

Dezember 2011

RENSHIN

Renshin News

Aus dem Inhalt:

- was ist Karate?
- Selbstverteidigung
- Graduierung
- Das Land der aufgehenden Sonne?



Ein starkes Team
wächst zusammen...!

WAS BEDEUTET KARATE EIGENTLICH...?

Wo kommt Karate her? Wer hat's erfunden??

Karate heißt wörtlich übersetzt „leere Hand“. Japanische Bauern entwickelten es, um sich trotz des Waffenverbotes durch die Obrigkeit verteidigen zu können. Hieraus entstand der heutige Wettkampfsport Karate. Aber nicht nur die reale oder sportliche Auseinandersetzung mit einem Gegner steht im Vordergrund von Karate, sondern die Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit. Nicht der Sieg oder Niederlage sind entscheidend, sondern die Meisterung des eigenen „Ich“.

Auf Okinawa wurde Karate früher mit einem anderen Schriftzeichen geschrieben. Somit wurde es nicht

„Kara“Te sondern „To“De ausgesprochen, was soviel wie „Chinahand“ bedeutet. Meister Funakoshi änderte später in Japan das Schriftzeichen in seine heutige Bedeutung um. Die erste Bedeutung von Kara zeigt an, daß Karate eine Technik ist, durch die man sich ohne Waffen (mit leeren Händen) verteidigen kann. Im philosophischen Sinn (spätere Interpretation in Japan) verweist es darauf, dass sich der Karateschüler von allen egoistischen und selbstsüchtigen Gedanken „leer“ machen muss, da er nur mit klarem Geist und reinem Gewissen die Lehre verstehen kann, die er empfängt.



Shotokan Karate

Meister Funakoshi „erfand“ den Shotokan-Stil, die Stilrichtung der „wogenden Kiefern“. Shotokan wurde früher häufig mit der offenen Hand ausgeführt (Herkunft: Tigerstil) und zeichnet sich durch tiefe Stände aus. Eine Fortentwicklung ist die Koshinkan-Stilrichtung.

SELBSTVERTEIDIGUNG



Selbstverteidigung
und
Selbstbehauptung
werden bei uns groß
geschrieben!

KIHON

Im Kihon lernen wir die Grundschule des Karate. Der Karateka lernt im wahrsten Sinne des Wortes erst einmal laufen sowie die Koordinierung einzelner Bewegungsabläufe.

KATA

Die Kata (Form) ermöglicht es dem Karateka seine Techniken auch in unterschiedlichen Richtungen kontrolliert auszuführen.

SELBSTVERTEIDIGUNG

In der Selbstverteidigung steht die praktische Umsetzung des Gelernten im Vordergrund. Auch Kinder und Jugendliche lernen die ersten Schritte.

DAS TRAINING



Das Kihon- Training

stellt einen wesentlichen Bestandteil des Karatetrainings dar. Unterschiedliche Gürtelfarben zeigen des „Leistungs- bzw. Entwicklungsstand“ des Karateka an. Ab dem blauen Gurt zählt der Karateka zu den „Fortgeschrittenen“. Meistergrade fangen mit dem 1. Dan (Schwarzgurt) an.

Gürtel und Gurtsystem im Karate

Der Gürtel repräsentiert mit seiner Farbe den jeweiligen „Prüfungsstand“ im Karate. Stilrichtungen und Verbände haben jeweils verschiedene Prüfungsordnungen. Diese definieren für die Prüfung eine bestimmte Menge Techniken, Kata und Kumiteformen, die der Karateka beherrschen sollte. Im Zuge der Prüfung präsentiert er seine durch regelmäßiges Training erarbeiteten Fähigkeiten; im Anschluss entscheidet der Prüfer, ob die Fähigkeiten genügen. Mit den Jahren entfernt man sich vom eigentlichen Prüfungsgedanken. Man unterscheidet zwischen Kyu Klassen und Dan Graden. Zunächst ist alles bunt (Kyu). Ab dem ersten

Dan gibt es nur noch eine Gürtelfarbe: schwarz.

Mudansha nennt man den Karateka „ohne Dan“, also solche die einer Kyu Klasse angehören. Yudansha nennt man Karateka die Träger eines Dan sind (bzw. Shodansha für den ersten Dan).

Nach recht kurzen Prüfungsintervallen zu Beginn werden die Zeiten zwischen zwei Prüfungen immer länger (bis zu 5 Jahren). Aber aufgepasst: 3. Kyu ist nicht gleich 3. Kyu und 5. Dan nicht gleich 5. Dan, die Voraussetzungen zur Zulassung zu einer Prüfung und die erforderlichen Fähigkeiten/ Kenntnisse variieren je nach Organisation/Verband teilweise sehr stark.



Die Kyu-Grade

Japan - das Land der aufgehenden Sonne! Warum eigentlich?

Warum heißt Japan eigentlich „das Land der aufgehenden Sonne“?

Amaterasu-o-mi-kami (am Himmel scheinende große Göttin) ist die wichtigste Gottheit des Shinto. Sie personifiziert die Sonne und das Licht und gilt als Begründerin des japanischen Kaiserhauses.

Amaterasu wird durch das linke Auge des Gottes Izanagi geboren, als dieser sich in einem Fluss von den Befleckungen reinigt, die er sich im Land der Toten zugezogen hat.

Gemeinsam mit ihrem Bruder Susanoo no Mikoto ist Amaterasu dazu ausersehen, die Herrschaft des Himmels von Ihrem Vater Izanagi zu übernehmen. Susanoo benimmt sich aber wie ein ungezogenes Kind und

tötet eine Dienerin von Amaterasu. Diese ist darüber so bestürzt, dass sie sich in eine Höhle einsperrt. Das hat zur Folge, dass die Welt in Finsternis versinkt. Die restlichen Götter versuchen, sie wieder aus der Höhle zu locken, und lassen zu diesem Zweck die Göttin Ama no Uzume vor der Höhle einen komischen Tanz aufführen. Neugierig wegen des folgenden Lachens schiebt Amaterasu den Stein, der die Höhle verschließt, zur Seite und erblickt ihr eigenes Spiegelbild, denn die anderen Götter haben auch einen Spiegel bereitgestellt. Durch die Schönheit des Spiegelbildes beginnt der Spiegel zu leuchten und damit wird die Welt wieder hell. Die Sonne ist aufgegangen. Susanoo aber wird auf die Erde verbannt, wo er ein irdisches Herrschergeschlecht gründet.



Amaterasu verlässt ihre Höhle

AMATERASU



Japanische Flaggen

oben: heutige Flagge (hi no maru, Sonnenscheibe)

mitte: Die Standarte des Kaisers Akihito zeigt eine goldene, 16-blättrige Chrysanthenblüte (in stilisierter Form).

unten: japanische Kriegsflagge (rising sun) Ruft vielerorts negative Assoziationen hervor.