

# Das Budo-Prinzip im Dilemma zwischen Bewegungs-Kultur und humaner Bewegungs-Natur.<sup>1</sup>

**HORST TIWALD**

<[www.horst-tiwald.de](http://www.horst-tiwald.de)>

## I.

Der Titel des Referates kann unterschiedliche Erwartungen wecken. Eine könnte etwa so aussehen:

Den BUDO-SPORTARTEN liegt ein gemeinsames Prinzip zugrunde.  
Beim Umsetzen dieses Prinzips in die Praxis der BUDO-SPORTARTEN gerät man in einen Konflikt.  
Es scheint schwierig zu sein, die tradierte BEWEGUNGS-KULTUR mit der aktuellen humanen BEWEGUNGS-NATUR zu verbinden.

Wenn eine Erwartung in dieser Richtung erzeugt wurde, dann haben wir uns als Ausgangspunkt einigermaßen verstanden. Es ist aber erstaunlich, dass dies mittels einer Sprache möglich war, die eigentlich nur Unverständnis und Missverständnis von Worten aneinander reihte.

Was ist ein **Dilemma**?

Ein Dilemma ist eine Zwangslage. Im eigentlichen Sinne bezeichnet man damit einen Fangschluss, der zu einer Entscheidung zwischen **zwei** gleich **unangenehmen** Möglichkeiten eines Alternativsatzes zwingt.

Dies ist hier aber keineswegs so gemeint. Der Seiltänzer befindet sich ja auch nicht in der Zwangslage, links oder rechts vom Seil herunterzufallen. Es handelt sich aber auch nicht um die Befindlichkeit zwei **negativen**

---

<sup>1</sup>Als Vortrag gehalten in einer Ringvorlesung im Sommersemester 1994 am *Fachbereich Sportwissenschaft* der UNIVERSITÄT HAMBURG

"Dingen" gegenüber, etwa der humanen "BEWEGUNGS-NATUR" und der "BEWEGUNGS-KULTUR" als zwei gleich negativ-wertigen Bezügen.

Nun zu dem Wort "**Prinzip**".

Damit meint man einen Anfang, einen Ursprung, eine Quelle oder eine Grundlage. In unserem abendländischen Denken versteht man darunter einen Grundsatz, der dem **reinen** Denken entspringt, durch sich selbst **einleuchtet** und **gewiss** ist.

Das Prinzip würde dann so etwas wie einen Maßstab dafür abgeben, ob eine Erscheinung, zum Beispiel im BUDO, diesem Prinzip getreu ist und deshalb auch als BUDO bezeichnet werden darf.

Ich glaube aber nicht, dass es so etwas im BUDO gibt.

Was soll mit dem Wort "**Budo**" bezeichnet werden? Worüber reden wir eigentlich?

Dass es sich dabei um ein **japanisches** Wort handelt, das sich aus zwei Begriffen, "Bu" für „Krieger“ oder „Offizier“ und "Do" für „Weg“, zusammensetzt, ist allseits bekannt.

Wir meinen damit aber darüber hinaus auch **nicht-kriegerische** Bewegungskünste, wie das japanische Blumenstecken, und auch solche, die mit der japanischen Kultur nichts zu tun haben.

Bekannt ist auch, dass diese bewegungskulturellen Phänomene auf China und über dieses nach Indien verweisen, und dass sie etwas mit dem ZEN-BUDDHISMUS zu tun haben.

Wobei "Zen" das japanische Wort für "Chan" und dieses chinesische Wort wiederum eine **lautliche** Umwandlung des Sanskrit-Wortes für Meditation ist.

So ist auch der Begriff "Do" angelehnt an das chinesische Wort "Dao", was ebenfalls ins Deutsche mit "Weg" übersetzt wird.

Und dieses *Dao (Tao)* wäre nun so etwas wie ein Prinzip.

Aber wir können, wie im "*Tao te King*" gleich im ersten Kapitel gesagt wird, dieses Prinzip **nicht weisen**, denn wenn wir es weisen könnten, dann wäre es **kein ewiges** Prinzip. Und wenn wir es benennen könnten, dann wäre das **kein ewiger** Name.

Nun haben wir noch das Wort "*Bewegungskultur*" zu erklären.

Damit ist wohl gemeint, dass es sich um Bewegungs-Phänomene handelt, die Bestandteil der jeweiligen Kultur sind und demnach auch die unverwechselbare "*Handschrift*" eben dieser speziellen Kultur tragen.

Das nun, was man mit BUDO-PRINZIP meinen könnte, ist nun gerade das **Gegenteil** von Kultur. Es wäre das Gegenteil von "*Besonderung*" (des Bestimmbaren), es wäre das Gegenteil von kulturbedingtem sprachlichem Denken.

So heißt es in der "*Tradition*" des ZEN (eigentlich ein ganz widersinniges Verfahren, hier von "*Tradition*" im kulturellem Sinne zu sprechen), dass das Entscheidende nicht mittels der Sprache oder durch Vor- und Nachmachen weitergegeben wird, sondern durch den "*Weg*", durch die "*Methode des direkten Hindeutens*".<sup>2</sup>

**Das Wesentliche des BUDO kann sich in jedem bewegungskulturellen Phänomen in jeder Kultur ereignen.**

Innerhalb der japanischen Kultur hat sich das Wesentliche des sogenannten BUDO ja auch in **unterschiedlichen** Bereichen konkretisiert, von den kriegerischen Künsten bis zum Tanz und zum handwerklichen und künstlerischen Arbeiten.<sup>3</sup> So schrieb auch EUGEN HERRIGEL:

*"Seit geraumer Zeit ist es selbst für uns Europäer kein Geheimnis mehr, dass die japanischen Künste um ihrer inneren Form willen auf eine gemeinsame Wurzel zurückweisen: auf den Buddhismus."*

---

<sup>2</sup> HEINRICH DUMOULIN: „*Zen - Geschichte und Gestalt*“. Bern 1959

<sup>3</sup> DAISETZ TAITARO SUZUKI: „*Zen und die Kultur Japans*“. Hamburg 1958

*Dies gilt für die Kunst des Bogenschießens in demselben Sinn und Maße, wie für die Tuschmalerei, für die Schauspielkunst nicht weniger als für die Teezeremonie, die Kunst des Blumenstellens und der Schwertmeisterschaft.*

*Es besagt zunächst, dass sie alle eine geistige Haltung voraussetzen und je nach ihrer Eigenart bewusst pflegen, die in ihrer höchsten Steigerungsform dem Buddhismus eigentümlich ist und das Wesen des priesterlichen Menschen bestimmt.*

*Freilich ist hierbei nicht der Buddhismus schlechthin gemeint. Nicht um den ausgesprochen spekulativen Buddhismus dreht es sich hier, den man um seines angeblich zugänglichen Schrifttums willen allein in Europa kennt und sogar zu verstehen beansprucht, sondern um den 'Dhyana'-Buddhismus, den man in Japan als 'Zen' bezeichnet, und der in erster Linie nicht Spekulation, sondern unmittelbare Erfahrung dessen sein will, was als grundloser Grund des Seienden vom Verstande nicht ausgedacht, ja nicht einmal nach noch so eindeutigen und unwiderstehlichen Erfahrungen begriffen und gedeutet zu werden vermag: man weiß es, indem man es nicht weiß.*

*Um dieser entscheidenden Erfahrungen willen schlägt der Zen-Buddhismus Wege ein, welche durch ein methodisch geübtes Sichversenken dahin führen sollen, im tiefsten Grunde der Seele des unnennbar Grund- und Weiselosen inne, noch mehr: mit ihm eins zu werden."<sup>4</sup>*

Es geht also eigentlich im BUDO gar nicht um "BEWEGUNGS-KULTUR", sondern um das Entwickeln einer **humanen** "BEWEGUNGS-NATUR".

Was meine ich nun mit **humaner BEWEGUNGS-NATUR**?

Diese ist eine Gratwanderung.  
Die beiden bedrohlichen Einseitigkeiten, in die man links oder rechts abrutschen kann, sind auf der einen Seite der Verfall in ein **oberflächliches** kulturelles Ritual, auf der anderen Seite der Rückfall in eine **animalische** Natürlichkeit des Bewegens.

---

<sup>4</sup> EUGEN HERRIGEL: „Zen in der Kunst des Bogenschießens“. München 1951

Dieses Rückfallen wird zum Beispiel durch die Schriften von HEINRICH VON KLEIST nahegelegt. Auch der Ansatz der deutschen "RHYTHMUSBEWEGUNG", die wesentlich von LUDWIG KLAGES geprägt ist, folgt diesem Gedanken.

In der **humanen** Bewegungsnatürlichkeit ist aber der Geist nicht der Widersacher der Seele und des Lebens, sondern der Geist ist die **humane** Möglichkeit des Lebens, die im "Weg" erst **verwirklicht** werden muss.

Deswegen kommen dem "Zu-ende-denken", dem "Über-denken" bzw. der "**Achtsamkeit**" in der **humanen** BEWEGUNGS-NATUR besondere Bedeutung zu.<sup>5</sup>

Soweit zum Wortmaterial meines Referattitels.

## II.

Nun zu einigen Einstellungen, mit denen man an das Betrachten der FERNÖSTLICHEN BEWEGUNGSKULTUR herangehen bzw. mit welchen Vorurteilen man nicht herangehen sollte.

Ein häufiges Vorurteil führt dazu, im FERNÖSTLICHEN so etwas wie eine **psychisch heile** Welt zu sehen. Oft wird auch eine **starke und kontinuierliche** Tradition dieser BEWEGUNGSKULTUREN angenommen.

Hier ist es hilfreich, auch **mitzudenken**, dass zum Ende des vorigen Jahrhunderts Japan sich euphorisch der europäischen Naturwissenschaft zugewandt und die eigene Tradition vehement **missachtet** hat. Darüber berichtet der deutsche Arzt ERWIN BÄLZ, der in dieser Europäisierungswelle

---

<sup>5</sup> LAMA ANAGARIKA GOVINDA (ERNST LOTHAR HOFFMANN): „Die psychologische Haltung der frühbuddhistischen Philosophie“. Zürich 1961

LAMA ANAGARIKA GOVINDA (ERNST LOTHAR HOFFMANN): „Grundlagen Tibetischer Mystik“. Zürich 1956

LAMA ANAGARIKA GOVINDA (ERNST LOTHAR HOFFMANN): „Lebendiger Buddhismus im Abendlande“. Bern / München / Wien 1986

als Hochschullehrer nach JAPAN gerufen wurde. ERWIN BÄLZ fand in JAPAN fanatisch studierende Studenten vor, die Tag und Nacht studierten, um den Anschluss an EUROPA zu finden. Dies zog arge gesundheitliche Folgen nach sich. So schlug ERWIN BÄLZ, um die Fitness seiner Studenten zu erhöhen, wiederholt vor, doch so etwas wie einen Studentensport einzurichten. Seiner Meinung nach waren hierfür die **dahinkümmern** traditionellen Bewegungskünste, wie *Jiu-Jitsu*, Schwertfechten und Bogenschießen, gut geeignet. Die japanischen Behörden hatten aber für diesen Vorschlag **kein** Verständnis.<sup>6</sup> Erst einer seiner Studenten, JIGORO KANO, hat dann ERWIN BÄLZS Anliegen aufgegriffen, und als Studentensport das JUDO geschaffen. Daraufhin entstanden in **unserem** Jahrhundert dann die anderen BUDO-SPORTARTEN wie KARATE, AIKIDO usw.

Es verhält sich hier ähnlich wie beim Wiederbeleben der indianischen Kulturen, die vorwiegend deshalb wieder aktiviert wurden, weil sie den schaulustigen Touristen gefielen.

So ist auch der Export fernöstlicher Kultur von ihrem Selbstgebrauch klar zu unterscheiden.

Ähnlich verhielt es sich in CHINA.

MAO TSE TUNG versuchte, die konfuzianische und taoistische Tradition radikal zu eliminieren.

Er hat aber zum Beispiel das TAIJIQUAN und die AKUPUNKTUR als **brauchbar** erkannt und **losgelöst** von der kulturellen Tradition als "*Gesundheits-Technologie*" in alle Winkel des großen Landes als Volksgut verbreitet.

Das TAIJIQUAN als Massenphänomen, wie es heute in den Parks der Großstädte CHINAS zu beobachten ist, hat mehr mit dem europäischen Marxismus maoistischer Prägung zu tun als mit dem traditionellen chinesischen DAOISMUS.

Erst langsam erfolgt heute ein Wiedererinnern der geistig-kulturellen Wurzeln.

---

<sup>6</sup>TOKU BÄLZ (Hrsg.). ERWIN BÄLZ: „*Das Leben eines deutschen Arztes im erwachenden Japan. Tagebücher, Briefe, Berichte*“. Stuttgart 1931

CHINA ist ein sehr pragmatisches Land, dies im geographischen Sinn des Wortes.

Als Land ist es immer ein Schmelztigel gewesen, der alle Fremdherrscher **absorbiert** und pragmatisch **integriert** hat.

So finden sich im TAIJIQUAN ganz verschiedene Wurzeln miteinander verflochten. In den Legenden werden unterschiedliche Ursprünge in den Vordergrund gestellt.

### **Über die meditativen Bewegungs- und Kampfkünste kann man erfahren:**

- sie seien entstanden, weil im Volk das Waffentragen **verboten** wurde;
- sie seien entstanden, weil die Mönche auf ihren Wanderschaften sich **schützen** mussten, aber das Töten **meiden** wollten;
- sie seien entstanden, weil die Mönche einen Ausgleich zum **sitzenden** Meditieren brauchten;
- sie seien aus der ‚Gesundheits-Magie‘ entstanden auf der Suche nach dem Elixier für das ewige Leben (magische Innenwirkung)
- sie seien entstanden aus religiösen Ritualen, aus Kampftänzen, um Geister zu **vertreiben**; (Außenwirkung magischer Symbole)
- sie seien im Zuge der gauklerischen Schaukunst entstanden (Peking-Oper)
- sie seien aus einem religiösen Kult entstanden mit dem Ziel des Einswerdens mit dem Dao (Heil, Ganzheit, Gesundheit)

Alle diese Aspekte stecken in der Tradition des sogenannten BUDO-SPORTS und können jeweils in den Vordergrund treten und das Ganze dominieren.

### III.

Ein wichtiger Gesichtspunkt bei der Analyse der BEWEGUNGSKULTUR ist die Unterscheidung von "*Kult*" und "*Magie*", die in der kulturellen Realität jedoch meist miteinander **vermischt** auftreten.

*Kult* und *Magie* haben beide einen Bezug zur Religion, wenn man unter Religion den Glauben an eine höhere Macht und/oder an höhere Mächte und Wesen sowie an die Abhängigkeit von diesen versteht.

Der **kultische** Bezug erscheint dabei als der **kindliche**. Es geht bei ihm darum, diese höheren Mächte **zufriedenzustellen**, ihnen zu **opfern**, sie **anzubeten**, mit ihren Willen **eins zu werden**.

Diesen **willkürlich** handelnden höheren Wesen fühlt sich der im **kultischen** Bezug befindliche Mensch **voll ausgeliefert**. Die Zuneigung dieser höheren Wesen wird als Gnade empfunden. Lebensaufgabe sei es daher, mit ihnen eins zu werden, ihnen nahe zu kommen, auf sie hinzuhören, ihren Willen zu erspüren und zu erfüllen, ihnen Freude zu machen und sie nicht zu verärgern.

Anders wird dieser Bezug in der **pubertär** erscheinenden **Magie** erlebt. Hier glaubt man auch an höhere Mächte und Wesen, fühlt sich aber nicht ihrer Gnade ausgeliefert.

Es erwacht ein **emanzipatorisches** Bedürfnis nach dem Entdecken von Zaubermitteln, mit denen die Geister und Götter **gezwungen oder neutralisiert** werden können.

Es geht um das Beherrschen der Natur.

Es geht um die Suche nach Zauberformeln, nach **wirksamen** Ritualen, nach dem Stein der Weisen, nach dem Lebenselixier sowie um das in die Zukunft vorausschauende Wahrsagen.

Die Wirklichkeit **voraussehen** und **beherrschen**, das sind die beiden zentralen Themen.

Hier entsteht bereits das, was wir heute perfektioniert als naturwissenschaftliche Technik und Naturbeherrschung vor uns haben: Diagnose, Prognose und Technologie.

Wenn irgendwelche Zauber- oder Beschwörungsrituale in der Magie nicht funktionieren, dann **zweifelt man nicht** am Konzept der Magie, sondern sucht den Fehler im Verfahren, in seiner **noch** zu geringen **Exaktheit**. So entsteht ein Streben nach immer **genauerer** Erkenntnis und symbolischer Modellbildung sowie nach **exakterer** Technologie.

Hier liegen bereits die **magischen** Wurzeln unserer naturwissenschaftlichen Fortschrittsgläubigkeit.

Wobei für die *Magie* im **zwischenmenschlichen** Bereich auch wichtig ist, dass die magischen Symbole in vielen Bereichen **nur dann wirken**, zum Beispiel bei einer Heilung, wenn sie im magischen Dreieck von Heiler, Patient und Gemeinschaft gleichermaßen **verankert** sind.

Der magische Aspekt, der in der **westlichen** Kultur meist mit **mechanischer** Technologie verknüpft ist, ist in **orientalischen** Kulturen oft mit einer "*Schreck-Technologie*" verbunden.

Das durch Bewegen gesetzte Ereignis soll dabei nicht nur oder vorwiegend **mechanisch** wirken, sondern als Symbol über die Wahrnehmung **beeindrucken**.

So sind einige Elemente östlicher Kampfkünste kaum biomechanisch vernünftig, aber **trotzdem gezielt kampfwirksam**, eben über eine "*Schreck-Technologie*" als einem Wirken mit **täuschenden** "Bewegungssymbolen".

Dies zeigt sich auch darin, dass die CHINESEN lange vor den EUROPÄERN das Schießpulver kannten, es aber nicht wie wir für eine **mechanische** "Zerstörungs-Technologie", sondern für eine symbolische "Schreck-Technologie" bzw. für eine "Erbauungs-Technologie" einsetzten.

Das, was mit dem sogenannten BUDO-PRINZIP gemeint ist, ist aber weder *Kult* noch *Magie*. Es hat überhaupt, wie der ZEN-BUDDHISMUS selbst, mit Religion im oben definierten Sinne **nichts zu tun**.

Was wir also in den BUDO-KÜNSTEN an **kultischen** und **magischen** Elementen mit spezifischer bewegungskultureller Ausformung vorfinden, sagt über das BUDO-PRINZIP nicht das Geringste, es ist aber trotzdem von bewegungskulturellem Interesse.

#### IV.

Ein weiteres Vorurteil in der Begegnung von heutiger abendländischer mit fernöstlicher Bewegungskultur könnte darin bestehen, anzunehmen, dass dieser Kontakt etwas vollkommen Neues sei, vielleicht eine Folge unserer touristischen und medialen weltweiten Vernetzung.

So hört man oft von westlichen Parallelen sprechen.

Etwa mit Hinweis auf das "AUTOGENE TRAINING", auf die "EUTONIE" oder auf FELDENKRAIS.

Von Parallele kann aber hier in keiner Weise die Rede sein. Das erste Drittel unseres Jahrhunderts war bei uns erfüllt von indischen und fernöstlichen Einflüssen.

Über 20 Übersetzungen des "*Dao te King*" sind in dieser Zeit erschienen.

Der Buchmarkt war voll von Literatur über dieses Gebiet. Der Inder RABINDRANATH TAGORE erhielt den Nobelpreis für Literatur. ALBERT SCHWEITZER, HERMANN HESSE und andere brachten indisches Denken dem Westen näher. MAHATMA GANDHI erfuhr aber andererseits im Westen, über die Begegnung mit den Gedanken LEV TOLSTOIS, eine Wiedererweckung der in ihm **verankerten** indischen Kultur. Insbesondere der Aufruf zur Gewaltlosigkeit in der "*Bergpredigt*" hat sein indisches Gedankengut aktualisiert. LEV TOLSTOI verarbeitete also östliche Gedanken, die dann über

MAHATMA GANDHI in INDIEN eine **gewaltfreie** "Befreiungs-Praxis" prägten.

Diese übermäßige Verehrung des Orientalischen brachte aber auch Gefahren mit sich, so dass RUDOLF STEINER im **Jahr 1922** mit Recht das Aufgreifen der **abendländischen** Tradition anmahnte:

*"Verehren wir den Orient wegen seiner Geistigkeit, so müssen wir uns dennoch klar darüber sein: wir müssen unsere eigene Geistigkeit aus unserem abendländischen Anfang heraus bilden.*

*Wir müssen sie aber so gestalten, dass wir uns über die ganze Erde hin mit jeglicher Anschauung, die vorhanden ist, insbesondere mit althehrwürdigen Anschauungen, verständigen können...*

*Stellen wir dem, was wir vom Osten haben müssen, der Ehrfurcht, der Liebe, der Bewunderung vor seiner Geistigkeit, stellen wir dem nicht ein passives Empfangen gegenüber, sondern ein emsiges Arbeiten aus dem, was heute vielleicht noch ungeistig ist im Westen, was aber den Keim der Geistigkeit in sich trägt, stellen wir zu der Ehrfurcht die Kraft hin, dann werden wir das Richtige tun für die Menschheitsentwicklung."<sup>7</sup>*

West und Ost sind über Jahrtausende immer wieder miteinander vernetzt worden, so dass der Begriff einer eigenständigen Kultur eine Fiktion ist.

In den 20er Jahren erlebte die östliche BEWEGUNGSKULTUR in EUROPA einen mit der heutigen Situation vergleichbaren Boom, dies insbesondere in DEUTSCHLAND. Aus ihm ist die "GYMNASTIKBEWEGUNG" hervorgegangen, die vor **1933** neben dem "SPORT" und dem "TURNEN" eine der drei Säulen unserer Bewegungskultur bildete.

Noch viel intensiver war aber die ost-westliche Begegnung bereits Jahrhunderte davor. Zur Zeit des BAROCKS, im **17./18. Jahrhundert**, war FRANKREICH das kulturelle Zentrum EUROPAS. FRANKREICHS Vorbild war CHINA.

---

<sup>7</sup> RUDOLF STEINER: „Westliche und östliche Weltgegensätzlichkeit“. Dornach 1985

In der Bauweise wurde die chinesische Architektur nachgeahmt, Porzellan, Lack, Zöpfe usw. waren höchste Mode. Für FRANKREICH war damals auch technologisch China das, was heute für uns noch die USA sind.

Die Wende zum **Jahr 1700** feierte der französische KÖNIG LUDWIG XIV. in PARIS mit vielen chinesischen Festen.<sup>8</sup>

So wurde bereits im BAROCK die CHINESISCHE KULTUR mit ihrer prunkhaften, *konfuzianistischen Ordnung und Absolutheit* dem Abendlande ebenso nahegebracht wie deren **dialektisches** Gegenstück, die *Naturverbundenheit und Einfachheit* der Lehre LAO TSES, die aber vorerst nicht zum Tragen kam.

Der **magische** Aspekt der *Kultur* überwog damals in der ersten Zeit den **kultischen**.  
Die stürmische Übernahme der chinesischen Prunk-Äußerlichkeit im BAROCK bereitete die abendländische Kultur aber auch dialektisch auf die naturverbundene Einfachheit vor.

Es entstand in FRANKREICH bald ein berechtigter Zweifel an dieser einseitigen Entwicklung. Die AKADEMIE IN DIJON schrieb daher einen Preis für die Beantwortung der Frage nach der Bedeutung von Kunst und Wissenschaft für die Sitten aus.

Ein junger Gelehrter, der **schwankte**, ob er die Frage positiv oder negativ beantworten solle, beteiligte sich an diesem Preisausschreiben.

Er entschied sich aber dann mit **Gespür für die Zeit** dafür, zu behaupten, dass der Fortschritt die geistige Bildung der Sitten nicht günstig beeinflusst habe.

Daraufhin erhielt er den Preis.

---

<sup>8</sup> ADOLF REICHWEIN: „*China und Europa*“. Berlin 1922

Das beflügelte ihn, sich in diese Ansicht immer mehr hineinzusteigern und sie publizistisch zu propagieren.

Er brachte so die *chinesische Naturverbundenheit*, die bereits in der ABENDLÄNDISCHEN KULTUR als neuer Bezug **schlummerte**, zu Bewusstsein und zu abendländischer Wirksamkeit, allerdings in spezifisch **abendländischem** Verständnis.

Dieser Gelehrte war JEAN JACQUES ROUSSEAU.

Wir könnten die Begegnungen zwischen Ost und West noch weiter zurückverfolgen und aufzeigen, dass auch das Beeinflussen umgekehrt stattgefunden hat.

So kehrt oft Exportiertes in **neuem** Gewande zurück und belebt jene Tradition neu, aus der es entsprungen ist.

## V.

Wir haben bereits eine Ausformung des dialektischen Widerspruches zwischen Ordnung und Freiheit kennen gelernt.

So war der KONFUZIANISMUS mehr eine Ausprägung des Bezuges zur "Form" und zur "Ordnung", während die Lehre LAO TSES mehr den Bezug zur "Formlosigkeit" und zur "Freiheit" verdeutlichte.

So mag es auch als Widerspruch erscheinen, wenn in den BUDO-KÜNSTEN einerseits von dem **genauen** und **strengen** Erfüllen einer vorgeschriebenen traditionellen Form gesprochen, andererseits aber für ihre Geistigkeit der Hinweis auf den ZEN gemacht wird, wo doch aus dem ZEN eine geradezu **formfeindliche** Einstellung herauszulesen ist.

In der BUDO-PRAXIS wird, zum Beispiel beim "*Uchi komi*" im JUDO, eine bestimmte Technik sehr oft wiederholt.

Unseren "*westlichen Augen*" erscheint dies als ein **Bemühen**, eine vorgegebene Form exakt **einzuschleifen**, damit sie dann im Kampf als **blinde Reaktion** sofort vollzogen werden kann.

Aus der Literatur über das japanische Bogenschießen ist auch der Hinweis bekannt, dass "es" schießt.

Man erfährt in diesem Zusammenhang von westlichen Interpreten auch, dass man nichts **willkürlich** tun sollte, da der Körper selbst so intelligent sei zu wissen, was optimal ist.

Diese **europäische** Sichtweise fernöstlicher Trainingsweisen ist vermutlich durch HEINRICH VON KLEISTS Auffassung über das Bewegen geprägt, das mehr oder weniger dem "*Tausendfüßler-Mythos*" folgt.

Aber genau das Umgekehrte ist im Zen gemeint.

Durch erhöhte "ACHTSAMKEIT" beim Wiederholen soll die "Freiheit" in der "*Ordnung*" entdeckt und genützt werden.

Der Übende ist zwar im ernstesten Bemühen angespannt, die Bewegung **so exakt wie nur möglich zu wiederholen**.

Dies tut er einerseits.

Andererseits ist er aber mit erhöhter "**Achtsamkeit**" in einer "**Fragehaltung**" bemüht, trotzdem noch Unterschiede zwischen den Ausführungen **im** Vollzug klar zu erkennen.

In diesem Bemühen bekommt das Bewegen nicht nur immer mehr Freiheitsgrade. Es wird nicht nur **in sich** immer variabler, sondern es wird auch immer mehr **kontrollierbar**.

Man kann es auch so formulieren:

Die Bewegung bekommt immer mehr "*Gelenke*", aber diese werden immer weniger bewegt.

Die Abweichungsmöglichkeiten werden zwar als Freiheiten in ihrer Anzahl immer mehr, sie werden aber jede für sich immer weniger, aber **doch** ausgenützt.

Das Bewegen wird dadurch immer **flüssiger**, immer **geschmeidiger**, immer **exakter** und **ökonomischer**, aber auch hinsichtlich den **situativ** notwendigen Variationen immer **beweglicher**.

**Das Bewegen wird somit zur "Leistung" im Sinne des "GESTALTKREISES".**

## **VI.**

Hier wird der Unterschied zwischen westlichem und östlichem **Leistungsbegriff** deutlich. Unser westlicher Leistungsbegriff im Sport ist meist **ein-dimensional**, bestenfalls zweidimensional.

Es wird ein **quantitatives Mehr** in **einer** Dimension, zum Beispiel Höhe, Weite, Schnelligkeit, Schönheit oder Schwierigkeit angepeilt.

Beim Skispringen werden zum Beispiel zwei Dimensionen miteinander kombiniert, Weite und Haltung.

**Im östlichen Leistungsbegriff geht es dagegen darum, die Einschränkungen des Weges zu einem bestimmten Ziel zu beseitigen.**

Es ist dies genau der Gedanke des *"Leistungs-Prinzips"*, den VIKTOR VON WEIZSÄCKER in seiner Bewegungsforschung dem herkömmlichen *"Leitungs-Prinzip"* entgegengesetzt hat.

Dieses *"Leitungs-Prinzip"* orientiert sich zum Beispiel vorwiegend an den zeitlichen und kausalen Prozessen der *"Weiter-Leitung"* in den Nervenbahnen.

Eine Leistung war für VIKTOR VON WEIZSÄCKER dagegen das **Erreichen eines Zieles auf mehreren Wegen**.

Dies war für ihn überhaupt die Art und Weise, wie das Bewegen von Lebewesen organisiert ist.

Für VIKTOR VON WEIZSÄCKER war das Bewegen als eine Leistung **vom Ziel her definiert**.

Das **konkrete** äußere Ziel in der Umwelt **bindet** und **reguliert** das Bewegen:

Bewegungen sind Frage-Antwort-Einheiten.

Sie sind **sinn-orientiert**.

Sie sind **intentional** gerichtet.

Wobei VIKTOR VON WEIZSÄCKER nicht, wie in der SPORTWISSENSCHAFT vorwiegend verstanden wird, die **antizipatorische** Intention des Handelns meinte.

Er meinte mit Intention kein Umsetzen von Handlungsplänen, bei der das Ziel des Bewegens eine zeitlich vorausgreifende **Vorstellung** der kommenden Bewegung bzw. ihres Ergebnisses ist, das dann beim Realisieren zu verwirklichen wäre.

VIKTOR VON WEIZSÄCKER meinte mit seinem GESTALTKREIS **nicht**, dass die **Vorstellung** das Bewegen **gestaltet**. Er meinte auch nicht, dass die Bewegung vom Subjekt, zum Beispiel von im Gehirn deponierten Gestaltgesetzen zu Ganzheiten geformt wird, wie es der Gedankengang der GESTALTPSYCHOLOGIE ist.

Er vertrat in der Theorie des GESTALTKREISES vielmehr die Ansicht, dass die Umwelt, in der das objektive "*Bewegungs-Ziel*" subjektiv "**auseinander-gesetzt**" wird, einen unmittelbar gestaltenden Einfluss besitzt.

Er meinte auch, dass der Mensch mit der Umwelt eine ursprüngliche und reale Einheit bildet.

Ziel und Weg waren für ihn im Ursprung des Bewegens eins.

Dieses "*Eins-sein*" ist ein intensives *Ur-Erlebnis*.

Der Mensch erlebt sich also zum Beispiel beim Bogenschießen vorerst in einer untrennbaren Einheit mit dem äußeren Ziel. Er ist in diesem Erleben das Ziel, und das Ziel ist er.

Dieses "**vor-sinnliche**" bzw. "**un-sinnliche**" Eins-werden nannte VIKTOR VON WEIZSÄCKER die "**Kohärenz**".

Es ging ihm dabei um die Frage, wie **vor** jedem sinnlich vermittelten So-Sein des Zieles und des Weges eine **vor-sinnliche** Einheit im Erleben zustande kommt.

Wie also im Wahrnehmen/Bewegen das "DASEIN" das "SOSEIN" **be-gründet**, wie die "EXISTENZ" der "ESSENZ" vorangeht.

Er sah sich hier einig mit JEAN-PAUL SARTRE.

Auf diese Weise sind Umwelt und Mensch ursprünglich eins. Diese **erleb-bare** Einheit wird dann "**auseinander-gesetzt**" in der Einheit von Bewegen und Wahrnehmen als einem ganzheitlichen Akt des Subjekts.

Im "GESTALTKREIS" geht es daher nicht um die Einheit von Motorik und Sensorik, wie man oft lesen kann, sondern um die Einheit von **objektivem** Ziel (Umwelt) und **subjektivem** Weg (Mensch) und um das "**Auseinander-Setzen**" dieser Einheit in Bewegen und Wahrnehmen.

Dabei erscheinen Bewegen und Wahrnehmen als zwei "**koinzidente**", d.h. **zeitgleiche** Seiten eines Aktes.

VIKTOR VON WEIZSÄCKER meinte mit seinem "GESTALTKREIS" also keine **zeitliche** Abfolge, auch keine **kausale** Beziehung von Bewegen und Wahrnehmen oder umgekehrt, wie es zum Beispiel beim sogenannten "**Reafferenzprinzip**" unterstellt wird.

Diese dem "**Leitungsprinzip**" folgende Meinung wird aber, entgegen VIKTOR VON WEIZSÄCKERS Ansicht, bei uns in der SPORTWISSENSCHAFT noch häufig mit Berufung auf den "GESTALTKREIS" vertreten.

Haben wir in VIKTOR VON WEIZSÄCKERS "GESTALTKREIS" nun doch eine westliche Parallele zur östlichen "**Bewegungs-Weisheit**" vor uns?

Ich könnte nun darauf hinweisen, dass VIKTOR VON WEIZSÄCKER in der ersten Hälfte unseres Jahrhunderts gelebt hat und hoffen, dass mir abge-

nommen wird, dass er sich dem fernöstlichen Zeitgeist seiner Epoche nicht entziehen konnte.

Aber besser ist es wohl, wenn er hier selbst zu Wort kommt:

**"Es handelt sich",**

so schrieb VIKTOR VON WEIZSÄCKER,

**"um einen sozusagen inspiratorischen Augenblick, den ich 1915 im Felde erlebte; einen Augenblick, in welchem sich mir die ursprüngliche Ungeschiedenheit von Subjekt und Objekt gleichsam leiblich denkend offenbart hat.**

**Bei ruhigem Betrachten einer dort hängenden Patronentasche bin ich Patronentasche, und diese ist ich.**

**Die sinnliche Gegenwart eines äußeren Gegenstandes der aktuellen Wahrnehmung weiß nichts von einer Spaltung in Subjekt und Objekt.**

**Die erkenntnistheoretische Frage, wie das Subjekt in den Besitz des Objekts gelangen, wie das Objekt in das Subjekt Eingang finden könne - diese Frage ist offenbar sinnlos, wenn jener Zustand des sinnlichen Erlebens ein ursprünglicherer und vor aller Analyse höchst wirklicher ist. Man sieht sofort die Beziehung dieser Inspiration zur Identitätsphilosophie, zum Taoismus.**

**Nehmen wir an, diesem Urerlebnis des Eins-Seins von Subjekt und Objekt stehe das Primat zu, dann wird die Aufgabe der Erkenntnistheorie und der Wahrnehmungstheorie nicht darin bestehen zu erklären, wie das Subjekt zum Objekt komme, sondern wie die Trennung, die Scheidung von Subjekt und Objekt zustande komme."<sup>9</sup>**

Er fuhr an anderer Stelle fort :

*"Es ist nun eine das naturwissenschaftlich verpflichtete Denken schwer ankommende Zumutung, wenn wir jetzt fordern, jenes "Verhältnis" von Ich und Umwelt nicht als Zweiheit, sondern ebenso ursprünglich als Einheit vorauszusetzen.*

*Wir verlangen, dass mindestens die Voraussetzung ursprünglicher Einheit ebenso zulässig sei wie die ursprüngliche Zweiheit. Erleichtern mag die Erfüllung dieses Anfordererns, wenn man sich bei friedlicher Körperruhe etwa dem Anblick einer freundlichen Landschaft völlig hingibt.*

*Man wird danach urteilen, es sei nichts in dieser Sekunde gewesen, was einer Teilung in ein Ich-Hier und ein Es-Dort gleicht: Ich war dort und Dort war hier.*

---

<sup>9</sup>VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „Natur und Geist“. München 1977

*Das Gewicht dieser Erfahrung braucht auch in einer wissenschaftlichen Analyse nicht vermindert werden:  
die Erfahrung sagt aus, dass, wenn Ich und Umwelt auch 'zwei Dinge' sein sollten, sie es nicht immer so sind, dass sie nicht in eins verschmelzen können.  
Dann könnten aber auch die zwei aus dem Einen hervorgegangen sein.  
Um aber für die Einheit wenigstens einen das Minimum ihrer Geltung ausdrückenden Terminus zu haben, wurde sie als **Kohärenz bezeichnet.**"<sup>10</sup>*

Dieses Zitat deutet auch auf die Wichtigkeit der "Inneren Erfahrung" bei der wissenschaftlichen Analyse des Lebens sowie auf die Einführung des "Subjektes" in die Wissenschaft hin.

So meinte auch VIKTOR VON WEIZSÄCKER:  
"Wer das Leben verstehen will, muss sich am Leben beteiligen.  
Wir sagen aber auch, wer sich am Leben beteiligen will, muss es verstehen."<sup>11</sup>

Dies ist exakt die Ansicht der fernöstlichen Trainingstheorie. Auch hier geht es darum, sich an der Bewegung nicht nur durch Machen zu **beteiligen**, sondern sie auch in einer **achtsamen "Fragehaltung"** im Tun zu **verstehen**, so dass "**kein Hauch ist zwischen Denken und Tun**".

Wobei dieses "**kein Hauch zwischen**" eben darauf hinweist, dass Denken und Tun nicht **zeitlich** aufeinander folgen und sich auch nicht gegenseitig **kausal** hervorrufen.

Das Tun wird also nicht von einem antizipatorischen abstrakten Denken in der Vorstellung begleitet, sondern von einem konkreten das Wahrnehmen und das Bewegen **simultan** begleitenden Denken.

Daher auch oft die Bezeichnung "*Nicht-Tun*".

---

<sup>10</sup> VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „Der Gestaltkreis“. Stuttgart 1973

<sup>11</sup> VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „Der Gestaltkreis“. Stuttgart 1973

VIKTOR VON WEIZSÄCKER ging es in seiner *"Theorie des GESTALTKREISES"* im Grunde gar nicht um die Frage des Zusammenhanges von Motorik und Sensorik, sondern eigentlich um die Frage nach Leben und Tod, wie sie zum Beispiel auch dem Zen-Buddhismus eigen ist.

Wobei es wiederum **nicht** um die **westliche** Frage nach Leben und Tod geht, die Leben und Tod im **logischen** Gegensatz sieht.

Im östlichen Denken sind im Werden die Geburt und der Tod zwei **gegenwärtige** Aspekte des Lebens.

Der Tod ist der dialektische *"Gegen-spieler"* zur Geburt und **nicht** der logische *"Gegen-satz"* zum Leben.

Im Leben des Einzelnen erfolgt aus dieser Sicht seine *"Wieder-Geburt"* von Augenblick zu Augenblick. Die Wiedergeburt folgt **nicht** zeitlich dem Leben, wie es die auch bei uns verbreiteten **volkstümliche Versionen** dieser Sichtweise ausdrücken, sondern sie ist **im** Leben!

So sagte auch VIKTOR VON WEIZSÄCKER:

*"Das Leben entsteht nicht aus dem Toten.  
Auch ist die Gleichsetzung des Nichtlebenden oder Anorganischen mit dem Toten eine Unklarheit.  
Denn sie erweckt den Anschein, als entstehe das Tote aus dem Lebenden.  
Aber das Leben selbst stirbt nicht; nur die einzelnen Lebewesen sterben.  
Der Tod der Individuen aber begrenzt, besondert und erneut das Leben.  
Sterben bedeutet Wandlung ermöglichen.  
Der Tod ist nicht der Gegensatz zum Leben, sondern der Gegenspieler der Zeugung und Geburt;  
Geburt und Tod verhalten sich wie Rückseite und Vorderseite des Lebens, nicht wie logisch einander ausschließende Gegensätze.  
Leben ist:  
Geburt **und** Tod.  
Das ist eigentlich unser Thema."*<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „*Der Gestaltkreis*“. Stuttgart 1973

In Hinblick auf JEAN-PAUL SARTRE merkte VIKTOR VON WEIZSÄCKER an:

*"Er konnte, von HEGEL zu Freud und HEIDEGGER weitergehend, ein entscheidendes Wort zur Teilhabe des Todes am Leben sagen, welche eigentlich mein Anliegen war und ist.*

*Die Einführung des Subjektes in die Biologie ist nur ein Stück davon."*<sup>13</sup>

Das "Subjekt", wie auch der "Gestaltkreis" selbst, waren für VIKTOR VON WEIZSÄCKER dabei der Inbegriff des **Wandels und des Werdens**.

*"Das Subjekt ist kein fester Besitz, man muss es unablässig erwerben, um es zu besitzen.*

*Die Einheit des Subjektes ist das Gegenstück zu der Einheit des Gegenstandes.*

*So wie Gegenstände und Ereignisse unserer Umwelt in Wahrnehmung und Handlung ihre Einheit nur vermöge des Funktionswandels konstituieren, so ist auch die Einheit des Subjektes erst konstituiert in seiner unablässigen Wiederherstellung über die Unstetigkeiten und Krisen hinweg."*<sup>14</sup>

Wie weit ist doch dieses **eigentliche** Thema der "Theorie des Gestaltkreises" vom "Reafferenzprinzip" und von der Frage nach der Einheit von Sensorik und Motorik entfernt.

Und wie nahe ist es doch dem, was dem BUDO zugrundeliegt.

---

<sup>13</sup> VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „Der Gestaltkreis“. Vorwort zur dritten Auflage 1946

<sup>14</sup> VIKTOR VON WEIZSÄCKER: „Der Gestaltkreis“. Stuttgart 1973