

# 10 Jahre Dojo Düren

## Gespräch mit Jörg Hamel

*Ich bin mit unserem Jubiläum rundum zufrieden.*

*Es war eine schöne Erfahrung für mich. Besonders beeindruckt hat mich der Einsatz meiner Schüler.*

*Jörg, ihr habt gerade Euer 10jähriges Dojofest in Düren gefeiert und zu diesem Anlass auch Meister Asai eingeladen. Ist die Feier gut verlaufen, bist Du zufrieden? Vielleicht kannst Du uns auch etwas über die Anfänge erzählen?*

Ich bin mit unserem Jubiläum rundum zufrieden. Fast hundert Freunde und Weggefährten aus der Aikido-Welt haben mitgeübt und mitgefeiert. Selbst Meister Asai war von der guten Stimmung angesteckt und hat jeden Spass mitgemacht. Besonders beeindruckt hat mich der Einsatz meiner Schüler. Selbst die Finanzierung des Festes wurde von einigen Schülern komplett übernommen. Keiner meiner Schülerinnen und Schüler stand abseits, wenn es um die Übernahme von Arbeiten ging. Das war eine schöne Erfahrung für mich. Besonders gefreut hat mich natürlich auch, das Meister Asai zwei Tage mit dabei war und den Unterricht gegeben hat.

Der Anfang liegt eigentlich schon dreissig Jahre zurück. 1970 begann ich in meiner Heimatstadt Düren mit dem Judo. Irgendwann wechselte ich dann zum Tanzsport. Nachdem ich Düren verlassen hatte, um in Münster zu studieren, bekam ich über japanische Freunde Kontakt zum Aikido. Das Aikido begeisterte mich von Anfang an so sehr, dass ich intensiv zu trainieren begann. Das Diplom der Universität und den ersten Dan von Meister Asai bekam ich fast gleichzeitig im gleichen Monat des Jahres 1990. Beruflich verschlug es mich sofort wieder in die alte Heimatstadt. Jetzt musste ich zum Trainieren nach Aachen, Köln oder Düsseldorf fahren. Nach einem anstrengenden Arbeitstag war das nicht immer ganz einfach, so beschloss ich, in Düren Aikido zu machen und nahm Kontakt mit dem alten Judoverein auf, in dem ich schon als 9jähriger trainiert hatte. Nach anfänglicher Skepsis liess sich der damalige Vorsitzende auf das Experiment Aikido ein und das Training begann offiziell Anfang 1991.

*War es nicht eine grosse Umstellung vom Aikidoübenden zum Aikidolehrer, vor allen, wenn man wie Du sagst, »im alten Judoverein« die ersten Stehveruche unternimmst?*

Natürlich war es schwierig, im alten Judoverein als neuer Aikidolehrer anzufangen und das gleich aus mehreren Gründen. Zuerst einmal muss man sich mit allen Techniken ganz neu auseinandersetzen. Bewegungen, die man vorher wie selbstverständlich ausgeführt hat, müssen ganz neu analysiert werden. Schüler fragen wie etwas geht oder warum etwas bei ihnen nicht funktioniert. Man muss als Lehrer lernen, die Bewegung der Schüler und deren Fehler zu erkennen, um ihnen die richtige Hilfe geben zu können. Vorher spürte ich, wenn zwischen mir und meinem Partner etwas nicht stimmte. Als Lehrer muss man spüren, ob zwischen zwei externen Partnern etwas nicht ganz rund läuft und woran das liegt.

Ein weiteres Problem ist die Gründung einer Aikido-Gruppe nur mit Anfängern. Wenn niemand in der Lage ist zu fallen, niemand jemals eine Aikido-Bewegung gesehen hat, dann ist es schwierig den Schülern zu vermitteln, was Aikido ist. Aikido lebt nicht durch das Wort, sondern durch die Bewegung, meines Erachtens. Aber diese Durststrecke muss man in Kauf nehmen, wenn man ein Dojo gründet.

Auch war es nicht ganz einfach, den alten Judoka zu erklären, warum ich mit Aikido angefangen hatte. Als ich den alten Vorsitzenden fragte, ob ich bei ihm Aikido machen dürfe, fragte er mich, warum es denn gerade bei ihm sein müsse. Am Anfang kam mir sogar eine Art von Mitleid entgegen, dass ich nicht mehr Judo machte, sondern »nur noch« Aikido.

In so einer kleinen Stadt wie Düren hat man zu Beginn viele Neugierige unter den Schülern, Judoka, Karateka, Kung Fu-Schüler, etc. Sie alle wollen



einen testen und haben eigentlich nur das eine Ziel, allen zu zeigen, das ihr System doch das Beste ist.

In dieser Zeit war ich froh, dass mich meine Freunde aus Münster tatkräftig mit einigen Besuchen auf der Matte unterstützt haben.

Eines Tages stand ein Jugendlicher am Matenrand und beäugte interessiert das Training. Ich fragte ihn, ob er schon einmal Kontakt mit

**Horst Schwickerath**  
Beaumont

Aikido gehabt hätte. Er bejahte stolz meine Frage. Woher er denn Aikido kenne, fragte ich ihn zurück. Die Antwort erstaunte mich dann doch etwas. Er übe eigentlich Karate, erzählte er mir, aber sein Karatelehrer könne Aikido. Ich fragte, bei wem er es denn gelernt habe. Mein Gast berichtete über einen Freund seines Karatelehrers, der ein Buch über Aikido besässe...

**Nun, so etwas ist auch schon im Aikido vor Jahren im Süddeutschen Raum vorgekommen, diese deutsche Gruppe hatte eben keinen Meister und musste sich »zwischen» so fortbilden. Aber lassen wir das, wie lange dauerte es, bis Du sagen konntest, jetzt habe ich wirklich Aikidointeressierte? Wie oft »durftest» Du denn die Judomatte in der Woche benutzen?**

Schwer zu sagen, wie lange es dauerte, bis ein fester Stamm an »Aikidointeressierten« aufgebaut war. Natürlich waren auch schon zu Beginn Schüler vorhanden, die nicht aus den vorher beschriebenen Gründen kamen, sondern nur wegen des Aikido. Es hat aber bestimmt ein halbes Jahr gedauert, bis man kein »vergleichendes« Aikido mehr zeigen musste.

Der Dürener Judoclub hat, wie vielleicht auch viele andere Vereine diesen Zuschnitts das Problem, kaum Erwachsene zu ihren Mitgliedern zu zählen. Das heisst, die Abendstunden sind meist nicht belegt. Wir haben dann erst einmal mit zwei Abenden begonnen. Es hat mir sehr geholfen, dass ich viele Jahre im hiesigen Judoverein trainiert hatte und als Jugendlicher in der Mannschaft den einen oder anderen Kampf für den Verein bestritten habe. Ansonsten wäre es auch mit den unterschiedlichen Verbänden, Deutscher Judo-Bund und Aikikai Deutschland, nicht so reibungslos gegangen. Mittlerweile ist es so, das die alten Kampfgefährten von früher, gemein-

sam mit mir, den Verein führen und wir mit über 200 Mitgliedern eine gesunde Basis für die Zukunft geschaffen haben.

**Du bist nun auch im Vorstand des Dürener Vereins und wieviel der »über 200 Mitglieder« entfallen aus die Aikidogruppe ?**

Der Anteil der Aikido-Übenden beträgt im Moment etwa 70 Personen. In Zeiten knapper Kassen überall, ist es hilfreich den Kostenblock auf viele Schultern zu verteilen. Als ich mit etwa 10 Schülern begann, hätte ich mir keinen eigenen Trainingsort leisten können. Durch die grosse Mitgliederzahl ist es uns möglich ein Dojo nur für unsere Belange zu finanzieren.

**Was hast Du unternommen, um Dich weiterzubilden?**

Es ist nicht immer ganz einfach als jungvermählter Familienvater mit zuerst einem, dann zwei Söhnen und einer beruflichen Tätigkeit, die nicht immer pünktlich endet, sich im Aikido weiterzubilden, vor allem, wenn man bereits an mehreren Abenden in der Woche unterrichtet. Wenn ich es irgendwie einrichten konnte habe ich bei Helmut Weiss in Aachen, Klaus Petermann in Niederkassel oder auch bei Meister Asai in Düsseldorf trainiert. Natürlich versucht man auch regelmässig an Wochenendlehrgängen teilzunehmen, z. B. bei Meister Tada, Meister Asai, Meister Ikeda, Meister Hatayama etc.

Zusätzlich habe ich immer versucht, das Aikido mit anderen Bereichen zu verknüpfen, um dadurch meine Beziehung zum Aikido anders zu beleuchten. Ich habe z. B. mit Feldenkrais-Lehrern zusammengearbeitet oder mit meiner Gruppe ein Ballett aufgeführt, das von einem meiner Schüler komponiert wurde und mit einer Choreografin »aikidomässig« inszeniert wurde. Ich arbeite viel mit Schauspielern, wodurch sich auch neue Aspekte ergeben. Da ich auch am Verbandsorgan des Aikikai mitarbeite, beschäftige ich mich zudem auch verbal mit dem Thema Aikido.

**Langsam, eins nach dem anderen: »Feldenkrais« wie, besser was waren Deine Erfahrungen damit?**



10jährige Jubiläumsfeier mit Bundestrainer K. Asai.

Über Freunde habe ich vor einigen Jahren eine Feldenkraislehrerin kennengelernt, die auch an der Ausbildung junger Feldenkraislehrer/Innen beteiligt war. Durch einen Zufall ergab es sich, dass ich an einem Sommerlehrgang in Bad Kissingen teilnahm und sie nicht weit entfernt auch bei einem Seminar mitwirkte. Nach Absprache mit dem Feldenkraisausbilder durfte ich einen Tag lang bei der Feldenkraislehrerausbildung teilnehmen, was mich sehr beeindruckt hat.

Wir stellten fest, dass wir mit unserem Bewegungsempfinden nicht weit auseinander lagen. Wir haben dann angefangen, gemeinsame Übungsstunden zu konzipieren. Beispielsweise habe ich mit Ushiro Ukemi begonnen und sie hat dann die Bewegung mit ihren Techniken weitergeführt. Die Schüler erlebten die Rolle rückwärts plötzlich aus einem ganz anderen Blickwinkel. Bewegungen, die man seit Jahren immer wieder gleich durchführte, wurden ganz anders erlebt. Das war sehr spannend.

**Hast Du nie an den Wochenendseminaren für Lehrer bei Meister Asai teilgenommen?**

Natürlich habe ich das. So etwas gehört natürlich zum Pflichtprogramm, deshalb habe ich es auch nicht extra erwähnt. Natürlich fährt man auch zu vielen befreundeten Dojos, einfach, um Spass an der gemeinsamen Bewegung zu haben. Die Übungsleiterseminare bei Meister Asai sind nicht nur von der gemeinsamen Bewegung geprägt. Oft wird ausgiebig diskutiert, über mehr oder weniger interessante Themen.

**Aber Asai-San ist doch schon immer ein grosser Liebhaber des Ukemi gewesen (zumindest früher), kommt das denn über?**



krank waren, mussten sie sich lautstark bemerkbar machen.

*Habt nur Ihr da vorgeführt oder sind auch die Schauspieler des Theaters »ins Aikido-Training« integriert?*

Das Ballet wurde von unserer Aikido-Gruppe alleine aufgeführt, war aber in ein gesamtes Theaterstück integriert. Dadurch bekam das Projekt noch einen ganz neuen Reiz. Über die dort geknüpften Kontakte bin ich ja dann auch zur Schauspielschule gekommen.

*Kannst Du das mit dem »Feldenkrais-Ushiro-Ukemi« vielleicht näher erklären?*

Man kann dem Körper auftragen, bestimmte Bewegungen zu machen, man kann aber auch dem Körper die Entscheidung überlassen, wie er bewegt. In diesem speziellen Fall haben wir versucht zu erspüren, welchen Weg beim Ushiro-Ukemi unser Körper gehen würde, wo sind die geringsten Widerstände, wie verändern sich die Schwerpunkte. Der Körper zeigt uns den Weg.

*Es ist doch sehr schwierig eine Veränderung »so einfach« vorzunehmen. Hast Du nun versucht, diese neue Erfahrung in Dein Ukemi zu übernehmen?*

Ich versuche, alle Erfahrungen, die ich »unterwegs« mache, in mein Aikido mit einzubeziehen, so auch diese. Es ist gar nicht so einfach eine Bewegung, die man tausendmal gemacht hat, zu verändern. Durch die Erfahrung mit Feldenkrais ist mein Körper ganz anders sensibilisiert worden. Somit ist das Ukemi auch einer ständigen Entwicklung unterworfen, zumindest meines. Insofern habe ich versucht die neuen Erfahrungen mit in mein Ukemi zu übernehmen.

*Wie läuft es mit dem graduieren, nimmt »Meister himself« immer noch alle Prüfungen ab?*

Meister Asai nimmt noch immer einen Grossteil der Prüfungen ab, was ich persönlich nicht schlecht finde. Er hat einen Kreis von Fukushidoin, die auf allen Lehrgängen mitprüfen und auch Prüfungsgenehmigung in ihren Dojos haben.

Auch Prüfen will gelernt sein. Letztens musste ich einen Schüler bei der Prüfung zum 5. Kyu durchfallen lassen, was mir nicht leicht gefallen ist. Prüfungen sind für den Schüler immer besondere Ereignisse, dem sollten Lehrer auch Rechnung tragen können. Ich fand es immer besonders angenehm, von Meister Asai geprüft zu werden. Gerade bei meiner letzten Prüfung empfand ich es als besonders wohltuend. Meister Asai hat kaum etwas gesagt und ich hatte das Gefühl, mich fast die ganze Zeit über frei bewegen zu können, um meine Art des Aikido zu zeigen. So machen Prüfungen für mich auch Sinn.

*Was unternimmst Du oder der Verein, um neue Mitglieder zu gewinnen?*

Die einfachste Methode zu werben, ist die Mund-zu-Ohr-Propaganda. Dazu kommen noch einige andere Massnahmen: Über alle Aktivitäten im Dojo werden regelmässig die örtlichen Printmedien und der lokale Rundfunk unterrichtet; in den Programmheften von Kultureinrichtungen wird hie und da kostenlos auf unser Dojo hingewiesen; wir haben einen Folder, den wir bei Bedarf einsetzen; wir haben einen Internetauftritt, der sehr gut angenommen wird; wir haben guten Kontakt zu anderen Kampfkunstrichtungen am Ort; wir pflegen den Kontakt zu Schulen und Bildungseinrichtungen etc. Wichtig ist, sich nicht nur auf eine Art der Kommunikation zu verlassen.

*Neben all Deinen »Aikido-Aktivitäten« bist du auch für die Aikikai-Zeitung aktiv, warum?*

Vor etwa 11 Jahren kam der damalige Präsident des Aikikai Deutschland, Dr. Karl-Friedrich Leisinger, auf die Idee, ein Verbandsorgan ins Leben zu rufen. Per Rundschreiben suchte er Freiwillige. Da ich zu diesem Zeitpunkt bei verschiedenen Zeitungen und Zeitschriften freiberuflich tätig war, meldete ich mich spontan. Der damalige Generalsekretär des Aikikai, Roland Hofmann, leitete die ersten beiden Jahre die Redaktion, danach übernahm ich von ihm die Aufgabe.

*Und jetzt wirst Du den »Job« nicht mehr los?*

Es macht sehr viel Spass, sich mit dem Thema Aikido auch journalistisch zu beschäftigen, wie Du ja selbst weisst. Ich fände es aber trotzdem sinnvoll, wenn auch einmal andere Aikikai-Mitglieder an der Produktion des Blattes beteiligt wären. Nach zehn Jahren täte ein bisschen frischer Wind ganz gut.

Meister Asai hat sich lange Zeit nicht explizit mit dem Ukemi beschäftigt. Er war der Ansicht, das die Übungsleiter das »zu Hause« leisten müssten. Man hat das Gefühl, Meister Asai legt jedes Jahr andere Schwerpunkte fest, die er im Unterricht seiner Übungsleiter umgesetzt sehen will. Da er in jüngster Zeit auf Prüfungen jedoch nicht ganz zufrieden war mit dem Ukemi einiger Schüler, könnte dies demnächst ein Thema werden. Seine Empfehlung in der neuen Ausgabe unseres Verbandsmagazins lautet ja auch, pro Tag mindestens hundert Rollen zu machen...

*Wie ist das zu verstehen: »Ballett aufgeführt«?*

Ein Schüler von mir ist Regisseur, ein anderer Komponist. Gemeinsam standen sie vor der Aufgabe, ein neues Theaterstück zu inszenieren. Als Idee schwebte den beiden in das Stück integriertes Ballett vor. Es sollte durch die Stadt streunende Bettler im Mittelalter darstellen. Nur die Besetzung machte noch Schwierigkeiten.

Beide Schüler kamen wohl plötzlich auf die Idee, das für die Umsetzung des Projektes die Aikidogruppe prädestiniert sei. Nach anfänglichem Zögern freundeten wir uns dann mit der Idee an. Meine Schüler engagierten eine externe Choreografin, die sich zuerst einige Male das Aikido-Training anschaute und dann auf Basis der Aikidobewegungen ihre Choreografie aufbaute. Nach einigen Monaten Probezeit war es dann geschafft und wir standen auf den Brettern, die die Welt bedeuten. Es war eine tolle Erfahrung für alle Beteiligten und was dazu kam – wir hatten einen Super-Erfolg mit dem Stück.

*Mittelalter, streunender Bettler = Ronin?*

Es handelte sich um ein Stück aus der Dürer Geschichte. Es geht um die Zeit der Tuchmacher. Die Bettler durften einmal in der Woche in die Stadt, um sich zu versorgen. Da sie oftmals