

# ▶ POWER YOUR PERSÖNLICHKEIT



iStockphoto

Die Kraft und Eleganz der verschiedenen Kampfkunstarten faszinieren die Menschen seit Jahrtausenden. Denn dabei geht es längst nicht nur um Selbstverteidigung. Viele Menschen suchen nach einem ganzheitlichen Konzept, um ihren Körper zu trainieren, ihren Geist zu schulen und eine bessere Version von sich selbst zu werden. trends&fun stellt euch einige Kampfkunstkonzepte vor.

📷 Geronimo Förster

## KRIEGER IM VERBORGENEN

Der Tag beginnt mit Nebel, als hätten die über 500 Ninja, welche sich Anfang Oktober in Göttingen versammelten, alleamt Nebelgranaten gezündet, um unerkannt zu ihrer großen Zusammenkunft, dem Taikai am IFL zu gelangen.



Wenn man von Ninja hört, denkt man oft an schwarz gekleidete und maskierte Meuchelmörder. Doch dieses Bild zeichnet nur eine bedingte Wahrheit. Viele der ihnen im Westen zugeschriebenen Eigenschaften wurden besonders in Hollywoodfilmen mit dem Beginn der 80er-Jahre hinzugedichtet und aufgebauscht. Doch auch in Japan wurden die Ninja oder Shinobi, beides bedeutet sinngemäß „Verborgene“, mystifiziert. Eigentlich waren Ninja vielmehr Spione und Saboteure, aber eben auch Attentäter, welche ihr Tun im Verborgenen erledigten und oft in den jeweiligen Clans lebten und wirkten. Da sich

kaum historische Aufzeichnungen finden lassen, ist ihr Ursprung nicht genau zu verorten. Jedenfalls trifft die Darstellung der Ninja als ruchlos und der Samurai als ausschließlich tugendhafte japanische Ritter nicht wirklich zu.

### Im Hier und Jetzt

Indessen geht es hier eigentlich gar nicht um Figuren des feudalen Japans, sondern um eine relativ junge, in der Mitte des letzten Jahrtausends entwickelte Kriegskunst. Was zunächst martialischer als Kampfkunst oder -sport klingt, trifft noch am ehesten den Charakter des Bujinkan Ninpō-Budō Taijutsu oder kurz Bujinkan. In den 70er-Jahren führte der Großmeister Dr. Masaaki Hatsumi neun verschiedene, lange zurückreichende Kampfschulen, von denen sechs auf Techniken der Samurai und drei auf die der Ninja zurückgehen, unter dem Dach des Bujinkan zusammen. Der Sōke, also Großmeister, war der Meinung, dass diese Techniken gemeinsam gelehrt werden sollten, damit die verschiedensten Aspekte der neun Schulen ineinandergrei-

fen können. Training und Techniken sind sehr umfangreich und umfassen neben dem Fallen, Rollen, Springen und Laufen auch unbewaffnete Schlag-, Tritt-, Wurf-, Hebel- und Befreiungstechniken sowie bewaffnete Fertigkeiten mit unterschiedlichsten Werkzeugen, sowohl mit traditionellen Waffen, also Speeren und Schwertern, als auch mit Alltagsgegenständen. Neben dem Kampf lehrt Bujinkan des Weiteren medizinisches Wissen. So bekommen die Schüler Einblicke in Seikotsu, welches vergleichbar mit westlicher Osteopathie, Gymnastik und Erster Hilfe ist. Denn das Körperverständnis ist sehr wichtig für Bujinkan. Obwohl es sich dabei um eine Kriegskunst handelt, geht es aber nicht um Angriff, sondern ausschließlich um Selbstvertei-

den. Teilerrand ihm für die Teilnehmer der Veranstaltung besonders wichtig sei. Dafür hatten er und 50 seiner Schüler über ein Jahr lang für das Event gearbeitet. Nicht jeder Shihan hat dieselben Trainingsmethoden, und in den 100 deutschen Bujinkan Dōjōs liegt der Fokus möglicherweise auf verschiedenen Techniken. Oliver Piskurek, von Beruf eigentlich Biologe, betreibt neben dem Dōjō in seiner Heimatstadt Göttingen noch weitere Schulen in Mannheim, Duisburg und Uelzen. Dieser selbstsichere und lockere Mann ist „Im Herzen ein Krieger“ und Träger des 15. Dan. Auch bei den anderen Lehrern und Schülern verspürt man eine aufgeschlossene Lebenseinstellung und ihre Liebe zum Bujinkan. Jerome Stahl, ein Schüler von Piskurek und Trä-

» Es geht nicht um den Sieg über den Gegner – es geht um den Sieg über sich selbst. «

gung. Der eigentliche Kampf und die Philosophie bestehen darin, sich selbst zu überwinden und durch das Training zu einem in sich ausgeglicheneren Menschen zu werden.

### Selbstüberwindung

Eben diese Einstellung zeigte sich auf dem größten Bujinkan Event außerhalb Japans Anfang Oktober in Göttingen. Über 500 Schüler und 60 hoch qualifizierte Lehrer bzw. Shihan, welche mindestens ihren zehnten schwarzen Gürtel bzw. Dan erworben hatten, fanden sich ein Wochenende lang zusammen. Die Schüler nahmen teils weite Wege auf sich und reisten nicht nur aus Deutschland, sondern auch aus weiteren europäischen Ländern und sogar aus Japan an. Das Taikai (Großes Treffen) findet nur einmal innerhalb von drei Jahren statt. Ziel ist es, den Teilnehmern die Möglichkeit zu eröffnen, unter verschiedenen Lehrern zu trainieren. Der Veranstalter Oliver Piskurek praktiziert seit 27 Jahren Bujinkan. Piskurek, der selber acht Jahre in Japan gelebt hat und unter Großmeister Hatsumi trainierte, betonte, dass der Blick über

ger des 2. Dan, berichtet von seinem Schlüsselmoment: Im Alter von 31 Jahren besuchte er ein Probetraining und wurde mühelos von einem 12-Jährigen zu Boden geworfen. Seitdem ist er dem Bujinkan verfallen. Die Nutzung der Energie des Gegners sowie das Wissen über Gleichgewicht und wie man dieses durchbrechen kann zeigen, dass man keine überragende Kraft braucht, um sich zu verteidigen. Schon im Alter von sechs Jahren kann man in Göttingen oder andernorts das Training beginnen und es bis ins hohe Alter betreiben. Der älteste Teilnehmer des Taikai war über 60 Jahre alt. Sicher sollte man dann nicht mehr die härteren Techniken üben, doch wirkt sich das Training im Allgemeinen positiv auf die Fitness und den Bewegungsapparat aus. Da Körperkraft nicht das Entscheidende ist, kann jeder Mensch Bujinkan erlernen, sofern die richtige Einstellung dazu gelebt wird. Das Arashi Dojo von Oliver Piskurek in Göttingen steht Interessierten für ein Probetraining offen. Auf folgender Website finden sich Trainingszeiten und die Möglichkeit einer Kontaktaufnahme: [www.arashi-dojo.de](http://www.arashi-dojo.de) >>>

**BUJINKAN  
ARASHI  
DOJO  
GÖTTINGEN**



Die Tradition des Bujinkan Budo Taijutsu lässt sich weit in die japanische Geschichte zurückverfolgen. Bis zum heutigen Tag hat sich trotz der mehr als tausendjährigen Tradition der Kampfkunst der Samurai und Ninja nichts daran geändert, dass es sich um ein der Zeit angepasstes Selbstverteidigungssystem handelt.

Das Bujinkan Arashi Dojo Göttingen bietet an allen Wochentagen verschiedene Trainingseinheiten an: Training für Kinder und Jugendliche, Training für Erwachsene (Anfänger und Fortgeschrittene).

Spezielle Trainingseinheiten und diverse Wochenendseminare ergänzen das Angebot und werden u. a. unterstützt durch national sowie international qualifizierte Lehrer, so z. B. Ende März 2015 beim jährlich stattfindenden **Sanshinkai**.

**武** Ein Probetraining ist jederzeit möglich!

**神** Weitere Informationen sind auf der Internetseite [www.arashi-dojo.de](http://www.arashi-dojo.de) zu finden.

**館** Kontaktmöglichkeiten über:

**嵐** [info@arashi-dojo.de](mailto:info@arashi-dojo.de)

**道** Bujinkan Arashi Dojo e.V.  
Postfach 1529  
37005 Göttingen

**場** Wir freuen uns auf Euch!

