



Eine Zeitreise zu den Ursprüngen des Karate

Der indische Mönch Bodhidharma brachte 523 n. Chr. die tamilischen Kampfkünste von Indien zu den chinesischen Shaolin-Klöstern, von wo der chinesische Diplomat Wanshu 1683 die weiter entwickelte Shaolin-Technik auf die japanische Insel Okinawa brachte, wo schließlich die Geburtsstunde des modernen Karate stattfand.

Hier ist eine kurze Reise durch die Zeit, zurück zu den Ursprüngen des Karate:

Nishiyama (1928 - 2008)

Der in Tokio geborene Hidetaka Nishiyama ist der Begründer des heute gelehrten Traditionellen Karate. Mit fünf Jahren begann er Kendo zu trainieren, mit zehn Jahren zusätzlich Judo und mit fünfzehn Shotokan-Karate.

Mit zwanzig Jahren erhielt er bereits den zweiten Dan in Karate und wurde Kapitän des Takushoku-Universitäts-Karateteams. Er gründete die Japan Karate Association und war Mitbegründer der All Japan Collegiate Karate Union. Mit zweiundzwanzig Jahren bildete er als Karate-Instruktor die amerikanischen Spezialeinheiten des American Air Commands in Judo, Aikido und Karate aus.

1961 kam er mit dreiunddreißig Jahren in die USA, wo er die All American Karate Federation und die Pan American Karate Union gründete. 1974 gründete er die International Amateur Karate Federation, die als Vorgänger der heutigen International Traditional Karate Federation gilt, dem der Berndorfer Karateclub angehört.

Nishiyama lebte bis zu seinem Tod mit seiner Frau und seinen drei Töchtern in Los Angeles. Er war Träger des 9. Dan und lernte Karate bei Meister Gichin Funakoshi.

Literatur: *Hidetaka Nishiyama: „Karate - Die Kunst der leeren Hand“, schlatt-books Verlag, 256 Seiten*

Funakoshi (1869 - 1957)

Der auf der Insel Okinawa geborene und aufgewachsene Gichin Funakoshi ist der Begründer des heutigen Shotokan Karate-Stils. Funakoshi war beruflich zunächst als Hausmeister, Gärtner, Putzmann und Hauptschullehrer tätig. Bereits im Jugendalter stellte Karate seinen Haupt-Lebensinhalt dar, und er begann, das so genannte Okinawa-Karate zu erlernen.

Mit dreiundfünfzig Jahren reiste Funakoshi als Leiter einer Delegation aus Okinawa nach Tokio und stellte dort Karate, das bis dahin als eine im Geheimen trainierte Kampfkunst galt, erstmals der japanischen Öffentlichkeit vor. Dabei betrachtete Funakoshi Karate nicht nur als Mittel zur Selbstverteidigung, sondern vielmehr auch als Werkzeug, um Körper und Geist zu vervollkommen. Aufgrund des großen Interesses blieb er in der japanischen Hauptstadt, um weiter zu unterrichten. Ihm gelang es, dass das Karate in den Sportunterricht an den Schulen integriert wurde und schließlich weltweite Verbreitung fand.

Da Funakoshi unter dem Künstlernamen Shoto (= Pinienrauschen) Gedichte schrieb, wurde seine im Frühjahr 1935 in Tokio eingeweihte Trainingshalle *Shoto-kan* (Kan = Halle) genannt, woraus sich später der Begriff seines Karatestils ableitete.

Eine von Funakoshi aufgestellte Verhaltensregel, die das Grundprinzip des Karate vermitteln soll, lautet: *Karate ni sente nashi* im Karate gibt es keinen zuvorkommenden, ersten Angriff. Funakoshi lernte Karate unter den beiden Meistern Azato und Itosu.

Literatur: *Gichin Funakoshi: „Karate-do: Mein Weg“, Kristkeitz Verlag, 157 Seiten*

Itosu **(1832 - 1916)**

Itosu Yasutsune wurde im Hause einer Samuraifamilie geboren und nach den Regeln der Samurai erzogen.

Durch sein hartes und ausdauerndes Training entwickelte er sich zu einem unbesiegbaren Karateka und galt als einer der größten okinawischen Karate-Meister aller Zeiten.

Als er mit knapp sechzig Jahren seine Anstellung als Privatsekretär beim König von Okinawa verlor, war er genötigt, für seinen Lebensunterhalt öffentlich Karate zu lehren. Für den Unterricht war er jedoch gezwungen, das Karate zu überarbeiten und ein entschärftes Konzept zu entwickeln, das gelehrt werden konnte. So änderte er die überlieferten alten Katas und gründete viele neue, wie die Tekki- und Heian-Katas.

Acht Jahre vor seinem Tod schrieb er: *„Karate strebt nicht nur danach, den Körper zu disziplinieren, sondern dient der Erhaltung der Gesundheit.“*

Azato **(1827 - 1906)**

Azato Anko wurde als Sohn eines angesehenen Bürgers der okinawischen Gesellschaft in der Stadt Azato auf Okinawa geboren. Er war sowohl Philosoph als auch militärischer Berater des Königs von Okinawa. Der vielseitige Azato war nicht nur Karate-Experte, sondern auch Meister des Jigen-Ryu Schwertstils, der Bajutsu Reitkunst, des Tegumi-Ringens und ein vortrefflicher Bogenschütze.

Er pflegte stets zu sagen: *„Kenne dich selbst und deinen Gegner, das ist das Geheimnis der Strategie.“* Sowohl Itosu als auch Azato, die beide als Karatelehrer von Gichin Funakoshi gelten, lernten Karate bei Meister Matsumura.

Matsumura **(1797 - 1889)**

Matsumura Sokon wuchs im Ort Yagamawa auf Okinawa auf und wurde bereits als Kind auf Drängen seines Vaters von einem Großmeister in Karate unterrichtet.

Später arbeitete Matsumura als Leichwache im Dienste mehrerer okinawischer Könige, worauf ihm der Titel Bushi (= Krieger) verliehen wurde. Matsumuras Karatestil war stark geprägt von chinesischen Shaolin-Techniken, dem so genannten Shorin-Ryu Stil.

Berühmt wurde Matsumura vor allem durch seine Kämpfe gegen Stiere in der Arena und seinem angeblichen „Blick des Todes“, der seine Gegner noch vor dem ersten Schlag aufgeben ließ.

Die wichtigsten von Matsumura begründeten Katas „Chinto“, „Pinan“ und „Naihanshi“ wurden später von seinem Schüler Itosu in mehrere einfachere Abschnitte zerlegt.

Matsumura selbst lernte Karate bei dem okinawischen Großmeister Sakugawa.

Sakugawa **(1733 - 1815)**

Satunuku Sakugawa war der bekannteste und wichtigste Meister des frühen okinawanischen Tō-de (= Karate), der geheimen Kampfkunst der leeren Hand. Diese verband die verschiedenen Kampfstile Okinawas mit chinesischen Techniken.

Während Sakugawas Ausbildung und seiner Reisen nach China vertiefte er sein Wissen über die Meditationsform Qigong und die Kampfkünste Kempo und Wushu. Dadurch wurde er ein Verfechter der chinesischen Methoden, die auf traditionelle Inhalte der Kampfkünste sowie die innere Entwicklung des Schülers ausgelegt waren. Seinen Schülern vermittelte er sein Kata-Wissen erst, wenn er restlos von deren richtigen inneren Einstellung überzeugt war.

Sakugawas Lebensphilosophie lautete: *„Ein Meister des Karate muss in allen Dingen des Lebens bewandert sein. Dahingegen ist ein Spezialist nur jemand, der immer mehr von immer weniger versteht.“* Sakugawa begann das Studium der okinawanischen Kampfkünste bei dem Mönch Takahara.

Takahara (1683 - 1760)

Takahara Peichin wurde auf Okinawa geboren und zählte als studierter und weit gereister Astronom und Kartenzeichner zur höheren Gesellschaft Okinawas.

Seine Einstellung lautete: „*Karate ist ein Lebensweg. Der Weg, Karate zu verstehen und zu bewahren, ist durch die Kata. Durch die Kata können die Kampftechniken gelehrt werden.*“

Takahara war ein Schüler von Matsu Higa.

Matsu Higa (1647 - 1721)

Matsu Higa war eine Kampfsport-Legende in der Geschichte Okinawas, ein Experte des Bōjutsu, der sowohl das Karate weiterentwickelte als auch das Kobudo. Als Kobudo wurde die auf Okinawa entwickelte Waffentechnik bezeichnet, bei der alltägliche Bauern- und Handwerkszeuge eingesetzt wurden, wie der Sai (= Dreizack), der Nunchaku (= kurzer Dreschflegel) der Bō (ein 182 cm langer Stab) oder die Kama (= Sichel).

Die Legende erzählt, dass Matsu Higa Arme wie Baumstämme besaß und Kokosnüsse mit bloßen Händen spalten konnte, obwohl er nur 157 cm groß und 64 kg schwer war.

Matsu Higa war ein Schüler des chinesischen Reisenden Wanshu, der ihm die Kampfkünste der Shaolin beibrachte.

Wanshu (1621 - 1689)

Der chinesische Diplomat Sappushi Wanshu leitete 1683 eine Mission, die von der chinesischen Qing-Dynastie in die Stadt Tomari der japanischen Insel Okinawa gesandt wurde.

Wanshu war sowohl Dichter, Kalligraph, Diplomat und Experte der Kampfkünste, die er in Okinawa verbreitete. Die Wanshu-Kata wurde nach ihm benannt und von seinen Schülern weitergelehrt. Gichin Funakoshi benannte diese Kata 250 Jahre später im Rahmen seines Shotokan-Karates in die heutige Empi-Kata um.

Wanshu erlernte die Kampfkünste in der Tradition der Shaolin.

Shaolin-Klöster (500 - 1650)

Shaolin ist der Name eines buddhistischen Mönchsordens, der am Berg Songshan in der Provinz Henan im Herzen Chinas liegt. Der Name *Shaolin* kann übersetzt werden als *Tempel im Wald am Berg Shao*.

Das Kloster ist nicht nur die Geburtsstätte des historischen Chan-Buddhismus und des Vorläufers des Zen-Buddhismus, sondern auch berühmt für Tai Chi, Qigong und die Kampfkunst Quanfa (= Shaolin Kung Fu oder auch Shaolin-Faust-Fähigkeit).

Im Jahr 728 entsandte das Shaolin-Kloster 13 kämpfende Mönche, um die bedrängte Dynastie zu unterstützen. Aufgrund der guten Dienste, die diese Mönche leisteten, wurde dem Kloster das Privileg zugestanden, weitere Mönche als Krieger auszubilden, wodurch die Shaolin-Mönche im chinesischen Reich großes Ansehen erlangten.

Von 1368 bis 1644 erlebten das Shaolin-Kloster und seine Kampfkunst, das von der regierenden Ming-Dynastie gefördert wurde, einen enormen Aufschwung. Es war die Blütezeit des Shaolin-Tempels. Die Armee des Klosters war etwa 2.500 Mann stark, deren Kampfkünste in unzähligen Varianten und Techniken ausgeübt wurden.

Das älteste überlieferte Handbuch über Shaolin-Kampftechniken ist die *Abhandlung über die originale Shaolin-Stockkampf-Methode*. Es wurde 1610 von Cheng Zongyou verfasst, der in einem mehr als zehnjährigen Aufenthalt im Shaolin-Kloster diese Techniken erlernte.

Der Legende nach lehrte der indische Mönch Bodhidharma, der im Jahre 523 in das Shaolin-Kloster kam, die Grundlagen der Shaolin-Kampfkunst, die später im Kloster weiterentwickelt und tradiert wurden.

Bodhidharma (440 - 528)

Bodhidharma war ein indischer Mönch. Er wurde als dritter Sohn von König Sughanda in Kanchipuram geboren, war Mitglied der Kshatriya-Kaste und wurde in allen höfischen Sitten und den Kampfkünsten ausgebildet.

Um 480 verließ er Indien und fuhr mit dem Schiff nach Südchina, überquerte den Himalaya in die nördlichen Provinzen, wanderte zum Kaiserhof der Liang-Dynastie und ließ sich schließlich im Jahr 523 im Norden in der Provinz Henan nieder, wo sich das sagenumwobene Shaolin-Kloster befand. Bodhidharma lehrte die vom indischen Mahayana-Buddhismus abgeleitete Philosophie der Selbstbetrachtung und die Kampfkünste, woraus später eine Kombination aus Meditationspraktiken und körperertüchtigenden Bewegungen wurde. Aus diesen Bewegungen entstand die erste Kata *Shiba luohan shou* (= Die 18 Hände der Arhats).

Bodhidharma wurde als Kind am königlichen Hof in der Kampfkunst Kuttu Varisai trainiert.

Kuttu Varisai (1. bis 2. Jahrhundert v. Chr.)

Kuttu Varisai ist eine tamilische Kampfkunst, die in den ersten beiden Jahrhunderten v. Chr. in Südindien, Sri Lanka und Malaysien praktiziert wurde und übersetzt *Kampf der leeren Hand* bedeutet. Kuttu Varisai wurde verwendet, um Athletik und Beinarbeit durch Gymnastik, Dehnung, Yoga und Atemtechniken zu verbessern.

Die Techniken sind eine Kombination aus Schlägen, Würfen und Haltegriffen, bei denen sämtliche Körperteile wie Fäuste, Füße, Ellbogen oder Knie zum Einsatz kommen. Dabei werden auf Tierbewegung basierende Muster angewandt, wie beispielsweise die von Affe, Adler, Tiger, Schlange oder Elefant.

Zudem kamen die damals typischen Waffen zum Einsatz, wie das Silambam (= langer Stab), Vaal (= einfaches Schwert), Vettarival (= Machete) oder Maduvu (= Hirschhörner).