

Die Kata *Gojūshihō* und Maßnahmen gegen einen unerwarteten Angriff

Die Fotos 73-76 zeigen Sequenzen der Kata *Kururunfa*, die dem Naha-te entstammt. Sie ist für Fortgeschrittene gedacht und beinhaltet u. a. eine Technik, die darauf zielt, sich aus einer Umklammerung oder einem Nelson⁷⁵ von hinten zu befreien und mit einem Stoß des Hinterkopfes gegen das Gesicht des Gegners anzugreifen.

In Büchern und Videos wird der Stand einfach, dem Ablauf der Kata folgend, als *shiko dachi* (Grätschstand, bei dem die Fußspitzen 45° nach außen zeigen, eine aus dem Sumō stammende Stellung) gedeutet. Aus diesem kann man aber keinen Gegenangriff führen. Man geriete eher noch in Gefahr, aus dem Gleichgewicht gebracht und nach hinten umgerissen zu werden. Im wirklichen Kampf werden die Beine nicht quer in eine Grätsche, sondern nach vorn und hinten in einen Schritt geöffnet. Man darf die Kata also nicht nur einseitig unter dem Gesichtspunkt des Blocks sehen. Man muß sie als Einheit von Block und Angriff begreifen und durchdenken, d. h., beim *bunkai* muß



Foto 73



Foto 74



Foto 75



Foto 76

Fotos 73-76: Sequenz aus der Kata *Kururunfa*.

⁷⁵ Nelson: (engl.) Haltegriff im Ringkampf. – Anm. d. Lekt.



Foto 77



Foto 78

Fotos 77/78: Die Kata *Kururunfa*.

Foto 77: Die falsch interpretierte Kata. – Aus einem Stand, wie er dem in der Kata entspricht, wird man nach hinten umgerissen.

Foto 78: Die richtige Interpretation. – Indem man einen Schritt nach vorn macht, wird ein Umreißen nach hinten unmöglich. Die eigene Position wird stabilisiert und die des Gegners destabilisiert.



Foto 79



Foto 80

Fotos 79/80: Die Kata *Gojūshihō*.

Foto 79: Grundhaltung mit den Händen an den Hüften (in der historischen Situation mit den Daumen im Gürtel).

Foto 80: Körperdrehung.

man die Aktionen des Gegners in seine Überlegungen immer einbeziehen. Wieder einmal zeigt sich, daß die oberflächliche Deutung einer Kata zu falschen Schlüssen führen kann.

Man darf auch nicht vergessen, daß die Kata unter ganz bestimmten örtlichen, historischen und gesellschaftlichen Verhältnissen auf der Insel Okinawa entstanden sind. Oft kann man einen bestimmten Bewegungsablauf nur dann vollkommen verstehen, wenn man diesen Hintergrund kennt. Die folgende Passage aus der Kata *Gojūshihō* (54 Schritte) ist ein Beispiel hierfür (Fotos 79 und 80). Hier wird ein Stoß des Gegners mit dem Ellenbogen geblockt (*chudan-zuki* mit *hiji-uke*). Im wirklichen Kampf hat man aber keine Zeit, eine solche Stellung einzunehmen. Weiß man nicht, daß früher die Samurai in Shuri immer diese *futokoro de* genannte Körperhaltung innehatten, kann man die Kata nicht erklären.



Foto 81: Die Haltung *futokoro de*.



Foto 82



Foto 83



Foto 84

Fotos 82-84: Analyse des in der Kata *Gojūshihō* verborgenen Ellenbogenblocks. Der Ellbogenblock erfolgt mit einer Körperdrehung (82). Ohne den Ellenbogen zu beugen, wird mit einer weiten Bewegung ein Halbkreis beschrieben (83). Aus dieser Bewegung wird mit der anderen Hand ein Schlag mit der Handkante gegen die Halsschlagader geführt (84).

Auf Foto 81 bin ich als Jugendllicher zu sehen. Im Zentrum steht mein Vater, am linken Rand Konishi Yasuhiro (vom Shindō Shizen ryū), und rechts außen stehe ich. Meine Körperhaltung ist die obengenannte *futokoro*

de. Die Hände sind dabei am Gürtel, mit den Daumen in der Innenseite. Diese damals bei den Samurai in Shuri übliche Haltung wurde in der Kata *Gojūshihō* als Ausgangssituation für die Darstellung eines Ellenbogenblocks gegen einen plötzlichen Angriff gewählt. Die Analyse (*bunkai*) des Ellenbogenblocks zeigen Fotos 82-84.

Bei der Kata *Kōsōkun dai* wird der Körper abgesenkt. Diese Stellung ist dafür gedacht, auf einen unerwarteten Angriff, beispielsweise auf nächtllicher Straße, zu reagieren. Dabei muß man bedenken, daß es früher keine Straßenbeleuchtung gab und die Straßen nachts wirklich stockdunkel waren. Die tiefe Körperhaltung diente dazu, das Mondlicht für sich besser zu nutzen, um die Aktionen des Gegners leichter zu sehen und gleichzeitig vom Gegner schwerer gesehen zu werden. Denn von einem hellen Ort aus kann man schwerer ins Dunkle sehen, aus dem Dunkeln aber leichter ins Helle. Diese Kata gehört zu den klassischen Kata des Karatedō (Foto 85).



Foto 85: Eine Stellung aus der Kata *Kōsōkun dai*. Der Autor hält in der rechten Hand einen Stein.

Es besteht kein Zweifel daran, daß in den Kata das unendliche Wissen der früheren Generationen aufbewahrt ist. Das bedeutet aber auch, daß man sich darüber im klaren sein muß, daß die Zeit ihrer Entstehung eben nicht unsere Zeit ist. Die gesellschaftliche Umwelt hat sich enorm verän-

dert. Deshalb enthalten die Kata auch Techniken, die man heute nicht mehr nutzen kann. Aus diesem Grund besteht eine wichtige Funktion der *bunkai* darin, herauszufinden, was geeignet ist und was nicht.

Um es noch einmal zusammenzufassen: Die Gesamtheit des Karate ist in den Kata aufgehoben. Wer Karate trainiert, sollte immer wieder zu den Kata zurückkehren. Das Karate unserer Zeit ist geprägt von Wettkampf und *kumite*, von Geringschätzung der Kata bzw. extremer Wettkampforientierung der Kata alter Stile. Deshalb fühle ich mich verpflichtet, die authentischen Kata und die richtigen Interpretationen zu vermitteln.

Die Kata *Niipaipo* und *Haufā*

Ich trainiere auch heute noch in meinem *dōjō* zusammen mit jungen Menschen. Früher, in jüngeren Jahren, übte ich auch oft *kumite*. Dabei wurde wenig Rücksicht aufeinander genommen; man war jung und voller Kraft. Mittlerweile bin ich in die Jahre gekommen, und ich denke, beim *kumite* sollten Alter und Körperkraft einander entsprechen.

Wenn man jünger ist, möchte man die Kraft und Elastizität der Jugend natürlich auch in den Kata zum Ausdruck bringen. Dafür wurden bevorzugt die aus dem Naha-te stammende Kata *Seesan*, die Kata *Useishi* (später *Gojūshihō*, 54 Schritte, genannt) aus dem Shuri-te oder die Kata *Niipaipo* (28 Schritte), die aus dem chinesischen Weißer-Kranich-Stil⁷⁶ stammt, genutzt. Die Kata *Niipaipo* lernte mein Vater von einem chinesischen Meister und Teehändler namens Go Kenki (1886-1940). Dieser gehörte zur Schule des *Hakkaku ken* und war während seiner Zeit auf Okinawa ein wichtiges Mitglied der Gesellschaft zum Studium des Karate, die mein

⁷⁶ Die Kata *Niipaipo* (oft *Nipaipo* geschrieben), ursprünglicher Name *Nepai* (28 Schläge), stammt aus dem südchinesischen Stil des Weißen Kranichs (chin. Bai-he-quan, jpn. *hakutsuru-ken* oder *hakkaku-ken*). Es gilt als nicht unwahrscheinlich, daß diese Kata von der Stilgründerin, Fang Jiniang, persönlich geschaffen wurde. Durch Go Kenki gelangte sie nach Okinawa, wo Mabuni Kenwa sie modifizierte und als Kata *Niipaipo* in sein Shitō ryū einführte, während der aus dem Naha-te kommende Kyōda Kohatsu (1887-1968), ebenso wie Mabuni Kenwa ein Schüler von Higaonna Kanryō, sie unverändert in seinen Toon ryū übernahm. – Habersetzer, R. u. G.: Encyclopédie des Arts Martiaux. Paris: Amphora 2000.