

DRUKWERK



A. en M. van Dun  
Jupiterstraat 39  
6446 PS BRUNSSUM

adres Redactie:  
Radeborg 34,  
6228 CV Maastricht



OCTOBER '84

ma ai bode 4



INHOUDSOPGAVE MA-AI-BODE NR. 4 OKTOBER 1984

	blz.	
Beste Aikidoka	2	Jankarel Kok
Do	3	Ad van Dun
Boekbeschrijving	4	Ger Arts
Ledenlijst	5 + 6	Miriam van Mulken
Ma-ai is een vereniging	7 + 8	Jannette Berends
Wegimont 1984	9	Ans Schutte
Stages	10	

Kolofon

Redactie - Jankarel Kok  
 Vonkendaal 105 6228 JP Maastricht (m.i.v. 15 oktober)  
 - Miriam van Mulken



Beste Aikidoka,

De stage in Wegimont ligt alweer ver achter ons. Vooral de verhalen waren indrukwekkend. In dit nummer een persoonlijk verslag van Ans Schutte.

Binnen één maand tijd hebben we op het Vrijthof twee keer een demonstratie gegeven. De belangstelling en waardering van de kijkers was groot !! Toch liep het niet vlekkeloos: we misten iemand die alles regelt; nu regelde iedereen een beetje. Wie, oh wie wil dit regelen op zich nemen?

Maandag 22 oktober was er een ledenvergadering. De opkomst viel een beetje tegen. Misschien was de dag, zo vlak na de herfstvakantie, niet handig gekozen.

Er is een opvolger voor Ad in het bestuur gekozen: Frank Rijnders en er is een kascommissie samengesteld. Voor het organiseren van de kagamé baraki is er weer een leuke feestcommissie.

Bovendien is er een prijs uitgelooft voor degenen die het mooiste embleem ontwerpt voor onze vereniging. De prijs: een fles wijn ter waarde van een tanto.

Vooruitlopend op de notulen van die vergadering waren dit wat nieuwtjes voor degenen die niet aanwezig waren.

Tot slot:

Als je iets in de volgende Ma-Ai-bode wilt schrijven, graag! Lever je kopij dan vóór 25 november in bij de redactie!

Jankarel.

Geslaagd voor 5<sup>e</sup> kiju:

Jacqueline Gabriël, Anne Geeraets, Ingrid Hollander en Marij de Veen.

Proficiat,

de redactie.



DO.

Aiki-"do" is één van de vele wegen (do = weg) die samen de grote Weg vormen; zo is er ook de Weg van het zwaard (ken-do), van de thee (cha-do), bloemsierkunst, muziek, arbeid enzovoorts.

In feite kun je elke bezigheid een DO laten zijn. De een trekt meer naar het zwaard, de ander heeft meer voeling voor muziek, weer een ander kookt met hart en ziel.

Ieder vindt zo zijn eigen manier om op de meest zinvolle manier uitdrukking te geven aan het leven.

We moeten ons er goed van bewust zijn, dat Aikido slechts één van de vele uitdrukkingsmogelijkheden vormt; als we daarvan doordrongen zijn, beseffen we ook dat de DO in feite de algemene, levende, menselijke en absolute basis is, ook van Aikido: wát we ook doen, als het geen DO is, is het half werk, een slag in de lucht.

Wat is nu het wezen van DO, wat is de verbindende eigenschap die achter alle DO's schuilt? Hoe kan ik bijvoorbeeld Aikido beoefenen op zo'n manier, dat ik inderdaad een DO bewandel en niet zo maar een of andere kunstgreep (Aiki-jutsu) ervan maak?

DO wordt beoefend in een DO-DO (= de plaats van de Weg); dat wil niet zeggen dat er eerst een Dojo moet zijn om de Weg te bewandelen, maar wel dat elke plaats waar men op de manier van DO leeft, een Dojo moet heten.

De term "Dojo" is oorspronkelijk een boeddhistisch begrip dat rond de 14<sup>de</sup> eeuw geleidelijk door de samoerai is overgenomen als aanduiding voor hun oefenruimtes. Hieruit blijkt al dat de Dojo meer behelst dan een plaats voor louter fysieke bezigheden en technieken: in een Dojo OEFENT men, zij het zittend, werkend, strijdend of zingend.

Wat is dit oefenen dan? Meestal denken we bij het woord oefening meteen aan de zichtbare vorm of techniek (vergelijk: "een bepaalde oefening doen"); maar oefenen is eerst en vooral de geestelijke houding, is een werkwijze, de manier waarop je in het leven staat: open, aandachtig, vol toewijding, bereid om tot het uiterste te gaan, om te ondervinden wat je er nu werkelijk ertoe brengt en heeft gebracht om deze DO te beoefenen. Of we willen of niet, we bewandelen de Weg, altijd en overal: het is alleen een vraag HOE je hem wilt bewandelen: als kleine ego-geest of als grote ene-geest.

Het wezen van Do is oefening, en toegewijde oefening verdraagt geen andere belangen dat de zaak zelf: Aikido.

Ad van Dun

Boekbeschrijving:

DE WEG VAN ZAZEN  
(inleiding tot ZEN-meditatie).

Door: Erik Bruijn  
Uitgeverij: Ankh Hermes, Deventer  
160 blz.

In 'De weg van Zazen' geeft Erik Bruijn op eenvoudige en begrijpelijke wijze 'n indruk over Zazen. Schrijvend vanuit zijn eigen ervaringen geeft hij 'n overzicht van diverse aspecten van Zazen.

Met name lichaamshouding, geestelijke instelling, filosofie, specifieke gebeurtenissen (kinhin, seashin, makyo), zenverhalen krijgen 'n ruime aandacht.

Je vindt er in terug wat meditatie (Zazen) is, wat het beoogt, waarin het kan resulteren.

Ook worden 'n aantal facetten beschreven die ook van belang zijn in Aikido.

Bijvoorbeeld de juiste innerlijke houding, het jezelf openstellen, het van je afzetten van denkpatronen.

Ook Zazen beoogt het verkrijgen van een toestand van harmonie. Zazen en Aikido zijn beiden géén afgerond geheel. Ze zijn zoals het leven van alledag.

Voor een ieder die eens meer wil weten over Zazen is dit boekje aan te bevelen.

Maar bedenk wel, het is een inleiding, géén handleiding.

Ook aanbevolen (iets moeilijker iets dikker):

Philip Kapleau:  
- De drie pijlers van Zen  
Uitgeverij: Ankh Hermes, Deventer

Ger Arts.



Het mattenfonds

Het mattenfonds is reeds 450 gulden groot !! We gaan door !  
Dank aan Giel: die rekent wat af.

Ma-Ai is een vereniging .....

Ma-Ai is een vereniging met als doel: "het doen beoefenen en het bevorderen van het doen beoefenen van de Aikidosport".

Zo staat het in de statuten. Het doel van aikido is: jezelf op lichamelijk én geestelijk niveau te ontplooien in harmonie met je omgeving. Het ontplooien van jezelf mag nooit ten koste van anderen gaan (integendeel zelfs), niet op de mat en niet daarbuiten.

Op het moment dat je lid wordt van een vereniging verbind je jezelf het doel van die vereniging na te streven. Dus ieder lid van Ma-Ai is in even grote mate verantwoordelijk voor het nastreven van het doel.

Alhoewel de wetgever er nooit bij stil heeft gestaan, past de organisatievorm "vereniging" bij uitstek bij het doel wat je met Aikido nastreeft. Bij een vereniging zijn alle leden met elkaar de vereniging.

Met het bovenstaande wil ik nog eens extra benadrukken dat er van jou, als Ma-Ai-lid, meer verwacht wordt dan alleen de lessen volgen. Door lid te worden van Ma-Ai heb je jezelf verplicht méé te denken, méé te werken het doel van Ma-Ai na te streven. Op de mat en daarbuiten. Misschien is het goed daar regelmatig bij stil te staan. Ook buiten de trainingsuren om ben je lid van Ma-Ai.

Voor zover dat in je vermogen ligt, zet je je in voor het "doen beoefenen van Aikido" en het "bevorderen van het doen beoefenen van Aikido". Die inzet van ieder lid heeft de vereniging nodig.

Enerzijds willen we blijven groeien, daar hebben we ook allemaal belang bij. Des te meer leden, des te meer mogelijkheden, ook voor ieder lid afzonderlijk. Anderzijds willen we ook wat we hebben als vereniging in stand houden. Ook een goede organisatie biedt meer mogelijkheden voor ieder lid afzonderlijk.

Omdat Ma-Ai groeit en wilt groeien, zullen we in de toekomst vaak een beroep op de leden doen om bepaalde taken op zich te nemen. Onder onze leden zijn er een aantal die dat met grote inzet en gemak doen. Maar er zijn er natuurlijk ook die daar wat aarzelend tegenover staan, omdat ze geen tijd hebben, of denken het niet te kunnen, of vinden dat het hun aan élan ontbreekt, of om wat voor reden dan ook. Tegen de laatsten zou ik willen zeggen dat niemand een professional verwacht. Wij zijn allemaal amateurs, en fouten mogen gemaakt worden. Uiteindelijk wordt er niets dan inzet gevraagd, en het enige waarop we elkaar kunnen beoordelen is daarop. Uiteindelijk scheidt niets, maar zo'n goede band, als het menselijk falen zolang ieder er om kan lachen. Elders in deze Ma-Ai-bode vind je de eerste verzoeken om medewerking voor activiteiten die op de bestuurstafel zijn opgeborreld. Maar de bestuursleden van Ma-Ai zijn ook gewone leden die als taak de coördinatie en organisatie

van de hele vereniging op zich genomen hebben. Dus als je zelf ideeën hebt, laat ze horen.

Volgens mij heeft ieder Ma-Ai-lid wel een of andere meer of minder specifieke mogelijkheid, die hij/zij ten behoeve van Ma-Ai kan inzetten bij specifieke taken, of meer in het algemeen (b.v. stukjes of illustraties voor de Ma-Ai-bode, enthousiaste Aikido-verhalen in de kennissenkring, een kletspraatje met een nieuw lid enz).

Kijk voor jezelf eens hoeveel tijd je aan Ma-Ai kan besteden, en wat je zou willen doen. Je kan natuurlijk ook als groep of met z'n tweeën iets bedenken of willen organiseren. Meld je bij het bestuur (Ger, Giel, Ad, Jo, Jankarel en Jannette), zodat alles in eerste instantie op één plek samenkomt.

Tot slot: het is bepaald niet mijn bedoeling om iemand in verlegenheid te brengen met dit stukje.

Ik ga uit van ieders goede wil. Het is goed mogelijk dat je op dit moment geen kans ziet iets voor Ma-Ai te doen. Als er nu niets mogelijk is, komt dat in de toekomst wel.

Jannette Berends.



Liftcentrale

Steeds meer aikidoka's van Ma Ai willen wel eens of regelmatig naar de lessen van Danny of Francois in België.

Ook zal het steeds vaker voorkomen dat mensen naar een stage willen. Met elkaar meerijden is dan een ideale oplossing om kosten te drukken, überhaupt te kunnen gaan én gezellig te reizen.

Met het aantal leden, dat we nu hebben (ong. 44) zou al dat meerijden het handigst geregeld kunnen worden als één persoon weet wie er wil gaan en wie dan met wie kan meerijden.

De vraag is: wie wil dat doen.

Geeft je op bij Jankarel Kok.

Voor menig enthousiaste aikidoka scheelt dat veel getelefoneer !



# WEGIMONT 1984

## SUGANO SHIHAN 7<sup>o</sup> DAN

Wegimont, augustus 1984, een persoonlijke ervaring.

Vorig jaar nam ik als kersverse aikidoka voor het eerst deel aan de aikido-stage in Wegimont. Toen hadden de vermoedende trainingen en de gesprekken met gevorderde aikidoka's mij het gevoel gegeven, dat ik met iets belangrijks bezig was. Aikido zoemde als het ware steeds door mijn hoofd. Aan de rand van het zwembad vaak wat vager, maar toch ....

Na de stage was ik vastbesloten om door te gaan met aikido en naar Wegimont terug te keren.

Afgelopen augustus was het dan zover. Helaas was ik de eerste dagen verhinderd aan de trainingen deel te nemen vanwege de kort daarvoor opgetreden spijt. Dit belette mij natuurlijk niet deel te nemen aan de talrijke gesprekken over aikido en de prettige sfeer te proeven, die er buiten de traininguren heerste: er is heel wat afgelachen.

Dinsdagnmiddag waagde ik het erop weer aan de training deel te nemen. Het werd een bokkentraining, die mij uitstekend beviel, omdat je heel geconcentreerd bezig bent met een bokken. Mijn rug protesteerde nog even, maar woensdagachtend was mijn conditie weer goed, zodat ik gelukkig deel kan nemen aan de ochtendtraining. Gelukkig maar, want dit was ook mijn laatste training. Vriend Wim kreeg die dag bericht dat zijn enkel bij het parachute-springen zo beschadigd was, zodat het doktersvoorschrift moets luiden: "het been omhoog".

Woensdagavond was ik dus weer thuis, met goede herinneringen aan die paar dagen Wegimont en met de gedachte volgend jaar beter of liever: langer.

Ans Schutte.



### STAGES

#### UIT: FLASH AIKIDO

10 - 11 november	Tamura Shihan	Papendal
17 - 18 november	Tamura Shihan	<i>Paris</i> Strasbourg (Frankrijk)
24 - 25 november	Sugano Shihan	Charleroi
Januari 1985	Ichimura Sensei	te bepalen
26 - 27 januari	Sugano Shihan	Brussel
15 februari	Tamura Shihan ) Yamada Shihan ) Sugano Shihan )	Brussel demonstrati
16 - 17 februari	Tamura Shihan ) <i>YAMADA</i> Shihan ) SUGANO Shihan )	Edegem

Zie ook *VORIGE TA-AI BODE.*