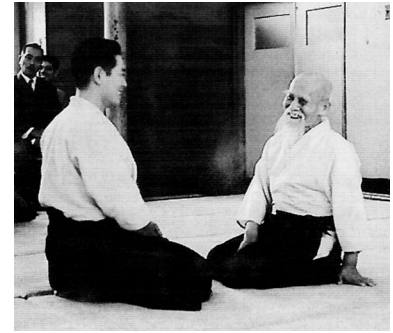


M.Ueshiba (rechts) mit seinem Uke H.Kobayashi bei einem Lehrgang 1963 in Fukushima



## EIN WEG ZUM FRIEDEN

Bei den meisten Auseinandersetzungen, ob in einer Beziehung, einer Konkurrenzsituation oder in der Politik, stehen sich oft die Parteien unversöhnlich gegenüber und gehen mit den gleichen Mitteln gegeneinander vor; eine Verständigung wird umso schwieriger, je weiter die Eskalation fortschreitet.

Der Gründer des Aikido, O-Sensei Morihei Ueshiba, hat sein Leben lang intensiv die traditionellen japanischen Kampfkünste studiert und war einer der angesehensten und gefürchtetsten Kämpfer, Kriegsfreiwilliger und Ausbilder. Durch den Kontakt mit der pazifistischen Sekte Omoto-kyo, vor allem aber unter dem Eindruck des für Japan verlorenen Krieges und der Atombomben, hat er jedoch die Zielrichtung seiner Kampfkunst, die er seither AIKIDO nannte, radikal verändert.

Wenn uns ein Angreifer gegenübertritt, begegnen wir ihm nicht mit Angst, Spannung, Härte und schließlich mit Gewalt, sondern wir öffnen uns und sehen ihm entspannt entgegen. Wir respektieren ihn als Person, versuchen seine Motive und seine Bewegung zu erfassen, und akzeptieren und absorbieren die Energie, die von ihm ausgeht. Wir stehen ihm nicht im Weg, weichen seinem Angriff aus, wir nehmen seine Bewegung und seinen Rhythmus auf, und passen uns seinen Schwingungen an. Auf diese Weise können wir ihn lenken und ohne großen Kräfteinsatz kontrollieren.

Das Training der unzähligen Techniken und Prinzipien des Aikido steigert im Laufe der Zeit die Sensibilität, und wenn sich zwischen Angreifer und Verteidiger sogar eine Art von Resonanz entwickelt, gleichen die Bewegungen oft eher einem Paartanz als einem Kampf. Unter diesen Voraussetzungen ist es vielleicht eher möglich, zu einer Verständigung und einem Interessenausgleich zu kommen, als durch Drohung, Stärke und Gewalt.

*„Die Kunst des Friedens ist das Prinzip der Widerstandslosigkeit.  
Da es sich nicht widersetzt, ist es von Anfang an siegreich.  
Wer böse Absichten oder feindselige Gedanken hegt, wird besiegt.  
Die Kunst des Friedens ist unbesiegbar, weil sie nichts bekämpft.“*

*Ueshiba Morihei (Gründer des Aikido)*