

Karate macht aggressiv – Karate-Do nicht !

Immer wieder wird fälschlicherweise behauptet, der Karate-Sport sei geeignet, Aggressivität und Gewaltbereitschaft abzubauen.

Gern wird dazu u.a. die Pilot-Studie „Kampfkunst als Therapie“ von 1992 ¹ herangezogen, in der tatsächlich der empirische Nachweis der Gewaltreduktion durch ein spezielles Training gelang. Allerdings ausdrücklich mit einem traditionellen Kampfkunstsystem, nämlich Karate-Do ². Modernes Karate als Sport und klassisches Karate-Do sind jedoch bekanntermaßen völlig verschiedene, ja gegensätzliche Dinge:

Während im Sport- und Wettkampf-Karate Technik und Taktik und der Sieg über einen Gegner im Vordergrund steht, d.h. die mess-, zähl- und objektiv bewertbare Leistung und Erfolg, geht es im Karate-Do als Kampf-„Kunst“-Weg (Do) um ganzheitliche Selbsterfahrung, um die Auseinandersetzung mit und den Sieg über sich selbst, um individuelles Wachstum, Reifung der Persönlichkeit, um den Schulungsprozess der eigenen Weiterentwicklung.

Während ja die Idee des modernen Karate und sein Regelwerk ganz dem olympischen „Höher-schneller-weiter“ verpflichtet ist und seinem sportlichen Wesen nach immer das eigene Bessersein in Konkurrenz zum jeweils anderen (Wettkampf und Sieg) kultiviert, steht in der traditionellen Kampfkunst Karate-Do die

1 Kampfkunst als Therapie. Die sozialpädagogische Relevanz asiatischer Kampfsportarten – aufgezeigt am Beispiel des sporttherapeutischen Shorinjiryu-Karatedo zum Abbau der Aggressivität und Gewaltbereitschaft bei inhaftierten Jugendlichen; Wolters, J.-M, ; Frankfurt, Bern, New York Paris, 1992

2 Shorinjiryu als eine Variante des als „psycho-esoterisch“ geltenden Shoto-Kempo-ryu Karate-Do (lt. Budo-Lexikon von W. Lind, Berlin, 1996, S. 450)

intensive Arbeit an den eigenen Schwächen und Fehlern im Vordergrund, das Ringen mit sich selbst sowie Wachsen an psycho-physischen Aufgaben und positiven Grenzerfahrungen. Es geht am Ende nicht um einen „Meister-Titel“, sondern die „Meisterung des Ich“; nicht, was im Vergleich mit anderen, sondern allein in der Bewältigung meiner Selbst erwächst.

Einen Anderen durch technische Überlegenheit zu beherrschen, ist relativ leicht – sich selbst, seine eigenen Gefühle wie (Gewalt auslösende) Wut und Angst aber eine lebenslange Aufgabe; das Eine erfordert ein spezielles Training bei einem technischen Experten, das Andere Unterweisung durch einen echten Lehrmeister der Weg-Künste...

Es ist schon dem Laien plausibel, dass Sport, erst recht Wettkampfsport, ein gewisses Maß an Aggression und Aggressivität der Athleten beflügelt (und beflügeln muss) – hingegen die systematische „Geist“-Schulung der traditionellen Do-Künste bei den Schülern bewirken kann, mit sich selbst mehr ins Reine zu kommen; besser gesagt: mit sich selbst und der Welt „Frieden zu schließen“.

Umso mehr dürften erziehungs- und sportwissenschaftliche Erkenntnisse der Gewaltforschung überzeugen, die bestätigen, dass eine stark sportorientierte Ausrichtung auf Leistung und Erfolg (Sieg über „Gegner“) aggressive Einstellungen und gewalttätiges Verhalten aktiviert, ja sogar (in Abhängigkeit von äußeren Faktoren der „Anfeuerung“ wie Status, Geld, Macht, Ruhm) gezielt fordern und vor allem fördern ³.

³ Siehe dazu besonders die Arbeiten zum Thema „Sport und Gewalt“ von Prof. G. Pilz, Univ. Hannover; Weiterführend A. Binhak: Über das Kämpfen. Zum Phänomen des Kampfes in Sport und Gesellschaft, Frankfurt a.M. 1998; Ausführliche Literaturliste zu Sport & Gewalt: www.sportwissenschaft.unihamburg.de/tiedemann/.../LitGewalt.pdf (03/2012)

Niemand wird bestreiten, dass Karatetechniken verletzen, ja töten können. Was aber also soll am bloßen Techniktraining, das allein darauf abzielt, den Gegner unschädlich zu machen, friedlich sein, gar Aggressivität und Gewalt abbauen?

Wer regelmäßig und über einen längeren Zeitraum immer wieder lernt und übt, anderen mit gefährlichen Schlägen und Tritten Gewalt anzutun (selbst im Falle reiner Selbstverteidigung), kann schwerlich behaupten, sein Handwerk (Jutsu ≠ Do) diene der sozialen Erziehung zu friedlichen, gewaltfreien Menschen !

Nein, Karate macht aggressiv ! Konkurrenzbetonter Wettkampfsport, bei dem Gegner regel(ge)recht geprügelt werden, und wo der Sieger ist, wer dem anderen am meisten oder dollsten geschlagen hat, der Verletzungen des Gegners, wenn nicht provoziert aber wenigstens inkaufnimmt, kann am Ende nur Hemmungen (und Menschenachtung) abbauen und damit Gewaltbereitschaft fördern.

Nur wenn die „bremsende“ Psycho-Schulung des Do ⁴, d.h. das Ganze durch permanente Übung von Wohlwollen und Wertschätzung und echte (Nächsten-)Liebe unter Anleitung eines Lehrmeisters das Erlernen gefährlicher Techniken mit Partnern legitimiert wird, kann Kampfkunst wirklich ein „Anti-Gewalt“-Training sein – und nur dann !

Die erforderliche Do- bzw. „Geist“-Schulung, die den (sozial-)erzieherischen oder gar therapeutischen Wert erst begründet, hebt nicht ab auf die nur äußerer Formlehre (Omote), sondern auf die innere, wenn man so will „esoterische“ und durchaus spirituelle und doch praktische Lehre (Okuden) der Kunst des Nicht-Kämpfens, des Bu – Do.

4 H. Tiwald: Psycho-Training im Kampf- und Budosport. Zur theoretischen Grundlegung des Kampfsports aus der Sicht einer auf dem Zen-Buddhismus basierenden Trainingstheorie; Ahrensburg 1978

Denn Budo ist die Kunst, Kämpfen zu lernen, um nicht mehr Kämpfen zu müssen, oder anders gewendet: Kampf-Kunst ist die Kunst, durch Kämpfen-Lernen das Kämpfen-Wollen durch Erfahrung zu transzendieren und den Nicht-Kampf zu verwirklichen.

Beim Unterrichten gefährlicher Techniken ist die originär mit der Kampfkunst verbundene Charakterschulung⁵ der Schüler unerlässlich, die nicht von Sport-Trainern, sondern nur echten Weglehrern (Do) verantwortlich bewerkstelligt werden kann.

„Geist“-Schulung meint die rechte (originär ja auf dem friedliebenden Buddhismus basierende) Pädagogik und Psychologie und Philosophie des Budo als Kampfkunst des „Friedvollen Kriegers“⁶, jenes „zum Gewaltverzicht und Sanftmut fähigen Ritters“ der traditionell als Weg und nicht als Sport oder Selbstverteidigung praktizierten Kampfkünstler⁷.

Ohne die Unterweisung eines Lehrmeisters (Sensei), der auf der Grundlage einer vertrauensvollen Lehrer-Schüler-Beziehung (Shitei) die traditionelle Weg-Lehre (Do) vom Frieden (Bu) von Herz zu Herz (Ishin - Denshin) unterrichtet und seine Schüler in einer Gemeinschaft Gleichgesinnter (Dojo) in ihren individuellen Entwicklungen aus eigener Erfahrung führt und wissend begleitet, ist Karate-Do eben nur Karate. Manche sagen: Fast ebenso wie das kommerzialisierte Kickboxen historisch entwickelt heute in Richtung „primitiv und entartet“⁸.

5 M. Grundmann: Die Niederlage ist ein Sieg. Geist, Tradition und Technik des asiatischen Kampfsports; Düsseldorf / Wien 1983

6 U. Neumann et al: Der friedliche Krieger. Budo als Methode der Gewaltprävention; Marburg 2004

7 Siehe das „Bekenntnis des Friedvollen Kriegers“ der AIDOKAN-Union Friedvoller Krieger:
<http://www.budo-paedagogik.de/aidointro.html>

8 Vergl. zur Negativentwicklung des Karate in heutiger Zeit auch G. Schönberger: Karate - Ursprünge, geschichtliche Entwicklung und Tradition einer fernöstlichen Kampfkunst; Frankfurt a.M. 1992

Das wäre nicht weiter schlimm, wenn nicht gerade von Seiten der Sportverbände immer wieder so getan würde, als sei mit dem bloßen Anhängsel des Begriffes „Do“ und der bloßen Vortäuschung traditioneller Inhalte und Werte der unbemerkte Etikettenschwindel perfekt - oder mehr noch, als würden die positiven Wirkungen des Karate-Do auch für das sportliche Karate gelten.

Hier schmückt man sich mit fremden Federn, ja wirbt sogar mit dem Gegenteil dessen, was man in Wahrheit ist. Da werden dann einfach Tatsachen wie die elementaren und zentralen Unterschiede nicht gesehen oder verleugnet, wissenschaftliche Erkenntnisse eigennützig falsch oder leichtfertig bis unseriös interpretiert und einfach auch für sich in Anspruch genommen, ohne dass es einen Realitätsbezug zur eigenen Praxis und überhaupt zur Wahrheit hätte ⁹.

Denn alle Untersuchungen belegen sehr genau, dass die positive erzieherische Wirkung wächst, je weniger am Sport und je mehr an Tradition, also am Do orientiert die Disziplinen sind ¹⁰. Dies gilt eben gerade nicht fürs moderne Sportkarate der olympischen Dach-verbände, erst recht mit der Ausrichtung auf ihren Leistungs- und Wettkampfsport.

Nun könnte man einwenden, dass die geforderte und geförderte Aggressivität des Wettkampfsport-Karate nicht auf den harmlosen Breitensport zu übertragen wäre. Und das stimmt insoweit, dass Hobby-, Fitness- und Freizeit-Karateka, die in ihrem Verein lediglich aus Freude am Spaß ihre Kihon- und Kata-Bahnen laufen, allesamt etwa nun aggressive Menschen wären oder würden. Das ist natürlich unsinnig – jedoch ist auch Breitensport-Karate weder Fisch (Leistungs-Sport) noch Fleisch (Weg-Kunst), auf jeden Fall aber in seiner Verflachung auch

9 Z.B. L. Barnickel: Gewaltprävention durch Kampfsport; München 2009. Immer wieder auch M. von Saldern, u.a. auch als Hrsg. in: E. Liebrecht: Karate-Do und Gewaltverhalten; Landau 1993

10 Zusammenfassend: K. Möhle: Der Do der Kampfkunst und die Entwicklung einer Lebensform der Achtsamkeit; Münster 2011

auch kein Karate-Do im obigen Sinne – und insofern ist es genauso unsinnig, dem Breitensport jene aggressivitätsmindernde Wirkung zu unterstellen, wie sie den traditionellen Kampfkünsten zueigen ist ¹¹.

Es lassen sich übrigens diese Kritikpunkte auch auf jene weit verbreiteten Systeme übertragen, die auch einfach den Do-Begriff im Namen führen – allen voran Judo und Taekwondo – ohne Rücksicht auf den Umstand, dass ja deren extreme Versportung die Do-Idee wahrlich längst ad absurdum geführt hat ¹².

Auch abstruse Versuche, durch den Wortzusatz „Budo“ der eigenen Kampfsportdisziplin doch noch zu verhelfen, vom guten Ruf der traditionellen Weg-Kampfkünste zu profitieren ¹³, können nicht (oder nur Laien) über dessen wahre Inhalte hinwegtäuschen.

Warum herrscht hier nur so viel Verblendung ? So viel Profilierungs-sucht, Machtstreben, ja böser Wille ? Was ist so schwer daran, die Wahrheit einzusehen ? Sich zu bekennen ? Dazu, eben entweder zum leidenschaftlichen Wett-Kämpfer oder „nur“ das Karate hobbymäßig betreibender Breitensportler zu sein (die ja mit Fug und Recht zu ihrer Sache stehen können), die aber ja beide nun mal doch kein „Do“ (Budo) praktizieren ? Warum in fremden Gewässern fischen und sich mit falschem

11 C. Rieder et al konnten z.B. „keine signifikanten Unterschiede“ zu etwa Handballern feststellen; siehe: Veränderung von Gewaltbereitschaft, Selbstbewusstsein und Empathiefähigkeit bei Kindern durch DKV-Karatetraining; 1.Kampfkunst&Kampfsport-Symposium Bayreuth 2011, Web: Kampfsportwissenschaft.de (Download 04/2012)

12 Queckenstedt spricht gar von der Pervertierung des Budo durch den Sportgedanken, in: H. Queckenstedt: Der Do-Gedanke in der japanischen Bewegungskultur als innovativer Beitrag zur Diskussion um den Spitzen- und Breitensport, aufgezeigt am Beispiel des Karatedo; Schwäbisch-Gmünd, 1979

13 Z.B. begriffliche Neukreationen wie „Budo-Taekwondo“, das in Wahrheit modernstes Freestyle- und reines Wettkampf-Taekwondo ist und mit dem Wesen des Budo nichts zu tun hat

Schein bemänteln ?

Selbst wenn Karate nicht viel aggressiver machen würde, als andere Wettkampfsportarten, so macht es jedenfalls sicher nicht etwa friedlicher ¹⁴.

Es gibt keinen einzigen wissenschaftlich ernst zunehmenden Hinweis, dass Sport-Karate nachhaltig Aggressivität abbauen würde – wohl aber Studien, die belegen, dass traditionelles Karate-Do mit seinem ihm eigenen „Geist-“ bzw. Psycho-Training dieses nachweislich bewirkt ¹⁵.

Es ist auch geradezu absurd, etwa bereits Gewaltbereiten eine Orientierung auf Konkurrenz, Rivalität und Gegnerschaft und Training zum Besiegen Anderer, also bloßes Karate-Training als vermeintlich pädagogisch sinnvoll anzubieten.

Weil bekanntermaßen Gewalttäter ihre Opfer als Tankstelle für ihr lädiertes Selbstwertgefühl missbrauchen ¹⁶, ist Karate mit dem Siegenwollen über Gegner nicht mehr als nur eine Bestätigung und sportliche Legitimierung ihrer negativen Einstellungen und Verhaltensweisen und somit aus fachlicher Sicht pädagogisch und psychologisch kontraproduktiv.

14 K.-I. Grabert kommt in seiner empirischen Studie: Karate-Do und Gewaltverhalten (Frankfurt a.M. u.a. 1996), eben auch zu dem kritischen Ergebnis: „Die leistungsorientierten Karateka hatten stärker ausgeprägte Gewaltvariablen“ und „es scheint angebracht zu sein, reine Wettkampforientierung zu vermeiden“ (S.343);

15 Metastudie: "Budo, Aggressionsreduktion und psychosoziale Effekte: Faktum oder Fiktion?" von Bloem, J. / Moget, P. / Petzold, H. (2004) in: Integrative Therapie. Zeitschrift für vergleichende Psychotherapie und Methodenintegration, Heft 1-2/2004

16 Vergl. auch: Weidner, J. / Kilb, R. (Hrsg.): Konfrontative Pädagogik. Konfliktbearbeitung in Sozialer Arbeit und Erziehung; Wiesbaden 2004 (VS-Verlag für Sozialwissenschaften); Grundlegend: Maztner, M. / Tischner, W. (Hrsg): Handbuch Jungen-Pädagogik; Weinheim, Basel 2008 (Beltz)

Wer seinen Selbstwert über den Vergleich mit anderen oder gar deren Bezwingung (Sieg und Unterdrückung, Gewalt) aufzubessern sucht, wird sein begrenztes wie begrenzendes Ego nie überwinden und im Leben zum Verlierer. Es geht ja gerade darum, zu lernen, die Selbstachtung nicht von äußerem Gewinn abhängig zu machen.

„Wer sich mit anderen vergleicht, ist der Einzigartigkeit noch nicht begegnet“¹⁷, *seiner* Einzigartigkeit muss man sagen, und der der Mitmenschen, jener Erkenntnis als der einzigen Quelle wahrer Kraft und Stärke, aus der heraus Selbstachtung und die Wertschätzung Anderer, als die Fähigkeit friedvollen sozialen Miteinanders erwachsen kann.

Wer andere besiegt, ist schwach – wer sich selbst besiegt, stark; so die alte fernöstliche Weisheit. Dieses wird durch die westliche Aggressionsforschung ebenso wie die sozial- und budopädagogische oder psychologische Erkenntnisse wie deren Praxis auch wissenschaftlich untermauert. Bereits Pestalozzi (1746-1827) pries den Pädagogen: Man muss in der Erziehung das Verantwortungsgefühl fördern, und nicht Macht und Erfolg verherrlichen, um Frieden zu schaffen, eine gewaltfreie soziale Gemeinschaft.

Ungeachtet dessen wird weiterhin das angeblich Gewalt abbauende Sport-Karate propagiert, entweder aus Dummheit (was man den „Experten“ eines Dachverbandes nicht unterstellen dürfte) oder wider besseres Wissen¹⁸.

Und dass die Mehrheit (der Karateka) es sicher anders sieht, ändert nichts an der Wahrheit – im Mittelalter glaubte ja auch fast die ganze Welt, dass die Erde eine Scheibe sei. Was viele sagen, wird dadurch nicht richtig.

17 R. Dietrich: Schwert und Rose. Durchsetzung, Kraft, Selbstbehauptung – das Meistern der Aggression; Salzburg o.J. (S.38)

18 Hier tut sich vor allem der DKV mit seinen Publikation im eigenen Fachorgan „Karate“ besonders hervor

Karate ¹⁹ ist nicht geeignet, Aggressivität und Gewaltbereitschaft zu senken – eher im Gegenteil.

Nur ein „besonderes“ Karate, Karate-Do nämlich oder ein speziell budo-pädagogisch vom Leistungs- und Rivalitätsdenken entschärftes Kampf-Kunst-Angebot kann dazu in der Lage sein ²⁰.

Doch damit ist fachlich anderes oder explizit professionelles Terrain betreten, in dem Kampf-Sportler im Grunde nach Laien sind, ohne jedwede Erfahrung oder Ausbildung nämlich.

Es ist also nicht nur endlich aus sportfachlicher Sicht ²¹, sondern auch und vor allem aus humanistischer und hier besonders pädagogischer Sicht zwingend erforderlich, „*Karate als Weg der Faust*“ von „*Karate-Do als Weg des Herzens*“ ²² zu unterscheiden – **weil eben Feuer nicht mit Benzin zu löschen ist !**

Autor

Dr. phil. Jörg-M. Wolters / Institut für Budopädagogik
Erziehungswissenschaftler, Diplom Sozialpädagoge/Wiss.
Budopädagoge, Karatedo – Hanshi

Kontakt:

dr.j.m.wolters@t-online.de
www.budopaedagogik.de

19 Genauso wie Teakwondo, reines Wettkampf-Judo und, noch weniger, die offensiv-effektiven SV-Systeme wie WT und dessen Verwandte

20 Siehe: Budopädagogik. Kampfkunst in Pädagogik, Therapie und Coaching; Hrsg. von J.-M. Wolters zusammen mit A. Fussmann, (Ziel-Verlag), Augsburg 2008

21 Denn „Karate/Kampfsport ist kein Budo“. Siehe dazu auch das Werk von R. Westfeling: Karate als Budo. Über die inneren Werte einer Kampfkunst; Heidelberg-Leimen 2010

22 R. Habersetzer: Karate der Meister; Chemnitz 2010, S.23