

Peter Niesings blogg

Peter Niesings blogg

TISDAG 24 AUGUSTI 2010

Samtal om Aikido

Hej vänner!

Nu har jag alltså med Rebeckas och Kristins ovärderliga hjälp försökt att etablera en "ämnesblogg" om Aikido. Arrangemanget är först och främst tänkt som en ersättning för en intervju som Matthias Rezac nyligen ville genomföra med mig. Efter lite resonemang tyckte vi båda att det skulle kunna bli intressantare om vi lade upp det hela i form av samtal, där fler personer är involverade. Alla intresserade är alltså välkomna att fråga och kommentera - och eventuellt svara på frågor från mig själv. Jag tycker att det är väldigt trevligt att Matthias initierade detta samtal, och hoppas att vi alla skall ha den bästa nyttan av det!

Hälsningar
Peter

Upplagd av Peter Niesing kl. 12:35 3 kommentarer:

Senare inlägg Startside

Prenumerera på: [Inlägg \(Atom\)](#)

Temat Bildfönster. Temabilder från Nikada. Använder Blogger.

BLOGGINTRESSERADE
Följare (3)

[Följ](#)

BLOGGARKIV
▶ 2014 (6)
▼ 2010 (1)
▼ augusti (1)
[Samtal om Aikido](#)

OM MIG
 Peter Niesing
Skene, Västergötland, Sweden
[Visa hela min profil](#)

En samanställning

Innehållsförteckning

Förord	2
Peters blogginlägg.....	3
Samtal om Aikido	3
Vad hände sedan sist?	5
Hur jag blev intresserad av östasiatisk filosofi, och varför jag utövar aikido	7
Om tecknet 合 (ai)	12
Lite mer om tecknet 合 (ai).....	14
En kort berättelse om en Fredspipa, och hur en Buddhastaty kom i min ägo.....	16
Om min tid med raja-yoga	19

Förord

Peter Niesings blogg – En sammanställning, är ett försök till att säkerställa att innehållet i den bortgångne aikidoprofilen, tidigare huvudinstruktören, mentor och medgrundaren av Marks Budoklubb - Peter Niesings blogg inte går förlorad utifall bloggen försvinner från nätet i framtiden.

Peter bloggade på adressen niesing.blogspot.com mellan den 24 augusti 2010 till den 18 augusti 2014, och under den tiden han innefatta sju blogginlägg. Jag har kopierat in dessa i detta dokumentet och ändrat ordningen så att de går i den kronologiska ordningen från äldst till nyare. I en blogg är istället ordningen att det nyaste inlägget hamnar överst, men jag tycker att en mer traditionell ”dagboksform” gör sig bättre i detta formatet.

Bloggen startade som en ämnesblogg kring aikido och fick en touch av fortsatt samtal mellan Peter, Robert Martinsson (numera Van Helsing) och Matthias Rezac som i årtal innan hade diskuterat aikido och aikidorelaterade ämnen brevlades i en lärare och elevrelation. Peter tyckte själv att ämnet för sin blogg var något smal och ville bredda den med innehåll så som konst, vegetarisk matlagning och bakning. Det blev dock aldrig så men vi är många som är otroligt glada och tacksamma för det som blev och vill bevara detta.

Pierre Eriksson, 29 september 2019

Peters blogginlägg

TISDAG 24 AUGUSTI 2010

Samtal om Aikido

Hej vänner!

Nu har jag alltså med Rebeckas och Kristins ovärderliga hjälp försökt att etablera en "ämneslogg" om Aikido. Arrangemanget är först och främst tänkt som en ersättning för en intervju som Matthias Rezac nyligen ville genomföra med mig. Efter lite resonemang tyckte vi båda att det skulle kunna bli intressantare om vi lade upp det hela i form av samtal, där fler personer är involverade. Alla intresserade är alltså välkomna att fråga och kommentera - och eventuellt svara på frågor från mig själv. Jag tycker att det är väldigt trevligt att Matthias initierade detta samtal, och hoppas att vi alla skall ha den bästa nyttan av det!

Hälsningar

Peter

Upplagd av [Peter Niesing](#) kl. [12:35](#)

3 kommentarer:

-  [martinsson.robert](#) [24 augusti 2010 17:28](#)


Hej Peter :o)! YES, YES bra initiativ!!!

Känner ingen i min aikidokrets som med hängivenhet varit med under så lång tid och forskat så mycket i Aikidons idéhistoria. Kommer med all säkerhet bli en intressant och lärorik resa för oss alla. Ska berätta om din blogg för min kära Yoga-Frida, Aikidovänner i Fristad Aikidoklubb och hoppas att alla försöker tömmer sin bägare, plockar fram det nyfikna barnet och tar tillfället i akt att ställa alla små-, stora-, kanske till synes självklara frågor som hör aikido och livet till.

Varma hälsningar!

Robert Martinsson

Svara

-  [Matthias](#) [24 augusti 2010 18:53](#)

Härligt Peter! Här kommer då några första frågor:

Hur kommer det sig att du intresserade dig för östasiatisk filosofi och så småningom hamnade på aikido. Du är ju trots allt uppvuxen i en tid och på en plats där jag tror att asiatisk kultur inte hörde till vanligheterna.

När kom du egentligen i kontakt med aikido för första gången och hur gick det till?

Många varmt hjärtliga hälsningar

Matthias Rezac

Svara



[Matthias Rezac](#) [5 september 2010 13:46](#)

Hej igen Peter!

För några veckor sedan diskuterade vi hur man skulle kunna tolka tecknet för AI i AIKIDO och trots att jag tränat i över 20 år gav du mig något nytt i kunskapsväg. Vore inte detta forum ett ypperligt ställe att presentera denna tecken studie? (Tyvärr har jag inte kommit på hur man skall infoga bilder i kommentarfältet.)

MVH Matthias

Svara

TISDAG 8 JULI 2014

Vad hände sedan sist?

Ja, egentligen hände inte så mycket här på själva bloggen. Dels beror det på, att jag fick en massa annat att göra och dels på, att "Samtal om Aikido" på något vis ännu aldrig riktigt kommit igång.

Nu har jag emellertid tänkt, att mitt bloggtema är en aning för begränsat - och kunde utan vidare kompletteras med inslag av sådan art, som i sig på ett naturligt och traditionellt sätt har anknytning till budoträning och -utövning. Jag tänker här först och främst på olika former av geido, som målning, kalligrafi och keramik, men även på grönsaksodling, vegetarisk och vegansk matlagning, samt brödbak.

Som de flesta budoutövare säkert känner till, var till exempel Miyamoto Musashi inte bara bra på svärdhantering, utan också framstående som skulptör och målare. O-sensei Morihei Ueshiba ägnade sig på sidan om Aikido också intensivt åt växtodling och kalligrafi - och hans spirituelle mentor Onisaburo Deguchi, som på sin tid var en av de ledande personerna inom den synkretistiska Omoto-rörelsen, älskade att syssla med keramik och tyckte, att konst och konsthantverk var viktiga komponenter i strävan för en vackrare och bättre värld.

Dessutom kommer denna block att ha inslag av filosofiska ämnen, som traditionell ashtanga yoga (raja yoga enligt Patanjali), daoism och mahayana buddhism - dvs. allt sådant som jag sedan tidig ungdom är intresserat av.

Jag hoppas, att mina vänner och jag härmed får ett forum för ett intensivt framtida tankeutbyte.

Upplagd av [Peter Niesing](#) kl. [15:23](#)

2 kommentarer:

-  [Robert Martinsson](#) [12 juli 2014 12:49](#)

Hej min Goda Vän- och Inspiratör Peter!

Kul att bloggen får liv.

Ja, vad finns att sägas? Det kanske inte hänt så mycket här i bloggen men USB-minnet med över tusen sidors brevkorrespondens mellan tre Budo-Bröder (lärare/elever) som ständigt ligger i min ficka, och som bara väntar på att få sammanställas till något mer inbundet vittnar sannerligen inte att du varit på latsidan under de år loggen fick ligga och mogna inför kommande bloggtillväxt. I kölvattnet av ditt engagemang och forskning landade ett antal frön i Gingris bördiga jord där bland annat Borås BudoSkola, -Tsunemori Aikido och -YogaKlostret slått rot och börjat gro.

Givetvis kommer det snart några frågor, men Frida ropar från Kloterträdgården att dagens mungbönsgröda är klar.

Kram
Din Broder och Vän
Robert

Svara



2. [Robert Martinsson](#) [12 juli 2014 13:00](#)

Ok, tillbaka efter en hälsobringande måltid...

Här kommer några frågor som kanske går in i varandra;

1. Vad skiljer en Geido med något som inte är en Geido?
2. Vad förenar tillverkningen av en skål, bakningen av ett bröd med att utöva Budo?
3. På vilket vis kan konst och -konsthantverk bidra till en vackrare och - bättre värld?
4. Är det skillnad på konst och konst?

Bugande hälsningar
Robert

Svara

TORSDAG 10 JULI 2014

Hur jag blev intresserad av östasiatisk filosofi, och varför jag utövar aikido

Matthias ställde ju faktiskt redan 2010 – alltså när jag startade denna blogg för ca fyra år sedan – en fråga angående orsaken till mitt mångåriga intresse för aikido. På något vis blev denna inledande fråga tyvärr ”bortglömd” under alla dessa år – tills jag idag lyckades att läsa den på nytt.

Jag är ju ännu lite ”grön” som bloggare, och måste alltså fortfarande lära mig en del av informationsteknikens enklaste funktioner. Jag ber alltså om ursäkt, och vill nu göra mitt bästa att minnas rätt och berätta lite om de faktorer, som på ett mer eller mindre avgörande sätt bidrog till utvecklingen av mitt intresse för aikido och en del andra för mig ännu aktuella verksamheter.

Jag föddes in i en något ambivalent katolsk-kristen familj. En av mina mostrar var nunna och som lärare aktiv inom missionen i södra Afrika, vilket kanske bidrog till att jag som ca 10-åring var ganska religiös av mig och till och med drömde om ett framtida liv som missionär. Men till Afrika ville jag inte. Istället var det Indien, Kina och Japan som lockade. Några veckotidningsartiklar hade satt igång min fantasi – och sedan fick jag också ganska starka impulser från en morbror, som ägde en liten samling japanskt Satsuma-porslin, och – inte minst – av en del dokumentärfilmer om Indien, som den brittiska ockupationsmakten gratis bjöd på som ett led i strävan efter förbrödring under de första åren efter 1945.

Det är tydligt att jag redan i unga år hade ett ganska utpräglat forskar-sinne. Mina släktingar menade, att jag nog en gång i tiden skulle bli ”naturvetare”. I alla fall tog mitt något kritiska sinne ganska illa vid sig, att en del av mina katolska lärare (jag gick då i en katolsk skola) hade så svårt att leva som de lärde, att de gärna pryglade helt obehärskat och verkade dessutom allmänt sjukt intoleranta och bigotta.

När jag var 12-13 år fick jag genom ett par pyttesmå skriftliga redogörelser för första gången veta om buddhismen och daoismen – och därefter tynade faktiskt allt mitt intresse för kristendomem bort.

Här vill jag dock också berätta om en annan sida av min personlighet, nämligen om mitt konstnärliga intresse: Detta väcktes förmodligen också ganska tidigt i mitt liv. Under de mest dramatiska krigsåren, när de allierade ägnade sig som värst åt terrorbombning av min hemstad Braunschweig, hade jag tydligen som vana att teckna av mig allt det egendomliga. Därmed fick jag smak för bildkonst. Att min familj klarade sig helskinnad under alla bombraider var säkert också en bidragande orsak till min realistiska och relativt ljusa livsinställning och mitt mestadels goda humör.

Som 12-åring upptäckte jag också blålera som gestaltningsmaterial – vilket tillsammans med mitt nyetablerade intresse för buddhismen resulterade i produktionen av en massa små buddhafigurer, som jag gladeligen skänkte bort till en del av mina katolska klasskamrater.

Detta ser jag alltså som själva grunden för utvecklingen av min senare livssyn och världsbild: dels fanns där tidigt ett intresse för naturens och livets "mysterier" – och dels ett krav på autenticitet. Båda dessa faktorer fann jag till att börja med inom buddhismen och daoismen med deras särpräglade inriktning på förståelse och insikt på basis av egen forskning – och deras fokus på sinnesfrid som resultat av praktisk övning, som jag också kunde realisera under tider då jag ägnade mig åt skapande verksamhet av någon typ.

När jag just hade fyllt 18 år började jag även med en intensiv utövning av raja-yoga, som jag sedan fortsatte med under flera år tid – men som jag senare integrerade i andra typer av verksamhet. Om detta skall jag dock skriva lite mer utförlig i en kommande artikel.

Men kanske är det just här också på sin plats att fundera lite över mitt val av budo som huvudsakligt intresse på sidan om min mer professionella konstnärliga verksamhet och mitt arbete som bild- och keramiklärare under de senaste drygt 30 åren före min pensionering.

Jag tror att det i början bara fanns ett enda skäl, varför jag en gång i tiden ville ägna mig åt budo – nämligen att få lära mig en trevlig och effektiv konflikthanteringsmetod. Jag bodde ju under hela min ungdomstid i ett halvslummigt område, där det ganska ofta osade hett, och där man alltid behövde veta, hur man skulle undvika direkta och onödiga konfrontationer med vissa ofta onyktra och argsinta medmänniskor. Jag hade faktiskt redan som 9-10-åring hört talas om japanernas "oöverträffade" vapenlösa självförsvarskonst "jiu-jitsu" och dess sportartade alternativ judo. Och det var ju inte mer än naturligt, att jag under då rådande sociala förhållanden gärna ville lära mig dessa mystiska "tricks". Men på grund av bristande ekonomi blev det på den tiden, när det egentligen kändes som mest aktuellt, inte av. Senare blev samhället alltmer fredligt, och självförsvarskonst alltmer ointressant.

På något sätt överlevde dock den gamla drömmen i "förrådsmedvetandets" skrymslen. Och 1959 blev jag, och denna gång mer på grund av en ödets nyck än av det ursprungliga skälet, medlem i en judoklubb. Där tränade jag under ca 1½ års tid mer eller mindre flitigt tills jag flyttade till Sverige.

Något avgörande hände dock under kvällen efter min sista judoträning i Braunschweig. På hemvägen efter den aktuella träningen hade jag följt med en klubbkamrat och vi talade med varandra om våra respektive syften med judoverksamheten. Självt hade jag vid den tiden inte längre något egentligt skäl, utöver det att jag tyckte träningen var fysiskt ganska allsidig, och att det gynnade koncentrationsförmågan. Dessutom var det alltid en god stämning i föreningen – och så fanns det något vagt i bakgrunden, något som hade med japansk kultur att göra.

Min klubbkamrat talade då om för mig, att han tränade judo för att han var intresserad av zen-buddhismen. Sedan fick han under återstoden av vår gemensamma promenad så gott det gick förklara, vad denna zen-buddhism gick ut på. Denna händelse blev alltså för mig upptakten för en årslång djupdykning i denna säregna blandning av indisk mahayana-buddhism och kinesisk daoism med fokus på meditation (dhyana) som i Japan blev känd som zenna- eller zen-buddhism – och som i egenskap av betydelsefullt japanskt kulturfenomen vid sidan av den esoteriska buddhismen (shingon och/eller tendai) och tillsammans med konfucianismen och shinto påstås ha haft ett relativt stort inflytande på utvecklingen av en del olika former av budo, såsom kendo, kyudo mm., samt många andra japanska konstarter.

Ett år efter min flyttning till Sverige startade jag tillsammans med ett antal intressenter Borås Judoklubb. Träningen blev dock aldrig lika trevlig som i min gamla förening i Tyskland. Kanske berodde det delvis på bristande ledarförmåga från min sida – men antagligen mest på en egendomlig konkurrensanda hos de mest karriärfokuserade av mina svenska klubbkamrater. Istället för ömsesidig hjälpsamhet under träningspassen, blev det med tiden alltmer vanligt att se varandra som potentiella medtävlande om äran att vara bra eller bäst i föreningen – och att vinna till varje pris när det gavs den minsta chans vid exempelvis randori. För mig var judo en intressant lek, och inte något gravallvarligt sätt att värna om ett bräckligt självförtroende genom att "besegra" någon annan människa. Jag har aldrig någonsin varit tävlingsintresserad.

Därför kom det som en skänk från ovan, när jag vid en träning (1963 eller 1964) för den göteborgska jujutsu- och judolegenden Kurt Durevall fick min första glimt av aikido. Här fann jag verkligen vad jag egentligen innerst inne redan från början hade varit ute efter – en tävlingsfri budo med djupa rötter i japansk livsstil och spiritualitet. Kort tid därefter lämnade jag Borås Judoklubb och började ganska omgående att leta efter en kompetent aikidolärare för att helhjärtat kunna ägna mig åt denna budo. Det visade sig dock snart, att det var svårare än jag hade trott, och därför började jag alltså inledningsvis att tillsammans med ett par likasinnade vänner öva efter Koichi Tohei-senseis lilla bok "What is Aikido".

I slutet av 1965 fick jag emellertid reda på att en japansk "aikidoexpert" med 4 dan i bagaget hade kommit till Tyskland, för att på uppdrag av självaste Aikikai i Tokyo och O-sensei Morihei Ueshiba lära ut aikido. Då tog jag omgående kontakt med denne aikidoexpert och 1966 åkte jag alltså på min första allvarliga sommarträning med Katsuaki Asai sensei i Münster, Tyskland. Jag tog privatlektioner, vilket innebar att han och jag tränade med varandra 2 gånger 1½ timme dagligen – och vissa kvällar i veckan fick jag även vara med vid hans vanliga klubbträning. Det blev väldigt mycket svett och det var underbart intensivt. Efteråt fick jag under en tvåveckors-vistelse i Alassio, Italien läka mina av all katate dori tai no henko uppskrubbade handleder.

Året därpå var det så dags för en ny härlig omgång med Asai-sensei i Münster. Men då träffade jag där också Toshikazu Ichimura-sensei, som nyligen hade blivit officiell svensk aikido-rikstränare, och som nu fram till 1969 blev min aikidotränare. Därefter blev jag medlem i Göteborgs Judoklubb Aikidosektion och senare i nystartade Göteborgs Aikidoklubb. Där tränade jag för Takeji Tomita-sensei ett par kvällar per vecka så länge han bodde kvar i Göteborg.

Tomita-sensei flyttade senare till Stockholm. Jag besökte någon gång hans dojo på Kommendörsgatan – och för övrigt under några års tid de allra flesta av hans träningsläger. Jag förblev också medlem i Göteborgs Aikidoklubb, tills jag på inrådan av Tomita-sensei 1972 startade Marks Aikidoklubb och därmed egen verksamhet i Marks Kommun.

Det är så det gick till när jag fastnade för aikido. Förutom all regelbunden klubbträning har det under åren sedan hösten 1967 – då jag officiellt blev Ichimura-senseis elev, och aikido i Sverige fortfarande blomstrade i sin tidigaste utveckling, i sitt eget "begynnelsestadium", i sin "nyförälskelse" – blivit många underbara aikido-träningsläger, då vi "pionjärer" kände en oerhörd glädje under våra gemensamma övningspass och våra sensei ännu helt enkelt var

"genuint japanska", trots att de hade hamnat i en värld, som egentligen inte alls delade de förnämliga japanska idealen om samverkan för ömsesidig välgång, utan i grunden och underförstådd prioriterade en ständigt pågående tävling alla mot alla för personlig vinning och prestige.

Man kan ju undra hur lång tid det tar, tills människan känner behov av en viss anpassning i en ny, främmande socialmiljö – eller om det är möjligt att åtminstone delvis följa sin egen väg, sin egen "do", oavsett ett för tillfället rådande kulturklimat. Alla människor är ju inte absolut konkurrensbenägna, inte ens i världens mest tävlingsbegeistrade samhällen.

Upplagd av [Peter Niesing](#) kl. [11:46](#)

2 kommentarer:

-  [Robert Martinsson](#) [12 juli 2014 16:11](#)

Hej Peter och tack för dina generösa blogginlägg!

Intressant historia. Du får ta bort mina inlägg om jag frågar och skriver för mycket, vet inte riktigt med vilken avsikt och rymd din Blogg har.

Berätta gärna för de som följer dina fina inlägg här om Fredspipan och hur Buddhastatyn kom i din äga, känns som denna vackra berättelse skulle passa fint in här.

Tankar som "slår" mig från en del av din barndom är hur det kommer sig att Kristna "förebilder" kunde tro att "kärleksbudskap" obehärskat kunde pryglas in. Vilken tanke ligger bakom det? Står det något om äga som bildningsmetod i Bibeln? På samma vis funderar jag över i vilken grad och på vilket vis de Budoklubbar eller -lärare som har kamp, strid eller sport som medel för att uppnå medkänsla, samverkansförmåga och sinnesro skall lyckas?

"Man kan ju undra hur lång tid det tar, tills människan känner behov av en viss anpassning i en ny, främmande socialmiljö – eller om det är möjligt att åtminstone delvis följa sin egen väg, sin egen "do", oavsett ett för tillfället rådande kulturklimat. Alla människor är ju inte absolut konkurrensbenägna, inte ens i världens mest tävlingsbegeistrade samhällen."

Bra fråga!

Berätta, hur såg dina barndoms egendomliga teckningar ut? Hur kändes det att teckna?

Skönt att höra att din familj klarade sig bra i kriget. Som du vet är jag själv "halvblod" då min mors sida är från Tyskland. Mina morföräldrar, min Morfar och Mormor drabbades hårt i kriget och även om de med mycket tur eller ödes nyck klarade sig finns spåret av kriget fortfarande kvar som vissa olösta familjetrauman in i dessa dagar, två generationer senare. Min Morfar skrev under ålderns höst en bok, ett vittnesmål om krigets svåra år. Om du vill kan du få låna boken.

Berätta gärna om dina föräldrar, vilken relation hade du till din Mor och Far? Var inte din Far med i kriget? Har du några syskon?

Du berättar att du började med Budo för att lära dig en konflikthanteringsmetod i otrygga tider, har du någon gång haft användning av Budon på det viset?

Att samhället blev mer fredligt, var det enda skälet till att din ursprungliga motivator förändrades, eller hände det något annat i ditt inre under resans lopp som utövare?

"Att värna om ett bräckligt självförtroende genom att beseгра någon annan människa"

Mycket tankeväckande och rakt på!

Är alla som gillar sport och att vinna något bräcklig?

Har kamp, strid eller sport något att göra med Japansk livsstil och spiritualitet?

Härligt att ta del av din energi och -entusiasm vid Aikidons vagga i Sverige. Kommer du ihåg namnen på dina likasinnade vänner när ni tränade efter den lilla boken "What is Aikido?"

Du berättar senare att de Japanska instruktörerna var genuint Japanska, vad innebar det? Hade de en metodik och -uttryck som gagnade idén om ömsesidig välgång? (Har hört att de var tuffa...) Hur gick det i kulturkrocken av svenskar som ville uppnå prestige och -egen vinning?

Ser verkligen fram emot din kommande artikel om din tid med raja-Yoga och på vilket vis du integrerade det i andra typer av verksamheter.

Allt gott!

Robert

Svara

2.  [Matthias Rezac](#) [21 juli 2014 22:30](#)

Fantastiskt roligt och intressant att läsa, Peter. Roberts många frågor får räcka som uppföljning av den här artikeln nu, men även jag ser fram emot yogaartikeln framöver. (Måste för övrigt passa på att tacka för kvällens yogapass. Det var som en sval oas i högsommarvärmen och mycket givande.)

Kram Matthias

Svara

TORSDAG 10 JULI 2014

Om tecknet 合 (ai)

År 2010 efterlyste Matthias Rezac en tolkning av tecknet 合 ai i aikidō, och nu äntligen kommer det en sådan!

Tecknet 合 ai betyder att förena, att kombinera, att ansluta.

Detta tecken är sammansatt av: 亼 dvs 人 respektive 一 som betyder människor, och av: 一 som betyder en, hel, all, fullständig samt av: 口 som betyder mun, ingång, port.

Fritt tolkat skulle man kunna få det till att människor här talar med en mun, dvs att man är överens eller att man i andanom ansluter sig till varandra, att man delar samma värderingar. I till exempel aikijutsu sammanfogas tecknet 合 med tecknet 氣 till 合氣 aiki – och blir då till ett speciellt begrepp, som betyder ”energi-kombination” eller ”energi-förening” och avser denna gamla och effektiva japanska stridskonsts specifika strategi, att i en konfliktsituation aldrig agera med kraft mot en antagonists attackenergi – utan att undvika själva sammandrabbningen genom undanmanöver och att sedan få motståndaren ur balans genom att skickligt förena sin egen kraft med sin fiendes rörelseenergi.

O-sensei Morihei Ueshiba försökte efter 1945 att utveckla sin aikidō till ”en ny, sann budō”, till en verksamhet i världsfredens tjänst, där begrepp som motståndare och fiende eller självförsvaret inte längre var relevanta. Därför talade han ofta om aikidō som en väg till harmoni med ens livsmiljö och med en gudomlig vilja, samt om aikido som en väg – eller rättare sagt, som en självkultiveringsmetod – för utveckling av kärlek 愛 ai mellan människor.

O-sensei visste, att riktig kärlek innefattar alla andra fredsgynnande mänskliga dygder, såsom medkänsla, medglädje, generositet och opartiskhet.

Han menade också att människor genom aikidō på ett ypperligt sätt kunde träna avspänd uppmärksamhet och iakttagelseförmåga, och att detta i kombination med det rätta intresset för filosofiska eller religiösa frågor förr eller senare skulle leda till insikt om den stora enheten 太極 taikyoku (taiji på kinesiska) bakom alla differentierade fenomen i tillvaron – och därmed till ”upplysning” om den ultimata sanningen, att alla livsformer i grunden bara är ständigt föränderliga manifestationer av en enda ofantlig skapande process. Därför påminde O-sensei ofta sina elever om, att det var viktigt att ”bli ett med universum”, att alltså rent existentiellt uppleva enheten med allt som finns och allt som ännu inte blivit till. Denna upplevelse infinner sig alltid helt spontant, när sinnet hamnar i ett tillstånd av ”flow”, när det för en stund glömmer bort att jämföra, att bedöma eller att tvivla på allt och alla. Detta kan hända när som helst – och vid vilken verksamhet som helst – ja, till och med vid djup och avspänd vila. Med allra lättast är det ändå, när någon lagom seriös utmaning under en viss tid kräver absolut sinnesnärvaro – som exempelvis i aikidō, där ukes olika aktioner ständigt fordrar toris avspända uppmärksamhet och relevanta reaktioner.

När aikidō bedrivs i enlighet med O-sensei Morihei Ueshibas vision och testamente som en vänskaplig lek med tanke på ömsesidigt välbefinnande, finns det goda chanser att dess utövare med tiden också utvecklar just de mänskliga egenskaper, som utöver mer närliggande, rent fysiska förmågor, också befrämjar allmänt mänskligt samförstånd och därmed även ökar individuell och kollektiv livskvalitet. Det är så vi genom aikidō och medveten självförkovran kan få tillräckligt med insikt och energi för att kunna medverka till universums positiva utveckling. Vi blir medlemmar i livskonstnärernas världsförening och skapar var och en på sitt sätt och på sin plats i tillvaron det goda livet direkt i vår omedelbara närhet. I princip vill ju alla människor bara ha det bra, och därför finns det också hopp att världen med tiden skall slippa mental förvillelse, omåttligt begär, hat, avund, rädsla, krig, förföljelse, diskriminering, grymhet mot folk, djur, växtlighet, jord, vatten och luft. Slutligen handlar det om medvetenhet och god vilja.

Upplagd av [Peter Niesing](#) kl. [11:54](#)

1 kommentar:



1. [Robert Martinsson](#) [12 juli 2014 16:23](#)

"O-sensei Morihei Ueshiba försökte efter 1945 att utveckla sin aikidō till "en ny, sann budō", till en verksamhet i världsfredens tjänst, där begrepp som motståndare och fiende eller självförsvaret inte längre var relevanta. Därför talade han ofta om aikidō som en väg till harmoni med ens livsmiljö och med en gudomlig vilja, samt om aikido som en väg – eller rättare sagt, som en självkultiveringsmetod – för utveckling av kärlek 愛 ai mellan människor."

Reflektion: Vackert och stort!

Är det inte konstigt att vissa klubbar och instruktörer håller fast vid att samma mål skall nås med en metodik som lutar sig mot kamp, -strid och -självförsvaret? Hade varit intressant att få med sig det perspektivet, låter som en paradox. Förstår du deras tankar och hur det hänger ihop? Var i finns logiken? (Försökte föra en dialog om detta med en aktad utövare och lärare för några år sedan och fick i princip svaret, att det inte går att samtala om Aikido).

Med vänlig hälsning

Robert

Svara

MÅNDAG 28 JULI 2014

Lite mer om tecknet 合 (ai)

Det finns många begrepp i det japanska språket där tecknet 合 ingår som komplement, till exempel i 四部合唱shibugasshō, som betyder fyrstämmig kör, att sjunga tillsammans i fyra stämmor – eller i 和合wagō som betyder harmoni, enighet, sammanslutning, endräkt. 合 betyder alltså inte i sig ”harmoni”.

Detta begrepp aktualiseras i allra högsta grad när vi försöker att översätta den japanska teckenkombinationen 合氣道 aikidō till svenska eller något annat europeiskt språk.

I min förra artikel i ämnet har jag redan antytt, att aiki i aiki-jutsu eller aiki-dō kan uppfattas som ett begrepp i sig – som skulle kunna betyda ”energiförening”, eller något liknande – emedan dō kan betyda antingen metod, eller ”väg” i en daoistisk kontext, dvs ett sätt att leva i harmoni med världen.

Jag tror det är nyttigt att här än en gång poängtera, att varken ”ai”, ”aiki” eller ”aikidō” är saker, som man skulle kunna beskriva med hjälp av substans-, form- eller färgbegrepp – och att det är

helt vanskligt att försöka sig på en definition av något, som egentligen bara kan uppfattas som verksamhet, som skeende eller som sinnesförnimmelser av kvalitativ karaktär.

När man förutsättningslöst och uppmärksamt tuggar på en jordgubbe, vet man omedelbart vad det handlar om, och man behöver inte ”förklara” ytterligare. Ord kan inte göra upplevelsen mer begriplig – varken för en själv eller för andra. Med ord kan man uttrycka vad man tyckte om den eller eventuellt berätta, var någonstans man hittade jordgubben – men till exempel dess utseende, dess smak, doft och konsistens är så komplex, att språket inte räcker till. Språk har helt andra uppgifter än att komplicera livet med meningslösa försök att sprida intellektuellt ljus över sinnesupplevelser, som genom direkt, och dessutom alltigenom personlig erfarenhet, omedelbart resulterar i en viss, mer eller mindre omfattande förståelse. Vi säger ”aha”, och det räcker för det mesta egentligen också alldeles utmärkt.

Inom traditionell indisk advaita-filosofi säger man neti neti (inte så, inte så) när någon försöker att sätta ord på direkt-erfarenhet av livet, eftersom ord delar upp en otrolig komplex, sammanhängande verklighet i isolerade företeelser, klassificerar, påpekar och bedömer. Språk är instrument i överlevnadens tjänst, men skall och kan aldrig ersätta genuin verklighetsupplevelse. Vi människor ”förstår” oss själva och alla övriga manifesterade fenomen i vår värld på basis av ett mer eller mindre tillförlitligt och begränsat urval av sinnesdata, som beroende av tillfälliga hjärnprocesser antingen upplevs som meningsfullt samverkande, eller som en oändlig mängd olika, ur sitt naturliga sammanhang urskilda och eventuellt mätbara verklighetskomponenter. Den förra ”förståelsen” kallas inom indisk yoga för samadhi – och den senare ”förståelsen” för maya. Båda är lika viktiga för människans liv, som en fågels två vingar. För att medvetandegöra enstaka ”fysiska” företeelser för oss själva och andra, använder vi språk – men när det gäller komplicerade processer eller personliga

”upplevelser”, är det faktiskt bättre att bara hänvisa till i verksamheter, som eventuellt kan resultera i vissa, relevanta erfarenheter.

Fråga: Vad betyder tecknet ”ai” i aikidō? - Svar: Medverka med öppet sinne i en seriös aikidō-träning, så kommer du antingen direkt eller efter hand att förstå, utan att man behöver säga ett enda ord!...

Upplagd av [Peter Niesing](#) kl. [22:01](#)

1 kommentar:

1.  [Robert Martinsson](#) [19 augusti 2014 05:40](#)

Mmm, tack :)

Svara

TORSDAG 14 AUGUSTI 2014

En kort berättelse om en Fredspipa, och hur en Buddhastaty kom i min ägo

Jag är ännu inte riktigt färdig med redogörelsen om min tid med Raja-Yoga. Men nu vill jag tills vidare i alla fall ge respons på ett av Roberts spörsmål angående mitt blogginlägg den 10 juli 2014.

Ja, det var ju verkligen en egendomlig händelse. Man får föreställa sig en stad i ruiner ett par år efter krigsslutet 1945. Den mesta bråten hade kvinnorna på besättningsmaktens order då redan röjt bort, men återuppbyggnaden hade ännu inte kommit igång. Överallt stod det fortfarande kvar övergivna, utbombade, fallfärdiga hus, diverse brandmurar och skorstenspipor som manande utropstecken efter ett av mänsklighetens dittills mest vansinniga illdåd.

Denna miljö var naturligtvis äventyrslekplats och fyndgruva för stadsbarn som hade överlevt kriget. Och så kom det sig, att min kusin Berni på en av sina alltid mer eller mindre riskfyllda upptäcktsfärder i källaren till en totalförstörd fastighet hittade en till hälften förkolnad trälåda, som innehöll en Buddha-staty inbäddad i resterna av ett stycke brokadtyg. Denna händelse måste ha ägt rum strax efter det att jag själv hade blivit intresserad av buddhismen och av modellering i blålera; då var jag alltså ca 12-13 år gammal.

För kusinen Berni, tre år äldre än jag, hade denna Buddha-staty ingen nämnvärd betydelse; han var däremot på den tiden mycket Karl May-inspirerad och vurmade för indiankultur. Därför frågade jag honom vid något tillfälle, om jag inte kunde byta till mig Buddha-statyn mot en likvärdig gengåva. Och det gick vägen. Kusinen bad mig ("husets konstnär") att som bytesobjekt i enlighet med speciella önskemål och efter hans anvisningar göra själva huvudet till en indian-fredspipa åt honom. Det gjorde jag – och han blev nöjd – och sedan dess har denna omtalade Buddha-staty som en ständig påminnelse om möjligheten till en trevlig tillvaro följt mig på min väg i livet.



Upplagd av [Peter Niesing](#) kl. [19:11](#)

1 kommentar:

1.  [Robert Martinsson](#) [19 augusti 2014 05:43](#)

Vacker berättelse...

Svara

MÅNDAG 18 AUGUSTI 2014

Om min tid med raja-yoga

Som jag skrev i ett av mina tidigare inlägg, började jag som 18-årig, alltså 1955, att intensivt ägna mig åt raja-yoga.

Så här långt efteråt ser jag det som en förlösning av en längtan efter kunskap, som pågått sedan jag som 12-åring för första gången hade läst något om Buddha och Laozi. Av denna tidiga lektyr förstod jag redan mycket väl, att buddhismen och daoismen är sammansatta övningsystem, bestående av etik- och livsföring-relaterade råd, som skall gynna utvecklingen av ett avspänt sinnelag och social kompetens – och meditation, som skall gynna utvecklingen av avspänd uppmärksamhet, klarsyn och insikt i livets mysterier. Men informationen var mycket knapphändig och berörde inte alls själva övningspraktiken.

Däremot såg jag att en bokhandlare hade ett band med titeln "Die buddhistische Versenkung" (Den buddhistiska meditationen) av författaren Friedrich Heiler i sitt skyltfönster. Boken låg där i flera års tid, men jag hade under hela min ungdomstid aldrig råd att köpa den. Det hade jag inte förrän jag som nybliven målargesäll fick min första riktiga veckolön. Men då blev det istället en bok om raja-yoga.

Det hör till saken, att yoga vid den tiden (1955) var mycket lite känd i Tyskland. Det fanns också bara ett mycket begränsat antal yoga-praktiserande – och ännu färre kompetenta lärare. I min hemstad hittade jag ingen.

Men boken var ett verkligt fynd; dess författare hade lyckats med konsten att på ett enkelt sätt förmedla både raja-yogans filosofi och dess viktiga praxis.

Jag minns ännu hur lycklig jag var, när jag på kvällen efter bokköpet började läsa om allt detta som jag i flera år hade längtat efter att få kunskap om. Här fanns en rikedom av nya tankar – och många av mina mer eller mindre klara förväntningar infriades. Det kändes, som att jag nu äntligen hade hittat min andliga hemvist.

Och redan dagen efter började jag att praktisera. Min mor blev helt bestört, när jag berättade för henne att jag hade bestämt mig för att av etiska skäl bli vegetarian – och jag själv blev ett tag en aning vilsen när det gällde att hitta vegetabilier som kunde ersätta kött, fisk och ägg i min nya diet. Som tur var fanns det i närheten av min adress en välsorterad "hälsobod". Där kunde jag få en del råd, men det mest omtumlande var ändå mitt möte med alla dessa underbara livsmedel som jag nu blev bekant med. På den tiden var många hälsokostaffärer ännu inriktade på att tillhandahålla rejäla varor av högsta kvalitet. Där fanns de mest underbara fullkornsbröd, kallpressade matoljor, vegetariska smörgåspålägg, mild surkål, nötter och mandlar, osvavade russin, fikon och aprikoser, förträffliga marmelader osv – allt från biodynamiska odlingar. Då var diverse kosttillskott och allehanda farmaceutiska preparat ännu inte aktuella i sådana butiker. Däremot kunde man där också få tips om frukt- och grönsaksodlare, som sålde sina alltid helt färska biodynamiskt odlade varor ett par gånger per vecka på något av stadens torg.

Det var också då, som jag började att vara min egen kock och då jag även utvecklade ett starkt intresse för god, vegetarisk mat från hela världen.

Eftersom jag nu rådde över egen ekonomi, köpte jag en tysk översättning av Bhagavadgita och prenumererade – i brist på annat – också på en tyskspråkig månadstidskrift utgiven av Sivananda Yoga Vedanta Center i Rishikesh, Indien. Därmed hade jag fullt upp att göra. På något sätt blev jag åtminstone en riktig ”halvtids-yogi”. På min fritid lagade jag mat, studerade advaita vedanta, övade asana, pranayama, koncentration och meditation. I övrigt praktiserade jag yama och niyama både hemma, på min arbetstid, och när jag rörde mig i samhället.

Jag tror att jag utan överdrift kan säga, att jag redan från allra första början uppfattade yoga som ett sätt att leva, något som berörde alla aspekter av min tillvaro.

Jag har dock aldrig någonsin för yogans skull helt isolerat mig från min livsmiljö. Jag har rest omkring en del i vissa europeiska länder och jag har varit med på fester – och jag har spelat gitarr och sjungit både med folk och för folk. Och för att inte hamna i någon sorts fanatism drack jag varje vår och varje höst en halv flaska rödvin. Senare, på 1970-talet, började jag även att röka tobak, dock uteslutande cigarr och pipa – och aldrig med ”halsbloss”. Men just denna vana har jag sedan utan svårigheter lagt av med.

Nu kan man kanske fråga sig, vad ett flerårigt liv som ”halvtids-yogi” kan ha medfört... För det första har det gett mig oerhört mycket glädje, men det har också inneburit, att mitt självförtroende och mitt förtroende för livet har utvecklats på ett enastående sätt. Jag har insett, att tillvaron trots all sin mångfald i grunden är en sammanhängande enhet, att livsfenomen ständigt påverkar varandra och förändras, och att vi människor aldrig någonsin kan hamna utanför en allomfattande samverkan. Vi kan inte komma bort från livet – och vi är aldrig isolerade. Vi är alltid med, här och nu, som ofrånkomliga komponenter för varandra i en ständigt pågående universell process. Yoga har öppnat mina sinnen för verkligheten och fått mig att inse, att vi alla som finns på denna vackra planet ständigt och på oräkneliga sätt hjälper varandra att leva. På oräkneliga sätt är vi relaterade till varandra, på oräkneliga sätt verkar vi för varandras välfärd. En för mig okänd bonde i Indien plöjer sitt risfält, bevattnar det, sår, sköter om, och skördar. Har han själv tillverkat plogen han plöjer med, eller har någon annan smitt billen av järn, som någon annan har tillverkat av malm som ytterligare en annan har grävt upp någonstans ur jorden? Men hur kommer just denne indiske bondens ris till mitt kök och hur kommer det sig, att jag har pengar för att köpa det från närmaste matvaruaffär?

Här har vi ett enkelt exempel med ännu ganska överskådlig struktur. Men hur blir det, när vi tar hänsyn till alla faktorer som är involverade i undret att jag nu har ett par deciliter kokt ris att äta? Vilka har varit med vid produktionen av kastrullen jag använder till riset? Vilka och hur många har varit med om tillverkningen av min köksspis? Hur många är med om distributionen av den elström jag använder? Och vilka och hur många server i sin tur de människor, som vi nu har haft i åtanke??? Vi ser här, att redan de ömsesidiga mänskliga relationerna är oräkneliga. Om vi sedan utvidgar vår betraktelse och även tänker på alla de livsformer – stora som mikroskopiskt små – vilka är delaktiga i skapandet av bördig jord, eller

studerar de "kosmiska" processer, som har varit verksamma vid vårt solsystems uppkomst – och är nödvändiga för dess relativa fortbestånd – då kan vi kanske ana, att allt filosofiskt tal om alltings sammanhang och ömsesidiga beroende inte är tomt prat.

Världen fungerar huvudsakligen på basis av hjälpsamhet och samverkan. Det är lätt att glömma bort detta, om man inte då och då tar sig tid att tänka efter hur saker och ting faktiskt blir till och förhåller sig till varandra. Naturligtvis finns det även en del problem. Men de är i förhållande till allt positivt som vi ändå upplever ganska få.

Fokuserar man däremot alltför mycket på massmedias ständiga katastrofrapporter, reducerar man möjligheten att överblicka livet i sin helhet och får därigenom en rätt så obalanserad världsbild.

Jag tror att riktig, komplett yoga kan bidra till att människor utvecklar sina sinnen och sin omdömesförmåga, att de efterhand också övervinner fördomar och därigenom får en mer komplex och sannare verklighetsuppfattning. Detta leder mestadels till en minskning av risken att drabbas av stress och existensångest, och gynnar en motsvarande tillväxt av sådana mänskliga förmågor, som vi gärna vill konfronteras med när vi umgås med andra – såsom medkänsla, medglädje, artighet, respekt, generositet, hjälpsamhet och ett avspänt sinne.

En "yoga" däremot, som bara består av asana (stretch-yoga) och eventuellt pranayama, kan visserligen bidra till god fysisk form och vitalitet, men inte utveckla ett allsidigt gott förhållande till en själv eller tillvaron i stort. Därtill behövs en välavvägd träning av raja-yogans alla 8 komponenter – eller någon annan form av spirituellt praxis som minskar bristfällig verklighetsuppfattning, stärker självförtroende och utvecklar kärlek till livet.

När jag nu vid 77-års ålder ser tillbaka på min första stora yoga-tid, minns jag många underbara händelser och förundras över mitt självklara sätt att gestalta min dåtida tillvaro. Det var som om jag, vart jag än kom, alltid bara hamnade rätt och allt jag mötte på något sätt passade ihop med det jag egentligen ville göra. När det vid några tillfällen blev social konflikt, gick det alltid att reda ut och ledde också alltid till nya insikter. Jag gjorde mina utlandsresor på enklast tänkbara sätt, sov var som helst – ibland på bara backen i bergen, i hölador och i tält vid någon enslig grön plätt vid någon havsstrand. Jag kände mig fri, oändligt fri – och jag var lycklig så in i benmärgen. Yogan lärde mig att leva ett bra liv i en gudomlig värld. Jag blev med hull och hår pacifistisk kosmopolit och allt och alla blev mina potentiella vänner, människor, djur och växter, jorden som bar mig, vattnet som släckte min törst och luften som lät mig förnimma världens alla dofter och vid varje andetag försåg mig med förnyad livskraft.

Ja, det var så det började. Efter tre års liv som "halvtids-yogi" gifte jag mig, och därmed inleddes en ny fas i min utveckling; det sociala ansvarstagandet för en relation med fru och barn.

Raja-yoga har dock sedan aldrig förlorat sin betydelse för mig. Tvärtemot blev jag med tiden alltmer medveten om, att den i grunden baserar på samma erfarenheter, ur vilka buddhismen och den kinesiska daoismen en gång i tiden uppstod. Idag – alltså ca 59 år efter

min egentliga raja-yoga-debut – är dessa förnämliga österländska självkultiveringsmetoder självklart integrerade komponenter av min aikidō-verksamhet. Eller är det måhända snarare så, att min aikidō-verksamhet är en aspekt av min yoga-buddhism-daoism-baserade livs- och världssyn. Det är i princip precis så som Morihei Ueshiba, skaparen av den ”nya, sanna aikidō”, uttryckte det en gång i tiden, när han i en intervju tillfrågades om hans aikidō var en religiös företeelse: ”Nej, min aikidō är ingen religion. Men genom aikidō-träning kan man bli en bättre buddhist, shintoist eller kristen!”

Det tål att tänka på i samband med Roberts fråga om aikidō och självförsvar, som här på bloggen kommer att få en egen plats.

Upplagd av [Peter Niesing](#) kl. [14:20](#)

1 kommentar:

1.  [Robert Martinsson](#) [19 augusti 2014 05:47](#)

Fint att ta del av detta historiska vingslag, din hängivenhet och självklara entusiasm. Ser fram emot dina kommande skrifter.

Svara