

SHIMIZU-Sensei und sein **AIKIDO**\* bilden für uns Grundlage und Richtlinie.

\***AIKIDO** = der Weg der Harmonisierung der Körperenergie

\***BUSHIDO** = der Weg des Samurai (richtiger = des Kriegers / Kämpfers)

Dieser Ehrenkodex der Samurai ist gekennzeichnet durch CHI = Weisheit, IN = Barmherzigkeit und YU = Mut

\***BUDO** = Der Weg des Kampfes

Damit sind alle Japanischen Kampfkünste gemeint, die über das Üben und Praktizieren des Kampfes die körperliche und vor allem geistige Vervollkommnung zum Ziel haben, z.B.: KENDO, AIKIDO, IAIDO, KYUDO, JUDO, KARATEDO

\***UCHI-DESHI** = Persönlicher HausSchüler

Üblicherweise wohnte der UCHI-DESHI im DOJO (Übungshalle) des Meisters, sorgte für die Organisation des Trainingsbetriebes, Reinhaltung des DOJO, und half bei der Büroarbeit.

Dafür bekam er Verpflegung, persönliche Zuwendung und erfuhr eine intensive und detaillierte Trainingsunterweisung durch den Meister.

\***TENDORYU** = die Stilrichtung „Himmlischer Weg“, gegründet und benannt von Sensei KENJI SHIMIZU

Titelbild: Jocki Maurit-Moritz

© Copyright Peter Prehm 2012 

## AIKIDO

*Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, Neuling oder Gast, jeder ist bei uns herzlich willkommen.*

Wir trainieren

**Dienstags** 19:00 Uhr bis 20:15 Uhr  
**Weiteres in Planung**

- **Kindertraining:** -  
**Flexibel**



**Niendorfer TSV**  
**FITNESS, FREIZEIT, FREUNDE**

Sporthalle Sethweg 56, 22455 HH-Niendorf

**Weitere Informationen über  
AIKIDO in Hamburg**

sind zu erfahren bei

**PETER PREHM**

**Laukamp 49, 22417 Hamburg**

**Telefon +49 40/ 520 32 41, Fax +49 40/ 530 35 652**

**eMail: [info@aikido-in-hamburg.de](mailto:info@aikido-in-hamburg.de)**

**<http://bushinkan.aikido-in-hamburg.de>**



**AIKIDO\*** ist eine japanische Kampfkunst, die mehr als alle anderen Kampfkünste die Ethik des **BUSHIDO\*** verkörpert.

Schon JIGORO KANO, der Begründer des **JUDO** gab 1930 seiner Bewunderung für den jungen MORIHEI UESHIBA Ausdruck, indem er zu einer von UESHIBA's Vorführungen sagte:

„*Das ist, was ich wahres BUDO\* nenne!*“

MORIHEI UESHIBA, der Begründer des **AIKIDO** studierte in seiner Jugend verschiedenste Kampfkünste wie z.B. **Schwertkampf, JUDO**, das alte **JIU-JITSU**, bildete sich in asiatischen Religionen und trainierte hart jeden Tag.

Über verschiedene Zwischenstadien kam er schließlich zu der Erkenntnis, sein **AIKIDO** der Welt als ein wirkungsvolles Instrumentarium zur Schaffung von Frieden nutzbar zu machen.

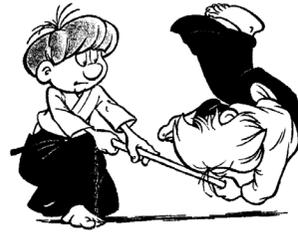
Erst die genaue Kenntnis und intensives Studium von Kampfkunst und Kriegsmechanismen in Verbindung mit einer friedfertigen Einstellung (was **AIKIDO** ja darstellt) versetzen in die Lage, einen Angreifer von der Sinnlosigkeit seines Tuns zu überzeugen.

„*AIKIDO ist, den Gegner so zu führen, dass er freiwillig seine feindselige Einstellung aufgibt.*“



Die Grundidee im **AIKIDO\*** ist, die Angriffsenergie seines Gegners aufzunehmen, in die eigene Richtung umzulenken und durch das Übernehmen der Kontrolle das Gleichgewicht des Gegners zu stören und ihn damit zu schwächen.

So ist auch zu verstehen, warum im **AIKIDO** ein körperlich Schwacher, einem viel Kräftigeren überlegen ist. Die Praxis des **AIKIDO** erlaubt die Umsetzung von Schwäche in Stärke und somit die



Entwicklung von Selbstbewusstsein und geistiger Energie.

Die einher gehende stete Wachsamkeit für sich und alle anderen Geschehnisse sorgt im **AI-**

**KIDO** für zeitgerechtes Erkennen und Handeln, hilft im täglichen Leben Gefahren frühzeitig verhindern und öffnet den Blick für das Schöne.

Heutzutage wird oft nach einem GEWINNER gefragt. Ich bin besser als du!

Weil gewinnen aber häufig nicht möglich ist, setzen sich viele die Maske des „Besseren“ auf und verlieren zwangsläufig.

Im **AIKIDO** gibt es keinen Gedanken an SIEG oder NIEDERLAGE.

Die Rollen für Angreifer und Verteidiger sind im Training abgesprochen. Dies ist nur praktizierbar im verantwortungsvollen Umgang der Übenden mit der nötigen Rücksicht und Ernsthaftigkeit. Der Angreifer ist symbolisch der Bösewicht.

Deshalb muss ein Angriff von ihm auch realitätsgerecht erfolgen.

Sonst wird **AIKIDO** nicht funktionieren.

Übrig bleibt dann nur die Form. Es sieht so aus, aber es ist nicht wirklich **AIKIDO**.

Vielen Erwachsenen und auch Kindern, deren Beschäftigung oder Ausbildung hauptsächlich intellektuell ist, fehlt die nötige körperliche

Bewegung. Sie verlieren das Bewusstsein für ihr Umfeld und ihr Körpergefühl. Ihre Natürlichkeit verkümmert.

**AIKIDO** hängt nicht von natürlicher Geschicklichkeit ab, doch von steter und kontinuierlicher Ausbildung von Körper, Geist und Seele.

Dies erlaubt eine innerliche Geduld zu erwerben und die geistige und körperliche Widerstandsfähigkeit zu stärken, was der Natürlichkeit näher bringt.

Deshalb ist **AIKIDO** gleichermaßen für Erwachsene wie für Kinder hervorragend geeignet.



O Sensei MORIHEI UESHIBA bildete viele Schüler im **AIKIDO** aus, die heute in aller Welt als große **AIKIDO**-Meister das Gedankengut **O-Sensei's** unterrichten.

Es liegt in der Natur der Sache, dass jeder Meister seine besonderen geistigen und persönlichen Fähigkeiten als eigenen **AIKIDO**-Stil verkörpert.

KENJI SHIMIZU war einer der letzten **UCHI-DESHI\*** von O-Sensei. Er hatte den Vorteil, **AIKIDO** in seiner ausgereiftesten Form und Vollkommenheit studieren zu dürfen.

Sein vorheriges intensives Studium des **KANO-JUDO** nahm ebenfalls Einfluss und als Ergebnis praktiziert er ein äußerst effektives und harmonisches **AIKIDO**, welches er **TENDO-AIKIDO** nennt.