

Der Weg wird lang, doch es lohnt sich ihn zu gehen.



Der Weg des Champions

Inhaltsverzeichnis

Der Weg des Champions

- Kapitel 1 Der Traum
- Kapitel 2 Erste Hindernisse
- Kapitel 3 Die Reise beginnt
- Kapitel 4 Der Weg nach Olympia
- Kapitel 5 Der Schicksalsschlag
- Kapitel 6 Hoffnung
- Kapitel 7 Meister Tatsuo Suzuki
- Kapitel 8 Selbsterkenntnis
- Kapitel 9 Die Prüfung
- Kapitel 10 Die Takashi Wende
- Kapitel 11 Olympia
- Kapitel 12 Das Buch



Der Weg wird lang, doch es lohnt sich ihn zu gehen.

In den verborgenen Tiefen der Seele verbirgt sich oft das Potenzial für außergewöhnliche Geschichten. "Der Weg des Champions" öffnet die Pforten zu einer Saga, die nicht nur den Geist herausfordert, sondern auch den Ruf des Unbekannten beschwört. In der Mitte dieser fesselnden Geschichte steht Aiko Nakamura – ein Junge, der an sich und seinen Traum glaubt.

Kapitel für Kapitel entfaltet sich die Erzählung wie ein kunstvoll geflochtenes Muster, beginnend mit einem Traum, der in den Sternen skizziert ist. Aiko Nakamura, der Protagonist, visualisiert nicht nur seinen Traum, sondern lässt ihn Wirklichkeit werden. In den ersten Herausforderungen, wo die Welt skeptisch auf seine Träume schaut, überredet er sogar seinen Vater, sich auf diese außergewöhnliche Reise einzulassen.

Die Geschichte setzt sich in einem Dojo fort, einem Ort des Lernens, des Wachsens und des unbeirrten Trainings – ein Ort, an dem Aiko den Grundstein für seinen Weg nach Olympia legt. Kapitel um Kapitel wird der Leser Zeuge von harten Trainingseinheiten, von Disziplin, die zu einem Lebensstil wird und vom fokussierten Blick eines Champions, der sich seinem Ziel unablässig nähert.

Bedauerlicherweise gibt es keine Höhen ohne Tiefen im Leben. In einem unerwarteten Kapitel erschüttert ein Schicksalsschlag Aikos Welt. Doch in der Dunkelheit findet er Hoffnung und kämpft sich zurück, angeleitet von seinem neuen Meister, Tatsuo Suzuki, der nicht nur die Techniken des Karate lehrt, sondern auch die Geheimnisse der Selbsterkenntnis offenbart.

Aiko erkennt in einem Schlüsselmoment seine eigentliche Motivation und gesteht, wofür er wirklich kämpft. Die Takashi-Wende wird zu einem Symbol der Vorbereitung auf das Unerwartete, während Aiko unaufhaltsam auf Olympia zusteuert.

Im finalen Akt enthüllt sich das Geheimnis seiner mentalen Stärke, das aus den Lehren seines Opas stammt. Ein selbst geschriebenes Buch seines verstorbenen Opas wird zur Quintessenz seines Triumphs. Der Weg des Champions mag lang sein, aber durch die Augen von Aiko Nakamura wird klar: Es lohnt sich, ihn zu gehen. Dies ist keine Geschichte nur für Aiko, sondern für jeden, der den Mut hat, seine Träume zu leben und das Beste aus allem zu machen.



Kapitel 1 - Der Traum

"Wer nicht wagt, zu träumen, wird nie herausfinden, was in ihm steckt."¹

Unsere Geschichte handelt von einem japanischen Jugendlichen namens **Aiko** Nakamura. Aiko ist ein durchtrainierter Athlet, etwa 1,75 m groß und im Alter von 17 Jahren. Er lebt zusammen mit seinen Eltern in der Weltmetropole Tokyo und besucht die 11. Klasse der Oberschule. Die ganze Schule kennt ihn als ehrlichen und zuverlässigen Jungen. Er hat immer ein offenes Ohr für seine Mitmenschen und tritt jedem mit Respekt gegenüber. Von außen betrachtet würde man Aiko aber eher als schüchtern beschreiben. Ein ruhiger und in sich gekehrter Junge. Doch tief in ihm brennt ein großes Feuer. In ihm lebt der Traum, Japans bester und bekanntester Karatekämpfer zu werden und die Goldmedaille in Olympia für Japan zu gewinnen. Er hat diesen Traum, seit er sechs ist und Bilder von seinem verstorbenen Opa **Takashi** Nakamura gesehen hat. Sein Opa kämpfte für die japanische Nationalmannschaft und schaffte es mit 18 Jahren Weltmeister bei der ersten offiziellen Karate-Weltmeisterschaft durchgeführt von der WKF (World Karate Federation) in Tokyo zu werden. Der Opa ist mit 58 Jahren verstorben. Aiko war zu dem Zeitpunkt erst vier Jahre alt und hat deshalb leider keinerlei Erinnerungen mehr an seinen Opa. Und dennoch spürt Aiko eine große Bindung zu ihm und versteckt seine Bilder in seinem Zimmer zwischen den von seinem Opa hinterlassenen Büchern über Karate. Seitdem Aiko lesen kann, studiert er die Bücher. Eins der Bücher hat sein Opa sogar selbst geschrieben. Es heißt „Jibun no michi o kangaete - Subete o saizen ni ikasu“. Übersetzt bedeutet es „Denk deinen Weg – Mach das Beste aus Allem“. Das Buch ist inspiriert von der Idee des Yin und Yang und vermittelt den Gedanken, dass ein Gleichgewicht und eine Harmonie zwischen entgegengesetzten Kräften existieren. Wer sich an das Symbol des Yin und Yang erinnert, weiß, dass es in zwei geteilt ist und aus einem weißen und einem schwarzen Bereich besteht, jeweils mit einem Punkt in der Mitte. Der schwarze Bereich (Yin) steht dabei für das Geheimnisvolle, die Ruhe, Akzeptanz und emotionale Intelligenz. Der weiße Bereich (Yang) hingegen repräsentiert Licht, Wärme, Taten und Logik. Somit wird verdeutlicht, dass scheinbare Gegensätze in Wirklichkeit miteinander verbunden und voneinander abhängig sind. Es herrscht eine „Stärke in der Schwäche“ und eine „Schwäche in der Stärke“. Welche Bedeutung das Buch in Aikos Leben haben sollte, werden wir zusammen im Laufe unserer Geschichte noch besser verstehen. Aiko war schon in jungen Jahren bewusst, dass, wenn sein Traum in Erfüllung gehen sollte, er hart trainieren muss – sowohl seine körperlichen Fähigkeiten als auch seine geistigen. Fest von sich überzeugt und voller Tatendrang blickte er also schon mit sechs Jahren in den Spiegel und visualisierte seinen Traum. Sein Traum lebte in ihm und mit ihm lebte Aiko. Er hatte nur ein Problem...

¹ Oscar Wilde



Kapitel 2 - Erste Hindernisse

"Die Zukunft gehört denen, die an die Schönheit ihrer Träume glauben." ²

Das Problem, das Aiko hatte, waren seine Eltern. Aiko ist Einzelkind und das wertvollste Wesen im Leben seiner Eltern. Wie viele Eltern wollen auch sie nicht, dass Aiko Gewalt ausübt oder mit Gewalt in jeglicher Form in Kontakt kommt. Als Aiko seinen Eltern von seiner Begeisterung für Karate erzählt und sich in einem Karate-Dojo anmelden will, sind die Eltern fassungslos und verbieten es ihm. Gerade Aikos Vater **Sakura** ist strikt gegen das Vorhaben seines Sohnes und erwartet von ihm, dass er sich nur auf die Schule konzentriert. Sakura erinnert sich noch daran, wie sein eigener Vater immer wieder mit verschiedenen Verletzungen und blutendem Gesicht vom Karate nach Hause kam. Darüber hinaus gibt Sakura insgeheim Karate die Schuld daran, dass sein Vater bereits mit 58 Jahren verstorben ist und seinen Enkel nicht beim Aufwachsen zusehen konnte. Für Sakura war sein Vater ein Held und er konnte seinen Tod bis heute nicht ganz verarbeiten.

Nun stand Aiko mit seinen sechs Jahren da und wusste nicht, wie er mit der Situation umgehen sollte. Er wollte sich aber auch nicht mit der Antwort seiner Eltern zufriedengeben. Voller Wut, Unverständnis und mit tränenden Augen lief er in sein Zimmer, warf sich auf sein Bett und schlief ein. Er schlief tief und fest und hatte einen Traum, der ihm neuen Mut schenkte. In seinem Traum sah er seinen Opa Takashi, der ihm folgendes sagte: „Gib deinen Traum nicht auf, Aiko. Erinnere dich an meine alten Bilder“...

Am nächsten Morgen stand Aiko auf, erinnerte sich an seinen Traum, suchte die alten Bilder seines Opas und fand das eine Bild. Auf dem Bild trug sein Opa nach dem Gewinn einer Landesmeisterschaft Aikos Vater auf seinen Schultern. Aikos Vater war zu der Zeit ebenfalls sechs Jahre alt und man sieht ihm an, dass er sehr stolz auf seinen Vater ist und ihn bewundert. Also nimmt Aiko dieses Bild, zeigt es seinem Vater und erzählt ihm von seinem Traum und dass er seinen Opa gesehen hat. Sakura schaut sich das Bild an, guckt seinem Sohn tief in die Augen und fragt: „Willst du das wirklich?“ Aiko nickt, umarmt seinen Vater und ist voller Glück. Denn bald würde seine Reise beginnen.

² Eleanor Roosevelt



Kapitel 3 - Die Reise beginnt

"In jedem von uns steckt ein Traum, der darauf wartet, erfüllt zu werden."³

Am ersten Tag der jährlichen Sommerferien, die in Japan im Zeitraum Ende Juli bis Ende August stattfinden, meldete sich Aiko in Begleitung seines Vaters im Karate-Dojo „Kusō no Tori“ (Phantasie-Vogel) an. Die Bedeutung hinter diesem Namen werden wir zu einem späteren Zeitpunkt erfahren. Das Dojo war nur 3 km von Aikos Zuhause entfernt und war sehr gut zu Fuß erreichbar. Aiko durfte selbst entscheiden, wie oft er die Woche zum Training gehen wollte. Die einzige Bedingung seines Vaters war, dass Aikos schulische Leistungen nicht unter dem Karate-Training leiden durften. Aikos Liebe zu Karate war so groß, dass er immer darauf bedacht war, gute Noten zu erzielen, um sich in Ruhe auf Karate konzentrieren zu können. Ihm war bewusst, dass er auch die Dinge im Leben in Angriff nehmen musste, die ihm nicht so viel Spaß machten, um sich besser auf das fokussieren zu können, was ihn antrieb. Aiko entschied sich dafür, fünf Mal die Woche am Karate-Unterricht teilzunehmen. Sein Training würde um 17:00 Uhr beginnen und um 18:30 Uhr enden. Den Weg ins Dojo und zurück nach Hause wollte Aiko zur Aufwärmung und als zusätzliches Training laufen. Sein Vater war damit einverstanden. Er bemerkte schnell die Entschlossenheit seines Sohnes und respektierte seine Eigenständigkeit. Zu dem Zeitpunkt sagte er es Aiko nicht, aber er sah in ihm seinen Vater Takashi wieder. Am selben Tag fand Aikos erstes Karatetraining statt. Es war eine komplett neue Gruppe mit insgesamt 20 Kindern im Alter zwischen 6 und 8 Jahren. Die Kinder saßen alle in der Halle im Schneidersitz und warteten auf ihren Meister. Der Meister kam in die Halle und die Kinder sahen ihn voller Bewunderung und mit großen Augen an. Er hatte volles schwarzes Haar, breite Schultern und war etwa 1,80 m groß. Sein Name war Ryota. Er begann über sich und das Dojo zu erzählen und erklärte den Kindern, warum das Dojo den Namen „Kusō no Tori“ (Phantasie-Vogel) trug: „Eurer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Ihr könnt euren Vogel selbst wählen. Es kann sich für euch um einen Adler, eine Taube, eine Eule oder eine Schwalbe handeln. Symbolisieren soll der Vogel Stärke, Macht, Freiheit, Frieden, Weisheit und Hoffnung. Darüber hinaus soll es die Fähigkeit von Vögeln widerspiegeln, mit Hilfe ihres inneren Kompasses immer einen Weg zu finden und weiterzufliegen.“ Aiko war fasziniert von den Idealen seines Dojos und fühlte sich sehr wohl in dem Gedanken, seine Reise zum Karate-Champion hier beginnen zu können. Als nächstes bat Ryota die Kinder sich der Reihe nach vorzustellen. Aiko war der Letzte. Alle Kinder sagten nur ihren Namen und wie alt sie waren. Als Aiko an der Reihe war, erzählte er mehr von sich. Er erwähnte seinen Opa und dass er mit 18 Jahren der beste Karatekämpfer in Japan werden möchte. Während die anderen Kinder lachten, als sie von Aikos Traum hörten, ließ er sich davon nicht beirren. Denn er glaubte fest an sich und seinen Traum und was andere davon hielten, war ihm egal. Ryota erkannte schnell, dass in Aiko eine starke Persönlichkeit steckt und war sehr gespannt darauf zu sehen, wie Aiko sich entwickeln würde.

³ Paulo Coelho



Kapitel 4 - Der Weg nach Olympia

"Disziplin ist das, was du tun musst, damit du tun kannst, was du tun willst."⁴

Karate wurde erst im Jahr 2020 zu einer olympischen Sportart. Die Entscheidung, Karate in das Olympiaprogramm aufzunehmen, wurde 2016 auf der Sitzung des Internationalen Olympischen Komitees (IOC) getroffen. Aiko war also 10 Jahre alt, als Karate zu einer olympischen Sportart erklärt wurde. Als er von dieser Nachricht zum ersten Mal hörte, war Aiko überwältigt und teilte sein Glück mit seinem Vater. Sie saßen zu Hause zusammen und rechneten aus, wann er wie alt sein würde. Die nächsten Olympischen Sommerspiele nach 2020 würden im Jahre 2024 stattfinden. Zu dem Zeitpunkt wäre Aiko 18 Jahre alt. Für Aiko war klar, wohin seine Reise ihn führen sollte. Bis dahin war es aber noch ein langer und steiniger Weg. Denn im Karate gibt es eine gewisse Struktur und einzelne Prüfungen, die Schritt für Schritt bestanden werden müssen, um auf die nächsthöhere Stufe kommen zu können.

Zwischen seinem sechsten und siebzehnten Lebensjahr sammelte Aiko einen Gürtel nach dem anderen. Er fing wie jeder andere mit dem weißen Gürtel an. Es folgten die Gürtelfarben Gelb, Orange, Grün, Blau, Lila, Braun, Braun mit einem weißen Streifen (3.Kyu), Braun mit zwei weißen Streifen (2.Kyu) und Braun mit drei weißen Streifen (1.Kyu). Bereits mit 16 Jahren legte er erfolgreich die Prüfung für den 1.Dan (Schwarzgurt) ab. Bis kurz vor Olympia holte er sich noch den 9.Dan. Er wusste zu dem Zeitpunkt noch nicht, aber das Erreichen des 10. Dan würde ihm mehr abverlangen, als er es je zu träumen wagte.

Es war nicht immer leicht, alles so zu organisieren, dass er einerseits für seinen Traum lebte und andererseits sein Wort gegenüber seinen Eltern hielt. Aiko entwickelte eine Disziplin, die seinesgleichen suchte. Er hatte einen sehr starken Willen. Er lebte nur zwischen Schule und Karate. Um all seinen Aufgaben und Pflichten nachkommen zu können, hatte er sich Routinen und Rituale geschaffen. Er lebte also nach klaren Strukturen und wusste immer ganz genau, was er wann zu tun hatte. Er blieb hartnäckig und stets fokussiert. Ausreden gab es für ihn nicht und keine Aufgabe wurde aufgeschoben. Auch nach Rückschlägen fand Aiko immer einen Weg weiterzumachen. Diese Eigenschaften sollten ihm zu einem späteren Zeitpunkt im Leben noch sehr weiterhelfen.

Viele der Kinder, die damals zusammen mit Aiko begonnen hatten, waren nicht mehr da. Es gab aus der Gruppe nur noch Aiko und Yuki. Sie waren sowohl beste Freunde als auch die größten Konkurrenten. Bei jedem Turnier, an dem sie zusammen teilgenommen hatten, teilten sich Aiko und Yuki die Plätze eins und zwei. Dabei ging Aiko jedes Mal als Sieger von der Matte. Das Geheimnis ihrer anhaltenden Freundschaft war, dass auch wenn sie sich des Öfteren im Ring als Rivalen gegenüberstanden, sie sich nie miteinander verglichen. Ihr Meister schaffte es früh, ihnen zu vermitteln, sich auf ihre eigene Entwicklung zu konzentrieren. So schafften es die Freunde, sich ständig positiv zu beeinflussen und gemeinsam besser zu werden.

⁴ Tom Landry



Aiko hatte inzwischen so viele Medaillen und Pokale, dass er schon bald keinen Platz mehr in seinem Zimmer hatte, um sie irgendwo abzustellen. Doch all diese Triumphe reichten Aiko nicht. Er wollte die olympische Goldmedaille.

Es war an einem Donnerstagabend. Meister Ryota betrat die Halle. Es waren nur Aiko und Yuki vor Ort. Der Meister hatte zwei Zettel in der Hand. Aiko und Yuki schauten gespannt ihrem Meister entgegen, als dieser ihnen jeweils einen Zettel reichte. Es handelte sich hierbei um die Qualifikation für Olympia. Sowohl Aiko als auch Yuki hatten es geschafft. Sie hatten sich für Olympia qualifiziert. Beide machten einen Rückwärtssalto vor Freude. Aiko konnte sein Glück kaum fassen. Er wollte so schnell wie möglich nach Hause laufen und seinem Vater davon erzählen. Der Meister ließ seine Schüler die Nachricht erst einmal verarbeiten und teilte ihnen dann mit, dass sie vor dem, im nächsten Jahr im Sommer stattfindenden olympischen Turnier, noch die Prüfung für den 10. Dan erfolgreich ablegen müssen. Der dafür vorgesehene Termin war exakt drei Monate vor Olympia. Bis dahin hatten beide noch ein Jahr Zeit.



Kapitel 5 - Der Schicksalsschlag

"Manchmal müssen wir durch die Dunkelheit gehen, um das Licht zu sehen."⁵

Nachdem sich Aiko von seinem Meister und Yuki verabschiedet hatte, ging er in die Umkleidekabine. Wie immer zog er seinen Gi (Karateanzug) aus, faltete ihn sorgfältig zusammen und legte ihn in seine Tasche mit seinen Initialen. Er bereitete sich auf seinen Lauf nach Hause vor. Seine Bestzeit für die exakt drei Kilometer nach Hause betrug 11:50 Minuten. Diese Zeit wollte er heute mit der Motivation der erhaltenen Nachricht unterbieten. Als er sich mental auf seinen Lauf vorbereitete, sagte er sich immer wieder: „Noch ein Jahr, Aiko. Noch ein Jahr.“ Aiko lief los. Er lief die Strecke seit seinem sechsten Lebensjahr fünf Mal die Woche, hin und zurück, bei Wind und Wetter. Kurz vor dem Ende gab es lediglich eine Ampel, die überquert werden musste. Aiko blieb eigentlich selbst bei Grün immer stehen und hielt Ausschau, ob ein Auto kam oder nicht. Ausgerechnet heute blieb er nicht stehen, er vertraute auf das grüne Licht. Doch dann geschah es: Aiko lief über die grüne Ampel und ein Auto kam von rechts und erfasste ihn. Aiko schlug zu Boden...

Als Aiko seine Augen öffnete, stellte er fest, dass er im Krankenhaus war. Er lag völlig erschöpft einfach nur da und versuchte zu verstehen, was geschehen war. Nur langsam sammelte er sich und erinnerte sich wieder an alles. Als letzter Gedanke blieb ihm, wie er reflexartig seinen linken Arm hob, um beim Fallen seinen Kopf zu schützen. Diese schnelle Reaktion, die auf sein jahrelanges Karatetraining zurückzuführen war, rettete ihm mit aller Wahrscheinlichkeit das Leben. Aiko bemerkte dann auch schnell, dass er seinen linken Arm, der in Gips gelegt war, nicht bewegen konnte und darüber hinaus seinen Arm auch nicht einmal spürte. Dann überkam ihn die Angst. Olympia? Was ist mit Olympia? Nicht wegen seines verletzten Arms, sondern seiner verletzten Seele brach Aiko in Tränen aus.

Daraufhin kamen seine Eltern und der behandelnde Arzt ins Zimmer. Aikos Eltern versuchten, ihn zu beruhigen. Aiko wandte sich an seinen Vater und sagte: „Papa, ich habe es geschafft. Ich habe mich für die Olympischen Spiele im nächsten Jahr qualifiziert.“ Als Aiko keine Reaktion von seinem Vater erhielt, begriff er nicht, warum sein Vater sich nicht über diese Nachricht freute. Also blickte Aiko als nächstes dem Arzt tief in die Augen und es kam zu folgendem Wortwechsel...

Aiko: Wie lange dauert es, bis meine Verletzung vollständig verheilt ist? Ich muss mich auf die Olympischen Spiele im nächsten Jahr vorbereiten.

Arzt: Du hattest Glück, Aiko. Du konntest deinen Kopf im letzten Moment noch schützen. Sonst...

Aiko: Was passiert ist, ist passiert. Daran können wir jetzt nichts ändern. Bitte beantworten Sie meine Frage. Wie lange dauert die Heilung?

⁵ Dolly Parton



Arzt: Es tut mir sehr leid, Aiko. Du wirst deinen Arm nie wieder so benutzen können, wie du es gewohnt bist. Der Heilungsprozess ist sehr schmerzhaft und wird mehrere Jahre in Anspruch nehmen.

Aiko: Ein Jahr, Herr Doktor. Ich habe ein Jahr. In einem Jahr werde ich mir meinen 10. Dan holen und dann bei den Olympischen Spielen für Japan kämpfen.

Arzt: Aber, Aiko, das ist unmöglich. Das schafft niemand!

Aiko: Dann bin ich halt der Erste!



Kapitel 6 - Hoffnung

"Hoffnung ist nicht die Verleugnung der Realität. Sie ist das Vertrauen darauf, dass etwas Sinnvolles geschehen wird, unabhängig von äußeren Umständen."⁶

Bereits zwei Tage nach dem Unfall durfte Aiko wieder nach Hause. Sein linker Arm war an drei Stellen gebrochen und von der Schulter an in Gips gelegt. Gebrochen waren sein Handgelenk, sein Unterarm und sein Oberarm. Doch Aikos Wille war unerschütterlich. Er sah seinen gebrochenen Arm lediglich als eine weitere Hürde, die er auf seinem Weg zur Goldmedaille meistern musste. Aikos Eltern versuchten erst gar nicht, ihrem Sohn etwas ein- oder auszureden. Sie kannten ihren Sohn und sie wussten, wenn Aiko sich etwas in den Kopf gesetzt hat, dann macht es keinen Sinn, auf ihn einzureden. Also entschieden sich Aikos Eltern dafür, ihrem Sohn die Unterstützung zu geben, die er von ihnen brauchte. Am nächsten Tag besuchten Meister Ryota und Yuki Aiko zu Hause. Sie kamen mit der Absicht, Aiko Mut zu machen. Aber so, wie Aiko sie empfing, verstanden sie schnell, dass das gar nicht nötig war. Aiko wusste ganz genau, was er wollte und strahlte das auch aus. Sie setzten sich zusammen an den Küchentisch und Aiko zeigte seinem Meister und seinem Freund, wie er vorhatte, auf der einen Seite sein Karatetraining fortzuführen und auf der anderen Seite mit intensiver Reha den Heilungsprozess seines linken Armes zu beschleunigen. Ryota und Yuki konnten sich sehr gut in Aiko einfühlen. Sie bemerkten, wie er durch das Nutzen von positiven Gedanken seine nächsten Schritte plante. Aiko ließ es seinem Geist erst gar nicht zu, in Hoffnungslosigkeit und Angst zu verfallen. Aus dem Buch seines Opas hatte er gelernt, dass Hoffnung die Kraft ist, die uns dazu bringt, weiterzumachen, auch wenn alles aussichtslos erscheint. Er übernahm also die Verantwortung für das, was passiert war, ohne Zeit damit zu verschwenden, sich mit dem zu beschäftigen, was geschehen ist. Ganz im Gegenteil, Aiko nahm sein Schicksal selbst in die Hand und blickte nur nach vorne. Das Beeindruckendste war, wie ruhig er blieb. Er ließ sich kein wenig entmutigen. Er nutzte seine mentale Stärke, die er sich im Laufe der Jahre angeeignet hatte, um die momentane Krise und die Schmerzen zu überwinden. Doch um seine Pläne verwirklichen zu können, benötigte er die Unterstützung von Meister Ryota und seinem Freund Yuki. Die versprachen ihm, alles zu tun, was notwendig war. Aiko schaute Meister Ryota tief in die Augen und fragte ihn nach seiner Meinung.

Aiko: Meister, bitte sag mir, wie siehst du meine Chancen in einem Jahr den 10. Dan zu holen und dann an Olympia teilzunehmen?

Ryota: Es wird nicht leicht, Aiko. Im Gegenteil sogar. Es wird ein sehr hartes Jahr und ein noch härteres Training. Es liegt somit an dir selbst, Aiko und daran, wie sehr du es willst!

Aiko: Meister, du kennst mich. Du weißt, ich werde alles daran setzen, um es zu schaffen. Können wir mein Training anpassen, zumindest bis mein Arm verheilt ist und mit Bedacht darauf, dass mein linker Arm auch, wenn er wieder gesund ist, schwächeln wird?

Ryota: Mach dir keine Sorgen. Ich habe diesbezüglich schon einen Plan und der trägt den Namen Meister Tatsuo Suzuki. Er wird dich trainieren.

⁶ Vaclav Havel



Kapitel 7 - Meister Tatsuo Suzuki

"Der Weg ins Unbekannte mag beängstigend sein, aber manchmal ist es der einzige Weg, zu wachsen."⁷

Meister Ryota hat all seine Verbindungen eingeschaltet und es geschafft, Meister **Tatsuo Suzuki** dazu zu überreden, Aiko auf den 10. Dan und Olympia vorzubereiten. Meister Tatsuo Suzuki ist ein Karate-Meister, der Karate in Europa bekannt gemacht hat. Er ist inzwischen 72 Jahre alt. Genauso alt wäre auch Aikos Opa Takashi, wenn er noch am Leben wäre. Meister Tatsuo ist nicht nur Japans ältester und weisester Karatemeister, sondern auch ein anerkannter Meister der alten japanischen Heilkünste. Er beherrscht folgende Heilpraktiken:

Shiatsu: Shiatsu ist eine Form der manuellen Therapie oder Massage, bei der Fingerdruck und andere Techniken verwendet werden, um den Energiefluss im Körper zu regulieren. Es basiert auf den Prinzipien der traditionellen chinesischen Medizin, wurde jedoch in Japan weiterentwickelt und ist weltweit verbreitet.

Sōtai: Sōtai ist eine Art manuelle Therapie. Sie konzentriert sich auf die Korrektur von muskulären Dysbalancen und Stress im Körper.

Kiko: Kiko ist eine Form der Energiearbeit, die auf der Vorstellung von Ki (Lebensenergie) basiert. Diese Technik verwendet Atemübungen, Meditation und Bewegung, um den Fluss von Ki im Körper zu harmonisieren und die Gesundheit zu fördern.

Hari: Hari ist eine traditionelle japanische Akupunkturtechnik. Ähnlich wie bei der chinesischen Akupunktur werden Nadeln verwendet, um Energieblockaden im Körper zu lösen und das Gleichgewicht wiederherzustellen.

Somit wird Meister Tatsuo Aiko nicht nur trainieren, sondern auch Aikos Heilungsprozess mithilfe der traditionellen Heilpraktiken beschleunigen. Doch es wird nicht einfach für Aiko, denn Meister Tatsuo ist der letzte Vertreter seiner Generation. Er verlangt volle Hingabe, Geduld und Vertrauen und hat klare Prinzipien, nach denen er handelt. Er duldet keine Widerworte und wird auch keine Rücksicht auf Aikos verletzten Arm nehmen. Mit seinen altbewährten Methoden wird Meister Tatsuo versuchen, Aiko trotz seiner schweren Verletzung auf die nächste Ebene zu bringen. Dabei hat er nicht nur die Kunst des Karate im Blick, sondern vielmehr die Förderung der Selbsterkenntnis Aikos. Aiko soll seine Ängste identifizieren und lernen, diese schrittweise zu überwinden. Er soll verstehen, was er und sein Körper in der Lage sind zu leisten und was nicht. Dadurch wird

⁷ Les Brown



Aiko seine Stärken und Schwächen neu definieren und sein Selbstvertrauen von Neuem entfachen, um sein Potenzial voll auszuschöpfen. Aiko wird also in eine komplett neue Welt eintauchen und sich neuen Herausforderungen stellen, die nötig sind, damit er über sich hinauswachsen kann und sein Traum von der Goldmedaille in Erfüllung gehen kann.



Kapitel 8 - Selbsterkenntnis

"Es ist nicht die Last, die uns bricht. Es ist die Art, wie wir sie tragen." ⁸

Es war ein neuer Tag und ein neuer Tag bedeutete für Aiko immer neue Hoffnung. Er war schon sehr gespannt auf seinen neuen Meister und fühlte sich bereit, den Weg zu gehen, egal wie schwer es werden sollte. Kurz nach 16:00 Uhr kam Yuki vorbei. Er half Aiko dabei, sich auf das Training vorzubereiten. Yuki würde Aiko beim An- und Ausziehen solange helfen, bis er wieder selbst dazu in der Lage war. Sie liefen von nun an also zusammen ins Dojo und nach dem Training wieder zurück nach Hause.

Der Moment war gekommen. Aiko stand kurz vor 17:00 Uhr in der Halle und wartete auf seinen neuen Meister Tatsuo Suzuki. Da es sich hier um eine Art Sondertraining mit individuellen Maßnahmen handelte, durfte Aiko die zweite etwas kleinere Halle benutzen. Diese Halle war nur für ihn und sein Training bestimmt. Plötzlich öffnete sich die Tür und ein alter Mann betrat den Raum. Es war Meister Tatsuo. Er war nicht besonders groß, sah nicht besonders kräftig aus und sein Haar war schon ganz grau. Er näherte sich allmählich Aiko. Aiko begrüßte den Meister mit dem nötigen Respekt, stellte sich vor und es kam zum ersten Gespräch zwischen Aiko und Meister Tatsuo:

Meister Tatsuo: Hat Meister Ryota dir von mir erzählt und dich auf meine Methoden hingewiesen?

Aiko: Ja, Meister! Hat er.

Tatsuo: Ich erwarte volle Hingabe, Geduld und Vertrauen. Ich dulde keine Widerworte. Hast du das verstanden?

Aiko: Ja, Meister! Habe ich.

Meister Tatsuo: Jetzt sag mir, Aiko, warum willst du Olympia gewinnen?

Aiko: Meister, es ist mein Traum, seitdem ich ein kleines Kind bin. Ich will Japans bester und anerkannteste Karatekämpfer werden.

Meister Tatsuo: Das habe ich schon verstanden. Aber warum willst du das? Sag mir, was ist deine eigentliche Motivation? Sei ehrlich zu dir selbst und auch zu mir. Ich muss es wissen, damit ich darüber entscheiden kann, ob du hier meine Zeit verschwendest oder nicht.

⁸ Lena Horne



Aiko: Meister, ich habe es bis heute niemandem gesagt! Ich will es, damit mein Vater und mein verstorbener Opa stolz auf mich sind. Ich will es, weil ich eine Inspiration für andere sein möchte, sowohl mit meinen Worten als auch mit meinen Taten. Mehr noch, ich will ein Beispiel für kommende Generationen sein.

Meister Tatsuo: Aller ehrenwert, Aiko. Bist du auch bereit, dafür alles zu geben? Denn das nächste Jahr wird alles andere als einfach.

Aiko: Ja, Meister, ich bin bereit. Und falls nicht, werde ich bereit sein. Aber ich werde nicht aufgeben. Ich werde stark bleiben und stets aus meinen Fehlern lernen. Ich möchte mit Ihrer Hilfe weiter über mich hinauswachsen.

Aiko konnte Meister Tatsuo durch sein sicheres Auftreten von seinem Willen und seiner Entschlossenheit überzeugen. Meister Tatsuo erkannte schnell, dass Aiko genauso wie auch sein Opa eine ganz besondere Persönlichkeit besitzt. Ja, genau, Meister Tatsuo ist ein alter Bekannter von Takashi Nakamura. Sie waren sehr gute Freunde und haben zusammen im selben Dojo trainiert. Das war auch der Hauptgrund, warum sich Meister Tatsuo dazu bereit erklärt hat, Aiko zu trainieren. Er will so seinem verstorbenen Freund die letzte Ehre erweisen.

Die Zeit verstrich und das erste gemeinsame Training nahm sein Ende. Meister Tatsuo nahm keinerlei Rücksicht auf Aiko und verlangte ihm alles ab. Doch Aiko hielt durch und beendete das Training souverän. Auch wenn er sich selbst zugestehen musste, dass er bis heute noch nie so gefordert wurde. Abschließend erhielt Aiko seitens seines Meisters eine sehr schmerzhaft Behandlung an seinem linken Arm. Während der Meister ihn behandelte, erklärte er ihm, dass das heutige Training in der Härte notwendig war, um Aikos Grenzen auszutesten. Aikos Level ist dem Meister nun bekannt und dementsprechend werden die nächsten Einheiten gestaltet. Dem Meister ist ebenfalls bewusst, dass die Therapie am Arm sehr schmerzhaft ist. Jedoch dient das dem Zweck, die Heilung zu beschleunigen. Auch das teilt der Meister Aiko so mit. Darüber hinaus redet der Meister nicht viel. Er sagt Aiko, was zu tun ist und korrigiert ihn, falls es etwas zu korrigieren gibt. Aikos Inneres brennt währenddessen danach, etwas Positives von seinem Meister zu hören. Ein Lob. Etwas, das ihn aufmuntert. Irgendwas, an dem er festhalten kann. Und genau in dem Moment, als Aiko sich damit abfindet, nichts in diese Richtung von seinem Meister zu hören, verabschiedet sich Meister Tatsuo mit folgenden Worten:

„Der Weg wird lang, Aiko, aber es lohnt sich, ihn zu gehen!“



Kapitel 9 - Die Prüfung

"Wenn du durch die Hölle gehst, geh weiter."⁹

Knapp neun Monate waren inzwischen vergangen. In diesen neun Monaten stieß Aiko immer wieder an seine Grenzen. Jedes Training und jede Behandlung waren eine Tortur, die Schmerzen nahezu unerträglich. Erfreulich war, dass Aiko inzwischen den Gips ablegen konnte und sein linker Arm fast vollständig verheilt war. Jetzt war es an der Reihe, den Arm wieder zu stärken. All die Schmerzen und das harte Training zahlten sich also aus. Die Ärzte waren fassungslos. Aiko hatte es tatsächlich geschafft. Sein Arm würde innerhalb eines Jahres verheilt sein. Für Aiko war das Ganze jedoch nur eine Randnotiz. Er hatte nur eins im Sinn und das war weiterhin Olympia und die Goldmedaille. Aiko hat sehr viel von Meister Tatsuo gelernt. Er ist inzwischen viel weiter als noch vor seiner Verletzung. Dafür war er Meister Tatsuo sehr dankbar, auch wenn seine Methoden sehr hart waren und sind.

Um die Prüfung für den 10. Dan, also den Meistergrad in Karate, auch genannt „Hanshi“, zu bestehen, muss Aiko sechs Kriterien erfüllen. Hierfür hatte er gerade im letzten Jahr enorm viel in seine persönliche Entwicklung investiert, denn die Prüfung besteht nicht nur aus sportlichen Anforderungen.

1. Langjährige Erfahrung:

Da Aiko seit seinem sechsten Lebensjahr Karateka ist und bis zu seinem jetzt bald achtzehnten Lebensjahr alle Titel innerhalb Japans gewonnen hat und sich so für Olympia qualifizieren konnte, erfüllt er das erste Kriterium.

2. Lehrtätigkeit:

Bereits mit 15 Jahren begann Aiko damit, die jüngeren Gruppen in seinem Dojo zu trainieren. Somit erfüllte er auch die zweite Anforderung.

3. Eigene Technische Entwicklungen:

Aufgrund seines verletzten linken Armes eignete sich Aiko eine Kampftechnik an, die zu den schwierigsten im Karate zählt und entwickelte diese Technik zusammen mit Meister Tatsuo weiter. Das Beurteilungskomitee war beeindruckt von der Vorstellung und der Ausführung dieser Technik. Meister Tatsuo hatte die Grundidee dieser Technik von Aikos Opa beigebracht bekommen. Aiko und Meister Tatsuo nannten die Technik **"Die Takashi Wende"**.

4. Beiträge zur Karategemeinschaft:

Jeder in Japan kannte Aiko inzwischen, denn er hatte das Unmögliche möglich gemacht. Trotz seiner schweren Verletzung hielt er fest an Karate und seinem Traum. Dies führte dazu, dass er bereits in jungen Jahren Seminare abgehalten hatte und so seinen Beitrag zur Karategemeinschaft geleistet hatte. Er galt als Vorbild für viele Jugendliche in ganz Japan.

⁹ Winston Churchill



5. Mündliche Prüfung:

Aiko investierte sehr viel in seine persönliche Entwicklung. Dazu gehörte auch, dass er viele Bücher gelesen und sich weitergebildet hat. Aiko war schon seit Tag eins nicht nur an Karate interessiert, wegen der Kampftechniken, sondern auch wegen der Philosophie, der Geschichte und der Prinzipien, die Karate repräsentiert.

6. Prüfungskomitee:

Aiko legte seine Prüfung vor einer Jury ab, die sich aus Karatemeistern höheren Ranges zusammensetzte. Aikos Leistung wurde von allen Anwesenden honoriert und er bestand die Prüfung mit Bravour.

Aiko hatte es also geschafft. Er hat den 10. Dan in Karate erhalten und würde nun also als nächstes für Japan in Olympia antreten. Doch reicht es auch für die Goldmedaille?



Kapitel 10 - Die Takashi Wende

"Das Leben ist nicht darauf ausgerichtet, uns zu brechen. Es ist darauf ausgerichtet, uns zu formen."¹⁰

Es war exakt ein Jahr vor den Olympischen Spielen und neun Monate vor der Prüfung zum 10. Dan. Aiko erschien wie immer pünktlich zum Training und Meister Tatsuo hatte schon alles vorbereitet. Doch bevor es losgehen sollte, merkte der Meister schnell, dass es etwas gab, was Aiko bedrückte. Er hatte ihn bis heute nie so gesehen und wollte von Aiko wissen, was mit ihm ist.

Meister Tatsuo:

Erzähl mir, Aiko. Was ist los mit dir? Hast du deinen Glauben an dich selbst verloren?

Aiko:

Nein, Meister!

Meister Tatsuo:

Was bedrückt dich, Junge?

Aiko:

Meister, mein linker Arm!

Meister Tatsuo:

Was ist mit deinem linken Arm? Ich habe dir doch gesagt, du sollst mir vertrauen! Bis zur Prüfung und nach Olympia ist noch genug Zeit. Merkst du denn nicht, wie schnell der Heilungsprozess voranschreitet?

Aiko:

Doch, Meister! Aber dennoch ist da dieses Gefühl, dass mich zweifeln lässt. Ich brauche einen Ausweichplan. Eine Strategie, falls der Gegner gezielt meinen linken Arm angreift und die Verletzung mich wieder einholt.

Meister Tatsuo:

Ich verstehe. Ich wollte eigentlich noch damit warten. Aber wie immer bist du deiner Zeit voraus.

Aiko:

Meister, ich verstehe nicht.

Meister Tatsuo:

Aiko, weißt du, warum ich es akzeptiert habe, dich zu trainieren? Du bist mein erster Schüler nach 20 Jahren. Mit dem Tod deines Opas habe ich geschworen, nie wieder jemanden zu trainieren und dann erreichte mich deine Nachricht.

Aiko:

Meister, Sie kannten meinen Opa?

¹⁰ Tony Robbins



Meister Tatsuo:

Takashi Nakamura. Aber natürlich. Wir haben genau wie Yuki und Du zusammen angefangen mit Karate. Dein Opa und ich standen uns so nah wie Brüder. Und jetzt stehe ich hier und schaue dir in die Augen. Du bist deinem Opa sehr ähnlich, mein Junge.

Aiko:

Meister, ich weiß nicht, was ich sagen soll.

Meister Tatsuo:

Hör mir jetzt genau zu, Aiko. Wir müssen strategisch handeln und immer weiter im Lernprozess bleiben. Nur so können wir effektiv auf neue Herausforderungen reagieren. Und nur so schaffen wir es, uns von schlechten Ereignissen und unseren Ängsten nicht beirren zu lassen. Erinnerung dich an das Buch deines Opas. Ich weiß, dass du es gelesen hast. Das habe ich ab dem Augenblick erkannt, an dem wir unser erstes Gespräch hatten. Es herrscht eine „Stärke in der Schwäche“ und eine „Schwäche in der Stärke“. Natürlich werden deine Gegner dich vorher analysiert haben. So wie wir sie auch analysieren. Und natürlich werden sie deinen linken Arm attackieren. Du musst versuchen, dich zu schützen. Falls es doch dazu kommen sollte, dass deine Verletzung dich einholt – denn in einem Kampf kann alles passieren, das sollte dir als erfahrener Kämpfer bewusst sein, Aiko – dann wendest du die Technik von deinem Opa an, die ich dir gleich zeige. Ich würde sogar sagen, wir entwickeln die Technik weiter, so dass es nahezu unmöglich ist, sie zu kontern.

Meister Tatsuo führt zusammen mit Aiko die Technik aus. Bei der Technik geht es darum, dem Gegner zunächst mit der linken Seite gegenüberzustehen, dann mit einer schnellen Bewegung die Seite zu wechseln, den Gegner mit dem rechten Arm zu packen und ihn über sich zu werfen. Das Entscheidende für den Erfolg der Technik sind Schnelligkeit und Kraft. Aiko und Meister Tatsuo übten die Technik zusammen, machten sich Gedanken und schafften es, die Technik auf Aiko zu individualisieren, indem sie Aikos linken Arm fest an seinen Körper banden. So konnte der Gegner, selbst bei einem schmerzenden linken Arm, diesen nicht greifen und lief geradewegs in die Falle. Bei der letzten Ausführung legte Aiko Meister Tatsuo zum ersten Mal auf die Matte und in dem Augenblick wurde beiden bewusst, was geschehen war.

Aiko beherrschte die Technik nun. Er wusste, wie sie anzuwenden war. Meister Tatsuo richtete sich auf, stellte sich vor Aiko und beide verneigten sich voreinander. Zusammen entschieden sie sich, der Technik den Namen „**Die Takashi Wende**“ zu geben, in Andenken an Takashi Nakamura. Meister Tatsuo verlangte von Aiko, dass er von nun an diese Technik bis zu den Olympischen Spielen jeden Tag intensiv trainierte und sie perfektionierte. Vorher benötigte er sie aber auch, um den 10. Dan im Karate zu erhalten.



Kapitel 11 - Olympia

"Folge deinen Träumen. Sie kennen den Weg." ¹¹

Es war soweit. Der Tag war gekommen: die Olympischen Spiele 2024 in Frankreich - Paris. Aiko und Yuki traten gemeinsam im Karate für Team Japan an und waren die beiden Vertreter im Mittelgewicht. Insgesamt nahmen 32 Kämpfer in dieser Gewichtsklasse teil. Das Turnier fand im K.O.-Modus statt, sodass jeder, der seinen Kampf verlor, frühzeitig ausschied. Die ersten Kampfpaarungen wurden alle ausgelost und folgten anschließend einem Paarungsmuster.

Aiko und Yuki atmeten tief auf, als sie erfuhren, dass sie erst im möglichen Finale aufeinandertreffen würden. Auch Aikos und Yukis Eltern waren unter den Zuschauern und gespannt auf das Geschehen.

Aiko und Yuki gewannen ihre ersten Kämpfe souverän, ohne einen Punkt abzugeben und standen somit beide im Achtelfinale. Die Freunde waren im ständigen Austausch und Aikos linker Arm schien dem Turnier standzuhalten. Während des ersten Kampfes und auch danach fühlte sich sein linker Arm gut an, was Aiko ein gutes Gefühl gab. Yuki wurde etwas überheblich und scherzte. Er ging zu Aiko und sagte ihm, dass er seine Schwachstelle kenne und er in einem möglichen Finale keine Chance gegen ihn hätte. Aiko schmunzelte nur, denn er wusste, dass er auch für den Fall der Fälle sehr gut vorbereitet war.

Auch im Achtelfinale hatten ihre Gegner keine Chance. Aiko und Yuki verwandelten sich im Ring in komplett andere Menschen. Sie wechselten mit dem Schritt auf die Matte in den Kampfmodus und konzentrierten sich voll und ganz auf sich selbst und ihre Gegner. Ihre Bewegungen waren nicht nur extrem schnell und kraftvoll, sondern auch äußerst künstlerisch. Die Zuschauer, die Aikos und Yukis Kämpfe verfolgten, bemerkten schnell, dass es sich bei den beiden um zwei Ausnahmetalente handelte.

Während Yuki selbst im Viertelfinale seine Null-Gegenpunkte-Bilanz hielt und ins Halbfinale einzog, hatte Aiko zum ersten Mal seit sehr langer Zeit eine Schwächephase im Ring. Es passierte in den Schlussminuten seines Kampfes: Aiko war für einen ganz kurzen Augenblick unachtsam und sein Gegner erwischte ihn sehr unglücklich an seinem linken Arm. Aiko gelang es, in einem am Ende einseitigen Kampf als Sieger von der Matte zu gehen, doch dieses Mal hatte er Punkte abgegeben und noch schlimmer war, dass seine Verletzung an seinem linken Arm ihn eingeholt hatte.

Aiko versuchte, sich nichts anmerken zu lassen, doch wer ihn kannte, wusste genau, dass etwas nicht stimmte. Aikos Vater, Yuki und Meister Tatsuo suchten ihn in der Umkleidekabine auf und sahen, wie Aiko unter Tränen in den Spiegel blickte. Er fasste an seinen linken Arm und versuchte, ihn herauszureißen. Die Schmerzen waren unerträglich.

Die Halbfinalkämpfe sollten in einer Stunde stattfinden. Aiko blickte den Anwesenden tief in die Augen und bat seinen Vater und Yuki zu gehen. Aiko rief Yuki noch hinterher, dass er im Finale auf ihn warten würde. Yuki seinerseits lächelte nur, während er sich um seinen Freund sorgte. Yuki hatte jedoch keine Zeit, jetzt für Aiko da zu sein. Er hatte selbst einen wichtigen Kampf vor sich. Nun waren Aiko und Meister Tatsuo allein. Beide wussten, was nun zu tun

¹¹ Kobe Bryant



war. Sie hatten sich explizit auf diese Situation vorbereitet, in der Hoffnung, dass es nie so weit kommen würde. Der Meister fasste Aikos linken Arm und band diesen mit aller Kraft fest an Aikos Körper. Der Arm schmerzte zwar weiterhin, jedoch würden die Gegner ihn nicht mehr greifen können.

Meister Tatsuo:

Aiko, du entscheidest, wie es weitergeht. Du musst niemandem etwas beweisen. Es ist keine Schande, hier und jetzt aufzuhören.

Aiko:

Meister! Ich gebe nicht auf. Niemals! Ich habe mein ganzes Leben auf diesen Moment hingearbeitet.

Meister Tatsuo:

Es ist deine Entscheidung, mein Junge!

Aiko:

Ja, Meister, das ist es!

Gerade als Aiko sich auf den Weg zu seinem Kampf macht, der in fünf Minuten stattfinden würde, sieht er, wie Yuki blutüberströmt in einer Trage herausgetragen wird und rennt zu seinem Freund.

Aiko:

Yuki, was ist passiert?

Yuki:

Aiko, ich habe so etwas vorher noch nie gesehen. Ich hatte nicht den Hauch einer Chance. Mein Gegner, ich war ihm nicht gewachsen.

Aiko:

Wie kann das sein, Yuki? Du und ich, wir sind doch die Besten in unserer Gewichtsklasse. Es hieß doch, entweder wirst du es oder ich.



Yuki:

Ja, Aiko. Das dachte ich auch. Doch mein Gegner hatte ganz fiese Tricks und Finten in seinen Kampf eingebaut. Er kämpft sehr an der Grenze zum Unerlaubten, aber gerade noch so, dass er damit durchkommt. Pass auf dich auf, Aiko. Sei auf der Hut und erwarte das Unerwartete.

Mit diesen Worten verabschiedete sich Yuki von Aiko. Aiko schaute noch einmal zu seinem Freund zurück und gab sich selbst das Versprechen, trotz seines verletzten Arms noch einmal über sich hinauszuwachsen. Mit dieser neuen Motivation, die aus dem Leid seines engsten Freundes entstanden war, stieg Aiko fest von sich überzeugt in den Ring. Aiko bemerkte, dass Yukis Halbfinalgegner am Seitenrand den Kampf verfolgen würde. Aiko verstand schnell, dass er unter Beobachtung stand und sein Kampfstil analysiert wurde.

Aiko setzte seinen Fuß auf die Matte und konzentrierte sich im nächsten Augenblick nur noch auf seinen Gegner. Für alles andere würde er sich hinterher etwas überlegen. Doch jetzt musste er erstmal diesen Kampf bestreiten. Der Kampf begann und Aiko wandte zum ersten Mal in einem offiziellen Kampf die „Takashi Wende“ an. Der ganze Saal verstummte, denn niemand hatte verstanden, was da gerade geschehen war. Aiko war so schnell und kraftvoll, dass keiner hinterherkam. Der Gegner hatte keinerlei Mittel, diesen Angriff zu kontern und Aiko ging als Sieger von der Matte.

Aiko stand jetzt also im Finale. Sein Gegner Hwang Kee aus Korea wartete schon auf ihn und hatte Aiko bis ins kleinste Detail analysiert. Hwang Kee war Koreas bester Karatekämpfer, bereits 28 Jahre alt und hatte bis heute keinen einzigen offiziellen Kampf verloren. Er war mit allen Wassern gewaschen und bekannt für seine brutale und eher unfaire Art zu kämpfen. Es gab nur eins, was für Hwang Kee zählte und das war gewinnen. Das „Wie“ war ihm mehr als egal.

Aiko hatte sich zusammen mit seinem Meister bereits auf Hwang Kee vorbereitet und ihn bis ins kleinste Detail analysiert. Schwachstellen gab es fast keine, außer seiner Wut, die er im Laufe von Kämpfen manchmal nicht kontrollieren konnte. Aiko war sich bewusst, dass er das zu seinem eigenen Vorteil ausnutzen musste. Aiko hatte zwar keine Angst vor seinem Gegner, denn dafür hatte er bis heute viel zu viel gesehen. Jedoch machte er sich Gedanken darüber, dass Hwang Kee genug Zeit hatt, sich Aiko aus der Nähe anzusehen und sich einen Gegenangriff auf die Takashi Wende zu überlegen. Um sich den Rat seines Meisters einzuholen, ging Aiko vor dem Finalkampf zu ihm.



Aiko:

Meister, Hwang Kee stand eben in der Ringecke und hat meinen Kampf beobachtet.

Meister Tatsuo:

Das habe ich mitbekommen, Aiko. Das macht aber nichts.

Aiko:

Meister, er wird sicherlich gemerkt haben, dass ich meinen linken Arm nicht bewegen kann.

Meister Tatsuo:

Sicher wird er das gesehen haben, Aiko. Das ist aber auch egal.

Aiko:

Meister, wie können Sie sich da so sicher sein?

Meister Tatsuo:

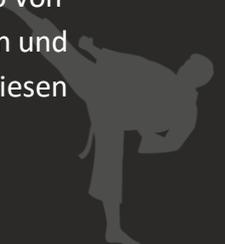
Habe Vertrauen, Aiko. Habe Vertrauen!

Aiko:

Ja, Meister!

Aiko versteht, was sein Meister ihm mitteilen möchte. Kurz vor dem Kampf stellt sich Aiko in seine Ringecke. Er schließt seine Augen und geht noch einmal tief in sich. Er ist sich bewusst, dass er von seinem Traum nur noch einen Kampf entfernt ist. Als er seine Augen öffnet, ist er völlig klar. Er weiß, was zu tun ist. Er sieht, wie seine Eltern ihm zujubeln. Inzwischen ist auch die Behandlung von Yuki abgeschlossen. Er konnte den Kampf um Platz 3 aufgrund seiner Verletzungen nicht antreten und schließt das Turnier als Vierter ab. Aiko verneigt sich vor Yuki und dankt ihm für alles, was er für ihn getan hat und sagt ihm, dass er es ohne ihn und seine Unterstützung nie bis hierhin geschafft hätte.

Mit geballter Faust steigt Aiko in den Ring. Er steht seinem Gegner gegenüber und sieht ihm tief in die Augen. Hwang Kee flüstert Aiko zu und sagt ihm, dass er auf seinen linken Arm aufpassen soll. Aiko lässt sich davon nicht beirren und der Kampf beginnt. Hwang Kee versucht nach Aikos linkem Arm zu greifen, doch Aiko ist zu schnell und zu wendig. Die Takashi-Wende kommt zum Einsatz, und Hwang Kee wird zum ersten Mal in seiner Karatelaufbahn über die Schulter zu Boden geworfen. Die ersten Punkte gehen an Aiko. Die ganze Halle ist außer sich und es herrscht tobender Applaus. Hwang Kee tobt innerlich und versteht nicht, wie das passieren konnte. Er steht auf und greift Aiko erneut an und wieder lässt er sich von der Takashi-Wende überraschen und geht zu Boden. Hwang Kee ist nun fast nicht mehr zu bändigen. Diese Wut will sich Aiko zu Nutze machen. Doch in dem Moment, als sich Aiko von seinem Gegner abwendet, um in seine Ecke zu gehen, greift Hwang Kee ihn von hinten an und Aiko stürzt ganz unglücklich, sodass er mit dem Kopf auf dem Boden aufprallt. Auf diesen



unfairen Angriff hin erhält Hwang Kee eine Verwarnung und drei Punkte Abzug. Doch der Kampf würde fortgesetzt werden, sofern Aiko denn weitermachen kann. Durch den Sturz und den Schlag von hinten aufs Gesicht wird Aikos Sehvermögen stark beeinträchtigt. Aiko wird in seiner Ecke von seinem Meister behandelt. Meister Tatsuo versteht schnell, dass Aikos Sehvermögen weit unter 100 Prozent liegt. Kurz bevor der Meister das Handtuch werfen und den Kampf beenden will, greift Aiko ihm am Arm und flüstert ihm die folgenden Worte zu: „Habe Vertrauen, Meister. Habe Vertrauen.“ Aiko ist die Ruhe selbst. Er atmet tief ein und aus. Er ist sich darüber bewusst, dass er nur noch eine gelungene Aktion benötigt, um den Kampf für sich zu entscheiden. Aiko steht ganz langsam auf und versucht, es sich nicht anmerken zu lassen, dass er fast nichts sieht. Er bewegt sich in aller Gelassenheit in die Ringmitte und schließt seine Augen. Hwang Kee vertraut darauf, dass er Aiko nun genau da hat, wo er ihn haben wollte. Denn er hatte schnell bemerkt, dass Aiko nicht mehr richtig sehen kann. Zu seiner Wut kommt nun somit auch noch Fahrlässigkeit ins Spiel. Aiko und Hwang Kee stehen sich exakt einen Meter gegenüber und beide warten auf das Signal des Ringrichters. Als der Kampf freigegeben wird, greift Hwang Kee Aiko ein drittes Mal mit allem, was er hat, an und versucht auch dieses Mal seinen linken Arm zu attackieren. Aber auch dieses Mal hat Hwang Kee keinen Erfolg. Aiko sah zwar nicht, doch das musste er auch nicht. Er hatte die Takashi-Wende perfektioniert und führte die Bewegung selbst im schwierigsten Moment und in aller Selbstverständlichkeit aus. Hwang Kee hatte den Kampf bereits verloren, als er in den Ring trat. Er wusste es nur noch nicht. Er fand sich auch jetzt wieder auf dem Boden. Vorbei! Geschafft! Es ist vollbracht! Mit dieser letzten Kampfsequenz gewinnt Aiko den Kampf und damit die Goldmedaille für Japan im Karate.

Alle stürmen den Ring. Aiko kann sein Glück kaum fassen. Er versteht selbst nicht, was da gerade geschehen ist...

Vor der Siegerehrung kam ein japanisches Kamerateam zu Aiko, um den frischgebackenen Olympiasieger zu interviewen. Sie baten Aiko, ein paar Worte zu sagen und über seine Gefühle zu reden. Aiko nutzte den Moment und das ihm gebotene Publikum und teilte der Welt folgendes mit:

„Ich bedanke mich bei allen, die mir in meiner schwierigsten Zeit zur Seite standen und stets an mich geglaubt haben. An die Menschen da draußen: Falls auch ihr Träume habt, umgebt euch mit mental starken Menschen, die euch im Leben unterstützen und von denen ihr lernen könnt. Seid euch eures eigenen Werts bewusst. Respektiert euch selbst und glaubt an euch und eure Fähigkeiten. Lasst euch nicht einreden, dass ihr etwas nicht könnt. Habt keine Angst davor, große Träume zu haben. Verfolgt größere Ziele. Bleibt konsequent und gebt euch nicht mit dem Status quo zufrieden. Vertraut euren Träumen, sie werden euch den richtigen Weg zeigen.“



Nach der Siegerehrung und dem Erhalt der Goldmedaille läuft Aiko geradewegs zu seinen Eltern und umarmt sie mit der letzten Kraft, die ihm noch bleibt. Sein Vater schaut ihm in die Augen und sagt:

„Ich bin stolz auf dich, mein Sohn und glaub mir, dein Opa wäre auch sehr stolz auf dich!“

Als Aiko diese Worte hört, ist er der glücklichste Mensch auf der Welt. All die harte Arbeit, all die Strapazen und Schmerzen – es hat sich am Ende alles ausgezahlt.

Nur eins hatte Aiko nicht verstanden: Warum war Hwang Kee nicht in der Lage, die Takashi Wende zu kontern? Er hatte doch eigentlich genug Zeit, sich einen Plan auszudenken. Also sucht Aiko seinen Meister auf und bittet ihn um eine Erklärung:

Aiko:

Meister, wie kann es sein, dass Hwang Kee nicht in der Lage war, auf die „**Takashi Wende**“ zu reagieren?

Meister Tatsuo:

Aiko, wir haben die Technik von deinem Opa übernommen und weiterentwickelt. Ich habe dir die Technik gezeigt, aber dir nicht gesagt, dass es sich um die schwierigste Bewegung im Karate handelt. Wir haben die Technik auf dich angepasst und individualisiert. Wir haben deinen linken Arm ganz fest an deinen Körper angebunden. Natürlich gibt es einen Weg, auch diese Bewegung zu kontern; jedoch müsste dein Gegner hierfür deinen linken Arm packen...



Kapitel 12 - Das Buch

"Der einzige sichere Weg zum Erfolg ist, niemals aufzugeben."¹²

Drei Wochen nach dem glorreichen Sieg, fanden sich Aiko und Yuki auf der Matte ihres gemeinsamen Dojos wieder, umgeben von den Schatten ihrer Vergangenheit und dem erhellenden Licht ihrer Erfolge. Es herrschte nichts als Ruhe, während sie über ihre gemeinsamen Erfolge, Rückschläge und den Weg zur Goldmedaille sprachen.

Als die beiden über ihre gemeinsame Reise sprachen, spürte Yuki eine Flamme in seiner Seele, die er bisher nicht in Worte gefasst hatte und er öffnete voller Entschlossenheit sein Herz:

Yuki:

Was ist dein Geheimnis, Aiko? Schon als Kind warst du allen anderen als Persönlichkeit voraus. Dein Wille scheint unbezwingbar. Jedes Mal, wenn das Leben dich zu Boden wirft, stehst du noch stärker auf. Du meisterst jede Situation, jede Krise, ohne deine Hoffnung und deinen Glauben an dich zu verlieren. Wie machst du das?

Aiko blickte tief in Yukis Augen und enthüllte das Fundament seiner Stärke:

Aiko:

Ich verrate es dir Yuki. Es liegt am Buch meines Opas. Es hat mir durch die schwersten Zeiten geholfen. Mein starker Charakter und mein Wesen gründen auf dem Wissen aus dem Buch meines Opas. Es heißt „Jibun no michi o kangaete - Subete o saizen ni ikasu“, übersetzt bedeutet es „Denk deinen Weg – Mach das Beste aus Allem“. Hierin stehen Methoden und Denkmuster, die mir dabei geholfen haben, der zu werden, der ich heute bin. Über alle Kapitel hinweg hat er einen Leitfaden entwickelt. Einen Leitfaden zum Champion. Letztendlich hat mir das Buch das Wissen und das Vertrauen vermittelt, auf alle Fragen des Lebens eine Antwort zu entwickeln und einen Ausweg zu finden. Nicht irgendeinen Weg, sondern meinen Weg. Jedes Kapitel endet mit den Schlussworten... Denk deinen Weg und mach das Beste aus Allem. Diese Worte sind nicht nur ein Ratgeber, sondern ein Mantra, das mich durch Höhen und Tiefen getragen hat. In ihnen liegt die Essenz meines Erfolgs und ich bin fest davon überzeugt, dass dieses Buch die Kraft besitzt jeden Menschen zu seinem eigenen Champion zu formen. Solange man sich nur darauf einlässt...

¹² Thomas Edison

