

## Geographie des Schweigens – Die Einheit von Aikidō und Zen

Gerhard Walter

*Berlin, Kreuzberg, ein typischer Hinterhof. Ein kahles Treppenhaus führt in den dritten Stock. Hier betreibt Gerhard Walter sein Dōjō für Aikidō-Zen. Am Eingang grüßt ein hölzerner Buddha. Gerhard Walter sagt von sich: »Ich lebe auf der Matte.« Das ist wörtlich zu verstehen: Seine Wohnung liegt direkt über dem Dōjō. Gerhard Walter ist einer der erfahrensten Aikidō-Lehrer Deutschlands. Wie begann sein Weg? Ein Blick 40 Jahre zurück: Der Japaner Asai Katsuaki macht Aikidō in Deutschland bekannt. Gerhard Walter wird sein Schüler. Er gehört zu den ersten Deutschen, die bei Asai eine Dan-Prüfung ablegen. Walter ist erst Anfang zwanzig und sein Lehrer nicht viel älter. Jahrelang sind sie die einzigen Aikidō-Meister, die regelmäßig in Deutschland Lehrgänge anbieten. Zusammen mit Asai besucht Walter dessen Lehrer, die in Europa große Schulen aufgebaut haben. Die wichtigsten Erfahrungen macht er bei Noro Masamichi in Paris und Tada Hiroshi in Rom. Die Bewegungen des Aikidō stellen für Gerhard Walter bald keine Herausforderung mehr dar, ihn interessieren die geistigen Hintergründe. Da stößt er bei seinen Lehrern an eine Grenze. Asai kann keine Erklärungen geben und Tada deutet sie mit wenigen Worten nur an. Noro erzählt viele Geschichten und entwirft utopische Ziele in der Ferne, die sich nur durch ständiges Üben erreichen lassen. Das genügt Gerhard Walter nicht. Heute erinnert er sich: »Ich fühlte mich wie ein Esel, dem eine Karotte vorgehalten wird, damit er immer weiter tritt.« Er erkennt: Üben ist erst sinnvoll, wenn grundlegende Fragen geklärt sind. »Ich wollte wissen, warum es in den Kampfkünsten wirklich geht.« Antworten bekommt er bei Aufenthalt in Japan. Er übt Zazen bei Meister Nagaya und besucht Lehrgänge über Ki bei Tōhei Kōichi. Im Honbu Dōjō des Aikidō in Tōkyō lernt er bei Yamaguchi Saigo, wie sich Bewegungen aus dem Alltag mit Aikidō verknüpfen lassen. Gerhard Walter sieht: Ein Meister auf der Matte zu sein, genügt nicht, man muss die Meisterschaft mit in den Alltag nehmen. Bei Musikern und Sportlern sieht man oft, dass sie im Augenblick höchster Konzentration ganz mit sich und ihrem Tun eins sind. Sobald aber*

*Vorführung und Anspannung beendet sind, fällt die Einheit von ihnen ab. Gerhard Walters Ziel ist es, die Einheit mit seinem Tun in keiner Lebenslage mehr zu verlieren, immer und überall eins mit sich selbst zu sein. Er bezeichnet diesen Zustand als Integrität. Wir sagen: »Ich habe einen Körper« genauso wie: »Ich habe ein Auto«, als sei unser Körper ein Ding, getrennt von uns. Gerhard Walter lehrt: Durch unseren Sprachgebrauch verlernen wir, dass wir von Natur aus eins sind. Er widerspricht seinem Lehrer Noro: Integrität ist kein utopisches Ziel in der Ferne, sie liegt immer schon in uns, wir müssen sie nur wieder entdecken.*

»Ich bin ohne Alter«, erzählte mir Yamaguchi Saigo während meines letzten Aufenthalts im Honbu Dōjō des Aikidō. Lachend konnte ich ihm antworten: »Ich auch.« Einige Monate später starb Yamaguchi Sensei. Ohne Alter zu sein, heißt, unsere unverlierbare Integrität zu realisieren. Tatsächlich ist jeder Augenblick ohne Anfang und ohne Ende. Unser Alltag findet inmitten der Unendlichkeit statt. Wir leben unser Leben in der einzigen Zeit, die wirklich existiert, der Zeit des augenblicklichen Seins. Zen-Meister Dōgen nennt sie Sein-Zeit: Diese Zeit ist nicht vom Verschwinden bedroht, sie existiert ohne Anfang und Ende. Die meisten Menschen aber denken, dass die Zeit vergeht, und sie erkennen nicht, dass es etwas gibt, was nicht vergeht. Dies zu erkennen, heißt, das Sein zu verstehen.

Ich hatte gerade angefangen, Aikidō und Zen zu praktizieren, da erklärte mir ein japanischer Lehrer meine Unfähigkeit, mich aus einem Griff zu befreien, mit den Worten: »Sie können gut denken, aber ihr Denken ist nur im Kopf. Wenn ihr Geist ihre Fingerspitzen erreicht, kann niemand sie festhalten.« Genau dies bedeuten die Silben *Ai-ki*, nämlich das natürliche Handeln aus absoluter Präsenz heraus. Natürlichkeit steht hier für Einssein mit sich selbst und seinem Tun. Wir können kaum noch eine Zeitschrift aufschlagen, ohne dass uns Wellness- oder Fitnessratschläge erteilt werden. In diesem Zusammenhang ist es inzwischen normal, die Einheit von Geist, Körper und Seele einzufordern. Es ist ein gutes Zeichen, dass Integrität oder auch Ganzheit sich zu bestimmenden Idealen unserer Zeit entwickeln. Wer aber von Geist und Körper als zwei verschiedenen