

Der Ursprung des Aiki-Ken

Die Geschichte des japanischen Schwerts und die der Schwertkämpfer in Japan geht sehr weit zurück. Berichte über das Schwert im Kampf findet man in den Annalen aus dem mythischen "Zeitalter der Götter" (Shindai), das auf die Zeit vor der schriftlich festgehaltenen Geschichte Japans datiert ist. In diesen frühen Jahrhunderten waren die Schwerter lange und gerade Säbel, die hauptsächlich zum Schlagen gebraucht wurden. Als sich die Kriegskunst zu einer eigenen Wissenschaft entwickelte, begannen die japanischen Krieger ein etwas kürzeres Schwert zu tragen, das mit einer ausgeprägten Biegung der Klinge und einem zweihändigen Griff ausgestattet war. Dieses "Tachi" genannte Schwert war in der Schlacht wirkungsvoll, da seine Länge und Biegung ausladende und geschwungene Hiebe erlaubte.

Der Gebrauch des Bokken (Holzschwert) wurde in der Schwertkunst erst in der Muromachi-Periode (1336-1600) eingeführt, als sich der Einsatz des Schwertes vom Schlachtfeld zum individuellen Zweikampf verlagerte. Die Formen wurden in den "ryu" (Schulen) gepflegt, einem organisierten System des Unterrichts der Kampfkünste. In dem Zeitalter des Bürgerkriegs ist das Entstehen und die spätere Herrschaft des Berufskriegers in Japan, des Samurai, anzusiedeln.

Anfangs hielten die Anwender des Fechthandwerks wenig von Unterricht: Fertigkeit erhielt man durch Erfahrung - diejenigen, die langsam lernten, lebten nicht lange genug, um ihre Fehler zu bedauern.

Mit dem Aufkommen besser geschmiedeter Schwerter entwickelte sich sehr schnell die Technik des Fechtens. In den Schulen wurden Kampftechniken geübt und auf ihre Wirksamkeit hin eingeschätzt. Jede der zahlreichen Schulen entwickelte verschiedene Schwerpunkte - eine Notwendigkeit aber hatten alle gemein: Sie benötigten eine Waffe die es dem Schwertkämpfer erlaubte, die Fechttechniken mit einem größt möglichen Maß an Sicherheit zu üben: das Bokken.

Ein japanisches Katana wurde so geschmiedet, daß das Rückgrat seiner Klinge sehr belastbar war und beträchtliche Anforderungen durch Schläge und Stöße aufnehmen konnte. Es besaß eine spröde und äußerst scharfe Schneide, die ihm eine große Schnittkraft verlieh. Die Verbindung von hart und weich ergab eine tödliche Klinge, die aber leicht beschädigt werden konnte, wenn sie auf einem harten Gegenstand prallte.

Es gab in Japan schon lange aus Holz gefertigte Schwerter, aber durch die technische Entwicklung der Schulen formten Handwerker das Bokken so, wie es heute noch existiert. Das Bokken bot Vorteile gegenüber der scharfen Klinge im Übungsbetrieb: neben der Sicherheit für die Übenden schonte es die Klingen der teuren Stahlschwerter.

In der Mitte des 16. Jahrhunderts gab es in Japan über 900 Schulen die sich der Schwertkunst (Kenjutsu) widmeten. Die herausragende Übungswaffe war das Bokken. Solange Kenjutsu im feudalen Zeitalter aufblühte, wurde das Bokken im Training und im Kampf benutzt. Mit dem Untergang der Togugawa-Dynastie und der Abschaffung des Feudalismus in Japan (1867) verfielen die Kampfkünste der Samurai.

Die Schwertkampfkunst veränderte sich grundlegend, Kenjutsu verwandelte sich in Kendo, einen sportlichen Wettkampf. Im Kendo ersetzte das Shinai das Bokken, eine

nachgiebige Waffe aus zusammengebundenen langen Bambusteilen. Das Shinai hatte keine Biegung, eine andere Ausgewogenheit und ein viel geringeres Gewicht.

Die Bekanntheit des Kendo nahm rasch zu und die realistischen Ausführungen der herkömmlichen Schwertkunst traten in den Hintergrund. Die dieser Kunst zugrundeliegenden Prinzipien wurden durch wenige Schulen und Schwertkämpfer bewahrt. Einer, der sich zu diesen Prinzipien hingezogen fühlte, war Ueshiba Morihei.

Ueshiba erkannte, dass bei der Verwendung verschiedener Waffen und Stilarten der Kern immer der Gleiche war. Der Hieb des Schwertkämpfers, die dabei eingesetzten Muskelpartien, die Bewegung der Hüfte, war ähnlich dem Schlag der bloßen Hand. Eine Drehbewegung um dem Speer eines Feindes auszuweichen, konnte wenn man Arm oder Ärmel griff in einen wirksamen Wurf weitergeführt werden. Dieses Prinzip kannte Ueshiba als "riai" ("ri" bedeutet Prinzip; "ai", die Begegnung oder Zusammenführen).

Zur gleichen Zeit lebte das Budo auf und Ueshiba gründete seinen eigenen Stil, den er "Aikido" nannte. Der innere Gehalt seines Aikido war riai, Ueshiba bestand darauf dass, alle das Schwert ebenso beherrschen lernten wie die Techniken seiner Kampfkunst.

Heute üben Aikidoka Ueshibas Prinzipien, indem sie mit dem Bokken Suburi-Übungen durchführen um ihr Verständnis von Aikido zu erweitern.

Das Bokken findet sich in vielen Budo-Disziplinen um die Techniken von Anfängern und Fortgeschrittenen zu verbessern. Ob Blöcke oder Kicks im Karate, Judowürfe oder Schläge mit dem Shinai; das Prinzip ist das gleiche.

Werden von Lehrern Waffentechniken unterrichtet, handelt es sich oft um Kendo, Iaido oder einer Mischung daraus. Beides sind eigenständige Budoformen, deren Bewegungen sich deutlich vom Aikido unterscheiden.

Was bewirkt das kontinuierliche Üben des Aiki-Ken?

Aikiken, Aikijo und Taijutsu bilden eine Einheit (das Taisabaki ist gleich)

Das Auge erkennt früher den Beginn einer schnellen Angriffsbewegung.

Es entwickelt sich ein besseres Distanzgefühl aufgrund der Länge des Bokken.

Die Muskulatur von Schultern und Armen wird gekräftigt.

Die natürliche Grundstellung hanmi wird verbessert.

Die Hüfte wird gekräftigt und stabilisiert.

Es ermöglicht schnelle Körperdrehungen in alle Richtungen bei stabilem Gleichgewicht - wichtig bei der Verteidigung gegen mehrere Angreifer.

Die Entwicklung von Togatana und Kokyu wird verstärkt.

Aiki-ken unterstützt die Entwicklung im Aikido, insbesondere in den Bereichen Atmung, Energie, Präsenz, Haltung, Balance, Zentrierung, Hüft- und Beinarbeit.

Ri-ai lässt sich daher schon im waffenlosen Training gut erkennen, denn es führt zu prägnantem Tai-Jutsu mit wuchtigen, explosionsartigen Impulsen aus einer starken Hüftzentrierung.