

## Einige Gedanken zur Kampfkunst Aikido, dem Birankai-Stil und meinen Lehrern

In diesem Essay möchte ich einige persönliche Gedanken zum Thema Aikido niederschreiben und versuchen zu erläutern und zu begründen, warum diese so vielschichtige Kampfkunst mich fasziniert.

Schon als kleiner Junge übten die fernöstlichen Kampfkünste eine Faszination auf mich aus. Ich erinnere mich noch, wie ich die ersten Filme über Ninjas, Samurais und Shaolin-Mönche gesehen habe. Ich bewunderte diese und wollte auch so kämpfen können, um mich oder andere im Notfall verteidigen zu können. So entschied ich mich dann auch, mit etwa sieben oder acht Jahren mit Judo anzufangen. Es gefiel mir von Anfang an, das kämpferische daran, aber ebenso der technische Aspekt. Es faszinierte mich, wie man mit den Techniken im Judo versucht, die Kraft des Gegners für sich zu nutzen, so dass auch grössere und kräftigere Gegner scheinbar mühelos besiegt werden können. So trainierte ich in den Folgejahren einige Jahre Judo, bis ich als Jugendlicher dann aufgrund von anderen Interessen wie Fussball wieder damit aufhörte.

Doch wie sich zeigen sollte, verschwand mein Interesse und meine Faszination für Kampfkunst nie ganz. Denn als ich etwa 20 Jahre alt war, im Jahre 2004 begann ich in der Asia Sportschule Herisau mit Aikido. Diese Kampfkunst interessierte mich schon geraume Zeit, da ich interessante Dinge darüber gehört und gelesen habe. Zudem weist Aikido grosse Ähnlichkeiten zu Judo auf und ich verspürte den Wunsch und den Drang, wieder einen Kampfsport oder eine Kampfkunst zu praktizieren. So entschloss ich mich also aus Neugier und einer inneren Stimme folgend, einfach mal hinzugehen und ein Training dort mitzumachen. Ich war sofort begeistert von den sanften Techniken, der scheinbaren Leichtigkeit, wie man seinen Partner aus dem Gleichgewicht bringen und auf den Boden werfen kann. Dies stellte sich als der Anfang einer langen, bis heute anhaltenden Beziehung zwischen mir und dieser so vielschichtigen Kampfkunst heraus.

Ich schrieb mich also in der Asia Sportschule ein und trainierte dort unter Armin Meier, der das Training leitete. Eines Tages, als wir über die Anfänge von Aikido in Herisau - die er selbst mitgemacht hatte - redeten, riet er mir, mir auch mal das Aikido-Training in Schönengrund und Appenzell anzusehen. Diese drei Schulen verbanden die jeweiligen Dojo-Verantwortlichen, die eben zu der Anfangszeit zusammen den Aikido-Verein Herisau gegründet, welcher wiederum aus dem Judo-Club Herisau hervorging.



Ich stattete in der Folge bald schon dem Aikido-Verein Schönengrund, dessen Trainer Willi Frischknecht war, einen Besuch ab. Ich wurde offen aufgenommen und wurde schnell Teil des Dojos. Neben den vielen Gemeinsamkeiten in den jeweiligen Trainings fielen mir aber auch schon bald die Unterschiede meiner damaligen beiden Schulen und Trainer auf. Während Armin Meier in Herisau grossen Wert auf das Ki, also die innere Kraft und ein starkes Zentrum bei der Ausführung der Techniken legte, war das Training bei Willi Frischknecht ein wenig anders. Er betonte immer wieder, dass man den Weg des geringsten Widerstandes suchen soll, da die Anwendung von Kraft und Gewalt beim Gegner nur Widerstand und somit wiederum Kraft und Gewalt erzeugt. Er hob damit einen eher sanften, teilweise auch sehr den spirituellen Aspekt von Aikido hervor. An seine Haltung, Überzeugungen und Philosophie im Hinblick auf Aikido erinnere ich mich noch sehr gut, obwohl er schon im Jahre 2011 von uns gegangen ist.

Doch mein Wissensdurst, welcher sich zu dieser Zeit hinsichtlich Aikido entwickelte, war noch immer nicht gestillt. So entschied ich mich dazu, auch noch in Appenzell Aikido zu trainieren. Dies war im Jahre 2006. Ich begann sogar bei zwei verschiedenen Trainern: Albert Fässler und René Isenring. Beide Trainer hiessen mich wiederum mit offenen Armen in ihren Trainings willkommen und ich lernte schnell sehr viel neues. In der Folge wurde ich mehr und mehr der Schüler von René, welcher mich sehr forderte und förderte und in den Folgejahren auch die Kyu-Prüfungen abnahm. René, Thomas Inauen und das gesamte Dojo in Appenzell leisteten mir grosse Unterstützung, dass ich im Jahre 2016 den ersten Dan bei Fritz Heuscher absolvieren konnte. Ich bin René, Thomas und dem gesamten Aikido-Club Appenzell dafür sehr dankbar, auch für die Freundschaft, die sich über die Jahre hinweg zwischen uns gebildet hat.

In Herisau und Schönengrund trainierte ich irgendwann nicht mehr so regelmässig, bis ich dort dann ganz mit dem Training aufhörte. Dafür lernte ich 2015 nochmals einen neuen Aikido-Lehrer in Peter Duwe kennen, der sein Dojo in Trogen hat. Ich begann nebst in Appenzell auch dort regelmässig mit zu trainieren. Der Stil den Peter unterrichtet, war für mich wieder ganz etwas neues. Es ist der Aikido-Toho-Iai-Stil, der von Nishio Sensei entwickelt wurde, einem direkten Schüler von O-Sensei. Nishio selbst trainierte Jahrelang verschiedene Kampfkünste, unter anderem Judo und Karate, wovon er Techniken mit in seinen Aikido-Stil einfliessen liess. Aus dem Karate zum Beispiel Tritte, Faust- und Handkantenschläge sowie Techniken zu deren Abwehr oder Hüft- und Schulterwürfe aus dem Judo. Ich empfand solche Elemente und Techniken als grosse Bereicherung für das Aikido, das ich damals kannte und praktizierte.

Eines Tages fragte mich eine befreundete Aikidoka, Monika Dörig, die zu dieser Zeit ebenfalls bei Peter trainierte, ob ich mit ihr zu einem Aikido-Seminar nach Dornbirn, ins Dojo

von Jürgen Schwendinger gehen möchte. Sie war begeistert von dem Aikido, das dort praktiziert wurde. Sie erzählte mir, dass es sich um den Birankai-Stil handelt, der von einem Schüler von O-Sensei entwickelt wurde, Chiba Sensei. Ich hatte bis dahin noch nie davon gehört, aber das, was sie mir darüber erzählte hörte sich so gut an, dass ich einwilligte, sie auf dieses Seminar zu begleiten. Das Aikido, das dort unterrichtet wurde, begeisterte mich vom ersten Moment an, es war genau das martialische und vollkommene Aikido, nach dem ich irgendwie immer gesucht habe. Ich möchte an dieser Stelle festhalten, dass ich damit die vielen anderen Aikido-Stile und Schulen, die ich kennengelernt habe, in keiner Weise als nachrangig empfinde oder abwerten möchte. Die unterschiedlichen Stile weisen lediglich jeweils andere Schwerpunkte auf und mögen anderen Aikidokas vielleicht mehr zusagen, je nachdem was einen persönlich anspricht.

Mich jedenfalls beeindruckte der Birankai-Stil von Anfang an. Wie bereits erwähnt sah ich schnell, dass im Birankai-Aikido die martialischen Hintergründe der Techniken sehr stark herausgearbeitet werden. Es ist ein sehr dynamisches und kämpferisches Aikido, wo nebst vielen Atemis, Gegentechniken und Ukemi-Arbeit auch viel Wert auf die martial-awareness und das mai-ai, die richtige Distanz, gelegt wird. Aber als die wichtigsten und entscheidendsten Elemente des Birankai-Stils, welche diesen von anderen Stilen abgrenzen, würde ich die Ukemi- und die Waffenarbeit bezeichnen. Diese hier im Detail zu erklären zu versuchen würde aber den Rahmen dieses Essays sprengen. Was am Birankai-Aikido ebenfalls speziell ist, ist die einheitliche Etikette im Dojo, also wie man sich im Dojo zu verhalten hat und dass ein Training meistens in eine Stunde Body-Art und anschliessend eine Stunde Weapon-Work aufgeteilt wird. Bei Body-Art können Techniken in Suwariwaza (Uke und Tori knien), Hanmi Handachi (Tori kniet und Uke steht) sowie Tachiwaza (Uke und Tori stehen) ausgeführt werden. Weapon-Work beinhaltet Jo-Dori, Tachi-Dori und Tanto-Dori, wobei Tori sich gegen Angriffe mit Jo, Bokken und Tanto verteidigen muss. Zudem gibt es vielerlei Einzel- und Partnerübungen mit diesen Waffen, auch Iaido-Formen.

Seitdem ich also an jenem Seminar in Dornbirn teilgenommen habe, dies war Ende 2016, trainiere ich dort regelmässig als der Schüler von Jürgen Schwendinger Sensei. Ich bin ihm sehr dankbar dafür, wie willkommen ich in seinem Dojo war und für seinen Enthusiasmus, seine Hingabe und sein Wissen, welches er in seine Trainings einfließen lässt und dazu beiträgt, dass mich diese wunderschöne Kampfkunst nach wie vor so sehr fasziniert und dies hoffentlich noch lange weiter tun wird.

Nicola Pagani, 1. Dan

Herisau, Switzerland

8. Mai 2022