



## Omote, ura (die Vorder- bzw. Rückseite)

© von / by: Jörg Stappen - <http://www.aikido-blog.de/>

Die meisten Aikidotechniken existieren in zwei Versionen, die dadurch gekennzeichnet sind, dass sie ihr Schwergewicht entweder auf **irimi** oder auf **tenkan** legen. Die Version, die auf irimi basiert, wird hauptsächlich **vor** (omote) dem Angreifer ausgeführt, während die andere Version eine Positionsveränderung um diesen **herum** und **hinter diesen** (ura) beinhaltet. Daher werden im Aikido diese Begriffe manchmal synonym mit irimi (omote) und tenkan (ura) gebraucht. Dennoch sind omote und ura komplexe Begriffe mit einer erheblich weiter reichenden Bedeutung.

Omote bedeutet in etwa Vorderseite oder Außenseite und stammt ursprünglich von der Bezeichnung für die haarige Seite eines Pelzes oder die Außenseite eines Kleidungsstücks. Es handelt sich also um das Äußere, das Sicht- und Offenbare. Ura hingegen steht für die entgegengesetzte Seite, nämlich die Rück- oder Innenseite, das Verborgene. Ursprünglich bedeutet es Futter oder die haarlose Innenseite des Pelzes. Dieses Wortpaar kann daher mit den Gegensätzen offenbar und verborgen verglichen werden, oder, wenn man so will, mit aufrichtig und ausweichend. Dabei legen japanische Lehrer keine moralische Wertung in diese Begriffe hinein, obwohl dies für uns im Westen naheliegen würde. Das Ganze wird eher wie die zwei Seiten einer Münze gesehen, so wie ein Kleidungsstück, das eine Innen- und eine Außenseite hat.

Im Training zieht man einen deutlichen Gewinn daraus, wenn man versucht, sich in diese gegensätzlichen Charaktere einzuleben. Die Omoteformen einer Technik können nahezu aufdringlich durchgeführt werden, mit der Zielsetzung, dem Angriff möglichst schnell zu begegnen. Während Uraformen so ausgeführt werden, dass man schon bei der initialen Begegnung des Gegners aus dessen Sichtfeld verschwindet und weiter in seinen Schatten hineingleitet.

Das kann man übertragen mit den chinesischen Gegensätzen yin und yang vergleichen, die auf japanisch in und yo heißen, welche mit ihrer ursprünglichen Bedeutung Schattenseite und Sonnenseite deutliche Parallelen zu ura und omote aufweisen. Bei der Ausführung von omote soll die Attitüde immer mit yang vergleichbar sein, das als extrovert, hell, warm beschrieben wird und traditionell als maskulin gilt. Die Uraversion sollte hingegen yin gleichen, das als introvert, dunkel, kalt und traditionell als feminin gilt.

Ein anderes Gegensatzpaar, das mit omote und ura verwandt ist, ist der alte Budobegriff shoden und okuden, die vorderen oder ersten Lehren, beziehungsweise die inneren oder tiefen Lehren. Einige Budostile legten großen Wert darauf, ihre Kunst auf diese Weise aufzuteilen, wobei ein Anfänger lange und gut shoden üben musste, bevor er als reif angesehen wurde, in okuden eingeweiht zu werden.

Im Aikido gibt es keine Aufteilung in shoden und okuden. Ebenso wenig hatte Miyamoto Musashi, der legendäre Samurai, der im 17. Jahrhundert lebte und das immer noch vielgelesene "Buch der fünf Ringe" schrieb, irgendwelchen Respekt vor dieser Aufteilung. Er erklärt kategorisch, dass es "im wirklichen Kampf nichts derartiges gibt, wie mit einer äußeren Technik zu schlagen und mit einer inneren Technik zu hauen". Er gibt gewiss zu, dass es einfachere und tiefere Dinge innerhalb der Kampfkünste gibt, welche die Schüler sich während ihrer Entwicklung mit unterschiedlicher Leichtigkeit aneignen können, aber er behauptet mit Bestimmtheit, dass es nicht geht, die Techniken danach zu sortieren