

Bald ist Neujahr. Das chinesische natürlich.

Abgesehen vom Offensichtlichen. Ich wünsche euch allen gute Gesundheit. Ja, Covid geht uns auf die Nerven! Es kümmert sich auch nicht um unsere Meinung in der Frage . . .

Unsere kleine Aikidowelt ist überall zum Stillstand gekommen. Die Dojos sind geschlossen, Treffen sind verboten und folglich suchen die Trainierenden nach neuen Methoden. Die momentane Mode ist Zoom. Wenn ich meiner 12-jährigen Tochter dabei zusehe wie sie so tut als ob sie auf diese Weise lernen kann, habe ich meine Zweifel . . .

Tiki sagt mir, dass es im Fall von Iai ganz gut funktioniert und ich will es gern glauben. Aber Iai und Aikido sind zwei Disziplinen, die auf sehr unterschiedliche Weise geübt werden. Auch wenn es mir möglich scheint eine Position zu korrigieren, verstehe ich nicht wie man das Gefühl einer Bewegung per Video weitergeben könnte. Es wird immer das Körpergefühl fehlen.

So sehr ich euch auch zum Anschauen eines Videos an dem ihr selbst teilgenommen habt und das als eine Art Notizbuch fungieren kann ermutige, so sehr erscheint mir das Konsumieren von "Youtube"-Aikido einen negativen Effekt in der Art eines Supermarkteinkaufs zu erzeugen, der mit keinerlei sensorischer Erfahrung verbunden ist und sich im Reich der Quantität verliert. Die Akkumulation, und das daraus resultierende unverdaute technische Durcheinander, führt zu keiner Vertiefung des Bewusstseins.

Abgesehen davon gibt es unendliche Möglichkeiten zu üben. Die große Mehrheit der Trainierenden kann nicht gehen, und Covid bietet uns eine einzigartige Gelegenheit uns dem Gehen zu widmen . . . Außerdem ist es gratis und erlaubt!

Die Ökonomie der Bewegungen? Das ist ein fundamentales und vernachlässigtes Konzept. Eliminiert das Spektakuläre, um euch dem Wesentlichen zu widmen . . . Der Lockdown eignet sich hervorragend dafür und je kleiner euer Zuhause desto besser. Ihr könnt trainieren während ihr kocht, den Abwasch erledigt, putzt, und ihr müsst euch nicht mal umziehen . . .

Wenn ihr einen Korridor habt ist Suburi zu üben immer wertvoll solange ihr es nicht zu einem absurden Geschwindigkeitsrennen macht. Auch hier ist die Qualität am wichtigsten, es ist nützlicher die Ruhe in der Bewegung zu suchen und die Absicht zu schneiden loszuwerden . . .

Wenn ihr das Glück habt auf dem Land zu leben, dann hackt Holz . . . rodet mit einer Machete . . . arbeitet im Garten . . .

Macht das Beste aus Covid!

Stéphane Benedetti