

## Misogi und Aikido

---

*Nach dem Besuch der Misogi Dogi-Promotour in meinem Dojo wurde ich von Lucile Barras eingeladen, über Misogi zu berichten. Grossartig! Über Misogi zu schreiben, brachte mich dazu, verschiedene von O Sensei hinterlassene Quellen erneut zu studieren. So entdeckte ich in den Schriften „Aikido Shinzui“ und „Takemusu Aiki“<sup>1</sup> Passagen, die mir bis anhin weniger aufgefallen waren. Im vorliegenden Text werde ich von einer generellen Definition des Wortes „Misogi“ zu O Senseis Worten überleiten und diese, mit meinen eigenen Erfahrungen und Gedanken ergänzt, präsentieren.*

### **Misogi – allgemeine Definition**

Kurz gesagt bedeutet das Wort „Misogi“ Reinigung. Das Konzept von Misogi ist ein fester Bestandteil der japanischen Shinto-Tradition. Gemäss O Sensei<sup>2</sup> ist Aikido selbst die allumfassende Form von Misogi. Der bald 80-jährige Aikidolehrer Peter Shapiro, der O Sensei persönlich kannte und zwei Jahrzehnte in Japan lebte, um nach dem Ableben von O Sensei bei Hikitsuchi Michio Sensei zu lernen, sagt dazu: „Aikido ist Kamu Waza: eins werden mit den Kami, der göttlichen Liebe und dem göttlichem Ursprung von allem. Das heisst auch, sich von allem Unwahren zu befreien, sich mit den Kami zu verbinden und die Beziehung zum Göttlichen innerhalb und ausserhalb von sich selbst zu polieren. Dadurch werden alle Dinge, die diese Beziehung blockieren, wegfallen.“

### **Meine Gedanken und Erfahrungen zu O Senseis Erklärungen**

O Sensei äusserte sich sehr klar, auch wenn seine Erklärungen, aufgrund des von ihm verwendeten Shinto-Vokabulars, für den Laien rätselhaft erscheinen mögen. Als erste Voraussetzung dafür, dass Aikido (er nannte es Shin no Aikido, also wahres Aikido) geschehen könne, gab er an, dass man sich auf der schwebenden Himmelsbrücke (Ame no ukihashi)<sup>3</sup> befinden müsse. Weiter führt O Sensei aus, dass wir Menschen auf der Himmelsbrücke zu Ame no minaka nushi O kami<sup>4</sup> (Gottheit der Mitte des Universums) werden müssen, und so, zu Licht geworden, das Universum zu reinigen hätten.

Ich denke, hier kann der Ansatz von Misogi Dogi ins Spiel kommen: Verantwortung übernehmen, anstatt irgendeinen Aikidoanzug aus unbekannter Produktion zu kaufen, einen zu wählen, der aus natürlichen und gesunden Materialien offenkundig fair produziert wurde. Bio-Fair-Trade! Den Gedanken der Reinigung – Misogi – ganz praktisch und bewusst ins Alltagsleben einfliessen lassen. Dies ist eine Möglichkeit, in O Senseis Richtung zu gehen.

---

<sup>1</sup> Edition française, Editions du Cénacle de France, 2006, Lille

<sup>2</sup> Vgl. Ueshiba Morihei, Takemusu Aiki, Volume 3, S. 61

<sup>3</sup> Vgl. Ueshiba Morihei, Takemusu Aiki, Volume 1, S. 140

<sup>4</sup> Vgl. Ueshiba Morihei, Takemusu Aiki, Volume 1, S. 155

O Sensei kommt auf Chinkon Kishin no Ho (Methode, den Geist zu beruhigen und mit dem Göttlichen in Einklang zu bringen) zu sprechen. Dadurch stellt er uns, wie er in „Takemusu Aiki“<sup>5</sup> sagt, ein wichtiges Hilfsmittel zur Verfügung, um auf die schwebende Himmelsbrücke zu gelangen. Bevor ich näher darauf eingehen werde, hier zwei weitere essentielle Dinge, die O Sensei im Zusammenhang mit Misogi nannte: Kototama und Masakatsu Agatsu Katsu Haya Bi.

O Sensei beschreibt Aikido als tiefes und mysteriöses Wirken vom Kototama (Kototama no myo yo). Weiter sagt er, dass die Vokale AOUEI<sup>6</sup> das Herz des Misogi sind. Hier gibt es viel zu entdecken und zu erforschen. Wenn Peter Shapiro Sensei mich mit den Kototama-Vibrationen wirft, fühle ich mich komplett gereinigt. Es ist eine starke und gleichzeitig subtile Energie, die sich sehr erfrischend und leicht anfühlt. Ähnliches erlebe ich auch, wenn Gérard Blaize, der ebenfalls Kototama anwendet, Aikido-Techniken mit mir macht.

Gemäss O Sensei ist Masakatsu Agatsu Katsu Haya Bi eine Konsequenz von Misogi. „Masakatsu“ bedeutet wahrer Sieg. Agatsu ist der Sieg über sich selbst. Wie können wir alle daran wachsen, über den eigenen Schatten zu springen, das Ego aufzugeben und das Selbst zu überwinden?

Agatsu führt zu Katsu Hayabi. Mit dem Zustand von Katsu Hayabi beschreibt O Sensei das Transzendieren von Raum und Zeit. Ich erinnere mich ganz deutlich, als mich Gérard Sensei nach einem Training in Frankreich geworfen hat: Ich empfand es, als hätte sich eine riesige Dimension geöffnet. Es war augenblicklich, zeitlos, und es war Licht!

Bei einer anderen Gelegenheit, als mich Peter Shapiro geworfen hatte, erlebte ich ebenfalls Zeitlosigkeit. Es war grossartig: Ich wurde angesogen, sah mich in der Luft und merkte, wie ich zu Boden sank – zeitlos zu Boden sank. Ich erlebe, dass diese Senseis, die sich beide seit über fünfzig Jahren mit O Senseis Aikido befassen, etwas Aussergewöhnliches, etwas jenseits einer konventionellen physischen Technik hervorbringen und Richtung O Sensei gehen.

Zurück zu Chinkon Kishin no Ho: Hikitsuchi Michio Sensei, der von O Sensei Chinkon Kishin no Ho gelernt hatte, unterrichtete diese Methode in seinem Dojo in Shingu, wo sie noch heute praktiziert wird. Ich praktiziere diese Methode nun seit einigen Jahren beinahe täglich. Anfangs dachte ich, dass ich nach dem Bild, welches Izanagi und Izanami auf einer Himmelsbrücke zeigt, eine solche Brücke zu finden hätte. Trotz grossen Bemühungen fand sich diese Brücke jedoch nicht. Schliesslich wurde mir klar, dass eine Brücke ein Bindeglied, etwas Verbindendes ist. In diesem Sinne kann ich bewusst wahrnehmen, wie ich mich über Chinkon Kishin no Ho mit Himmel und Erde verbinden kann. Gérard Blaize betont immer

---

<sup>5</sup> Vgl. Ueshiba Morihei, Takemusu Aiki, Volume 1, S. 140

<sup>6</sup> Vgl. Ueshiba Morihei, Takemusu Aiki, Volume 1, S. 156

wieder, dass die Dinge, die O Sensei sagte, konkret waren, jedoch nur wenige Leute wegen seines speziellen Ko-Shinto-Vokabulars und seines Tanabe-Dialekts einen Zugang dazu fanden. Aufgrund des oben beschriebenen Beispiels kann ich dies lebhaft nachvollziehen.

### **Mein Beitrag, dein Beitrag**

Durch meinen Beruf als Geschichtslehrer habe ich einerseits gelernt, mit Quellen zu arbeiten, andererseits bin ich mir ihrer Wichtigkeit bewusst geworden. Zusätzlich verdanke ich mein Interesse an O Sensei meinem Aikidolehrer Gérard Blaize und Peter Shapiro Sensei, meinem Freund und Mentor. Beide beziehen sich immer wieder direkt auf O Sensei. O Sensei ist für mich eine grosse, lebendige Quelle der Inspiration und Orientierung. In diesem Sinne empfehle ich dem Aikidoka, sich mit O Sensei zu befassen und sich zu fragen, was man selbst zu O Senseis Vision einer besseren Welt (Paradies<sup>7</sup> auf Erden) beitragen möchte.

Urs Keller  
aikidoleher.ch

November 2016

---

<sup>7</sup> Vgl. Ueshiba Morihei, Takemusu Aiki, Volume 2, S, 109