

## Kampfkunst ist einfach anders

Entspanntes Training im Aikido-Verein Forchheim



Gemeinsames Training mit Zuneigung und Freude

In diesen Tagen kann man eine Teilung der Gesellschaft leicht erkennen. Auf der einen Seite die Sportbegeisterten, die vor dem TV-Gerät sitzen und ihrer Mannschaft zujubeln, wenn sie gewinnt oder enttäuscht reagieren, wenn sie verliert. Es geht ja ums Gewinnen! Man möchte zu den Gewinnern gehören.

Auf der anderen Seite sind die anzutreffen, die sich nicht für diese Art der Sportausübung begeistern können und sich über die Bilder der aktiven, siegenden Sportler mit aufgerissenen Mündern und verzerrten Gesichtern nur wundern können.

Man möchte es kaum glauben, aber es gibt noch eine große Gruppe von Sportlern, denen das Gewinnen in der oben beschriebenen Art nicht wichtig erscheint. Sport ohne Wettkampf geht so was? Der Autor dieser Zeilen hat jahrelang Kampfsport betrieben und kam erst spät zu der Einsicht, dass das Leben und die Freizeit ohne Wettkampf lebenswerter sein kann.

Seit gut 25 Jahren betreibt er nun die Kampfkunst Aikido und erfuhr in vielen Trainingsstunden die friedliche Form der einst tödlichen Techniken der Samurai.

Ziel der Aikido-Philosophie ist das gemeinsame Üben mit dem Trainingspartner, ohne Kampf aber mit Freude. Gewinnen durch Nachgeben und sich selbst zurücknehmen.

Foto und Text: Günther Reich

Im Januar 2024