

Karate macht dumm – Karate-Do nicht !

Mit welcher Selbstherrlichkeit da Unsinn verbreitet, ja der Leser oder Laie für dumm verkauft wird, bloß um fürs Karate zu werben, ist schon abenteuerlich. So z.B. der Bericht über ein angeblich „sensationelles Studienergebnis: Karate macht Kinder schlauer!“¹.

Dabei bezieht man sich auf eine Untersuchung (von rd. 635 Gymnasiasten und Hauptschülern zw. 13 u. 18 J.) des Zentrums für Gesundheit an der Sporthochschule Köln, wonach nun „Schüler, die sich regelmäßig bewegen, einen 0,5 Punkte besseren Notendurchschnitt als ihre Klassenkameraden (haben), die vorwiegend auf der faulen Haut liegen“².

Dass regelmäßige Bewegung die Konzentrations- bzw. Leistungsfähigkeit steigern und so auch schulische Leistungen verbessern kann, soll als Binsenweisheit hier ja gar nicht bestritten werden. Nur aus solch einer Studie, bei der die befragten Kids mit einem Notendurchschnitt von 2 (2,0 bis 2,5) unter allen insgesamt 14 verschiedenen Sportarten, die sie ausüben, auch Karate angegeben haben, zu machen, dass Karate „schlau“ mache, ist dumm und Verdummung. So kann und darf man wissenschaftliche Ergebnisse seriöserweise wirklich nicht einfach auslegen.

Schlimmer noch, es wird gelogen: Nach Recherche der Originalquelle steht nämlich fest, dass die Kids gar nicht dezidiert „Karate“ angekreuzt haben, wie ja behauptet, sondern ganz allgemein „Kampfsport“³ – und dazu gehören theoretisch sehr viele Disziplinen – ja vielleicht war Karate bei den praktizierten Sportarten der befragten Schüler tatsächlich nicht einmal dabei, man weiß es ja gar nicht...

Ok, Sport hält Körper und Geist (vor allem Gedächtnis) fit, das ist nun

1 So nur einer der vielen Sportkarate-Vereine z.B. auf <http://www.njusan.de/news/138-karate-macht-schlauer> (04/2012)

2 Ebd.

3 Untersuchungsergebnisse u.a. hier: <http://www.ingo-froboese.de/artikel/detail/tischtennisspieler-sind-die-schlauesten-sportler.html> (04/2012)

nichts Neues ⁴. Allerdings gilt auch, und darum geht's hier: Man soll es mit dem Sport nicht übertreiben, etwa in Richtung Leistungs- und Wettkampfsport (wie dem modernen Karate), denn im Gegensatz zu gut dosiertem körperlichen Training (traditionellem Karate-Do) führen Überbelastungen von längerer Dauer sogar zur Rückbildung von Dendriten, jener Fortsätze von Nervenzellen im Gehirn, die Nachrichten von einer Zelle an die andere weiterleiten. D.h., je mehr Sport, je gefährlicher und ungesünder ⁵ - und in diesem Kontext: dümmer !

Hirnforscher haben sogar beobachtet, wie zu viel körperliche Aktivität im Gehirn zu einer Rückbildung des Hippocampus (u.a. Organisator des Langzeitgedächtnisses) führte ⁶ – und das sollte den vermeintlich positiven Sportfolge-Befunden in wissenschaftlich gebotener Ausgewogenheit immer entgegengehalten werden.

Mit der hier kritisierten dümmlichen Aussage „*Karate macht Kids schlauer*“ wird also von Karate-Leuten gleich in mehrfacher Hinsicht „dummes Zeug“ in Bezug auf „ihr Karate“ behauptet und damit die Adressaten dieser Werbebotschaften entweder für dumm gehalten (dies nicht hinterfragen zu können) oder für dumm verkauft (das Ganze unkritisch glauben zu sollen).

Oder ist derartiges Vorgehen etwa besondere Gerissenheit, ein findiger Winkelzug, eher geschäftstüchtige Bauernschläue ? Entweder spielen die Polit-Funktionäre ihren Verbandsmitgliedern und vor allem potentiellen neuen Mitgliedern mit dieser Werbung, ohne zu wissen, wie falsch sie da selber liegen (also unwissend-dumm) etwas vor, oder sie tun dies ganz absichtlich (ergo raffiniert), um ihre eigennützigen Ziele zu verfolgen. Ersteres müsste man bei altgedienten Karateka, wie sie die Funktionäre wohl allesamt sind, als offenkundige Durchkreuzung und Widerlegung der eigenen These sehen. Das wäre Dummheit.

Für Letzteres, die Raffinesse, spräche, wie sehr schon in punkto

4 K. A. Moser: Die Effekte des Sporttreibens auf die kognitive Leistungsfähigkeit im schulischen Kontext; Freiburg i.Br. (zugl. Diss) 2010

5 Sie dazu den Beitrag der gleichen Reihe sportartspezifischer Kritik: „Karate macht krank – Karate-Do nicht“, auf: www.budopaedagogik.de (03/2012)

6 <http://www.mensvita.de/sport-ist-gut-fuers-gehirn-721/> (04/2012)

behaupteter „Gewaltreduktion durch Karate“ die Wahrheit systematisch verdreht wurde und wird, um als bloße Sportart („Karate als Weg der Faust“) vom wissenschaftlich nachgewiesenen Abbau der Aggressivität und Gewaltbereitschaft durch speziell (und nur) traditionelle Kampfkünste, wie Karate-Do („Karate als Weg des Herzens“) ⁷ zu profitieren ⁸ und für sich werbewirksam auszunutzen und zu vermarkten. Ebenso die pauschale und damit unseriöse wie de facto unsinnige Behauptung, Karate sei per se etwa besonders „gesundheitsfördernd“ ⁹.

Ein weiteres Indiz für intelligente Berechnung, List und Tücke bei der „Verdummung“ eigener und potentieller Mitglieder ist, dass in dem olympischen Sportkarate-Verband (DKV) nun ausgerechnet auch noch „Japanese Do“ verkauft wird ¹⁰ – ungeachtet dessen, dass die Philosophie und Praxis des „Do“ genau das Gegenteil meint von Sport-Ideologie, Leistungs- und Wettkampfgedanken. Karate als Sport und Karate-Do als Budo, als „spiritueller Weg“ sind grundverschieden, ja ihrem Wesen nach völlig konträr ¹¹.

Der originäre (daoistische, buddhistische) „Do“-Gedanke der traditionellen Kampf-„Künste“ (als Weg der Selbsterkenntnis und Sieg über sich selbst) ist vom Sport (als kultivierte Methode des Sichmessens, der Rivalität, von Sieg und Niederlage) geradezu „pervertiert“ ¹² worden und kann gar nicht in den Sport hineingetragen werden. Es wäre ja auch absolut kontraproduktiv...

Das demnach schon absurde Angebot des „Japanese Do Coaching“ hat in Wahrheit auch überhaupt nichts mit „Do“ im obigen Sinne zu tun. Sein entblößendes Motto: „Erfolgreiche Menschen – siegende

7 R. Habersetzer in „Karate der Meister“, Chemnitz 2010, S.23

8 Sie dazu den Beitrag der gleichen Reihe sportartspezifischer Kritik: „Karate macht aggressiv – Karate-Do nicht“, auf: www.budopaedagogik.de (03/2012)

9 Sie dazu den Beitrag der gleichen Reihe sportartspezifischer Kritik: „Karate macht krank – Karate-Do nicht“, auf: www.budopaedagogik.de (03/2012)

10 Für 350 Euro im Verbandsorgan des DKV 02/2012, S.26

11 R. Westfehling: Karate als Budo; Heidelberg 2010, S.209

12 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

Wettkämpfer“ ¹³.

Es geht allein um die nur *vorgebliche* Integration der japanischen Do-Philosophie in den modernen Kampfsport, so dass man glauben möge, es gäbe traditionelles „Do“ (Budo) auch im modernen Karate. Das ist gezielte Irreführung, bestenfalls eine Notlüge (aber doch Lüge), um der Kritik der Traditionalisten und erklärten „Sportgegner“ aus den Reihen der „Do“-praktizierenden Kampf-„Künstler“, aber vor allem eigener Mitglieder, die im Karate mehr als nur den Sport suchen, vermeintlich etwas entgegen zuhalten und anbieten zu können. Dreist !

Karate (mit seinen dort üblichen Sport- wie Polit- und Marketing-Strategien) ist dumm, hält für dumm – oder macht dumm. Wie sonst kann man den Blödsinn, der da immer wieder verkauft wird, nennen, die Motive, die Taktik werten, gezielt Halb- und Unwahrheiten zu verbreiten ? Es ist doch für schon nur einigermaßen Schlaue leicht zu durchschauen und zu entlarven, dass weder die behauptete Gewaltreduktion, noch die vermeintliche Gesundheitsförderung und auch nicht die postulierte Intelligenzförderung durch Karate-Sport den Tatsachen entsprechen; auch nicht eine Orientierung auf die „Do“-Lehre.

Es ist allein die nicht-sportorientierte Ausrichtung der traditionellen Kampfkünste des Budo (zu denen Karate-Do, nicht aber Sport-Karate zählt), die den Menschen körperlich, geistig und seelisch fördert, die Persönlichkeit bildet, Achtsamkeit und Mitgefühl (Gewaltverzicht, Frieden) lehrt, an Leib und Seele gesund macht.

Konkurrenzloses Üben mit Partnern ohne Leistungsdruck in einer Dojo-Gemeinschaft Gleichgesinnter, sanfte Körperarbeit mit Yoga, chinesischer Gymnastik und Qigong (statt leistungsbetonte Sportgymnastik und funktionales Training), das von einem Lehrmeister individuell begleitete Arbeiten mit und Überwinden der eigenen psycho-physischen Grenzen (nicht der des Gegners), das Lernen uralter Bewegungs- und Energieprinzipien (auch und gerade Wettkampf-untauglicher), Meditation und spirituelle Besinnung (statt psychologisches Taktik-Training), die praktische Befassung mit altem Wissen und das aktive Studium überlieferter fernöstlicher Weisheitslehren und Philosophien dienen dem ganzheitlichen Wachstum und der Weiterentwicklung des

13 „Japanese Do Coaching“ in Karate 02/2012, S.26

Menschen auf dem Weg.

Das dem Karate fehlende Wesen des „Do“ beim Karate-Do ist es, das uns „gut“ macht, körperlich und geistig fit – also „friedlich“, „gesund“ und „schlau“.

Karate als Sport hingegen muss den Nachweis erst noch erbringen, dass es in seiner diesen Zielen total widersprechenden Theorie und Praxis des aggressionsfördernden Wettkampfes, des ungesunden Leistungssports und der unverständigen Einfältigkeit im Umgang mit Wahrheit und Wirklichkeit zu etwas nütze sei...

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