

Wat is Aikido?

Aikido is een vechtsport (Aikidoka spreken liever over een verdedigings-sport of bewegingsleer). Deze sport is ontwikkeld door O Sensei (grootmeester) Morihei Ueshiba (1883-1969). O Sensei bestudeerde meerdere krijgskunsten zoals Kendo, Kito Ryu en Daito Jujutsu Ryu voordat hij vanaf 1930 zijn eigen stijl begon te onderwijzen. Vanaf 1942 wordt voor deze stijl de naam Aikido gebruikt. Vrij vertaald betekent Aikido de weg van harmonie en innerlijke kracht.

Mensen die voor de eerste keer Aikido zien, hebben niet de indruk dat het hier om een verdedigings-sport gaat. De bewegingen zijn te sierlijk, vloeiend en rond van vorm voor het ongeoefende oog om als effectief over te komen, totdat aan het einde van de beweging de aanvaller zich in een klem bevindt, of nog mooier, als het ware gelanceerd wordt door de verdediger. Vergis je dus niet: Aikido maakt een ervaren beoefenaar een niet te onderschatten tegenstander.

Bij Aikido wordt er verdedigd m.b.v. het principe van "meegaan in de beweging". Dit houdt in dat de door de aanvaller gebruikte kracht (en beweging) door de Aikidoka zodanig bewerkt wordt dat deze tegen de aanvaller zelf gebruikt wordt i.p.v. tegen de Aikidoka. Bijzonder aan Aikido is tevens het ontbreken van competitie. Men traint om zijn/haar techniek te verbeteren en niet om "te winnen". Dit lijkt voor de meeste mensen raar, maar dit is de essentie van Aikido want alleen op deze manier kan men het perfecte proberen te benaderen. Door op deze manier te trainen is het voor iedereen mogelijk om zijn /haar eigen maximum te halen. Tevens zorgt dit voor een sfeer waarin respect en elkaar helpen voorop staat. Groot leert van klein, krachtig van minder krachtig, hoger gegraduateerden van lager gegraduateerden en vice versa.