

Shu

Ha

Ri

Interview - II

Met T.K. Chiba, door I. Shibata.

Oorspronkelijke titel: Shu-Ha-Ri: An Interview. With T.K. Chiba, by I. Shibata. Translated by T.S. Okuyama. Uit: Sansho, Aikido Journal of the USAF Western Region, Vol 7 (3 & 4), Fall / Winter 1990. Vertaling uit het Engels door Pauline Suyl.

Shibata: Hoe ontwikkelen we een gezond *Shu-Ha-Ri* concept? Als ik bijvoorbeeld naar de symfonieën van Beethoven luister, dan herken ik iets dat op de stadia van *Shu-Ha-Ri* lijkt. Symfonie nr. 1 en 2 zijn *Shu*; ze worden sterk beïnvloed door Haydn en Mozart. De nummers 3 tot en met 8 zijn in Beethovens eigen stijl, dit is te vergelijken met *Ha*. Nr. 9 is *Ri*, de uitdrukking van het intense religieuze gevoel van een ontmoeting tussen God en de mens. De Negende Symfonie heeft het kader van de muziek vergaand overtroffen. Echter, de Westerse samenleving heeft geen duidelijk, gestructureerd concept als *Shu-Ha-Ri*. Toch heb ik het idee dat er mensen zijn die deze stappen hebben doorlopen. Ik denk dat het belangrijk is om de overgangen en de relaties tussen elke stap zorgvuldig te bestuderen, aangezien *Ri* bestaat vanwege *Ha* en *Ha* vanwege *Shu*.

Chiba: Veel leden reageerden direct op het artikel en het interview over de structuur van *Shu-Ha-Ri*, en de invloed van *Shoshin*, of 'beginnersmind'. Natuurlijk was het een reactie op de verplichte opstelvraag over het artikel voor de Yudansha examens op het zomerkamp van 1990, maar ik voelde me ook gerustgesteld doordat ik ook veel andere reacties ontving. Ik ontdekte met belangstelling dat er in Westerse culturen concepten bestaan die vergelijkbaar zijn met de *Shu-Ha-Ri* stadia.

Ik schrijf over *Shu-Ha-Ri* om leerlingen te helpen begrijpen waar ze zich bevinden als het gaat om de ontwikkelingsstadia in hun training. Door 'ogen' te ontwikkelen waarmee ze kunnen zien in welke fase ze zich bevinden, wil ik dat ze begrijpen welke richting ze in moeten slaan in hun toekomstige training. Als ze dit begrijpen dan kunnen ze misschien hun energie beter richten.

Ik zie een trend waarbij studenten richtingloos zijn in hun trainen. Dit betekent vaak dat ze stoppen zich verder te ontwikkelen. Het is een serieus probleem, met name onder de leerlingen met een hoge dangraad, en het heeft meer aandacht nodig. In de Verenigde Staten, waar er geen *Budo*, of 'gevechtskunst' traditie is, hebben mensen met 4e of 5e dan niveau, wat met fysieke kracht en technische vaardigheid haalbaar is, de neiging om te stoppen met groeien. Dit heeft veel te maken met leeftijd. Als je begint te trainen op je 20e, en het ongeveer 15 tot 20 jaar duurt om je 4e of 5e dan te bereiken, dan zijn de meeste van de leerlingen rond hun 40e. We bereiken het hoogtepunt van onze fysieke kracht met 40, en beginnen die dan te verliezen. Als een leerling uitsluitend op zijn of haar fysieke kracht heeft vertrouwd in zijn training, is dit het punt waar de vooruitgang zal stoppen. Wat moet er dan gebeuren? Het is belangrijk om op dit punt iets te zoeken dat de fysieke kracht te boven gaat en de techniek overstijgt. We moeten ons richten op deze uitdaging en op zoek gaan naar de ware richting. Dit is een kwestie van fundamentele groei. Het resoneert diep met het essentiële probleem van het bestaan: Hoe te leven (of te sterven).

Je zei dat "*Ri* bestaat vanwege *Ha*, en *Ha* bestaat vanwege *Shu*" en dat het belangrijk is om de overgangen en relaties tussen elke stap te bestuderen. Ik wil het belang van *Shu* als ontwikkelingsstadium bespreken door haar sterke relatie met de invloed van *Shoshin* te benadrukken. *Shu* en *Shoshin* hebben dezelfde betekenis: ze zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Door *Shoshin* is het voor ons mogelijk om grondig van *Shu* te leren. Hoe diepgaander het leren tijdens *Shu*, hoe groter de sprong naar de vervolgstap, *Ha*. *Shu* bestaat ook binnen *Ha* en *Ri*. Ik drukte dit uit als 'de invloed van *Shoshin*', omdat ik bang was dat lezers *Shu-Ha-Ri* ten onrechte mechanisch zouden kunnen begrijpen als aparte treden, alsof

we een trap op gaan.¹ Ik zei dat de ogen het verleden ‘zien’, of wat er achter ons ligt, wat groei verzekert. Echte groei betekent niet alleen het beklimmen van de treden. We moeten ook in staat zijn om onze perceptie doortastend en moedig om te buigen, zodat we te allen tijde een trede terug kunnen gaan.

Het is van vitaal belang dat het moment rijp is wanneer je van de ene stap naar de andere overgaat. Er gebeurt niets als de tijd niet rijp is. De overgang op het verkeerde moment maken, is onjuist en kunstmatig. We zullen nooit in staat zijn de ware kracht te verkrijgen die in de ontwikkeling van een natuurlijke overgang ligt. Op het moment van rijping kan men correct *In*, of ‘oorzaak’ trainen. Door correct *In* uit te voeren, kan men ware *Ga*, of ‘effect’ overdragen en ontwikkelen. Naar effect zoeken zonder oorzaak is zoals proberen een appel te krijgen door de appelboom te kappen. De levenskracht die een mens van nature heeft (een appel in het geval van een appelboom) en hoe het leven bloeit zijn vragen die in verschillende domeinen liggen.

Boeddhisten zeggen "Alles in het universum heeft de Boeddha-natuur." Maar het betekent niet noodzakelijk dat alles in de wereld Boeddha is. Om onze oorspronkelijke Boeddha-natuur te laten bloeien, is het essentieel om de juiste training voort te zetten (*In*). Om *In* te trainen, moeten we de juiste meester tegenkomen. Dat is de beslissende factor in het *Shu*-stadium van je opleiding.

Ik heb te veel woorden gebruikt om dit concept te beschrijven. Maar zoals je weet, gebruiken we in Japan niet zulke lange zinnen. We zouden eenvoudigweg zeggen: "Als *Shoshin* niet correct is, zullen alle inspanningen (om de Weg te bereiken) tevergeefs zijn" of "Als je niet de juiste meester tegenkomt, is het beter om helemaal niet met de training te beginnen". Met een paar woorden gaan we in op de essentie van deze ingewikkelde en moeilijke zaken.

Ik vond jouw analogie van Beethovens symfonieën nr. 1 tot en met nr. 9, door ze te linken aan de ontwikkelingsstadia van *Shu-Ha-Ri*, zeer interessant. Ik ken een boeddhistische monnik die in Japan bekend staat als een ‘verborgen Beethoven geleerde’. Hij wijst erop dat de overgangsentwikkeling van Beethovens symfonieën vergelijkbaar is met die van Boeddha's leven. Ik heb de symfonieën nr. 1 tot en met nr. 9, meteen helemaal beluisterd

¹ *Structure of Shu-Ha-Ri, and the penetration of Shoshin. Uit: Sansho, Aikido Journal of the USAF Western Region, 6 (2) 1989. Zie ook voor NL vert op deze site: <https://aikido-amsterdam.nl/wat-is-aikido/achtergrond/artikelen/shuhari-en-shoshin>.*

en ik ben het met hem eens. De grondtoon van Beethovens muziek spreekt van menselijk lijden, worsteling en vreugde en lijkt mij identiek aan het dramatische leven van Boeddha.

Shibata: Ik denk dat *Shu* de belangrijkste stap is in *Shu-Ha-Ri*. In *Shu* oefenen we door het herhalen van de vormen die we zien. De eerste ervaring is daarom deze daad van 'zien'. Japanners lijken over deze 'manier van kijken' te beschikken vanuit de basiskennis van Budo die ze in onze culturele omgeving van jongs af aan hebben opgedaan. Ik denk dat we niet alleen getraind zijn om met onze ogen te 'kijken', maar met ons hele lichaam. We hechten veel belang aan onze *Kansei*, of 'gevoel', niet aan mentale kennis. Hoe kunnen we Amerikaanse leerlingen dit laten begrijpen?

Ik denk dat we iets moeten 'zien' en voelen als we *Kata* (of techniek), getoond door onze meester, 'zien'. Hoe 'zien' we de *Kata*? Kijken we naar details, zoals de bewegingen van handen en voeten, of naar de totale stroom van beweging? Of moet je maar doelloos naar *Kata* kijken? Als ik naar muziek luister, luister ik naar elke noot op elk moment. Echter, aan het eind heb ik naar de muziek als geheel geluisterd.

Chiba: Ik denk dat je vraag, "Hoe zien we beweging?" een grote zorg voor leraren is. Het is nogal een hoofdbreker als we lesgeven. Het probleem is dat, hoewel er individuele verschillen zijn, Amerikaanse leerlingen over het algemeen niet erg goed zijn in *Mitori Geiko*, of 'training door waarneming'. Ze kunnen *Waza*, of 'techniek', niet van ons stelen. Daarom berispen en bekritisieren we onze studenten. Maar als ik er goed over nadenk, is perceptie hetzelfde als smaak, tastzin, gehoor en kleurgevoel. Alle zijn sterk beïnvloed door de omgeving, cultuur, traditie en de gewoontes waarmee je bent opgegroeid.

Om een techniek te stelen, moet je in staat zijn fenomenen te 'zien' zoals ze zijn, in de vorm en de gedaante die ze hebben. En om dit te doen, moet de student beschikken over tegenwoordigheid van geest, een heldere blik en het vermogen zich goed te kunnen concentreren. Vervolgens moet hij of zij in staat zijn om 'essentie te lezen' (waarin idee [wil], orde, systeem en structuur zijn vervat), die bestaat achter de verschijning van gedaante en vorm. Wat nodig is bij dit vermogen is, in principe, verbeelding of intuïtie. Dit soort vermogen kan worden bereikt door middel van training. Miyamoto Musashi schreef in het boek Vijf Ringen dat een fenomeen te zien zoals het zich aandient *Ken no me* is, of 'ogen om mee te zien', en de ogen die door de vorm heen kijken om de essentie achter de dingen te zien *Kan no me* is, of 'ogen om te doorzien', dat op een hoger niveau is geplaatst dan 'ogen om te zien'. Dit is inderdaad een diepe bevinding.

Er zijn veel verschillende manieren van waarnemen:

1. De dingen collectief en totaal zien

Voorwaarde hiervoor is het vergaren van kennis over het object. Als we bijvoorbeeld de beweging van een mens zien, moeten we in principe de orde of het systeem in de beweging begrijpen, en wat het centrum, de essentie en de afleiding van de beweging is.

2. De dingen als fragment, als onderdeel of versnipperd zien

Als deze methode een gewoonte wordt binnen een individu, is het een beslissende zwakheid in termen van Budo training. Wanneer men naar de voeten kijkt, kan men de handen niet zien en omgekeerd. Het is niet mogelijk om het geheel te (be)vatten omdat de student de organische structuur en haar verbondenheid niet kan zien door te kijken naar individuele delen van het lichaam. Dit gebeurt wanneer studenten niet over tegenwoordigheid van geest en helderheid van visie beschikken, en dus de kracht om te focussen, missen. Ze kijken alleen maar naar de dingen zoals ze voorbij komen. Het is echter heel anders als men doelbewust naar handen of voeten kijkt om de hele beweging te begrijpen. Dit is één van de belangrijkste aspecten van Budo training.

3. De dingen zien terwijl ze gebeuren

Dit is zonder aandacht naar dingen kijken en alleen op het moment zelf. Er is geen beeld gevormd en opgebouwd. Men begrijpt de tijdsovergangen en veranderingen (het verschil tussen wat men gisteren zag en vandaag ziet) niet en mist het vermogen om de inhoud en kwaliteit van dingen te vergelijken en te bestuderen (zelf versus anderen, anderen versus anderen). Als een student niet kan vergelijken en studeren, dan heeft hij of zij een gebrek aan selectieve visie en richting, wat noodzakelijk is voor groei.

4. Dingen in continuïteit zien

Er is continuïteit in de tijd tussen wat je gisteren hebt gezien en wat je vandaag ziet, van vorig jaar tot dit jaar, en dus is er sprake van een accumulatie van kennis en ervaring. Dingen waarnemen in een continuüm is het begrijpen van bepaalde regels, oorzaak en gevolg relaties, en de onvermijdelijkheid binnen verandering, overgang en het verschuiven van dingen. Dit zijn 'historische zienswijzen' die de toekomst kunnen zien vanuit de huidige richting van dingen.

5. De dingen subjectief zien

Dit betekent op een vooringenomen wijze kijken en dus de dingen niet zien zoals ze zijn. Met vooroordelen kan men vaak niet de ware uitdrukking der dingen zien.

6. De dingen objectief zien

Dit is de dingen zien zoals ze zijn. Een persoonlijk vooroordeel is hier niet aanwezig. Dit is de blik die Musashi beschreef als *Ken no me*, de 'ogen om te zien'.

7. Door dingen heen kijken en de daar verborgen essentie waarnemen

Dit is *Kan no me*, of 'ogen om door te zien', zoals beschreven door Musashi. Deze methode is afhankelijk van intuïtie en het vermogen om door de dingen heen te kijken om de essentie waar te nemen.

8. Eén zijn met datgene wat men ziet

Dit wordt uitgedrukt als 'zien als zijn'. Het is de toestand waarin subject en object tot een eenheid worden. Geest en lichaam zijn nog niet van elkaar gescheiden, zoals een baby die dingen ziet en aanraakt. Dit is de zuiverste toestand voordat we een duidelijke grens trekken tussen onszelf en buiten, en karakter en subjectiviteit zich ontwikkelen. Dit is de staat waarin we diepe emoties ervaren wanneer we een uitzonderlijk kunstwerk of een beweging zien van iemand met een zeer hoog trainingsniveau. We ervaren ook de zuiverste menselijke emotie in deze staat, zoals mededogen, medeleven en welwillendheid, wanneer we het ongeluk van anderen zien. Buitengewone kunstenaars, dichters en muzikanten beschikken over het vermogen om op deze manier waar te nemen, net als begaafde religieuze personen. (Naar verluidt vertoonde een hedendaagse Indiase heilige, Sri Ramakrishna Paramahansa, tegelijkertijd een brandvlek op zijn eigen gezonde arm toen hij zag dat de arm van een andere man zwaar verbrand werd.) Ik zou ook willen citeren uit "There was a Child Went Forth", een gedicht uit de facsimile editie van *Leaves of Grass* uit 1860, van Walt Whitman (Cornell University Press, p. 221, ch. 9):

There was a child went forth every day,

*And the first object he looked upon and received with wonder, pity, love or dread,
that object he became,*

*And that object became part of him for the day or a certain part of the day or for
many years or stretching cycles of years.*

[Er ging elke dag een kind naar buiten,

En het eerste object dat hij bekeek en met verwondering, medelijden, liefde of angst ontving, dat object werd hij,

En dat voorwerp werd deel van hem voor de dag of een bepaald deel van de dag of voor vele jaren of strekkende cycli van jaren.]

Ik denk dat het niet nodig is om uit te leggen welke van de bovenstaande manieren van zien nodig zijn voor Budo training. Ik zou graag zien dat iedereen meer aandacht besteedt aan de eenvoudige handeling van 'zien'. De manier waarop we dingen moeten zien in krijgskunst training heeft een veel ingewikkelder structuur dan we ons realiseren, omdat het zo'n hoge concentratie van mentale energie vereist. Het is inderdaad één van de belangrijke gevoeligheden die ons dagelijks leven ondersteunen. De visuele waarneming is een brug die het zelf verbindt met de buitenwereld. De wereld wordt gedefinieerd door verschillende aspecten van de visuele waarneming, zoals mate van helderheid, verschillen in scherppte, en concentratie van afleiding van de geest.

Ik had een persoonlijke ervaring wat dit onderwerp van zien betreft. In 1979 volgde ik een Zen training bij de Chogenji tempel in Izu, Japan. Ik mocht één keer per maand Bijbellezingen bijwonen van pater Oshida. Op een dag zei pater Oshida: "Er is een oog op je handpalm." Zijn woorden troffen me zo sterk dat ik het gevoel had dat de wereld op zijn kop stond. Het is moeilijk om zo'n persoonlijke ervaring over te brengen, maar ik kreeg het gevoel dat de tastzin de visuele zin was. Omgekeerd zou je kunnen zeggen: "Er is een hand in het oog". Je raakt tegelijkertijd een object aan door het te zien aan en je ziet het object door het aan te raken. Zien of aanraken is de andere persoon (object) kennen. Weten is ervaren. Als je te horen krijgt dat het water warm is, weet je pas hoe warm het is als je het zelf aanraakt. Een afbeelding van een taart kan je honger niet stillen. Handen zijn een speciaal onderdeel van de menselijke anatomie die hun eigen speciale functie hebben.

De voor Aikido voorgeschreven trainingsmethode, van het vasthouden van een zwaard (je raakt je tegenstander via je zwaard), van handen die andere handen aanraken en van lichamen die met andere lichamen in contact komen, is inderdaad het contact van iemands leven met andere levens.

Shibata: Om door de herhalende beoefening van Kata, zoals we dat in Aikido doen, een subjectief leven te wekken, is het nodig om een ongelooflijke hoeveelheid te trainen, zoals je in de laatste uitgave van Sansho aangaf. Ik denk dat een belangrijke voorwaarde voor

ontwikkeling is om voortdurend je geest fris te houden en ogen die 'zien'. Sommige mensen zijn gemakkelijk tevreden met de huidige situatie. Hoe kunnen we die frisse blik bewaren?

Chiba: Het is van vitaal belang om de dingen met een frisse blik en een heldere geest te zien, zoals ik al eerder heb gezegd. Het is moeilijk om in het dagelijks leven frisheid te behouden. Het is de zuivere ervaring van eerste indrukken, die het (oorspronkelijke) principe van frisse ogen en geest vormen. Het is een wereld van *Ichigo Ichie*. *Ichigo Ichie* betekent dat we elke ontmoeting in deze wereld slechts één keer hebben en dat we daarom elke ontmoeting zo belangrijk en significant moeten maken alsof het de laatste kans was die we hebben. Als de essentie van de menselijke creativiteit in pure ervaring ligt, dan is wat belangrijk is, ongeacht of het intellectueel, emotioneel of spiritueel is, het gevoel van niet aflatende vreugde in de Aikido training. Op een dieper niveau zou ik zeggen dat dit gevoel de fundamentele passie is van de mens die onbeschrijflijk diep inwerkt op een ander mens. En ten slotte zou het kunnen worden samengevat als: elke dag, elk moment, met volle oprechtheid te leven in de beperkte tijd van dit leven.

Ik vertel mijn leerlingen vaak dat de beweging of techniek die ze beoefenen niet herhaalbaar is en dat het leven van de beweging eindigt als deze is uitgevoerd. Ze moeten daarom het belang (h)erkennen van elke beweging die ze maken. Het maakt niet uit of deze goed was uitgevoerd of niet. Waar het om gaat, is dat het met volledige oprechtheid moet worden uitgevoerd. Dat is de enige manier om elke ontmoeting tot leven te brengen. Toen ik dit zei, trokken sommige van mijn studenten een vreemd gezicht. Velen van hen begrijpen dit concept niet. De ontmoeting bijvoorbeeld met het moment, 15.00 uur op 30 september 1990, gebeurt slechts één keer in je leven. Veel mensen besteden geen aandacht aan deze gedenkwaardige realiteit. Je kunt aan het werk zijn, oefenen of andere mensen ontmoeten in dit moment, maar je kunt van dit moment een kostbaar moment maken, ongeacht wat je doet. Als je mensen ontmoet, zelfs als die persoon in de buurt woont en je hem of haar op elk gewenst moment kunt zien, kun je de ontmoeting toch behandelen alsof het de laatste keer is dat je die persoon ziet. Je kunt de ontmoeting belangrijk maken. Je moet dit begrijpen en elk moment laten tellen. Ik kan niet genoeg benadrukken dat het hetzelfde is als je een beweging beoefent. Of het nu wel of niet correct wordt uitgevoerd, welke graad je ook hebt, de beweging, zoals die bestaat, zal alleen als één handeling worden voltooid als je deze in alle oprechtheid uitvoert. Is dit niet de enige manier waarop we een handeling tot leven kunnen brengen, of het nu gaat om beweging, het ontmoeten van mensen, werken, eten, of eigenlijk om al onze activiteiten?

In het boeddhisme wordt dit *Genzai Shin* genoemd, of 'aandacht in het hier en nu'.² Boeddhisten maken dit tot de meest fundamentele basis van de training. De 7de passage in de "Mumon Kan", een bloemlezing van een Chinese Zenmeester, beschrijft *Genzai Shin*: Een trainingsmonnik bezoekt een Zenmeester, de priester Joushu, en zegt: "Ik ben een beginner. Toon me alstublieft de ultieme mysteries van het boeddhisme. Joushu antwoordt: "Heb je al rijstpap gegeten voor het ontbijt? De monnik zegt "Ja". Dan zegt Joushu: "Als je hebt gegeten, was dan de kom. Op het moment dat de monnik dit hoort, bereikt hij verlichting.

Wanneer ik naar dit soort ontmoetingen binnen de krijgskunsten zoek, vind ik een persoon die mijn hoogste achting heeft, Harigaya Sekiun (? -1662), die een meester in *Shin Kage Ryu* was. Hij zei in zijn onderricht: 'Als je je vijand met je zwaard tegemoet treedt, is er niets bijzonders. Als de *Ma*, of 'afstand,' ver is, ga voorwaarts totdat je hem kunt bereiken met je zwaard. Als je daar bent, snijd hem neer. Als de *Ma* dichtbij genoeg is, snijd hem dan in het ogenblik. Denk er niet veel van. Ik vind deze leer identiek aan het gezegde van Joushu: "Als je klaar bent met eten, was je kom.". Dat is het geheim van het boeddhisme.

De grondlegger van Aikido, Morihei Ueshiba, zei dat Do - 'de Weg' - is als het bloed dat door ons lichaam stroomt. Harigaya Sekiun definieerde tructechnieken, zoals de linkerkant snijden alsof je rechts gaat snijden, of laag snijden alsof je hoog gaat snijden, als brute tactieken die een beestachtige geest weerspiegelen. Hij onderscheidt deze duidelijk van de weg die een mens zou moeten volgen. Zijn methode om studenten naar het spirituele bewustzijn van 'niets bijzonders' van de zwaardtechnieken te leiden, was om ze grondig te trainen in het wederzijds snijden. Zwaardmeesterschap is in eerste instantie ontwikkeld als vechtkunst, maar het is verrassend om te weten dat het ook kan worden gebruikt om een hoge spirituele staat te ontwikkelen. Het is inderdaad een wonder van het mens zijn.

Shibata: Honkbal ontstond in de Verenigde Staten, maar vandaag de dag is het uitgegroeid tot een van de meest populaire kijksporten in Japan. Maar zelfs in honkbal trainen Japanse spelers op dezelfde manier als wij studenten trainen in traditionele Japanse kunsten en disciplines. In de beginfase instrueren we niet om te rennen, gooien, vangen en te slaan. De heer Oh van de vroegere Yomiuri Giants (die het home-run record houdt) zwaaide honderden keer per nacht met een knuppel. Ik denk dat lange jaren van opgebouwde ervaringen ons uiteindelijk tot een intellectueel begrip leiden. Ik denk dat Yudansha mogelijk intellectueel begrijpen vanwege hun jarenlange ervaring, maar moet ik beginners naar dit niveau van

² Present mind is hier vertaald met 'aandacht in het hier en nu'.

begrip leiden door intellectuele uitleg, of moet ik ze gewoon laten ervaren door middel van training?

Chiba: Lichamelijke ervaring en intellectueel begrip zijn als twee wielen van een kar. Idealiter ondersteunen en vergroten zowel ervaring als begrip elkaar naarmate we ons ontwikkelen. Daarom is het normaal om zowel ervaring als intellectueel begrip te verlangen van beginners en leerlingen met een hoge dangraad, in overeenstemming met hun begripsvermogen. Maar kennis die je ontleent aan iemand anders of aan boeken is uiteindelijk niet de jouwe. Dit is waar de overgang van *Shu* naar *Ha* belangrijk wordt. Zoals ik al eerder zei, is dit als de transmissie van Joushu aan een monnik: “Was je kom als je klaar bent met eten”. Op zich is dit niets bijzonders en lijkt het alsof het zich afspeelt in een dagelijks gesprek, iets wat we horen en weer snel vergeten. Maar als het moment rijp is, kunnen we door dit soort normale dagelijkse gesprekken tot een waar begrip komen. Wanneer het moment rijp is, kan een dagelijks gesprek het vermogen hebben om mensen in beweging te brengen en hun leven volledig te veranderen. Het boeddhisme noemt dit *Kenshou*, ‘oorspronkelijke waarheid zien door verwarring’, of *Kaigo*, ‘verlichting’. Wanneer men dit niveau bereikt, belichaamt men met eenheid van geest en lichaam het ware begrip (geest en lichaam, ervaring en intellectueel begrip zijn samengevoegd tot één), dat niet van iemand is geleend. Het frisse oog of de frisse geest die je noemde, vindt je in de vraag van de monnik die Joushu om het geheim van het boeddhisme vroeg. Hij zei: “Ik ben een beginner.” Dit is *Shoshin* in Budo. Omdat hij *Shoshin* op het juiste moment volhield en volbracht, was hij in staat om verlichting te bereiken toen Joushu zei: “Was je kom als je klaar bent met eten”.

Shibata: Ik hoor vaak de vraag: “Wat is het verschil tussen Aikido in de Hombu Dojo en Aikido zoals dat wordt getraind in de Verenigde Staten?” Ik antwoord altijd dat er geen verschil is. Ik ben er trots op dat iedereen in de Verenigde Staten heel hard traint. Wat is jouw mening?

Chiba: Het woord ‘Aikido’ op zichzelf is een leeg woord. Het is een abstractie en een generalisatie. Strikt genomen, bestaat zoiets niet. Wat bestaat is het concrete gegeven ‘Zelf’ of een individu. Omdat individuen bestaan, bestaat Aikido. Japans Aikido, Aikido in de Verenigde Staten of Hombu Aikido zijn daarom niets anders dan abstracties en generalisaties. Wat er bestaat is het Aikido van Shibata, het Aikido van Chiba en het Aikido van die-en-die. Natuurlijk bestaat de leer en het technische systeem van Aikido in het algemeen. Maar het belangrijkste is dat de leer en de technieken alleen door een individu kunnen worden gerealiseerd. Aikido leer zonder personificatie, zonder concreet feit, is niets anders dan een dood woord (hoe prachtig het ook mag zijn), een lege logica, dat alleen maar een ‘gevoel’ van waarde geeft. Ik wil het belang van je aandacht, je denken, je inzicht en

je zelfonderzoek naar de inhoud van *Gyo*, of ‘zelfdiscipline’, noemen. Er kan geen personificatie zijn zonder de inhoud van *Gyo*.

Laat me dit herhalen. Wat er eigenlijk bestaat is Shibata's Aikido, Chiba's Aikido, Bill's Aikido en Ann's Aikido. En ieders Aikido staat op zichzelf en is beperkt tot zijn of haar leven. Daarom is ieders Aikido kostbaar en kan niet vervangen worden. Het basisidee van *Shu-Ha-Ri* is gebaseerd op dit stamgegeven. Als je dit punt mist zul je de ware betekenis van *Shu-Ha-Ri* niet begrijpen. De reden voor de stappen van *Shu-Ha-Ri* is creatieve ontwikkeling. Het vereist een situatie waarin de leraar geen miniatures van zijn leerlingen mag maken, en van leerlingen wordt verwacht dat ze hun leraar voorbijstreven en hem niet alleen kopiëren. Bill moet zijn Bill-zijn polijsten en Ann moet haar Ann-zijn polijsten door middel van Aikido training. Wat is het ware Bill-zijn of Ann-zijn? Het is belangrijk dat we heel voorzichtig door de poort van zelfontkenning genaamd *Shu* gaan, zodat we niet eindigen met lichtzinnigheid en zelfingenomenheid. Als Bill-zijn en Ann-zijn hun egocentrische wereld niet kunnen overstijgen, dan zijn ze misschien niet in staat om verder te komen dan de confrontaties van ego's, hoe ver ze ook vooruitkomen. Het waarnemen van de eenheid van het universum binnen Bill en Ann, dat in het boeddhisme *Kenshou* wordt genoemd, houdt in dat je de hoogste uitdrukking van karakter (Boeddha) in jezelf ziet. Dit is de staat van *Ri* in Budo training, en het is de ware geboorte van een vrij mens. Zoals we in de laatste Sansho hebben besproken, "De overdracht van de geheime leer (van Budo) kan alleen plaatsvinden in het domein waar persoonlijkheden niet tegengesteld zijn, omdat het niet kan worden overgedragen van de ene persoonlijkheid op de andere". De stap van *Ri* in Budo training heeft een diepere betekenis dan alleen het beheersen van de technieken of het afstuderen van school.

Shibata: In de laatste uitgave zei je dat Aikido intensiteit schijnt te missen in vergelijking met andere, meer concurrerende krijgskunsten. Ik ben het met je eens. Ik denk dat we moeten trainen met tomeloze passie en een vastberaden houding om ons innerlijk te verdiepen naar meer diepgaande doelen. Kun je alsjeblieft meer in detail uitleggen over de "mentale, psychologische configuratie die uniek is voor Aikido"? Ik zou het graag willen begrijpen voor mijn verdere ontwikkeling.

Chiba: De mentale, psychologische configuratie heeft vele betekenissen. Ik wil mij beperken tot algemene principes, zodat ik niemand belaster of bekritiseer. Ten eerste is Aikido, vooral het naoorlogse Aikido, geen *Bujutsu*, ‘krijgskunst’, maar een *Budo* of een ‘martiale weg’. Ik wil de gedetailleerde verschillen tussen *Jutsu*, ‘kunst of techniek’ en *Do*, ‘Weg of Pad’, overlaten aan een toekomstig artikel, maar hier wil ik aangeven dat het hoofddoel van *Do* het ontwikkelen van (de eigen) persoonlijkheid is. *Jutsu* perfectioneert vechttechnieken. De

voltooiing van *Bujutsu* als vechtkunst vereist twee elementen, aanval en verdediging, en hun onvermijdelijke oppositie, confrontatie, wederzijdse effecten, en wederzijdse aanvulling. Om met andere woorden in hogere mate en met meer effectiviteit verdedigingstechnieken te belichamen, moeten we in hogere mate offensieve technieken belichamen. Het concept van absolute verdediging in de vechtkunsten is dood en leeg. Omgekeerd zou hetzelfde kunnen worden gezegd over de absolute aanval.

Zoals je weet nemen we in Aikido van oudsher de basispositie van absolute verdediging in en leren we verdedigingstechnieken. We leren of trainen de offensieve technieken niet. Dit geeft aan dat Aikido een trainingsmethode heeft die niet kan worden opgenomen in de categorie krijgskunst. Aikido omvat echter veel van de hoogste en meest nauwkeurige technische elementen van de Japanse krijgskunst. We moeten ons wel realiseren dat het daadwerkelijk omzetten van deze elementen in techniek, terwijl het ontbreekt aan offensieve trainingsmethoden, een tegenstrijdigheid is. Persoonlijk vind ik het heel belangrijk om dit punt op te merken. Traditioneel komt men in Japan in *Do*, de weg, via *Jutsu*, of techniek terecht. Een student cultiveert persoonlijkheid, het aangaan van de Weg, door middel van krijgskunst (martial arts) training. *Do* en *Jutsu* werden nooit los van elkaar gezien. In Aikido keren we het concept echter om en gaan we *Jutsu* binnen via de Weg. Eerst cultiveren we persoonlijkheid en dan staat de wereld van *Jutsu* open voor hen die door de poort van strikte zelfverloochening gaan. Dit is het kenmerk en het morele principe van het huidige Aikido. Ik noem Aikido dan ook een nobele kunst. Het is een zeer gevaarlijk idee om karakter te cultiveren door middel van een conflict tussen het ene ego en het andere, alsof we vrede kunnen bereiken door middel van oorlog.

De grondlegger, Ueshiba Morihei, heeft me vaak gezegd om in de toekomst geen krijgskunsten (martial arts) te onderwijzen. Hij zei altijd dat Aikido een discipline van zuivering is die 'vuil' uit de gewrichten van het lichaam verwijdert, de stroom van Ki en bloed zuivert, en de eenheid van lichaam, geest en ziel regelt. Aikido is een heilige dans die wordt aangeboden om de deugd van de goden te prijzen en te danken.

Aikido's hoog gepolijste technieken en verborgen leerstellingen zijn ons erfgoed. Het is echter vrijwel onmogelijk om ze te belichamen door middel van hedendaagse Aikido training. Voor degenen die op zoek zijn naar de krijgselementen verborgen in hun training, is het mogelijk dit te bereiken.

Er zijn twee elementen betrokken bij de mentale, psychologische configuratie die ik in het laatste nummer noemde. De ene is verwant met mensen die Aikido beoefenen met een competitieve geest, terwijl de trainingsmethode van Aikido niet competitief is. Aikido

beschikt niet over de trainingmethode van wederzijdse ondersteuning, uitbreiding en vooruitgang van de offensieve en defensieve relatie. Deze methode is voor degenen die de betekenis van het betreden van de Weg door middel van Techniek niet begrijpen of verkeerd begrijpen, in plaats van het betreden van de Techniek door middel van de Weg. Ik zal dit in toekomstige artikelen bespreken, maar de manier om naar deze oppervlakkige denkwijze te kijken, is de verwarring van de huidige Aikido te zien.

Een ander element in de configuratie is het zelfingenomen en oppervlakkige begrip van *Ki*, dat voortkomt uit een gebrek aan substantieel bewijs door ervaring. Als *Ki* de essentie van menselijke spirituele kracht is, hoe kunnen we dan het historische feit verklaren dat hoogontwikkelde beschavingen zijn binnengevallen, opgelost en geruïneerd door minder ontwikkelde beschavingen? Deze beschavingen vielen, paradoxaal genoeg, vanwege hun hoge spirituele ontwikkeling. Kwam het niet door inferieure wapens en het ontbreken van een wereldbeeld dat aanleiding gaf tot de mogelijkheid en bereidheid om op georganiseerde wijze met wapens aan te vallen? Dit klinkt misschien vergezocht, maar het helpt om te kunnen begrijpen wanneer we nadenken over wat de positie van spirituele kracht, of *Ki*, is in relatie tot techniek in de krijgskunst. Het is gevaarlijk om aan te dringen op de spirituele kracht van *Ki* door over de fysieke beperkingen van de mens heen te springen, in termen van krijgskunsten of martiale manier. Dit is een van de tekenen van decadentie. *Jutsu* is niet afgeleid van *Ki*. *Ki* is afgeleid van *Jutsu*. *Ki* is één van die elementen van *Budo* waarvan alleen degene die de grens van de menselijk haalbare fysieke training heeft overschreden een glimp kan opvangen.

De vrouw van Yamaoka Tesshu (zie laatste nummer van *Sansho*) zei dat zodra Tesshu begon te mediteren in Zazen, de muizen die rondliepen op de balk die hun plafond ondersteunde plotseling stil werden. We moeten er rustig over nadenken. Hoe is het mogelijk om muizen stil te maken door een normale hoeveelheid training, en daarnaast om iemand zonder contact te gooien? Het oplossen van dergelijke verschijnselen kan mogelijk bestaan.

12 september 1990

Dit interview sluit de serie af die twee uitgaves geleden begon met mijn artikel over "Shu-Ha-Ri en de invloed van Shoshin", en vervolgde in het laatste nummer met het eerste interview tussen Shibata Sensei en mij. Beide interviews zijn in het Japans afgenomen en ik heb heer Seigen Okuyama gevraagd om te vertalen. Ik wil hem bedanken voor zijn tijd en moeite en voor de prettige aanvaarding van deze taak.

T. K. Chiba

September 17, 1990