gelassen wird. Irgendwann hören Sie etwas anderes. Ein stilles Weinen. Es kommt von Gabi. Verstört halten Sie ein. „Was ist?“ fragen Sie. „Sonntag“, sagt sie. „Der Tag für den Sex.“ Sie prallen zurück, abgrundtiefe Enttäuschung lässt Sie ins Bodenlose fallen. Draußen regnet es schon wieder. Oder bilden Sie sich das ein? Sie wollen raus. Raus in den Regen. Eine Stimme in Ihnen flüstert Ihnen zu, liegen zu bleiben. Wegen der Liebe. Sie wälzen sich zur Seite, legen eine Hand auf Ihr Gesicht. Sie wollen weinen. Plötzlich sitzt Gabi auf Ihnen. Sie neigt sich zu Ihnen. „Weil du da geblieben bist“, flüstert Sie. Dann werden Sie von Ihr ins Paradies geführt.

Im nächsten Training sind Sie ausgeglichen. Sie fühlen etwas Neues. Es ist eine Art Gespaltenheit. Da ist etwas in Ihnen, das materialisiert sich als Tier. Fordert sein Recht. Wenn es gut behandelt wird, könnte das, was das Tier reitet, zum Ziel gebracht werden. Es ist wie ein Freund, nicht besonders intelligent, aber gutmütig. Ihr Körper. Ihr Transportmittel durch diese Reise durch die Zeit. Das Tier weiß, dass es mit dem Tod aufhören wird zu existieren. Es sieht Sie neugierig an, Sie, den Reiter. Sie denken an gestern Nacht. Es ist Ihnen etwas gelungen. Sie haben der Weiblichkeit die Göttlichkeit zurückgegeben. Echte Emanzipation. Kein Bonbon in Form von den Frauen entgegenkommenden Schreibweisen. Nein. Sie haben der Göttlichkeit die weibliche Seite zurückgegeben. Und auch sich selber haben Sie sich Ihre weibliche Seite zurückgegeben. „Hey, willst du der Frau das Fleisch vom Handgelenk

schrauben!“ Sie halten Ihre Hand zwischen zwei Übende. „Das ist kein Rippchen von dir, sondern ein weiblicher Mensch. Sieh dir deine Pranken an und ihre Handgelenke. Willst du ihr Aikido verleiden? Glaubst du, das ist effizient? Glaubst du, das hat irgendetwas mit Musubi zu tun, mit der Verbindung deines und ihres Wesens?“ In der Tat. In letzter Zeit üben Sie lieber mit Frauen. Bei Männern haben Sie mehr und mehr den Eindruck, sie suchen einen Dompteur, nicht einen Aikidolehrer. Ein Gedanke erscheint in großen Lettern vor Ihrem geistigen Auge: Oder ist es dasselbe wie bei Ihnen? Wegen Ihres Tieres, das im Regen herumknurrt? Sie stöhnen und blicken die Männer etwas versöhnlicher an.

Ein junger Mann betritt das Dojo. Er trainiert und geht auch danach mit auf einen Drink. Dann fragt er Sie. „An meiner Schule gibt es eine Gang. Es gibt Offiziere, Soldaten, Kuriere. Wer nicht mitmacht, wird geschlagen. Es gibt nur einen Weg. Mitmachen oder nicht auffallen, wenn man aus dem Weg geht. Aus dem Weg gehen heißt: Nicht da fortgehen wo ich wohne. Was soll ich tun?“ Sie sind schockiert. „Das ist Freiheitsberaubung!“ kommt es aus Ihnen heraus. Der Junge nickt. Er ist ungefähr siebzehn. „Dann kannst du nur kämpfen oder es dulden“, sagen Sie nach kurzem Nachdenken. Sie versuchen den Jungen einzuschätzen. Ist er ein Krieger oder ein Nicht-Krieger. Wenn er sich stellen sollte und das hieße kämpfen, egal auf welche Art, dann würde er ein Krieger werden. Ein Krieger sein. Durch die daraus resultierende Prägung. Einer der hingreift, weil er zu jemanden sagt: „Das will ich nicht. Das erlaube ich nicht.“ Wenn er sich nicht stellen würde, würde er ein Opfer werden. Ein Charakter, der zusieht. Wegsieht. Und falls man ihm einen Offizier zur Seite stellen würde, würde er diesem folgen. Eine simple Sache. Sie erklären dem Burschen, welche Entscheidung und welche Prägung damit auf ihn zukommen. Der Junge nickt und geht. Sein Blick gräbt sich aber in Sie ein. Und seine Frage. Denn wer sind Sie schon, um Rat zu geben? Sie fühlen sich nicht kompetent genug. Das Training am nächsten Tag, das Sie geben, wird sehr hart. Die Techniken sind kompromisslos. Jedenfalls was Sie betrifft. Sie ziehen durch, bemerken nicht, wie Ihre Partner Angst bekommen. Aber das Gefühl, versagt zu haben, nicht helfen zu können, bleibt.



Irgendwann später, nach einigen Wochen, kommt der Junge wieder. Er erzählt, der Direktor der Schule hätte die Situation erkannt und entschärft. Die Jugendbande in seinem Viertel wäre neutralisiert.

Sie sehen den Jungen nie wieder. Das Gefühl der Ohnmacht aber bleibt.

Einige Jahre sind vergangen. Ihr Lehrer ist weg gezogen und hat Ihnen das Dojo überlassen. Die Momente der Verzweiflung sind weniger geworden. Sie haben gelernt, dass Sie ohnmächtig sind. Sie haben aber auch gelernt, dass Sie Macht haben. Sie stehen auf des Schwertes Schneide. Die eine Seite kann ohne die andere nicht existieren. Den Einzigen, den Sie um Rat fragen können, ist Ihre eigene Stimme. Sie ist klarer geworden. Sie nennen Sie die Stimme des Herzens. Sie haben keine Ahnung, wie Sie das unterrichten sollen. Zuviel landet in der falschen Kehle. Sie versuchen, im Training einen Prozess zu veranschaulichen. Die Technik ist das Medium, aber das dahinter macht Ihnen Probleme. Wenn Sie darüber sprechen, können Sie nur Geschichten aus Ihrem Leben benutzen. Es sind für andere nur Metaphern, da es Ihre Geschichten sind. Und Sie haben Bedenken für verrückt gehalten zu

werden. Weil Sie in einer Welt leben, die das Glück, die Erfüllung, nur in der Logik sucht. Selbst Gott soll möglichst logisch erscheinen. Sie selber haben zwar Kontakt zum Irrationalen, aber Sie können es nicht logisch erklären. Was sollte schon logisch sein an Liebe, an Krieg, an Zuneigung und an Hass? Sie können lediglich nachvollziehen, wie diese Angelegenheiten entstehen oder sogar erzeugt werden können, aber die Logik alleine versagt dabei. Denn wenn es so wäre, gäbe es eine andere Welt. Aber eine Welt ohne Krieg wäre auch nicht logischer als eine mit Krieg. Sie stehen im Dojo und erklären Ikkyo Dosa, erklären, wie man mit einem unendlich großen imaginären Schwert das Ego schneiden sollte. Sie erklären, dass das Ego nicht durch Gewalt zerstört werden kann. Sie erklären, dass dieses Schwert nur das Schwert des Friedens, das der Liebe sein könnte. Und Sie erleben, wie man das Ego nur beiseite schiebt, um effizienter zu werden. Als Schulung für die Effizienz, nicht als Schulung für eine Art Menschwerdung. Dennoch stehen Sie auf der Matte. Sie stehen wegen einer persönlichen Evolution auf der Matte. Sie sind ein Krieger geworden. Ein Krieger für dieses eine Prozent. Für dieses eine Prozent, in das Sie Ihr ganzes Leben geben. Um mehr geht es nicht. Und auch nicht um weniger. Anderen vorzuleben, dass sie an sich selbst glauben können.

Wieder geht die Tür zu Ihrem Dojo auf, ein junger Mensch tritt ein. „Ich möchte Aikido lernen“, ist sein Wunsch. Sie sehen in seine Augen, sehen in seine Zukunft. Seine Augen leuchten, sind einfach göttlich mit ihrer Freude und Kraft, die sich aus ihnen spiegelt. „Komm herein, das erste Training ist gratis“, antworten Sie. Und im Hinterkopf hören Sie eine Stimme: „Wollen Sie wirklich Aikido lernen? Ich beweise Ihnen, dass Sie das nicht wollen. Nicht wirklich. Aber Sie könnten mich überzeugen, Sie könnten es mir beweisen. Im Laufe der Jahre. Vielleicht werde ich der Herausforderung gerecht die Sie suchen. Wenn Sie sie annehmen.“ Dann sehen Sie diesen jungen Menschen in der Reihe mit den anderen im Dojo sitzen und Sie verbeugen sich voreinander.

### Teil drei: Der Meister



Ich grüße Sie. Erinnern Sie Sich noch an mich? Nein? Wir haben einige Drinks miteinander genommen. Na kommen Sie! Ich bin es. Ich hatte Ihnen versprochen, dass Betty Sie lieben wird. Na also, sehen Sie? Jaja, wie lange ist es aus, 15 Jahre, dass wir uns gesehen haben? Gehen wir auf einen Drink? Keine Angst, es geht nicht schon wieder von vorne los. Ich bin nur kurz hier. Wie geht es Ihnen? Sie führen jetzt ein Dojo? Unterrichten Aikido? Gut, gut, gut. Sehen Sie mich nicht so böse an. Ich war nie wirklich weg. Wie kommen Sie darauf? Haben Sie wirklich geglaubt ich würde Sie alleine lassen? Drücken Sie mich nicht so fest, Sie tun mir fast weh! Kommen Sie, lassen Sie uns in diesen Pup hineingehen, das sieht nett aus.

Also zum Wohl! Sie wollen mir etwas erzählen? Vom letzten Urlaub? Bitte gerne! Sie haben einen Polizisten kennen gelernt. Aha! Er hat Familie. Zwei Kinder. Und er ist ungewöhnlich? Warum? Er macht was? Er geht einen Schritt auf denjenigen zu, den er verhaften muss? Na, der andere wird das wohl kaum machen, oder? Wie bitte? Der macht es doch? Noch mal von vorne, ich bitte Sie. Also gut. Der Polizist heißt Fritz. Er geht in eine Bar die von einem, der ausgerastet ist, zerlegt worden ist. Okay, soweit auch klar. Die Freunde dieses Mannes sind auch anwesend. Mmm. Fritz geht hinein und erklärt dem Mann -was? Dass es um sein und dessen Gesicht geht? Wegen der Freunde des Mannes einerseits und wegen der Berufsehre von Fritz andererseits? Sehr ungewöhnlich. In der Tat. Was haben die beiden dann gemacht? Fritz hat ihm angeboten zu wählen? Eskalation, falls notwendig auch mit der Schusswaffe oder, wie bitte? Fritz würde ihm den Rücken zudrehen, ihn nicht berühren, der Mann solle folgen und vor dem Lokal würden sie es beide klären. Von Mann zu Mann? Oho! Und dann? Der Mann hat angenommen? Fritz hat vor dem Lokal, wie der andere auch, die Hände in Kampfstellung gebracht und ihm bedeutet, als erster zuzuschlagen, weil als Polizist er dies nicht dürfe? Der Mann hat dann gefragt, ob Fritz Karate könne? Und Fritz hat erklärt, es ginge nicht um die Kurse, die die beide gemacht hätten, sondern um die Zeit? Das Fritz nicht ewig Zeit hätte um zu labern, sondern er solle endlich zuschlagen, von Mann zu Mann? Und der Mann hat sich dann einfach abführen lassen! Fitz nennt das mentale Kraft? Sehen Sie? Man muss keineswegs Aikido machen um ungewöhnliche Taten zu vollbringen. Es genügt, sich einfach nicht zufrieden zu geben mit der natürlichen Ausgangsstellung im eigenen Leben. Das ist in der Tat eine Geschichte!

Was ist Ihnen noch so passiert? Ein Schüler von Ihnen ist abgehoben? Das ist, finde ich, keineswegs außergewöhnlich. Er ist außergewöhnlich abgehoben? Wie das? Er kontaktiert tote Lehrer und holt sich seine Graduierungen auf diese Weise? Er lässt sich sozusagen von Verstorbenen graduieren? Metaphysisch, sozusagen. Glückwunsch! Sie schaffen es tatsächlich, dass Menschen an sich selber glauben. Das ist immerhin etwas. Es fehlt Ihnen lediglich der Feinschliff. Machen Sie sich keine Gedanken über das Abheben. Wie ich das meine? Nun, Menschen vor sich selbst schützen ist das Schwierigste im Aikido überhaupt. Es ist die höchste Kunst. Aber Sie müssen auch wissen, dass dies nicht immer geht. Sie haben gerade von Fritz erzählt. Das klingt nach einem Meister. Zumindest nach einem Meisterwerk. Aber haben Sie ihn auch gefragt, wie viele Niederlagen ihn dieses Meisterstück gekostet hat? Nein? Sehen Sie, aber ich versichere Ihnen, dass niemand etwas geschenkt bekommt. Alles hat seinen Preis. Wo Licht ist findet man auch Schatten. Sie kennen diese Redensweise. Wenn man auf des Schwertes Schneide steht, vereinen sich diese Gegensätze. Sie werden nicht umhin kommen, beiden Seiten gerecht zu werden. Aber das wissen Sie ja bereits, oder irre ich mich? Gut. Was sagen Sie? Es gelingt Ihnen immer noch nicht, den Wunsch nach der Kontrolle über ihren Lebensablauf aufzugeben? Oh, haben sie ebenfalls abgehoben? Wollen Sie sich tatsächlich auf dieselbe Stufe wie dieser abgehobene Schüler stellen? Wie ich das jetzt wieder meine? Lassen Sie uns über Tanren sprechen. Sie kennen das ja schon, nicht wahr? Harte Arbeit, das Feinste aus dem Menschen herausholen, einen Diamanten schleifen. So die Metapher. Aber den Diamanten schleifen, bis er weg ist, das sagt Ihnen wohl nichts? Sie machen den Fehler, dass sie die Kontrolle aufgeben wollen, um sie zu bekommen. So wie Ihr Schüler. Wie Ihr Schüler? Natürlich. Oder glauben sie nicht, dass die Sache mit der Graduierung durch Tote nicht die Aufgabe einer Kontrolle bedeutet, um andererseits Kontrolle zu erhalten? Sogar noch mehr Kontrolle als jemals zuvor? Das nenne ich Abgehoben, passen Sie mir ja auf mit Ihnen selbst! Den Diamanten schleifen, um selbstverliebt ins eigene Spiegelbild zu blicken. Jaja, das ist nichts Unnatürliches. An diesen Punkt kommt jeder. Gerade auf diesem Weg. Martial arts gaukeln uns geradezu vor, dass wir alles kontrollieren können. Disziplin, siegen, die Kontrolle aufgeben, um noch besser zu werden und noch mehr Kontrolle zu bekommen. Und um ins Paradies der Selbstverliebtheit zu kommen. Und darum müssen Sie den Diamanten schleifen, bis er weg ist. Was dann

kommt? Die Meisterschaft natürlich. Erst wenn Sie das Schwert, das Sie ein Leben lang poliert haben, ablegen, haben Sie es gemeistert. Wegpoliert, sozusagen. Sie müssen damit verdammt gut herumfuchteln können, sonst haben Sie nichts zum Aufgeben. Woher sie wissen, ob Sie diese Meisterschaft erlangt haben? Ich habe es Ihnen gerade gesagt. Wenn Sie das Schwert aufgegeben haben. Nicht weggeworfen, weil es zu mühsam ist. Sondern weil Sie sich es gar nicht vorstellen können, es jemals aufzugeben. Und danach auch keinen Blick zurück über die Schulter werfen, auch keinen ganz kleinen. Wenn Sie das nicht wollen, warum machen sie eigentlich Aikido?

Jeder Mensch verspürt in sich dieses Etwas, das er nicht erfassen kann. Daraus entspringt Verzweiflung, Glaube und auch Angst. Bei ganz wenigen entspringt daraus Friede. Es gibt viele Wege, diesem Etwas zu begegnen. Bier, Fernsehen, Computerspiele, Arbeit, um es zu vergessen. Oder darauf einschlagen, mit irgendetwas, um es zu treffen. Denn zu treffen ist es mit allem. Um es zu erfassen, nun, da helfen keine Mittel dieser Welt. Es ist nicht zu erfassen. Dazu ist es nicht da. Aber es ist zu erleben. Als Zustand. Mit dem Tod erlebt man es nicht und das Wort ersterben muss erst noch erfunden werden. Nein, ich scherze keineswegs. Aber es ist auch nicht wirklich wichtig. Denn es ist eine Erfindung des Menschen. Wie das zu verstehen sei? Werfen sie einen Blick auf die Tierwelt. Jede Art hat ein System gefunden, wie sie überleben kann. Termiten, die ihre Soldaten opfern, weil sie dazu da sind. Manche bezeichnen sie als Faschisten. Wölfe, die bei Verstößen zuerst die gelbe Karte zeigen, bevor die Rote kommt. Also sehr sozial. Es gibt viele Beispiele von verschiedenen Systemen, die das Überleben einer Art sichern sollen. Aber keine dieser Arten haben, soweit ich weiß, die Möglichkeit zu wählen. Der Mensch hingegen kann sich seine Systeme aussuchen. Ein Tier braucht nicht an ein System zu glauben, der Mensch jedoch verbindet mit einem System sein Glücksgefühl. Wenn er sich in einem System nicht zuhause fühlt, ist er unglücklich. Nicht wegen seiner Gedanken, sondern wegen seinem Herzen. Wenn er glücklich ist, sind seine Gedanken glücklich. Und natürlich umgekehrt. Also geht es um sein Heil. Mittels einer Heilslehre macht auch sein unglückliches Leben Sinn. Weil ein Mensch der sich nicht spürt etwas braucht, um diesen Zustand zu beenden. Also erfindet er etwas, um seinem Sinn gerecht zu werden. Eine Wahrheit. Wie bitte? Ja, sie haben durchaus Recht, hier entstehen auch der Krieg und die Spaltung. Weil wir keine Tiere sind. Weil wir die Wahl haben. Was jetzt Aikido ist? Aikido ist ebenfalls eine Erfindung. Sie werden blass? Was haben Sie geglaubt? Aikido ist die Erfindung, Wahrheiten zu zerstören und deren Quelle zu finden. Weil, wie Sie eben erkannt haben, Wahrheiten Trennung verursachen. Aikido ist die Erfindung, dass auf Basis dieser Quelle, die Wahrheiten erschafft, ein menschliches Miteinander möglich sei. Der Mensch ist schon längst aus dem Überleben, dem Tierreich, ausgestiegen. Aber er lebt immer noch so, wie es damals notwendig war. Er hat nicht verstanden, dass er keine Feinde mehr hat. Er hat nur mehr sich selbst als Feind. Um diesen Feind zu besiegen, muss er sich selbst besiegen. Aikido ist die Erfindung, dass es möglich sei sich selbst zu besiegen. Es ist nicht die erste Erfindung dieser Art. Egal. Aikido ist die Idee, dass uns nur diese Quelle vereint, nicht aber die Wahrheiten, die daraus entstehen. Wenn wir dies verstehen, müssen uns Wahrheiten nicht trennen. Aber solange wir uns selbst nicht besiegen, werden diese Wahrheiten über uns herrschen. Seien sie nicht traurig. Aikido hatte niemals die Idee Wahrheiten zu kontrollieren. Aikido hatte niemals die Idee, eine Heilslehre zu sein. Aikido wurde nur erfunden einem Menschen etwas zu geben um sich selbst zu besiegen. Wenn sie diese Idee meistern, werden sie es wissen. Weil dann gibt es keine Wahrheit mehr. Aber das will eigentlich niemand. Eigentlich will fast jeder die Kontrolle über die Schöpfung erlangen, sei es durch Religion, sei es durch Wissenschaft, sei es durch Verweigerung. Es geht nur um ein mächtiges Ego, es geht fast nie um ein echtes Begreifen. Würden Sie das Leben wirklich praktizieren, hätten Sie keine Fragen mehr. Nur das Ego hat Angst zu sterben und hängt sich verzweifelt an die Unsterblichkeit. *Ewiges Leben*. Haben Sie sich jemals gefragt was passiert, wenn Ihr Hirn und

somit Ihre Logik stirbt? In Altgriechisch bedeutet Theo (Gott) angeblich: Das was ich sehe. Womit sehen Sie wenn Verstand und Augen sterben? Also rate ich Ihnen: Nützen Sie Ihr Leben solange Sie noch Verstand und Augen haben. Vielleicht erkennen Sie dann den Sinn jenseits von Verstand und Augen, jenseits von den Wahrheiten, vielleicht. Das Universum existiert auch ohne Sie. Diese Tatsache sollte Ihnen helfen Frieden zu finden. Gehen Sie auf diesen Berg hinauf. Passieren Sie die Meilensteine die Sie dort finden werden. 1. Ordnen Sie Ihr Leben oder auch nicht. 2. Erledigen Sie das oder auch nicht. 3. Heiraten Sie oder auch nicht. 4. Bekommen Sie Kinder oder auch nicht. 5. Erleben Sie eine Scheidung oder auch nicht. 6. Leiden Sie an Krebs oder auch nicht. 7. Burn out oder auch nicht. 8. Leben Sie am Gipfel immer noch oder auch nicht. Die Frage aber die sich bei jedem Stein stellt wird sein: Können Sie Frieden machen oder auch nicht.

Ich wünsche Ihnen alles Gute. Lassen Sie sich Zeit. Und danke für die Einladung. Es hat mir immer Spaß gemacht mit Ihnen zu plaudern. Ob wir uns wieder einmal sehen? Das wird sich weisen, es ist nicht wichtig. Sie haben alles was Sie brauchen. Sich selbst. Machen Sie Aikido um das nicht zu vergessen. Oder irgendetwas anderes.



G. Meindl