

# Verschüttete Bewegungsschätze des Karate bergen

Matthias Beschnidt <sup>1</sup>

<sup>1</sup>Institut für bewegungswissenschaftliche Anthropologie e.V., Hamburg

Schlüsselwörter: motorische Programmierung, Bewegungsstrategien, Bewegungslernen, transkulturelle Bewegungsforschung, soziokulturelle Einflüsse, kultureller Transfer

## Einleitung

Sportartspezifische Bewegungsstrategien und Techniken werden auf Grundlage von bereits in frühester Kindheit erworbenen *generalisierten motorischen Programmen* (GMP) ausgeführt. Die innere Steuerung der GMP sind dem erwachsenen Individuum jedoch nicht mehr bewusst zugänglich, sie sind weitgehend *non-deklarativ*.

Allerdings können sich GMP zwischen verschiedenen Kulturkreisen unterscheiden. Erfahren sportartspezifische Bewegungsstrategien einen Transfer in derart andere Kulturkreise, so werden sie auf der Grundlage möglicherweise andersartiger GMP zwingend neu interpretiert und in Unkenntnis leicht missverstanden. Oder es gehen motorische Informationen verloren. Derartiges lässt sich am Beispiel des Karate beschreiben.

## Methode

Literaturrecherche historischer und aktueller Quellen in Text, Bild und z.T. Film. Begleitet von praktischen und theoretischen Auskünften, Interviews mit Zeitzeugen und Großmeistern der drei okinawastämmigen Stilrichtungen Goju-Ryu, Shito-Ryu und Shotokan.

## Ergebnisse

Es konnten signifikante Unterschiede in der Alltagsmotorik Japans zur Feudalzeit identifiziert werden, die sich von heutigem Bewegen erheblich unterscheiden. Diese historische Alltagsmotorik findet sich als motorische Voraussetzung in etlichen bis heute betriebenen Übungen des Karate wieder.

So ist z.B. der historische japanische Passgang, *nanba-aruki*, in mehreren karatespezifischen Bewegungsstrategien zu finden. Die Alltagsmotorik moderner Menschen ist jedoch der Kreuzgang. Daher halten unter Stress und Zeitdruck moderne Athleten das ursprüngliche Bewegungsprinzip oft nicht ein. Sondern sie kehren auf die ihnen unbewusst leichter verfügbare Alltagsmotorik im Kreuzgang zurück. Das historische Bewegungsprinzip *nanba aruki* droht in moderner globalisierter Bewegungskultur verloren zu gehen.

## Diskussion

Moderne Karate-Treibende sind sich des Unterschieds nicht bewusst (*non-deklarativ*) und die Zusammenhänge werden von Trainern im Allgemeinen nicht erkannt und daher nicht explizit unterrichtet. Damit handelt es sich um *implizite* Lerninhalte, die dem Risiko von Missverständnis und Informationsverlust durch den Transfer in die Moderne unterliegen.

Karate als Kampfkunst ist nicht homogen sondern fluide. Indem jede Gesellschaft anhand ihrer im Alltag üblichen GMP die sportartspezifischen Bewegungsstrategien neu interpretiert, entsteht einerseits Vielfalt. Andererseits drohen historische Alternativen zum heutigen Bewegen in Vergessenheit zu geraten. Dies ist bedauerlich, da diese Alternativen damit auch außerhalb des Karate für Alltag und Beruf nicht mehr genutzt werden können.

## Literatur (Auswahl)

Bernstein, N.A. *Bewegungsphysiologie*, (Hrsg./Übers.: Pickenhain, L., Schnabel, G.), Leipzig 1988

Bernstein, N.A. *Die Entwicklung der Bewegungsfertigkeiten*, Leipzig, 1996

Beschmidt, M. *Soziokulturelle Implikationen im Kampfsport*, Hamburg 2010, Diplom Universität Hamburg

Beschmidt, M. *Sensomotorik und Handlungskompetenz*, Köln 2019, Masterarbeit Academy of Neuroscience

Beschmidt, M. *Stilübergreifende Herleitung der aktuellen Karate-Kata „Tekki“ aus ihren historischen Formen der „Naifanchi“ Okinawas*, Köln 2005, Studienbegleitende Arbeit Trainerakademie Köln

Beschmidt, M. *Integrierter Gesundheitskurs – Karate bei Rückenproblemen, Konzeption, Rahmentrainingsplanung und Übungsgestaltung*, Baunatal 2003, Abschlussarbeit Berufsakademie der DFLV / in Zusammenarbeit mit der Universität Frankfurt a.M.

Binhack, A. *Über das Kämpfen – Zum Phänomen des Kampfes in Sport und Gesellschaft*, Frankfurt a.M. 1998, Dissertation Universität Frankfurt a.M.

Bittmann, H. *Karatedo Der Weg der Leeren Hand – Meister der vier großen Stilrichtungen und ihre Lehre*, Tübingen 1998, Dissertation Universität Tübingen

Bittmann, H. *Erwin von Baelz und die körperlichen Übungen Leibeserziehung und traditionelle Kampfkünste im Japan der Meiji-Zeit*, Ludwigsburg 2010

Deshimaru, T. *Zen in den Kampfkünsten Japans*, Heidelberg-Leimen 1994 (3. Aufl.)

Gu, H. *Kampf und Bewegung – Eine kulturhistorischbewegungstheoretische Analyse am Beispiel des ostasiatischen Kampfsports*, Dissertation Universität Hamburg, 2000

Higaonna, M. *The History of Karate – Okinawan Goju-Ryu*, GB 2001 (2. Aufl.)

Landmann, R. *Taijiquan – Konzepte und Prinzipien einer Bewegungskunst, Analyse anhand der frühen Schriften*, Hamburg 2002, Dissertation Universität Hamburg

Mabuni, K. *Leere Hand – Vom Wesen des Budo-Karate*, (Hg. C. Molina) Chemnitz 2007

Schack, T. *Die Kognitive Architektur menschlicher Bewegungen*, Aachen 2010

Tiwald, H. *Psycho-Training im Kampf- und Budo-Sport Zur Theoretischen Grundlegung des Kampfsports aus der Sicht einer auf dem Zen-Buddhismus basierenden Bewegungs- und Trainingstheorie*, Hamburg, 1981

Tiwald, H. *Lehrbriefe zum alpinen Skilauf - Von Mathias Zdarsky zum 95 Taiji-Skiing*, Hamburg, 2013

Weinmann *Chronik alter Kampfkünste – Zeichnungen und Texte aus Schriften alter Meister entstanden 1443 – 1674*, Berlin 2003 (6. Aufl.)

Wittwer, H. *Shotokan – überlieferte Texte – historische Untersuchungen*, Band 1 – 3, Niesky 2007