

Aikido – ohne Kampf zum Ziel

Internationaler Aikido-Lehrgang in Haigerloch

HoZ 9.10.10

Beim Aikido-Lehrgang in Haigerloch gab Meister Yoshigasaki Einblicke in die Techniken und erklärte Hintergründe zum Verständnis des Aikido.

Haigerloch. So gehe es nicht um die Kontrolle des Angreifers, sondern um die gesamte Situation mit allen Beteiligten, die es zu verändern und „entspannen“ gelte. Er zeigte Techniken, bei denen die Bewegung des Angreifers weitergeführt und umgelenkt wird, ohne aggressiv gegen ihn anzukämpfen. Die über 35 Teilnehmer aus Deutschland, Italien, Frankreich und der Schweiz konnten auf 260 Quadratmetern Mattenfläche sowohl einfache als auch fortgeschrittene Techniken üben, bei denen die Aufmerksamkeit für die „Gesamtsituation“ – mit dem Gegenüber und für sich selbst – trainiert

wurde. Viele Worte machen das Leben kompliziert und sind oft Grund für Missverständnisse und Auseinandersetzungen, so Meister Yoshigasaki. Im Alltag und auch beim Trainieren sei es sinnvoll, sich

auf das Notwendige zu beschränken und seine Aufmerksamkeit nicht von Wörtern dominieren zu lassen. Neben Theorie und Praxis des Aikido gab es in den Pausen und bei den gemeinsamen Mahlzeiten

manche Gelegenheit zum Austausch zwischen den Teilnehmern. Haigerloch ist immer eine Reise wert und bietet eine sehr angenehme Trainingsatmosphäre, wie ein Gast zum Abschluss anmerkte.



Aufmerksame Teilnehmer beim Aikido-Lehrgang mit Meister Yoshigasaki (vorne, Fünfter von links) in Haigerloch.