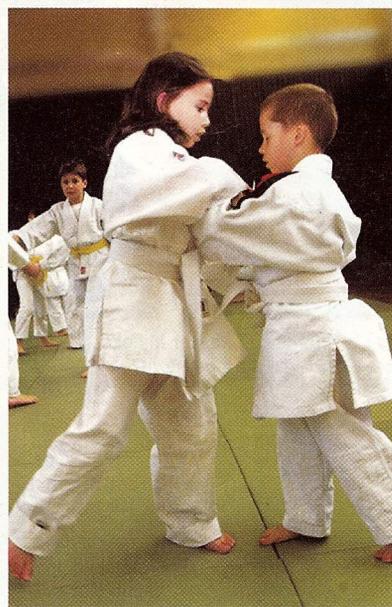


Wer japanische Kampfsportarten betreiben will, ist bei der «Fédération luxembourgeoise des arts martiaux» gut aufgehoben. Das gilt auch für Aikido.

TEXT: KARIN OPITZ



# Aikido Der Weg ist das Ziel



Gekontt: Abrollen heißt die Devise (oben).

Gezeigt: J.-J. Scheuren (2.v.r.) und seine Frau Dilette probieren eine Übung (ganz links).

Gekämpft: Beim Aikido gilt es, die Energie des Partners auszugleichen (links).

Ein Händeklatschen, und 70 nackte Füßchen trappeln über die Schaumstoffmatte. In einer schnurgeraden Reihe knien sich die Kleinen hin, neben sich jede Menge kleiner Badeschlappen. Kein Japaner ist unter ihnen, nur eine kleine pausbäckige Südkoreanerin. Denn die japanischen Kinder, die etwas auf sich halten, ob nun in Luxemburg oder Japan, praktizieren lieber die westlichen Sportarten wie Tennis oder Fußball. Bei den Luxemburgern sind dagegen die traditionellen Kampfsportarten sehr beliebt. Heute, am Montagabend, gibt Jean-Jacques Scheuren in der Primärschule in Kopstal den Kindern einen Aikido-Kurs. Seine Frau Dilette ist Halbjapanerin und assistiert ihm. Beide haben sich bei einem Aikido-Workshop in Südfrankreich kennen gelernt. J.-J. Scheuren, der den Rang eines «vierten dan Aikikai» und

«Shidoïn» innehat, trägt wie seine Frau eine traditionelle Hakama, ein weites dunkelblaues Beinkleid. Die Kinder tragen weiße Jacken und Hosen, die mit verschiedenfarbigen Gürteln zugebunden sind. Nun macht der Meister mit einem Partner eine Übung vor, dann sind die Kinder dran. «Beim Aikido gibt es keinen Wettkampf», erklärt Aikidoka J.-J. Scheuren, «deshalb ist Aikido für Kinder auch gut geeignet. Sie stehen nicht unter dem Druck, der Beste zu sein.» Man lerne, die Energie, die vom Partner komme, in eine Bahn zu leiten. «Durch das Abrollen kommt man wieder ins Gleichgewicht.» «Aikido» setzt

sich aus drei Elementen zusammen: «Ai» bedeutet Harmonie, «ki» die innere Energie und «do» der Weg, der das Ziel ist. Kompliziert ausgedrückt, ist Aikido eine auf Selbstverteidigungstechniken basierende Meditationsform zur positiven Entwicklung

aller geistig-seelischen und körperlichen Kräfte. Einfach ausgedrückt heißt das: Aikido ist keine Sportart, es ist eine Philosophie. Das findet auch Jean-Jacques Scheuren: «Man lernt, mit allen Lebenssituationen und mit seinen Mitmenschen gewaltfrei und effektiv umzugehen. Aikido macht man eben nicht nur auf der Matte!»

\*Kontakt: Jean-Jacques Scheuren, Tel.: 43 59 84