

DRUKWERK

# ma-ai bode



1986 nummer 2

Redactie  
Zeskant 159  
6412 DW Heerlen

  
maastrichtse aikido vereniging ma-ai

- Redactioneel	1
- Mededelingen van het bestuur	2
- Bumon, een verslag van de aikido-club uit Brunssum, Maril Heijen	2
- Studie, Ad van Dun	4
- Aikido-stage, zaterdag 15 februari, Wil Stoelman	6
- Competitie, N. Tamura (vertaling)	9
- Vakantieboeken, de redactie	13
- Boekbespreking, Wim Heijnen	17
- Haiku, Shiki	21
- Demonstraties, Wim Heijnen	22
- Mededelingen	23
- Adressen en lestijden van andere dojo's	24
- Zomerscholen	24

#### MA-AI bode

De Ma-Ai bode is het clubblad van de Maastrichtse Aikido-vereniging Ma-Ai. Het verschijnt vier keer per jaar. Voor niet-leden is het blad verkrijgbaar tegen betaling van f 2,50. Opgave bij de redactie.

#### Redactie

Wim Heijnen en Ans Schutte  
Zeskant 159  
6412 DW Heerlen

#### Kopij

Kopij voor de Ma-Ai bode van september svp inleveren voor 31 augustus.



Beste aikidoka's,



合氣道

Nog ruim een week les, op 5 juli de jaarlijks terugkerende demonstratie op het Vrijthof, op 12 juli het daverende slotfeest in het City-centrum, en dan zit het aikido-seizoen er weer op; dat wil zeggen voor de meeste van ons. De doorzetters die niet naar de zuiderzon vertrokken zijn, kunnen iedere donderdagavond in de dojo te Geleen gewoon door blijven trainen.

Ma Ai heeft sinds het laatste nummer van de Ma-ai bode weer flink aan de weg getimmerd. In de regio Zuid-Limburg hebben we een vijf-tal demonstraties gegeven. Hierover volgt op de pagina's 22 en 23 een kort verslag. Verder vinden jullie in deze editie o.a. een verslag van de stage gegeven door Wil Stoelman. Dit is door hemzelf geschreven en zal voor degenen die aan deze stage hebben deelgenomen, meer houvast kunnen bieden ten aanzien van de voor ons geheel nieuwe benadering van Aikido.

Tot nog toe kregen alleen de leden van Ma Ai automatisch de Ma-ai bode. Dit geldt vanaf deze editie ook voor de leden van de verenigingen in oprichting te Brunssum en Geleen. Dit is een logisch gevolg van het feit dat de leden van de drie verenigingen in alle drie de dojo's kunnen trainen, zonder dat daarvoor bijbetaling verschuldigd is. Dit zal ook inhouden dat we voortaan kopij kunnen verwachten uit Brunssum en Geleen!

We wensen verder iedereen een prettige vakantie toe (ook zij die pas laat in het seizoen gaan, zelfs zij die reeds zijn geweest); en wanneer je verlegen zit om een goed boek: raadpleeg onze leestips, misschien zit er wel iets bij.

de redactie

# 合氣道

## Enkele mededelingen van het bestuur van Ma Ai

De afgelopen maanden zijn enkele zaken gebeurd welke het waard zijn om te memoreren. Allereerst de ledenvergadering van 23 april. Aan de orde kwamen o.m. de financiën, de algemene gang van zaken en de bestuursstructuur. Wat de financiën betreft blijkt dat heel wat leden een achterstand in contributiebetaling hebben. Regelmaat in betaling wordt dringend gevraagd! Bij de discussie over de algemene gang van zaken is o.m. gesproken over de organisatie van stages, waarbij ook de samenwerking met andere dojo's aan de orde is geweest. De tijd wordt nu echter nog niet rijp geacht voor een zeer intensieve samenwerking op dit gebied. Het gezamenlijk organiseren van een regionale stage behoort eventueel wel tot de mogelijkheden. Aangaande de bestuursstructuur is als belangrijkste te melden dat men unaniem van mening is, dat de combinatie leraar-voorzitter prima bevalt. Ad is dan ook met algemene stemmen opnieuw tot voorzitter gekozen. Voorts kan nog gememoreerd worden de aankoop van nieuwe matten. Financieel betekende deze aankoop nogal wat! Hopelijk gaat iedereen met de gepaste voorzichtigheid met de matten om.

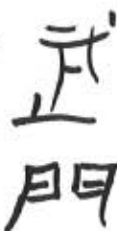


### Bumon

een persoonlijk verslag van de groei van een Aikido-club

In het verleden was ik gedurende een tweetal jaren bezig geweest met een budo-sport. Ook had ik ooit een Aikido-les bijgewoond in Maastricht. Ik raakte toen geboeid door de mooie soepele bewegingen en het geïnspireerd bezig zijn. Maar de afstand Waubach-Maastricht zorgde er voor, dat ik niet te hard van stapel liep. Na de geboorte van mijn dochtertje zocht ik opnieuw naar een sportieve bezigheid. Ad zocht in die tijd mensen om een Aikido-groep in Brunssum op te starten. Onbevangen en zonder verwachtingen begon ik na de herfstvakantie van het afgelopen

jaar met Aikido. De groep telde toen een achttal leden. Met uitzondering van Ans en Wim was het voor de meesten van ons de eerste ervaring met Aikido. We hadden nóg iets gemeenschappelijks: Aikido boeide ons, maar tegelijkertijd zagen we door de Aikido-bomen het bos niet meer. Deze gemeenschappelijke houding zorgde al snel voor een band, waardoor het fijn werken was op de mat.



De club groeide, óók in ledenaantal. In het begin van het nieuwe jaar gingen we op zoek naar een andere dojo. Tot dan toe hadden we geoeft in een gymzaal aan de Terborghstraat. De ruimte was echter niet conform de verwachtingen die we van een dojo hadden. We zochten naar een ruimte binnen een buurt- of wijkcentrum. Helaas konden deze centra ons niet aan de gewenste ruimte helpen. Intussen hadden we in het centrum van Brunssum een cafetaria-houder bereid gevonden om ons na de les een heerlijk kopje koffie te serveren. En met het verstrijken van de tijd was de aanvankelijk als onpersoonlijk ervaren ruimte ons toch vertrouwd geworden.

Op de eerste algemene vergadering toonden we ons allen tevreden met de dojo en de goede verzorging in het cafetaria. Iedereen was enthousiast over het Aikido-gebeuren. Voor velen was Aikido een belangrijke bezigheid in het dagelijkse leven aan het worden. We gingen naar Maastricht, Hoensbroek of Geleen en volgden stages om meer met Aikido vertrouwd te raken.

We besloten een vereniging te worden en vormden uit ons midden een bestuur. Dit bestuur zorgde voor aansluiting bij de JBN en zoekt aansluiting bij de gemeentelijke sportstichting. Op de laatste bestuursvergadering kozen we een naam voor onze nu 15 ledentellende club: "Bumon", hetgeen krijgsvamilie betekent. We hebben als groep de eerste stappen gezet om naar een krijgsvamilie toe te groeien.

Maril Heijen

Studie

Misschien plaatsen we Aikido nog teveel in een bijzonder vakje; we oefenen een- of tweemaal per week op de mat, laten ons aan elkaars inspiratie, en gaan weer naar onze "dagelijkse bezigheden". Maar deze scheiding tussen dojo en buiten is eigenlijk een kunstmatige; hij bestaat enkel in ons hoofd: het beeld van Aikido als een bijzondere oefening, het beeld van thuis als een bijzondere plek, het beeld van werk als een bijzondere bezigheid. De realiteit is, dat elk moment bijzondere omstandigheden schept, ongeacht de waardering die wij eraan geven.

Nu is het ook niet gemakkelijk om in een zo zeer gespecialiseerde samenleving als de onze voeling te houden met enige organische samenhang, om je eigen kern te herkennen in de bezigheden die ons boeien, om je waarachtigheid niet te verliezen of te loochenen. Dit is denk ik ook de reden waarom Osensei een eigen dojo bouwde en er dag in dag uit leefde en oefende met zijn leerlingen. En hierin ligt misschien ook een aanwijzing waarom onze eigen permanente dojo zo lang op zich laat wachten.

Het is juist dit idee van kern, wezen, waarachtigheid, dat elke vorm van scheiding of tegenstelling haast belachelijk maakt. We moeten niet vergeten dat wij het steeds zélf zijn, met al onze persoonlijke vermogens, die de scheidslijnen oversteken: van dojo naar huis, van werk naar stad, van gezelschap naar afzondering. En al kunnen we ons aanpassen aan veranderende omgevingen en ervaringen, wezenlijk kunnen we onszelf niet ontvluchten, dragen we ons leven en de vraag wat we ermee aan moeten voortdurend met ons mee. Hierin schuilt de verantwoordelijkheid die we ten opzichte van elkaar hebben: elkaar de ruimte geven en respecteren in deze "strijd" met onszelf.

Als Doshu het over Aikido en zijn beoefenaars heeft, dan spreekt hij vaak van "studie van de Weg", of van "Aikido-studenten". Een aikidoka is iemand die een studie maakt, met volle aandacht, inzet, en toewijding. Je moet het vak dat je bestudeert volledig uitdiepen en leren beheersen, zodat je je steeds vrijer in die materie kunt bewegen, en zelfs nieuwe aspecten en mogelijkheden gaat ontdekken.

Het "vak" dat wij leren beheersen heet "Aiki". "Aiki(do)" is letterlijk "verenigen van energie", "omgaan met werking", een studie dus van flexibiliteit en samenwerking, of zoals Sugano-sensei zegt: "een oefening in ontvankelijkheid". Elke techniek en beweging levert ons steeds opnieuw oefenstof tot herkenning en verdieping van onze reactiepatronen, zowel fysiek als mentaal. De "wetenschap" nu die het resultaat is van deze studie, noemen we "Do", "de Weg", "de juiste houding", "de enige manier". De Weg bewandelen is vrij omgaan met de omstandigheden van het moment, met een diep besef van het wonderlijke dat leven in al zijn vormen kenmerkt ( een besef dat elke ware wetenschapper in alle bescheidenheid graag met ons zal delen), en met het vaste vertrouwen dat de praktijk in de dojo ons heeft doen ervaren.

Concreet kan dit betekenen dat we ons steeds heel goed ervan bewust moeten zijn wát ons er nu eigenlijk toe aanzet om Aikido te beoefenen. Als blijkt dat het iets is dat verder gaat dan gezellig recreëren, dan lijkt me dat reden genoeg om dit vak te gaan onderzoeken en bestuderen: op de mat, in de vereniging, met boek of tijdschrift, door oefeningen thuis, in de dagelijkse aandacht. De leermiddelen hiertoe zijn onbegrensd en voor ieder die ze werkelijk zoekt elk moment toegankelijk.

Ad van Dun



# 合氣道

Aikido-stage, zaterdag 15 februari door Wil Stoelman

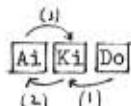
Op verzoek van Ad heeft Wil Stoelman de grote lijnen van de door hem gegeven stage op papier gezet. Zo kunnen we op ons gemak nog eens nalezen wat we op 15 februari gehoord, gezien en gedaan hebben.

We zijn eerst begonnen met een serie van (voorbereidende) Ki-oefeningen. Daarna hebben we de samenhang tussen aikido en budo bekeken en aikido losgekoppeld van budo als fysieke krijgskunst. Het geestelijke of spirituele aspect van budo brachten we toen naar voren. Vervolgens hebben we het systeem gevolgd van Ki No Kenkyukai van K. Tohei: Shin Shin Toitsu Aikido (= Aikido met geest-lichaam coördinatie) Bij de training zijn we uitgegaan van de volgende definitie van aikido:

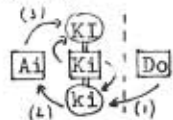
- 'De weg om (door middel van individuele ki) in harmonie te komen met (universele) KI', of
- 'De weg naar eenwording (van individuele ki) met (universele) KI'.

KI hebben we omschreven enerzijds als KI=geestelijke (individuele) energie, en anderzijds als KI=het Universele, het Absolute, de allesomvattende Kosmos.

Definitie in schema:



Specifieker:



- (1) = bewustwording van individuele ki en de (uit) werking van ki
- (2) en (3) = (bewuste) spontane toepassing van individuele ki

(1) en (2) en (3) gebeuren tegelijk. Dit geldt zowel voor activiteit als niet-activiteit (= houding: zitten, staan of iedere andere willekeurige houding). De toevoeging 'individuele ki' aan genoemde definitie heeft grote consequenties voor de beoefening, want elke activiteit heeft

# 合氣道

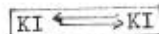
dan als uitgangspunt de individuele ki (de mate van eenheid) die al bij de beoefenaar aanwezig is. Het doel van de aikido-beoefening is dus niet het uiteindelijke bereiken van eenheid of harmonie, maar voornamelijk de groeiende toename van eenheid.

Tijdens de training hebben we centraal gesteld: de bewustwording van individuele ki en de toepassing ervan. Na iedere bewustwording van individuele ki (in eerste instantie door middel van tests) valt de (technische) "Do" weg en de toestand van "Aiki" blijft over (al is het maar heel even). Dus zelfs de beginner is al in staat om "Aiki" te ervaren.

Wat er gebeurt is dus: het bewust in beweging brengen van individuele KI, het (hierdoor) verlevendigen van universele KI, en onszelf weer openstellen voor nieuwe universele KI. Dit bij elkaar bevordert verfijning van individuele ki (dat wil zeggen een krachtiger gebruik van ki), en het samenvloeien van individuele ki met universele KI wordt vergemakkelijkt.

$$\boxed{ki} \longleftrightarrow \boxed{KI} \longrightarrow \boxed{AiKi} = \text{Shin Shin Toitsu}$$

Doordat ki contact maakt en samenvloeit met KI ontstaat in onszelf Aiki. KI wordt verlevendigd:



Dit is een dynamische toestand van harmonie. Osen-sei: Van hieruit "waza bubbles up naturally" (techniek borrelt vanzelf op).

Bij de oefening van ukemie-waza (valtechniek) hebben we gezien dat het mogelijk is de noodzakelijk aangeleerde techniek van vallen al snel



en gemakkelijk los te laten. De mechanische "Do" maakt plaats voor een vrije en natuurlijke "Do".

Daarna hebben we vier zogenaamde ki-principes geïntroduceerd: 1. houdt één punt; 2. ontspan volledig; 3. houdt het gewicht aan de onderkant; 4. laat ki (uitwaarts) stromen. De waarde van elk principe afzonderlijk hebben we met elkaar door middel van een test onderzocht. Daarbij was alleen van belang het verschil te ervaren tussen: 1. één punt houden en één punt verliezen; 2. gespannen - slapte - ontspannen; 3. zwaarte van gewicht aan onderkant en gewicht aan bovenkant; 4. ki (uit) stromen en ki stoppen of intrekken. Deze ervaringen, hoe zwak ook, maken de vage en abstracte principes van vooral 1. en 2. en het begrip van ki een beetje concreter en geven een aanzet (stimuleren) tot het praktisch en bewust gebruik van ki.

Het laatste uur van de training met de beoefening van enkele aikidotechnieken hebben we gewezen op:

1. de rol van uke en nage: help elkaar, biedt geen weerstand, veroorzaak geen botsing. De rol van uke is belangrijker, neem als uke zelf de "leiding" in het volgen (vooral bij beginners). Dit voorkomt botsingen en stroefheid in de beweging. Probeer als nage niet te domineren;
2. "val aan" (grijp vast) met ki;
3. stel (jezelf) altijd vragen (ben kritisch, maar sta open voor andere mogelijkheden);
4. Aikido is: -- verificatie (controleren op juistheid, waarde, belang, effect)  
-- onderzoek (wat is natuurlijk, wat is logisch, wat is beter)  
-- ondersteuning, c.q. bevordering (van begrip, beleving, en groei van harmonie)
5. Naast actieve aikido-beoefening zijn van belang:
  - ademhalingsoefeningen, en
  - meditatie

- ademhalingsoefeningen
- meditatie

De drie punten genoemd onder (4) zijn ook hierop van toepassing.

6. Ritme (onderzoek voor jezelf het belang van ritme) Voor ritme en voor alles geldt:

Als je het eenmaal begrijpt, als je ermee vertrouwd bent, als je weet hoe het te gebruiken, dan kun je er voor kiezen om het te doen of te laten. Je bent daar helemaal vrij in.

Wil Stoelman



### Competitie

Het eerste deel van dit artikel vond je in de vorige Ma-ai-bode. Daarin kon je lezen dat Osensei competitie in Aikido verbood en dat competitie geen "natuurlijk" element is in bujutsu. Hieronder volgt het laatste deel van dit artikel. Korthedshalve zijn hier en daar wat

voorbeelden weggelaten.

In een veldslag vroeg een overwonnen soldaat voordat hij stierf de naam van zijn overwinnaar. Wanneer de naam die werd genoemd bekend was was de overwonnene trots te mogen sterven door die hand. Er zijn veel van dergelijke verhalen in Japan. Zij leren ons dat winnen niet het doel is. Winnen is onbelangrijk. Wat belangrijk is, is het in staat zijn vredig en met vreugde te sterven voor de koning of het land, voor zijn eer, geestkracht te vinden en het te laten zien, het beste van zich zelf te maken. Daar gaat het om, winnen of verliezen doet niet ter zake.



Het resultaat is niet belangrijk, alleen het moment zelf. Ook het individu is niet belangrijk; wat belangrijk is, is om boven het niveau van ondergang of overwinning uit te stijgen. Osensei ging nog verder toen hij zei: "Het lichaam is een geschenk van God, zowel voor de vijand als voor jou. Verspil het niet." Dit was zijn idee toen hij Aikido creëerde.

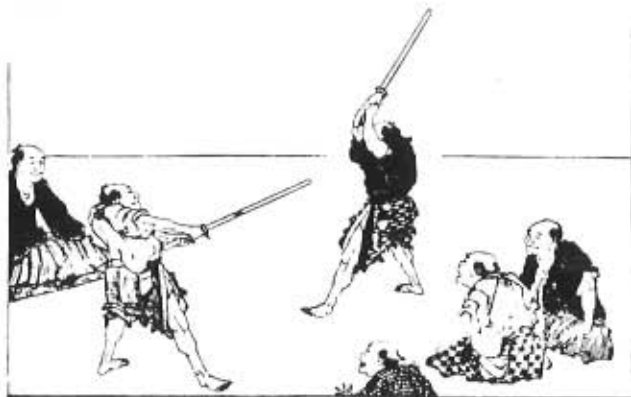
Tegenwoordig is het soort shiai in martiale kunsten renshujiai (oefencompetitie), waaraan op lokaal, nationaal en internationaal niveau wordt deelgenomen. Het is een persoonlijke oefening met als doel een grondige kennis

te verwerven van goede en slechte eigenschappen. Heeft men zijn werkelijke waarde ontdekt dan kan men zichzelf verbeteren. Dit is de positieve kant. Al degenen die aan dergelijke wedstrijden deelnemen, denken aan winnen. Maar wanneer het hart is vervuld van winnen dan zijn lichaam en geest niet vrij. We moeten eraan werken om onszelf te bevrijden van de gedachte aan winnen. Evenzeer moeten we wanneer we verliezen en ons teleurgesteld voelen, het gevoel van hopeloosheid van ons afzetten en proberen te begrijpen waarom we verloren hebben. Bovenal zouden we moeten vermijden onze tegenstander te bekritisieren. Het is een lang en moeilijk gevecht om dergelijke gevoelens te overwinnen voor een wedstrijd en deze te benaderen in zijn normale doen.

Het zal nooit goede resultaten opleveren wanneer we onze maximum inspanning voor een wedstrijd bewaren. We moeten van te voren oefenen. Eén seconde in een shiai is de vrucht van een lange zware oefening. Het moment waarop we denken dat we hebben gewonnen, hebben we vaak verloren. We moeten leren deze gevoelens te overwinnen. Minachting voor onze tegenstander, angst, verrassing of besluiteloosheid zijn onze vijanden. Zij zijn niet gemakkelijk te overwinnen. Dat is waar de oefening aan de orde komt. Een kampioen-atleet moet tien, honderd of duizend keer harder trainen dan de gewone persoon die dezelfde sport beoefent. Geen enkele beoefenaar van een martiale kunst kan zichzelf sparen voor de strijd van leven op dood in die kunst.

Je zou kunnen zeggen dat er een goede en een slechte kant in aan wedstrijd. In feite bestaan goed en slecht alleen in het hart van de strijder. Shiai heeft geen goede of slechte kant. Een mes kan worden gebruikt om voedsel te bereiden of om te doden, afhankelijk van wie het gebruikt.

# 合氣道



Sommigen beschouwen het als gemakkelijk dat er geen shiai is in aikido. Zulke mensen vergiftigen aikido. De dojo waar we oefenen is een plaats van shiai. We zouden steeds de mat moeten opstappen alsof we een gevecht aangaan. Aikidoka's zouden zich in hun dagelijkse leven tot in het kleinste detail, moeten gedragen als in een gevecht. Wanneer we dit kunnen, kennen we de betekenis van het leven en beleven we iedere seconde ervan ten volle. Pas dan beschikken we over levensvreugde.

Wanneer we zo leven, hebben we geen shiai nodig omdat iedere dag een gevecht is. Sommige mensen die niet in staat zijn hun eigen vaardigheid te beoordelen vragen hun leraar: kan ik tot shodan, nidan etc. bevorderd worden? Dit staat ver verwijderd van de geest van de aikido-beweging. Ik stel voor dat deze mensen een vorm van publieke demonstratie proberen. Kijk of zij in die situatie met dezelfde kalmte en geestelijke rust werken. Kijk of wat zij van zichzelf denken overeenkomt met hetgeen anderen van hun denken.

Er is geen vooruitgang zonder inspanning. Het is moeilijk om vorderingen te maken tussen vrienden in een dojo die te gezellig is geworden. Er moeten jonge mensen zijn die erop gebrand zijn om hun nivo te verhogen. Picasso

# 合氣道

zei dat niet de schoonheid van een schilderij van belang was, maar het werk dat er aan besteed was. Shiai is te vergelijken met een schilderij dat af is. De oefening voor shiai is het werk dat nodig is voordat er een schilderij kan zijn.

N. Tamura

Uit: Aikido Europe, 17 juni 1982

Vertaald door Ans Schutte

## Vakantieboeken



De vakantie staat voor de deur en voor de meeste mensen schiet er dan wel wat tijd over voor een boek: op het strand, de camping of in de trein. Een boek om je hele omgeving even mee te vergeten, of een boek dat je aan het denken zet. Welk boek? Wij hebben hieronder een lijstje samengesteld met een aantal suggesties. Bij elke titel volgt een korte om-

schrijving. Een aantal van de vermelde boeken komen je wellicht bekend voor; of omdat je ze al gelezen hebt, of omdat ze in eerdere Ma-ai bodes zijn besproken.

Romans/verhalen

- Basho: "Reisverslag van een verweerd skelet"  
Reisverhalen met de nadruk op haiku's
- Clavell, James: "Shogun"  
De auteur beschrijft de lotgevallen van een Engelse kapitein, die schipbreuk leidt aan de kust van Japan. Noodgedwongen maakt hij kennis met de zeden en gewoonten van de Japanse samoerai. Langzaam maar zeker maakt hij zich hun levenswijze eigen. Dit verandert zijn leven volkomen.
- Gulik, Robert van: "Een gegeven dag"  
Johan Hendriks raakt toevallig betrokken bij een reeks vreemde gebeurtenissen. Hij kan de verleiding niet weerstaan daarin een aktieve rol te gaan spelen. Dit leidt tot de oplossing van een aantal mysteriën. Laat de sneeuw van de Poedjiberg smelten. (Robert van Gulik is ook de auteur van de rechter Tie-serie. In deze misdaadserie die speelt in het China van de zevende eeuw na Christus is rechter Tie de centrale figuur)
- Josjikawa, Eiji: "Moesasji"  
Historische roman over de legendarische zwaardvechter Moesasji (zie boekbespreking verderop)
- Lustbader, Eric van: "The ninja"  
Nicholas Linnear is van Amerikaans-Japanse afkomst. Hij is opgegroeid in Japan, waar hij een gedegen scholing heeft gehad in de diverse krijgskunsten. In Amerika wordt zijn pad gekruist door zijn neef en rivaal. Deze heeft een opleiding ontvangen van de ninja en is huurmoordenaar. Nicholas bindt de strijd met hem aan.

"The Miko"

The Miko is eigenlijk een vervolg op de Ninja. Nicholas komt met zijn werkgever, Tomkin in Japan om te onderhandelen met Sato Petrochemicals over samenwerking. Het bedrijf wordt echter getroffen door het noodlot: op onverklaarbare wijze worden een aantal medewerkers van het bedrijf vermoord. Alles wijst op een wraakaktie van iemand, die behoort tot dezelfde ninja-ryu als Nicholas. Men vraagt hem om hulp.

"Jian"

Jian is een meester strateeg in China. Hij leidt privé een immens projekt ten behoeve van China's toekomst. Hierbij zijn zowel zijn familieleden als de CIA en de KGB betrokken. Er wordt heel wat strijd geleverd voordat duidelijk wordt of het projekt van Jian kan worden voltooid.

(Deze boeken zijn waarschijnlijk al vertaald.)

- Rhineart, Luke: "De dobbelsteenman"  
Een vermaard psychiater uit New York heeft besloten al zijn daden door het toeval te laten leiden. Hij maakt daarbij gebruik van een dobbelsteen. Een vrolijke chaos is hiervan het gevolg. De maatschappij in de gedaante van de FBI meent zich hier echter mee te moeten bemoeien.
- Shea: "Shiké"  
Dit boek volgt het leven en levenslot van een man en een vrouw. Jebu en Taniko, tijdens de XIIIe eeuw in Japan. Jebu, de strijdmönnik, en Taniko zijn betrokken bij veldslagen en intriges die het gevolg zijn van een burgeroorlog.
- Trevanian: "Shibumi"  
Een van 's werelds meest beruchte terroristen raakt tegen wil en dank opnieuw betrokken bij allerlei internationale verwickelingen. Hij is zelfs niet meer veilig bij het beoefenen van zijn grootste hobby, het verkennen van grotten.
- Wetering, Janwille van de: "De blonde haviaan"  
Dit is een van de Grijpstra & de Gierverhalen uit een serie van elf, die van de Wetering tot nu toe heeft geschreven. In deze boeken worstelen Grijpstra en de Gier van de Amsterdamse politie, met op de achtergrond de commissaris, met de voortdurend aanwezige misdaad, met het goede en het slechte, kortom met de grote vraag naar de zin van het bestaan.  
  
Andere verhalen van dezelfde auteur zijn: "Op zoek naar het ongerijmde", "Een oosterse huiltoring", "Een aflopende geschiedenis", "Het veilige gevoel", "De vlinderjager" en "Een vrouw van zeven voet".

Serieuzere lectuur

- Bruijn, Erik: "De weg van zazen; inleiding in zen-meditatie"(zie Ma-ai bode 4, 1984)  
(Voor andere boeken over de achtergrond en doel van zen, zie Ma-Ai bode 4, 1985 pagina 14).
- Hyams, John: "Zen in the martial arts"  
Hoe kennis en vaardigheden opgedaan in de dojo bruikbaar zijn in het dagelijkse leven (zie Ma-ai bode 1 1986).
- Leeftang, Thomas: "Zen in actie"  
In dit boek wordt sterk de nadruk gelegd op de geestelijke grondslag van krijgskunsten: Zen (zie Ma-ai bode 4, 1985).
- Murematsu, Hideo: "Budo - grondslagen en achtergronden"  
De auteur, een hooggegradeerde karateka en kendoka, beschrijft aan de hand van verhalen en voorbeelden allerlei aspecten die verbonden zijn aan "de weg van budo" (zie Ma-ai bode 2, 1985).

合氣道

- Myamoto, Musashi: "De strategie van de samoerai"  
Volgens Musashi, die dit boekje vlak voor zijn dood in 1645 heeft geschreven, zijn er vele wegen die men kan bewandelen. De weg van de samoerai echter is die van de strategie. Deze vereist heel wat (zelf) onderzoek: Ken één ding dan ken je duizend dingen. In het voorwoord lees je meer over het leven van Moesashi, over kendo, zen en het Japan ten tijde van Moesashi.
- Wetering, Janwillem van de: "Een lege spiegel"  
Dit boek verhaalt de belevenissen van de schrijver in een Japans zenklooster en zijn eerste kennismaking met zen.  
"Het dagende niets"  
De ervaringen van de auteur vele jaren later in een zen-gemeenschap in de Verenigde Staten  
boek

Veel leesplezier toegewenst!



Geslaagd voor examens

in Maastricht voor de 4e kyu:

Jos Senden  
 Nicole Cuijpers  
 Jos van Genderen  
 Ruud Koster  
 Rob Vincken  
 Jan Mohren

in Brunssum voor de 5e kyu:

Saskia Kole  
 René Steenbergen  
 Raymond Claus

in Geleen voor de 5e kyu:

Floyd Rudolf

合氣道

Boekbespreking

MOESASJI

door Eiji Josjikawa

'Moesasji' is een spannend en meeslepend boek geschreven door een van Japans bekendste schrijvers Eiji Josjikawa. In tegenstelling tot het vooral door de film bekend geworden boek 'Shogun' van J. Clavell, is Moesasji een historische roman. Het verhaal is geweven rond historische feiten en historische figuren zonder dat de volgorde of echtheid daarvan geweld wordt aangedaan. En dit kan van 'Shogun', aldus Reischauer (de schrijver van het voorwoord bij 'Moesasji') lang niet altijd gezegd worden. Zelf heb ik 'Shogun' overigens met veel plezier gelezen. Ik wil het dan ook aan iedereen van harte aanbevelen.

Moesasji is een historische figuur die de zwaardvechtkunde beoefende. Over deze krijgskunst heeft hij een beroemd werk geschreven, dat ook tegenwoordig nog veel in Japan gelezen wordt: de Go Rin No Sjo\*. Dat dit werk ook in de huidige Japanse maatschappij nog leesbaar is, heeft te maken met het feit dat de filosofie achter de zwaardvechtkunde er een centrale plaats inneemt.

De ideeën van Moesasji omtrent de krijgskunde, zo staat in het voorwoord te lezen, konden door hem ontwikkeld worden dankzij de veranderingen die zich voltrokken binnen de Japanse maatschappij waarin hij leefde. Beëlcissend voor deze veranderingen was de veldslag bij Sekigahara in de 17<sup>de</sup> eeuw. Deze veldslag maakte een einde aan de voortdurende oorlogen tussen de lagere feodale heren, daimyo's genaamd. Het land werd herenigd, hoewel het nog enige tijd zou duren voordat de vrede helemaal terugkeerde. De samoerai die tot dan toe hun heren steeds hadden gediend met het wapen, werden langzaam maar zeker omgevormd tot be-

\* "Een boek van vijf ringen", in Nederland verschenen onder de titel "De strategie van de samoerai"

合氣道

stuurders en bureaucraten. Zij hanteerden nog wel het zwaard, maar deze handeling werd steeds meer teruggedrongen naar de oefenruimte, de dojo. Het zwaard kreeg langzaam maar zeker een andere functie toebedeeld, wat overigens voor een deel zeker ook te wijten was aan de invoering van het geweer door de Portugezen. Hierdoor werd het immers mogelijk om oorlog 'op afstand' te voeren. De krijgskunde werd krijgskunst. Er ontstond een hele mystiek rond het zwaard. Het doel van zwaardvechten werd in de eerste plaats innerlijke zelfcontrole. Pas op het tweede plan kwam de oorlogvoering.



In "Moesasji" wordt een fase beschreven uit het leven van Moesasji Mijamoto. Het boek begint als Moesasji ontwaakt op het slagveld bij sekigahara. Hij heeft meegestreden aan de zijde van de verliezende partij. Na zich enige tijd te hebben verscholen voor achtervolgende overwinnaars keert hij terug naar zijn geboortedorp. Hier blijkt hij niet zo geliefd te zijn. Men is bevreesd voor zijn kracht en zijn ontstuimige gedrag, dat vaak gepaard gaat met sadisme. Zijn terugkeer leidt gelijk tot moeilijkheden, Een zwerfmonnik met de naam Takoean grijpt in en verplicht Moesasji 3 lange jaren in eenzaamheid te leven, met slechts wat boeken als gezelschap. Deze opsluiting heeft een louterende werking. Moesasji wil niet langer een last zijn voor anderen. Hij wil niet langer lichtzinnig omgaan met de naam van zijn voorvaderen. Hij besluit om

合氣道

als ronin, een zwervende krijger zonder meester, op zoek te gaan naar kennis en zelfvolmaking. De door hem gekozen Weg blijkt er een te zijn van eenzaamheid. Hij maakt weliswaar vrienden, maar het zwaard is zijn enige kamaraad die hij voortdurend om zich heen dult. Steeds weer opnieuw trekt hij zich voor enige tijd terug uit de mensenwereld om zijn lichaam en geest te disciplineren.

Naarmate hij vordert op zijn zoektocht merkt hij dat alleen zwaardtechnieken hem niet verder brengen evenmin als zijn kracht dat kan. Integendeel, enkele mensen die hij ontmoet en waarin hij z'n meerderen moet erkennen, vertellen hem dat hij juist zwakker moet worden. In het begin begrijpt hij niet waar zij op doelen, maar allengs wordt hem duidelijk dat hij meer aan z'n geestelijke ontwikkeling moet werken. Hiermee wordt niet gedoeld op de intellectuele ontwikkeling maar op de groei naar zelfvolmaking. Tegelijkertijd gaat Moesasji interesse tonen voor zaken die niets met zwaardvechten te maken hebben. Kaligrafie en de kunst van het theeschenken zijn zaken waarmee hij niet is opgegroeid, maar die hij desondanks leert te waarderen. Zelf maakt hij af en toe beelden van hout en schildert hij. Hij is leergierig. Uit elke ontmoeting trekt hij een les die hem verder op de gekozen Weg helpt.

Wanneer hij toevallig verzeild raakt in het privé-huis van een geisha, een soort van gezelschapsdame die zich niet eenzijdig richt op de bevrediging van de lichamelijke verlangens van mannen, dan weet hij zich geen houding te geven. Hij is bang dat wanneer hij zich opent voor haar, dit hem van de Weg en van zijn uiteindelijke doel af zal leiden. Zij maakt hem aan de hand van een zeer treffende vergelijking duidelijk, dat een voortdurend gespannen houding voor een zwaardvechter niet goed is en zelfs gevaarlijk kan zijn. Zij vergelijkt de houding van

# 合氣道

Moesasji met een dwarshoutje dat zich in het binnenste van een luit bevindt. Dit dwarshoutje draagt zorg voor al de toonvariaties die een luit kan voortbrengen. Als het volkomen stijf en recht zou zijn, zou er uit de luit slechts een monotoon geluid te voorschijn komen.

"Met één tikje van het plectrum kan ik de vier snaren van de luit laten klinken als een lans, of een zwaard, als het vaneenscheuren van een wolk, en dat alles vanwege het fijne evenwicht tussen stevigheid en flexibiliteit in de houten kam".

Moesasji neemt zich deze les ter harte. Naast de hardheid die hij zich van jongs af aan heeft eigen gemaakt, ontwikkelt hij een zekere zachtheid. Het doden van andere mensen is niet langer iets wat hem niet raakt. Dat hij blijft doden hangt samen met de door hem gekozen Weg, de Weg van het zwaard. Maar hij ziet zijn tegenstander niet langer als iemand die hij moet overwinnen om tot zelfvolmaking te geraken. Hijzelf is degeen die overwonnen moet worden, z'n tegenstander is hooguit iemand om wie hij niet heen kan en van wie hij kan leren.

Zoals gezegd is 'Moesasji' een meeslepende roman. 1280 pagina's lang blijft het boek boeien ondanks het feit dat enkele personages in het boek mij als westerling(en bovendien van deze tijd) niet kunnen overtuigen. Zo is er Osoegi, de oude moeder van zijn jeugdvriend, die Moesasji hardnekkig blijft achtervolgen om wraak op hem te nemen. Ze daagt hem herhaaldelijk uit tot een tweegevecht hoewel ze op geen enkele wijze Moesasji zou kunnen verslaan. Ook de verhouding tussen Moesasji en Otsoe zijn geliefde die hem overal volgt



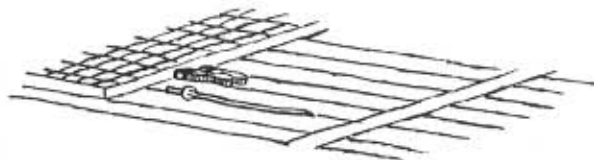
# 合氣道

hoewel Moesasji het zwaard en de Weg boven haar preferreert, komt hier en daar minder sterk over. Hoewel het boek met een climax eindigt ben ik toch niet helemaal tevreden met het slot. De lezer oordele hierover zelf.

Tot besluit, Moesasji zal wellicht iedere aikido-beoefenaar aanspreken, die een hoger doel voor ogen heeft dan alleen de beheersing van de techniek. De omvang van het boek hoeft geen belemmering te zijn. Het leest gemakkelijk en voor de vakantie is het ideaal. Alleen als het meemoet in de rugzak kan het wel eens rugklachten veroorzaken. Mocht je in een opwelling van enthousiasme tijdens het lezen binnenshuis naar de bokén grijpen om op meesterlijke wijze een slag uit te delen: denk aan de lampen.

Moesasji, door Eiji Josjikawa  
Elsevier, Amsterdam/Brussel 1985  
Kosten: ca. fl.50,-

Wim Heijnen



Des zomers een stroom  
doorwaden; in het midden  
nog een keer omzien.

Shiki

(Uit: Haiku, een jonge maan van J. van Tooren, pagina 167)

Demonstraties

Het is steeds weer verrassend te merken hoe anders de sfeer tijdens de verschillende Aikido-demonstraties kan zijn. Zoals uit het navolgende verslag blijkt, is de sfeer afhankelijk van het kader waarbinnen een demonstratie wordt gegeven, van de plaats en natuurlijk ook van het aanwezige publiek.

Zo was de door ons gegeven demonstratie op 15 maart in Schinveld bedoeld ter opfleuring van een judo-jubileum. Er was een vrij grote belangstelling van een overwegend judo-minnend publiek, dat tijdens de demonstratie rustig en aandachtig was. De vragen na afloop hadden betrekking op de techniek van Aikido. De organisatoren toonden zich enthousiast. Daardoor smaakte het aangeboden stuk vlaii dubbel zo lekker.

Op 11 april hebben we aan een selekt publiek in het jongerencentrum "Sheltur" te Brunssum laten zien wat Aikido kan zijn. De demonstratieruimte was stoffig, het publiek wat rumoerig. Uit de vragen die aan het einde werden gesteld, bleek dat de vragenstellers vooral waren gefinteresseerd in de effectiviteit van Aikido, met andere woorden in de toepasbaarheid.

In Brunssum op het Lindeplein, waar we op 30 april waren, ging het meer om een openbare les dan om een demonstratie. Vooral leden van de clubs uit Brunssum en Hoensbroek hebben hieraan deelgenomen. In de brandende zon hebben we langer dan anderhalf uur geoefend voor een talrijk maar voortdurend wisselend publiek. De meesten kwamen in de eerste plaats voor de straatmarktdag. Ze hebben in ieder geval 'wat Aikido' kunnen meepikken. Na afloop bleken 2 vrouwen nieuwsgierig te zijn naar het waarom van de broekrokken.

Om wat meer bekendheid te geven aan de mogelijkheid om Aikido te beoefenen in Geleen, was er 15 mei een demonstratie/openbare les in de dojo aldaar. De helft van de matten bleek (tijdelijk) te zijn verdwenen, zodat enkelen van ons de ukemi's op de harde vloer mochten uitproberen. De anders zo mooie ronde rol bleek toch nog hoeken te bevatten! Na afloop meldden 3 mensen zich aan als lid.

De laatste demonstratie vond plaats op 8 juni in een sportcomplex te Nieuwenhagen. Hier konden alle binnen- en buitensporten zich presenteren. Tegelijk met enkele andere verenigingen (links van ons een gymclub van 60-plussers, rechts eerst een badmintonclub, later een atletiekvereniging) konden we voor een zeer groot publiek beginnen. Het werd vooral een concentratie-oefening, ze-

ker nadat de atletiekclub onder de begeleiding van harde disco-muziek met haar oefeningen begon. Kontakt met het publiek was ver te zoeken. De volgende keer toch maar eerst vragen onder welke omstandigheden de demonstratie kan plaatsvinden.

Wim Heijnen



Mededelingen

Liftcentrale

De liftcentrale wordt verzorgd door Miriam van Mulcken. Miriam bemiddelt tussen chauffeurs en auto-lozen voor vervoer naar stages en demonstraties. Lege plaatsen s.v.p. melden bij Miriam, Schippersdreef 48c, Maastricht, tel. 043-473601

Contributie

Denk aan de doorbetaling van de contributie in de zomermaanden!

Bestellingen

Voor het bestellen van jo's bokéns, tanto's, slippers en aikido-pakken kan men zich wenden tot Magda Moulen Duitse Poort 43b, Maastricht, tel. 043-217995.

Demonstratie

5 juli van 13.00 u.- 16.00 op het Vrijthof te Maastricht.

Doorgang lessen in Geleen

Iedere donderdagavond van 20.00 u.- 21.30 u. gaan de lessen in vormingscentrum "Mixed", Debijestraat 22, in de zomerperiode gewoon door.

Voor de adressen van de zomerscholen (zie andere pagina) kun je terecht bij de redactie.

MA AI  
nodigt je uit  
voor het

WAAIERBAL  
12-7-86

合氣道

Adressen en lestijden van andere dojo's

"Zanshin"  
De Boeckel, winkelcentrum De Heeg, Maastricht  
leraar: Giel Essers  
lestijden: do. 18.30-19.30u (kinderen)  
20.00-21.30u (volwassenen)

"Jindo"  
de KLAS, Kastagnelaan 140, Hoensbroek  
leraar: Jean Vranken  
lestijden: ma. 11.00-12.30u  
wo. 20.00-20.30u

"Bumon"  
sportzaal a.d. Terborghstr. (Langenberg), Brunssum  
leraar: Ad van Dun  
lestijden: za. 10.00-11.30u.

Aikido-vereniging i.o.  
Vormingscentrum "mixed", Debijestraat 22, Geleen  
leraar: Ad van Dun  
lestijden: do. 20.00-21.30u

"Samoerai" Kuringen, (België)  
bij Hasselt, sporthal, Grote baan  
leraar: Jos Vanroy  
lestijden: za. 14.00-15.30u

"Samoerai" Genk (België)  
sportcentrum, Emiel Vandorenlaan  
leraar: Jos Vanroy  
lestijden: ma. 20.30-22.00u  
wo. 20.30-22.00u

"Samoerai" Kiewiet (België)  
sporthal, Tulpnstraat, Genk  
leraar: Jos Vanroy  
lestijden: ma. 18.30-20.00u

"Coc Mosan" Herstal (België)  
Centre Sportif P.N. Rue Emile Muraille 293  
leraar: Dany Leclerre  
lestijden: di. 18.30-20.00u  
za. 10.30-12.00u



Zomerscholen

juli

5-13	Tamura Shihan	Villefranche de Rouerge (Frankrijk)
12-19	Yamada Shihan P. Chassang	Dewsbury, Yorkshire (Engeland)
20-27	Tamura Shihan	Lesneves, Bretagne (Frankrijk)

augustus

2-10	Tamura Shihan	Saint Mandrier, Cannes (Frankrijk)
9-17	Sugano Sensei	Wegimont, Soumagne (België)
24 aug.- 6 sept.	Tamura Shihan Yamada Shihan	La Colle sur Loup (Frankrijk)

Maastrichtse Aikido-vereniging Ma-Ai

p/a Gilles Doyenstraat 38  
6217 PA Maastricht  
tel. 043-438426  
nr. 85.89.69.246 Spaarbank Limburg (giro 1058180)

Dojo

City Centrum  
Capucijnenstraat 43  
6211 RP Maastricht

Lestijden

ma. 20.00-21.30u (volwassenen; beginners en gevorderden)  
wo. 19.30-20.30u (volwassenen; beginners en gevorderden)  
20.30-21.30u (volwassenen; gevorderden)  
vrij. 14.30-16.00u (volwassenen; beginners en gevorderden)  
16.00-17.30u (kinderen)

Leraar

Ad van Dun

Bestuur

Ad van Dun, voorzitter  
Jan Mohren, secretaris  
Harry Drissen, penningmeester  
Angela Janssen  
Edith Schrijver