Taekwondo – Kampfkunst oder Kampfsport?

Von Giuseppe Di Pasquali

Ich glaube es war Ende der 80er Jahre, als mein Großmeister Jin-Oh Ra (9. Dan) einen Bericht mit der gleichen Überschrift verfasste. Er möge mir den „Titelklau" verzeihen. Seit der Teilnahme des Taekwondo an den olympischen Spielen jedoch stellt sich diese Frage mehr denn je. Nun sind zehn Jahre seit der ersten Olympiateilnahme vergangen. Meines Erachtens Grund genug, sich mit diesem Gedanken einmal wieder zu beschäftigen.

Zunächst einmal sollte erläutert werden, was Kunst ist und was Sport. Ich definiere Kunst in erster Linie als ein „Können", das auf Wissen, Übung und Vorstellungskraft beruht: Ein Musiker schafft mit seinem Können Musik, ein Maler malt, ein Dichter schreibt, ein Schauspieler spielt eine Rolle im Theater. Sie alle sind Künstler. Sport ist eine Wettkampf- oder Bewegungsform, die meist auf körperlicher Aktivität des Menschen beruht. Jogger, Bodybuilder, Fußballer, Radfahrer, Schwimmer und auch Schachspieler, da mentales Training ebenfalls zu körperlicher Aktivität zählt, sind Sportler. Künstler und Sportler verfolgen Ziele, die sich jedoch voneinander unterscheiden. Ziele eines Sportlers sind zum Beispiel Turniersiege, Gesundheit, Stressabbau, Reduktion des Körpergewichts, soziale Kontakte und die Freude daran. Der Künstler jedoch nimmt die ausschlaggebende Motivation aus dem Weg oder Prozess, den er durchläuft. Freilich kann das eine oder andere Ziel des Sportlers, wie Stressabbau oder Freude, auch beim Künstler als positiver Nebeneffekt auftreten. Und auch beim Sportler kann sich als Nebeneffekt ein Prozess in Gang setzen, der mit dem Ziel eines Künstlers vergleichbar ist. Beim Maler zum Beispiel entsteht als Endprodukt der Tätigkeit ein Kunstwerk, das Gemälde, das er jedoch zunächst einmal als zweitrangig wahrnimmt. Der Weg zum Kunstwerk ist das Wesentliche – das, was der Künstler beispielsweise beim Mischen der Farben und beim Benutzen verschiedener Pinsel lernt, erkennt und erfährt. Beim Taekwondo ergibt sich ein ähnlicher Prozess bei der Ausübung der drei Elemente Kyorugi (Kampf), Poomsae (Form) und Kyok-pa (Bruchtest). Der Taekwondoin durchläuft einen Weg, der zu dem sogenannten „Do" führt, zum idealen Menschen. Do beruht auf menschlicher Intuition und ist daher nur sehr schwer zu erklären, wenn dies überhaupt möglich ist. Ich werde es erst gar nicht versuchen. Eine wörtliche Fixierung wie „Do", oder im deutschen „Weg" oder „Sinn", wird diesem komplexen Inhalt im Grunde genommen nicht gerecht. Damit aber eine Artikulation möglich ist, will auch ich den Begriff „Do" verwenden.

Ein erfülltes Leben

Anstelle dieses koreanischen Begriffs könnte auch der gebräuchlichere chinesische Begriff „Dao" gebraucht werden, der nicht zuletzt wegen des Bestsellerbuchs „Dao te king" von Laotse so bekannt wurde. Vergleicht man die Malkunst mit Taekwondo, so entspricht der Maler „Taekwon", die Werkzeuge, wie Pinsel und Farben, entsprechen dem Do und das Gemälde, das zu Beginn ein „weißes" leeres Blatt ist, dem Menschen. Sicherlich hat Do eine große Bedeutung als Wegbereiter für die Selbstfindung und Selbstvollen-

dung eines Menschen. Es ebnet den Weg zu einem erfüllten Leben und umgekehrt ist ein erfülltes Leben die Essenz des Do. Jeder Mensch hat seine eigene individuelle Vorstellung, wie ein erfülltes Leben aussehen kann. Egal wie weit diese Vorstellungen auseinander gehen mögen, haben sie doch eines gemein: Sie benötigen zur Verwirklichung eines erfüllten Lebens Charaktermerkmale wie Selbstvertrauen oder Willenskraft, und nicht zuletzt die Gesundheit, als Grundlage. Diese Erkenntnis führt mich zur Wichtigkeit der Elemente. Poomsae- Training dient der Gesundheit und fördert die Konzentration. Kyorugi wirkt sich positiv auf Selbstvertrauen, Mut, Flexibilität, Kreativität, Spontaneität und Willenskraft aus. Bei Kyok-pa lässt sich die Lebensenergie „Ki", die Harmonie von Körper und Geist, und deren Wirkungskraft demonstrieren. Es schult zudem ebenfalls die Konzentration im hohen Maße und auch die Entschlossenheit. Gesundheit, Willenskraft, Selbstvertrauen, Entschlossenheit, Flexibilität (in heutiger Zeit ein sehr wichtiges Persönlichkeitsmerkmal) – das alles sind Werkzeuge und Mittel für ein erfülltes Leben. Wir verbessern also durch das Praktizieren von Taekwondo die Option auf ein erfülltes Leben. Der Eintritt ins Olympische Programm konnte die Gleichberechtigung der Elemente nicht bekräftigen, da mit Kyorugi nur ein Element als Olympische Disziplin aufgenommen wurde. Hier fällt mir spontan eine Frage ein, die unbeantwortet ist: Was wäre, wenn Taekwondo einheitlich mit drei Elementen aufgenommen würde? Nebenbei bemerkt, Triathlon etwa hat im Grunde genommen ebenfalls drei Disziplinen.

Schwerpunkt Kyorugi?

Lag der Schwerpunkt bei Taekwondo schon vor dem Eintritt auf Kyorugi, liegt er seit dem Eintritt umso mehr darauf. Viele Techniken werden in Kyorugi heute kaum noch angewendet, da diese zum Beispiel sehr kraftraubend oder riskant sind und ein Sieg dadurch verschenkt werden könnte. Dies führt dazu, dass der Wettkampf viel an Ästhetik einbüßt. Durch verschiedene neu eingeführte Wettkampfregeln wurde diesbezüglich noch keine signifikante Besserung erzielt. Viele Sportler sind „nur" noch gute, ja sehr gute, Athleten und jagen Medaillen und Siegen nach. Da verwundert es nicht, wenn sich im Wettkampf Rituale wie die Faust eines Boris Becker einschleichen. Dies soll nicht heißen, dass ich solche Rituale grundsätzlich ablehne. Ich frage mich aber des Öfteren, ob solche Verhaltensmuster zu Taekwondo passen. Und der skandalöse Angriff auf einen Schiedsrichter bei den letzten Olympischen Spielen stimmt mich traurig. Ja – das ist weit weg von Do. Der Athlet hatte keinen guten Lehrer. Schon gar nicht ein Mudo-Meister, der Werte wie Güte, Höflichkeit, Gerechtigkeit oder Selbstdisziplin, die essentiellen Bestandteile des wahren Taekwondo, vermittelt.

Gesteigerter Bekanntheitsgrad

Dennoch bin ich Befürworter des Taekwondo als Olympische Disziplin. Jeder Sportinteressierte kennt nun Taekwondo. Die Akzeptanz in der ganzen Welt ist noch mehr gewachsen. Sportunternehmen sehen hier neue Marktchancen. Und nicht zuletzt haben sich Forschung und Wissenschaft in der ganzen Welt des Taekwondo angenommen. Durch deren Erkenntnisse wird das Training stets verbessert und optimiert. Wie ein Fußballspiel aus den 60er Jahren kaum noch mit einem heutigen zu vergleichen ist, gilt das gleiche auch für Taekwondo. Kyorugi ist intensiver geworden, und taktisch und strategisch auf hohem Niveau. Es finden professionelle Wettkämpfe statt. Und die Entwicklung geht weiter.

Poomsae immer professioneller

Lag der Fokus Anfang dieses Jahrzehnts aufgrund der Olympischen Spiele verständlicherweise auf Kyorugi, werden jetzt glücklicherweise wieder vermehrt Poomsae-Meisterschaften ausgetragen – sogar professioneller denn je. Dieser Zustand gibt mir die Hoffnung, dass die Gleichberechtigung der drei Elemente wieder hergestellt werden kann, und so die Kampfkunst vor dem Kampfsport überwiegt. Dass das zum großen Teil noch nicht so ist, zeigt sich allzu häufig bei den Gürtelprüfungen. Selbst wenn die ungeliebten „Pflichtprogramme" vorher noch schnell gepaukt werden, ist die Vernachlässigung dieser im Training klar zu erkennen und deren Sinn wird folglich oft falsch oder gar nicht verstanden. Alle, vom Einsteiger bis zum Danträger, selbst Trainer und Großmeister, haben ihre Vorlieben. Der oder die eine kämpft gerne, andere mögen den Poomsaelauf, wieder andere testen ihr Können gerne beim Bruchtest. Viele spezialisieren sich auf das, was sie gut können oder was ihnen Spaß macht. Zweifelsohne sollte der Spaßfaktor mit ganz oben stehen. Der Spaß beim Training ▶

Weiterbildung Budopädagogik 2011 - 2013

- qualifiziert zur Arbeit mit Zielgruppen in besonderen Problemlagen
- richtet sich an Sozialpädagogen/innen, Erzieher/innen, Heil- und Sonderpädagogen/innen, Sportlehrer/innen, Psychologen/innen, Psycho- und Physiotherapeuten/innen, Budoka-Trainer/innen
- Voraussetzungen sind Erfahrungen in einer asiatischen Kampf- bzw. Bewegungskunst

Neubeginn 27. Mai 2011 Der Kurs umfasst 9 Kursteile, überwiegend am Wochenende und endet im März 2013

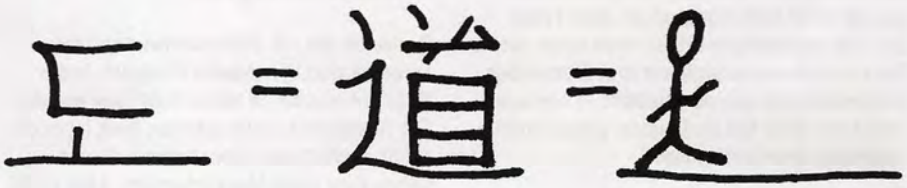
Institut für Jugendarbeit • Germeringer Straße 30 • 82131 Gauting bei München
Telefon: 089 / 89 32 33-10 • Fax: 089 / 89 32 33-33 • e-mail: tierling@institutgauting.de

der bevorzugten Spezialdisziplin kann dennoch leicht ins Gegenteil umschlagen – erst recht wenn die Steigerungsfähigkeit auf hohem Niveau immer mehr sinkt und fast keine Steigerung mehr zu erkennen ist. „Schwachstellen", die durch regelmäßiges Training sichtlich kleiner und weniger werden, erzeugen einen enormen Motivationsschub. Aufgrund dessen sollte umso mehr darauf geachtet werden, speziell von der Trainingsleitung, wie und was trainiert wird. Ich habe mich selbst schon des Öfteren dabei ertappt, wie sich in mir bei der einen oder anderen Übung ein Widerwille breit machte. Da hilft nur eins: auf die Zähne beißen und alles geben. Auch hier ist der unbequemere Weg der bessere.

Do muss wachsen

All die zerschlagenen Materialien in Kyokpa, der verflossene Schweiß beim Poomsae-Lauf, die Verletzungsgefahr bei Kyorugi, machen keinen Sinn, wenn man daraus nichts fürs Leben lernt. Die drei Bereiche sollten mit gleicher Intensität und gleichem Eifer trainiert werden und kein Element sollte über oder unter dem anderen stehen. So kann das so genannte Do wachsen. Denn Erlernen lässt es sich nicht. Kampfkunst ist eine wunderbare Art Do zu entfachen und reifen zu lassen. Ich bin mir sicher, wenn ein ausgewogenes Training mit allen Facetten berücksichtigt wird, kann Taekwondo seinen berechtigten Platz in der Kampfkunstwelt erhalten. Taekwondo sollte, wie es der Name schon vorgibt, eine Kampfkunst sein, die den Kampfsport-Aspekt für sich nutzt. Vor rund 20 Jahren erläuterte Großmeister Jin-Oh Ra mit Bedauern, dass der Do-Aspekt immer mehr in den Hintergrund rückt und nur noch „Taekwon" praktiziert wird. Fand vor 20 Jahren größtenteils eine Spezialisierung auf Kampf statt, ist es heute etwas ausgeglichener geworden. Wo Taekwondo in weiteren 20 Jahren stehen wird, weiß niemand. Es liegt jedoch in unserer Hand, es als das zu erhalten, was es ist: eine Kampfkunst. Zum Schluss will ich meine hier beschriebenen Gedanken mit einem passenden Abschnitt aus dem „Dao te king" abrunden:

Dreißig Speichen umgeben eine Nabe:
In ihrem Nichts besteht des Wagens Werk.
Man höhlet Ton und bildet ihn zu Töpfen:
In ihrem Nichts besteht der Töpfe Werk.
Man gräbt Türen und Fenstern, damit die Kammer werde:
In ihrem Nichts besteht der Kammer Werk.

Laotse

Das koreanische Schriftzeichen für Do ist abgeleitet vom chinesischen Schriftzeichen Dao, das sich sich aus den Zeichen für „Kopf" und „(vorwärts) gehen" zusammensetzt. Mit etwas Phantasie erkennt man in dem Zeichen einen Menschen auf seinem Lebensweg.