

Morihiro Saito Sensei

Mi a legfontosabb különbség az aikido és más harcművészetek között?

Morihiro Saito Sensei: A legalapvetőbb különbség egyértelműen az, hogy nincsenek versenyek, bajnokságok az aikidoban. Az Alapító számos különböző harcművészetet tanult, **más harcművészetet űzők ellen is próbára tette magát**, de rájött, hogy a versenyzés nem szükséges. A cél az alkotás, az aikido hagyományos budo **stílusának** segítségével, amely egy gyönyörű világ, olyan, mint egy nagy család számára a ház; hogy soha többé ne versengjünk egymással. Az Alapító írt egy verset, amely azt mondja „Ég és föld ezen gyönyörű formája egyetlen család, melyet az oltalmazó lélek alkotott.” Ez a világ olyan, mint egy nagy család háza. Ilyen érzés az aikido.

Emellett ez a harcművészet teljesen racionális. Azt gondolom minden harcművészet racionális, azonban az aikidóra ez különösen igaz. **Bárki gyakorolhatja**, megértheti, okulhat belőle. Ez a harcművészet nem csak erős és fitt embereknek való. Gyerekek és idősek egyaránt élvezhetik az edzéseket, és jó aikidokákká válhatnak. Én számos különböző harcművészetet kipróbáltam, de azt hiszem ez volt az, amit megszerettem az aikidoban.

Mi a fegyverek jelentősége a Takemusu Aikidoban és hogyan viszonyulnak a taijutsu technikákhoz?

Morihiro Saito Sensei: Az aikido egy harcművészet. Nem számít milyen jó valaki judoban, ha fog egy kendo kardot és veszt egy tanítvány ellen, akkor ő nem egy Budoka, hanem Judoka. Még akkor is, ha valaki Japánban elsőszámú kendoban, ha felvesz egy judogit és egy tanuló eldobja, akkor ő egy Kendoka és nem Budoka. O-Sensei (az alapító) azt mondta, hogy „Ez nem jó.” **Minden egy egész, egy teljesség.** Ezért van az, hogy az aikidoban, még akkor is, ha a kard alapelve **formáló**, az összes mozdulat a pusztakezes technikáknál, úgy ahogy a fegyveres technikáknál, teljesen hasonló. Ezért **elengedhetetlenek a fegyveres technikák** az aikidoban. Ez is része az aikidonak. Néhányan azt mondják, hogy az aikido, technikák gyűjteménye, de ez nem igaz. Hogy is fogalmazzak? Minden egyes technikát magába foglalja az egész. Nem számít melyiket veszed ki a három közül, bokken, jo, vagy taijutsu, önmagában nem teljes aikido. Ezért különösen fontos részei az aikidonak a fegyverek.

Japánban sok külföldinek nehézséget okoz a japán kultúra megértése. Hogyan tudják megérteni ezt az aikidon keresztül?

Morihiro Saito Sensei: Az aikidon keresztül az emberek jóvá válhatnak a belülről jövő nagyság megtalálásával. O-Sensei mindig azt mondta, „Amikor nem **válsz részévé** az emberiségnek és a világnak, én nem foglak tanítani.” Emiatt kell erősítened a tested és meg kell tanulnod az „Aiki alapelvén” keresztül, hogy hogyan kapcsolódj mindennel, hogyan légy harmóniában mindennel és hogyan egyesülj az emberiséggel és a világgal. O-Sensei arra a

kérdésre, hogy „Mi az Aikido?“, azzal válaszolna, hogy **ez egy harcművészet, mely arra oktat, nevel, hogy célunk egy szép és jó társadalom létrehozása legyen.?!?!?!?!?!?!?** Ez azt jelenti, verseny nélkül. Ez O-Sensei kérése. Ezért nem szükséges a versenyzés. Ha egyszer egy valós helyzettel állnál szemben, ahol fizikálisan meg kell védened magad, akkor az út, ahogy az aikidoban gyakorolsz, sokkal hasznosabb, mint a versenyek. Olyan sok erőszakmentes önvédelmi technika létezik. Egy verseny során, az emberek hamar elkezdnek egy konkrét technikát preferálni, és várnak a megfelelő pillanatra, hogy azt alkalmazni tudják. Az a pillanat az, ahol legyőzhetővé válnak. Ezért mondta O-Sensei, hogy mindig komolyan kell gyakorolnunk, és azzal az érzéssel, hogy számos támadóval vagyunk körülvéve. Tehát az aikido különösen hasznos a valós életben előforduló találkozásokhoz, helyzetekhez, mert több különféle módon gyakorolunk, ahol nem szükséges erő, sem erőszak alkalmazása.

Mi a haszna az aikidonak a mindennapi életben?

Morihiro Saito Sensei: Elsősorban, és legfőképpen, az aikido haszna a mindennapi életben, hogy fejleszti az *awasét* (azaz elvegyülni, harmonizálódni). Az aikido alapelve bárki számára alkalmazható, legyen az illető kicsi vagy nagy, túlsúlyos vagy vékony, merev vagy hajlékony. Ez az amiért nem kellene ellenkezni, összeütközni valakivel, hanem ehelyett inkább le kell követni a másik mozgását. Ez azt jelenti, hogy néha húzni kell amikor ő tol és tolni kell amikor ő húz, ami szintén egy formája az *awasénak*. Ugyanakkor ha egy illető támad, inkább lépj vissza és figyelj rá, hogy elkerülj egy esetleges viszályt. Vagy amikor a másik egy visszafogott személy, ösztönözd és bátorítsd őt. Ilyen módon az aikidot sok mindenre használhatod. Amikor beszélsz valakivel, a munkában és a társadalomban, felhasználhatod ezeket az alapelveket. Ezért mondja majdnem minden mester a tanítványának, hogy „Amikor bekerülsz a munka világába, használnod kell az aikido alapelveit; használnod kell az aikidot a társadalomban.”

Szóval ha sokat aikidozol, **fejlesztheted a felismerő készséged**, és rengeteg hasznos módon lehet használni az aikidot. Ebben az értelemben, ez minden más harcművészettel is így van, de az aikidóra ez még inkább érvényes.

A mesterek nagy része nem sokat beszél O-Sensei technikájáról, viszont annál többet a gondolatairól, filozófiájáról. Mit gondol erről Sensei?

Morihiro Saito Sensei: Sok aikido mester létezik, de csak néhányan vannak akik magától O-Senseitől is sokat tanultak. Az igazi budóban nem szavakban vagy írásban fejezed ki magad. **„Isten nem ad kegyelmet azoknak, akik túl sokat beszélnek.”** O-Sensei ezt mondta. Általában azok az emberek akik sokat beszélnek és jó esszéket írnak, nem tudnak egyszerre jól aikidozni. Jobb inkább nem túl sokat beszélni, és a testünkkel tanulni.

Igaz, hogy az emberek különbözőek. Van, aki az eszével tanul hallás után, míg mások a testükkel tanulnak a látottak alapján. De az Alapító mindig azt mondta, „Ha valakinek megmutatod az utat, először neked kell megtenned, bizonyítanod és bemutatnod.” Ez azt jelenti, hogy például úgy kell megértetned velük az *irimit*, hogy belépsz egy partnered mögé, és nem pedig odahúzol valakit a másik testéhez.

Szóval az Alapító nem szeretett túl sokat beszélni. De egy filozófiai szempont szintén fontos. Amikor O-Sensei beszélni kezdett az aikidoról, Istenről szóló mesékbe fordult. Valószínű minden mesternek megvan a saját filozófiája, de én nem szeretek túl sokat beszélni. **Néhány ember jól tud beszélni, de ha közelebbről nézed őket, olyan az aikidojuk amit senki nem tud megérteni.** Ez nem az ő hibájuk, mert őket nem tanította az Alapító maga. A második világháború után O-Senseinek nem volt munkája. Annak érdekében, hogy életben tartsa harcművészetét, attól a pillanattól kezdve lelkesen felfedezte az Aikidot, azáltal, hogy tiszteletét fejezte ki a Budo oltalmazó lelkei előtt, és minden reggel, minden este imádkozott. Így létrejött a *Takemusu Aikido*. Azt mondta, hogy az előző aikido nem az „igazi” aikido volt. Lehet, hogy nem hibás aikido, de O-Sensei ezt mondta. A *Takemusu Aikidoban* lépésenként új technikák jelennek meg spontán módon. Ez sosem áll meg, végtelen, mint egy **rugó**. Ez a *Takemusu*. Azért minden technikához tartozik egy alapforma. Elengedhetetlen megtanulni ezeket az alapokat a megfelelő sorrendben ahhoz, hogy megértsük a valódi aikidot.

Mi a *kiai* jelentősége?

Morihiro Saito Sensei: A *kiai* az egy olyan dolog, ami teljesen természetesen jön, ha van benned *ki* vagy energia. Magától jön. Ugyanakkor vannak módszerek a *kiai* elfojtására is, de O-Sensei-jel ez más volt. Azt mondta hasból kell kiáltanod. Valójában, a harcművészetekben egy nagy *kiai* a jó energia jele. Fontos, hogy csináljunk *kiait*. *Kiai* nélküli gyakorlás nem hoz nagy eredményt. Nem erőteljes és nincs energiája. Egy nagy *kiaitól* az edzés tele van energiával. Ezért jobb hangosan kiáltani. O-Sensei mindig azt mondta, „Milyen *kiai* volt ez? Csinálj nagyobb *kiait*! Menj ki és kiabáld le a verebeket a fáról!” Mindig büszkén mondta, „Amikor egyszer csináltam egy *kiait* az újságkiadónál, az Asahi Shimbunnál, tizennégy ember dőlt le a székéről.” Amikor olyan helyen kell gyakorolnod, ahol nem hangoskodhatsz, például a szomszéd miatt, nem tehetsz mást, mint hogy csendben vagy. De ahol csak lehet, kiálts nagyot.

Köszönjük szépen, Sensei.