

## Feature

---

### Was hat Bodhidharma im Karate-*dōjō* verloren?<sup>1</sup>

Wolfgang Herbert

Im Jahre 2020 wird Karate in Tokyo als olympische Disziplin vorgestellt. Was damit einhergeht, ist eine gewaltige Transformation dessen, was unter dem Namen „Karate“ figuriert. Karate wird ein populärer Sport, wohl auch Zuschauersport werden. Dieses Karate werde ich hinfort als „olympisches Karate“ oder „Sportkarate“ bezeichnen. Es hat seine eigene Berechtigung und ist in der Tat auch für den Zuschenden ein hinreißendes Spektakel. Die Ursprünge des Karate als waffenloser Selbstverteidigungskunst liegen mutmaßlich im Norden des chinesischen Festlandes. Wenn es einen Ort namhaft zu machen gilt, der als die Quelle des Karate gelten darf, wird man wohl einhellig auf einen Tempel verwiesen, den Shaolin-Tempel. Der ist zugleich der vermutlich berühmteste buddhistische Tempel der Welt. Diesen Status erwarb er dank der Hongkonger und Hollywood-Filmindustrie und Namen wie Jackie Chan, Bruce Lee oder David Carradine. Die waren es auch, die in den 1960er Jahren die Kampfkunst des „Kung Fu“ im Westen bekannt machten und synchron einen ungeahnten Boom des Karate auslösten, das zu dieser Zeit gerade in den USA und Europa Fuss zu fassen suchte. Fragt man ältere Karate-Adepten (wie mich), werden die meisten einräumen, dass die Kung Fu-Filme ein Faktor waren, der sie auf den Karate-Weg gebracht oder entsprechende Begeisterung ausgelöst hatte. Damit hing dem Karate ein esoterisches Flair an, das durch das – spätestens dank der Hippies Ende der 1960er Jahre – erwachte Interesse an fernöstlichen Meditationsmethoden nur noch verstärkt worden war.

Die Gründung des Shaolin-Klosters wird einem Zen-Mönch, dem Bodhidharma, zugeschrieben. Er kann als Archetyp des Kriegermönches gelten. Dass Karate eine kriegerische Disziplin ist, versteht sich aus der Sache selbst. Und die Shaolin-Mönche nach Bodhidharma waren durchwegs Kriegermönche, die auch für martialische Auseinandersetzungen angeheuert worden waren.<sup>2</sup> Stelen erinnern daran, dass Shaolin-Mönche schon in der Tang-Zeit (618-907) in militärischen Operationen involviert waren. Im späten Mittelalter wurden sie gegen die Piraterie eingesetzt und in der Ming-Zeit (1368-1644) war das Shaolin-Kloster berühmt für sein militärisches Training, vorab dem Stockfechten, dann dem Faustkampf (*quan* 拳).

---

1 Dieser Essay ist eine Nachlese zum vom Autor in der OAG Tokyo am 13. Juni 2018 gehaltenen Vortrag: „Aus Okinawa nach Olympia: Geschichte und Zukunft des Karate-dō“; *dōjō* 道場 = Übungsstätte.

2 Ausführlich dokumentiert in Shahar 2001.

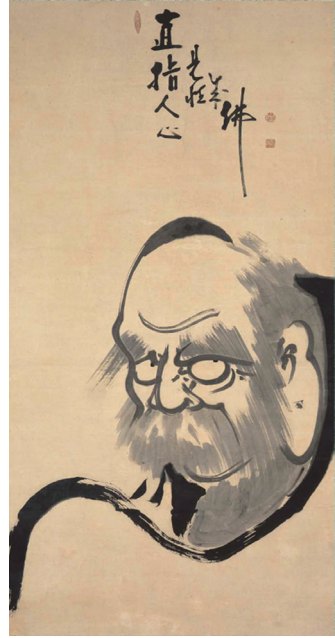
Hier ergibt sich naturgemäß die Frage, wie und ob die Hingabe an eine spirituelle Praxis (Meditation) mit der Ausübung von Gewalt kompatibel ist. Die grundlegende Frage wird vielmehr wohl die sein: wie ist überhaupt das dem Menschen (zumal dem männlichen) innewohnende Gewaltpotential zu disziplinieren und zu zähmen? Sind Kampfkünste (dazu zähle ich nicht nur die fernöstlichen) nicht gerade dafür konzipiert worden, Gewalt nicht nur zu domestizieren, sondern letztendlich zu eliminieren? Der Mönch lässt den Krieger hinter sich. Der Mönch verweist ja darauf, dass einer geistigen Schulung nachgegangen wird. Genau dieser Aspekt wird uns hier beschäftigen, da er durch die „Versportung“ des Karate zu einem Epiphänomen oder einer Nebensache herabgewürdigt wird.

Der Wandel, dem gegenwärtig das Karate durch seine Versportlichung und Athletisierung unterworfen ist, ist mitnichten die erste oder einzige tiefgreifende Metamorphose. Ich möchte fünf große Phasen der Verwandlung unterscheiden. Die erste zeigt sich auf dem Weg vom Festland auf die Inseln von Okinawa, wo die chinesischen Kampfkünste mit einheimischen Elementen amalgamiert und zu einer potentiell tödlichen Selbstverteidigungskunst hochentwickelt wurden. Die nächste große Umgestaltung geschah Anfang des 20. Jahrhunderts, als Karate noch auf Okinawa aus der hermetischen Meister-Schüler-Initiation an die Öffentlichkeit und in den Schulunterricht (Gruppentraining) eingeführt wurde. In dieser simplifizierten und kastrierten, nämlich unschädlich gemachten Form wurde das Karate auf den japanischen Hauptinseln eingeführt. Dies geschah in den 1920er und 1930er Jahren in einem militaristisch-ultranationalistischen Klima, das dafür sorgte, dass Karate gründlich und unauslöschlich „japanisiert“ wurde (Phase drei). Mit dem Weg in die Welt nach dem 2. WK nahm die Wettkampforientierung und Versportlichung ihren Anfang. Diese Internationalisierung (Phase vier) kulminiert jetzt im Einzug in die olympische Arena (Phase fünf). Bei diesen Metamorphosen wurde jeweils etwas gewonnen, jedoch ging jeweils auch etwas verloren. Wünschenswert wäre ein Erinnerungsunterfangen im Sinne der Hegel'schen „Aufhebung“: obwohl die jeweils neue Phase die vorhergehende überschreitet, soll diese „aufgehoben“ bleiben im Sinne von „aufbewahren“ und „integrieren“. Damit erhielten wir dank der historischen Perspektive einen holistischen Blick auf das, was Karate alles bieten kann. Mit der Versportung, so befürchte ich, wird ein Tunnelblick eingeübt, der allzu viele und wertvolle Aspekte des Karate ausblendet. Hier möchte ich zu einer Sehkorrektur verhelfen, um Karate als das bewahrt zu wissen, was es sein kann: eine Kunst, Kampftechnik, Selbstverteidigung, Gesundheitsmethode, Geistesdisziplin, Charakterschule, Lebensbereicherung, ein lohnendes Forschungsgebiet, ein Sport und gerne noch einiges mehr.

### **Bodhidharma**

In vielen Trainingsstätten (*dōjō* = 道場) des Karate findet sich ein Porträt des Bodhidharma, des ersten Patriarchen des Zen-Buddhismus in China. Unverkennbare Charakteristika der Darstellung sind sein wildwüchsiger Bart, buschige Augenbrauen,

Körperbehaarung, Mönchsrobe, zuweilen ein Ohr-ring und stets ein geistesfunkensprühender Blick aus übergroßen Augen. Wie in der Ikonenmalerei sind diese Attribute unabdingbar und machen den Bodhidharma sofort identifizierbar. In Japan hat sich in der Zen-Malerei ein eigenes Subgenre herausgebildet, das *daruma-e* (達磨絵) oder *daruma-zu* (達磨図) heißt, demgemäß Bodhidharma-Bilder bezeichnet. Berühmt ist ein verita-bler Zyklus von Bodhidharma-Tuschbildern von Hakuin (白隠, 1685-1768), eines ihm ebenbürtigen exzentrischen Zen-Mönches der japanischen Rin-zai-Schule. Die oben angeführten Merkmale sollen das Fremdländische der Person Bodhidharma betonen, der nach überwiegender Ansicht aus Südindien stammt. Einige chinesische Quellen sprechen von Persien, das dürfte aber lediglich als Chiffre stehen für: Ausland.



*Daruma-zu von Hakuin, Manshō-ji*

Im Sinne einer Dekonstruktion ist auch am Mythos Bodhidharma berechtigterweise gerüttelt worden. Ich möchte hier eine Bestandaufnahme und Re-Evaluierung versuchen. Um Bodhidharma haben sich viele Legenden gesponnen, wie dies ja allgemein bei Heiligen oder religiösen Virtuosen der Fall ist. Vorerst möchte ich die Lebenslinien nachzeichnen, die sich aus dem über Jahrhunderte zur Person Bodhidharma Überlieferten ablesen lassen. Es darf begründet angenommen werden, dass es sich bei Bodhidharma um eine historische Persönlichkeit handelt. Freilich wurde die durch die Verehrung und Verklärung in einer Weise überhöht, dass sie überlebensgroß dargestellt wird. Die jüngere (zen-)buddhologische Forschung greift auf Quellen zurück, die ein oder zwei Jahrzehnte nach Bodhidharma's Tod entstanden und auf viele andere fortgesetzte „Berichte über eminente Mönche“, wie eine Schrift heißt, die ein Jahrhundert später erschienen ist.<sup>3</sup> Auf alle Fälle ist er ein „virtueller Fokus“, Zentralfigur und Projektionsobjekt in Sachen Zen. Er gilt als der 28. indische und 1. chinesische Zen-Patriarch und damit als der Mönch, der das Erweckungserlebnis des Buddha Shakyamuni in direkter Linie weitertrug. In China führte er eine neue Form der Meditation ein, aus der sich, daran darf erinnert werden, der Name „Zen“ ableitet. Es wurzelt in der yogischen Praxis des *dhyaṇa*, das auch in den Yoga-Sutren des Patanjali als siebte Stufe der Yoga-Schulung anempfohlen wird. Dieses Sanskritwort bedeutet „Kontemplation,

3 Näheres in ZDH 1985: 831-2, als diskutierte Lebensdaten werden dort genannt: 346-??? oder: 495-528 bzw. 495-536.

tiefe Meditation“ und wurde im Chinesischen mit den Zeichen 禪那 (chines. Lesung: *chan'na*) transkribiert. In der Verkürzung auf das erste Zeichen wird es auf Japanisch „Zen“ gelesen (simplifiziertes Schriftzeichen: 禪) und das gab der ganzen Schule ihren Namen. Bei Bodhidharma, der als Gründergestalt des in Blüte kommenden chinesischen Zen gilt, dürfte man daran interessiert gewesen sein, über ihn „den Ursprung der Bewegung in helles Strahlenlicht zu rücken.“<sup>4</sup>

In ähnlicher Absicht wird Bodhidharma (fälschlicherweise) als der Gründer des Shaolin-Tempels (少林寺 jap. Lesung: *Shōrinji*) angesehen. Mit ihm als Galionsfigur wird der Tempel mit Prestige und Glorie sanktifiziert. Der Tempel befindet sich am Fuße des Berges Song (jap. Sū 嵩 etwa 1500m hoch) und wurde Ende des 5. Jh. von einem in Indien geborenen Mönch (chines. Batuo 跋陀 oder Fotuo 佛陀) gegründet. Er steht im Zentrum von fünf heiligen Bergen. Schon im 3. Jh. gab es dort ein buddhistisches Kloster, im 6. Jh. waren es sechs. Die Berge galten auch als beliebter Pilgerort daoistischer Adepten, sei es physisch oder geistig in der Meditation. Der Shaolin-Tempel wurde in der Provinz Henan, der größten Chinas, errichtet, knappe 50 Kilometer von der bedeutenden Stadt Luoyang entfernt. Unter der nördlichen Wei-Dynastie (386-534) war sie die Hauptstadt und unter deren Patronanz wurden dort um die tausend buddhistische Tempel gestiftet, deren Dächer mit ihrem goldenen Glanz die Augen betörten, wie es in zeitgenössischen Quellen heißt. Der Großteil von ihnen wurde mit dem Untergang der Wei zerstört. Nicht unweit blieben der Nachwelt hingegen die berühmten, monumentalen Steinbuddhafiguren erhalten, die in Longmen als Reliefs oder Statuen in und aus dem Fels gehauen worden waren. Im Shaolin-Tempel wurde eine Sutren-Übersetzungshalle gebaut, in der eminente indische Scholaren des 6. Jh. wie Ratnamurti und Bodhiruci wirkten.

In dieses Umfeld und geistig aufbereitete Klima kommt im Jahre 520 (oder 526/7) „der blauäugige Mönch aus der Fremde“ (碧眼の胡僧, jap.: *hekigan no kosō*), wie ein Beinamen des Bodhidharma lautete. Auch damit wird auf seine Herkunft aus fernen Ländern verwiesen. Mutmaßlich stammt Bodhidharma aus Kanchipuram, aus Südindien. Er soll der dritte Sohn eines Königs namens Sugandha aus der Dynastie der Pallava gewesen sein. Schon in jungen Jahren soll er durch den *dhyāna*-Meister Prajnatarā einer religiösen Schulung unterzogen worden sein. Den Entschluss, sich zur Verbreitung des Dharma auf Wanderschaft zu begeben, habe er aus eigenen Stücken gefasst. In China wurde er unter dem Namen Damo (達摩, jap. Daruma) bekannt. Im 5. Jh. und 6. Jh. waren zahlreiche buddhistische Wandermönche unterwegs, um die Lehre und bestimmte Meditationsmethoden zu verbreiten. Die dramatis personae des Daruma, wie sie uns in zahllosen Quellen vermittelt wird, kann als zusammengestückeltes Palimpsest aus Überlieferungen, die über mehrere religiöse Genies und Geistesheroen kursierten, gedacht werden. Was wir über Bodhidharma wissen, stammt aus dem Genre der hagiographischen Erzählung. Seine „Biographie“ besteht aus Geschichten, die das dürftige historische Material typologisch ausschmücken.

---

4 Dumoulin 1976: 45

Letztlich geht es aber um die Essenz, die via Bodhidharma tradiert wird. Besehen wir uns die aussagekräftigsten Legenden.

### Bodhidharma-Legenden

Da ist zum einen die Begegnung mit Kaiser Wu (jap. Butei 武帝) und der Dialog, der sich zwischen den beiden entspannt (oder der so rekonstruiert ist, dass das Wesen Bodhidharmas und seiner Lehre in nuce erhellt wird). Nachdem Bodhidharma nach langer Seefahrt im Jahre 527 in der Provinz Guangzhou landete, wurde er vom dortigen Gouverneur pompös empfangen. Seine Ankunft wurde dem Kaiser Wu weitergeleitet und er traf diesen 528 in Nanjing. Kaiser Wu sah sich als *chakravartin* („einer, der das Rad [der Lehre] dreht“, Herrscher) im Sinne des indischen Kaisers Ashoka (304-232 v. Chr.), legte mehrfach das Bodhisattwa-Gelübde ab und widmete sich buddhistischen Studien und Übungen. Er ließ buddhistische Tempel und Monumente errichten, lebte zeitweise strikt vegetarisch und schickte die meisten seiner Konkubinen zu ihren Familien zurück. Bodhidharma hat nun die Chuzpe, dem Kaiser ins Gesicht zu sagen, dass alle „Verdienste“ wie Tempel stiften, Sutren abschreiben und Mönche weihen lassen, Schall und Rauch und keine Spur von Verdienst darstellen. Das wahre Verdienst, gab Bodhidharma auf die entsprechende Nachfrage kund, sei nicht auf materielle Weise erlangbar, sondern bestehe in reiner Weisheit, deren Wesen hingegen die Leere sei. „Was ist das erste Prinzip der heiligen Wahrheit?“ frug Kaiser Wu weiter. Bodhidharma entgegnete: „Nichts von heilig, offene Weite!“ Als Kaiser Wu wissen will, wer ihm da Rede und Antwort stand, gab Bodhidharma zurück: „Weiß es nicht!“

Dieses Zwiegespräch atmet ganz den Geist des Zen. Abrupte Abschmetterungen, absurde Paradoxe, irrwitziger Widersinn, ordinäres Vor-den-Kopf-Stoßen, Schweigen mit gestischer Theatralik, körperliche Züchtigung und wie oben furchtloses jeglicher Autorität die Stirne bieten gehören in das Repertoire der Meister-Schüler-Interaktionen in der Geschichte des Zen. Wie einer der ersten Pioniere des Zen im Westen, Fritz Hungerleider, trefflich notiert: „Das befreiende Lachen zu besitzen und es vermitteln können, ist eine besondere Gabe. Es ist mir keine religiöse Form der Menschheit bekannt, die das Zwerchfell mehr strapaziert als das Zen.“<sup>5</sup>

Beispiele dafür gibt es zuhauf, ich möchte hier illustrativ nur eine kleine Episode aus Leben und Lehren des Bodhidharma-Portraitisten Hakuin anführen: „Dann war da noch die alte Frau in Hara, die Hakuin in einer Lehrrede sagen hörte: ‚Euer Geist ist das Reine Land und euer Körper ist der des Amida-Buddha!‘ Diese Aussage diente ihr als *kōan*<sup>6</sup> und eines Morgens erlebte sie den Durchbruch (= *kenshō* 見性: Verwirklichung,

5 Hungerleider 1976: 52

6 *kōan* (公案 jap. eigentlich: „öffentlicher Aushang“) sind überlieferte Anekdoten, Aussprüche von Zen-Meistern oder ein Frage-Antwort-Schlagabtausch zwischen Meister und Adeptem mit häufig irrationalem oder skurrilem Inhalt. Sie werden Zen-Übenden seit dem 10. Jh. als Schulaufgabe gestellt. Die Suche nach einer „Lösung“ von *kōan* jenseits des dualistisch-rationalen Denkens in einem intuitiven Sprung in ein „Überbewusstsein“ spielt vor allem

„Erleuchtung“) während sie nach ihrem Frühstück beim Aufräumen war. Sie eilte zum Tempel, in dem Hakuin weilte und verkündete ihm: ‚Amida hat meinen Körper verschlungen! Das Universum strahlt! Wie herrlich, wahrlich!‘ ‚Unsinn‘, gab Hakuin zurück, ‚leuchtet es auch dein Arschloch aus?‘ Die fragile Alte versetzte dem großen Hakuin einen Stoß und rief: ‚Was weißt denn du schon von Erleuchtung?‘ Dann brüllten die beiden vor Lachen.“<sup>7</sup>.

Eine für die Zen-Praxis ausschlaggebende Legende besagt, dass Bodhidharma neun Jahre lang vor einer Wand gesessen und meditiert habe. Reines Sitzen (*tanza* 單座), „ohne Sutren oder Schriften zu lesen oder sich vor Buddha-Statuen zu verbeugen“<sup>8</sup>, spricht: rituelle Handlungen auszuführen. Der Terminus auf Jap. lautet: 面壁九年 (*menpeki kunen*). *Menpeki* = „einer Wand gegenüber sitzen“ ist im Japanischen zu einem Synonym für das Sitzen im Stile des Zen (*zazen* 座禪) geworden und die Praktizierenden in der Sōtō-Schule sitzen in der Tat mit dem einer Wand zugewandten Angesicht in Meditation. *Menpeki*, das Zur-Mauer-gewendet-Sein, wird auch so interpretiert, dass der Geist mauergleich gegen die Außenwelt abgeschottet wird und so an nichts mehr anhaftet, was sich dort abspielt. Die Stelle, an der Bodhidharma gesessen haben soll, wird heutzutage Touristen, die den Shaolintempel besuchen, gezeigt. Ob er tatsächlich dort in kontemplativer Versenkung gesessen hat, ist historisch schwer belegbar. Dass es de facto so gewesen sein könnte, meint ein amerikanischer Bodhidharma-Forscher, aber vermutlich in der Zeit zwischen 475 bis 494, also bevor der Shaolin-Tempel offiziell gegründet worden war.<sup>9</sup>

Eine reizvolle, gleichfalls realitätsferne Anekdote bringt Bodhidharma mit dem im Zen-Buddhismus betriebenen Teekult in Verbindung. Während seiner langen Sitzmeditation drohte er immer wieder von Schläfrigkeit übermannt zu werden, weshalb er sich in einem impulsiven Ausbruch die Augenlider ausriß und an die Mauer schleuderte. Das Pflänzlein, das darob erwuchs, erwies sich in Form von Tee als müdigkeitsvertreibend. Die Teepflanze wurde in Japan von buddhistischen Mönchen erstmals Anfang des 9. Jh. und dann notabene von Eisai/Yōsai (榮西 1141-1215), dem Begründer der Rinzaï-Schule aus China überbracht.

In Japan ist Bodhidharma zum Maskottchen und Kinderspielzeug verkommen. Meist aus Holz gefertigt in ovaler Form und Stehaufmännchenmanier zeigt er auch da seine unverwechselbaren Attribute: purpurrote Robe, wilder Bart und grimmiger Blick. Dass er keine Beine hat, soll darauf zurückgehen, dass diese aufgrund des langen Sitzens vor der Mauer atrophiert und abgefallen seien. Seine religionsheroische Tat hat

---

in der Rinzaï-Schule eine gewichtige Rolle. Hakuin gilt in ihr auch als Reformers der *kōan*-Praxis.

7 Paraphrasiert nach: Stevens 1999: 84; alle Übersetzungen aus dem Englischen oder Japanischen von Wolfgang Herbert.

8 ZDH 1985: 1221

9 Ferguson 2012: 282, Foto der Höhle: 281

somit in dieser Puppenform seine Spuren hinterlassen, obgleich das den meisten Japanern nicht mehr bewusst ist.

Unter den Legenden, die über Bodhidharma kursierten, gibt es zwei, die ikonographisch Spuren gelegt haben: Bodhidharma auf einem Schilfrohr (jap. 芦葉達磨 Royo Daruma) und Bodhidharma mit einem Schuh (jap. 隻履達磨 Sekiri Daruma). Erstere beliebte Darstellung geht darauf zurück, dass berichtet wurde, Bodhidharma sei auf dem Yangtse-Strom gesehen worden, den er auf einem Schilfrohr „surftend“ überquert haben soll. Die andere Legende spielt nach seinem Ableben: ein chinesischer Abgesandter des Hofes soll Bodhidharma getroffen haben, als dieser barfuß dahinwanderte, wobei er in einer Hand einen einzelnen Schuh trug. Auf Nachfrage des Diplomaten erklärte Bodhidharma, er befände sich gerade auf der Rückkehr in seine Heimat Indien. Der Gesandte erzählte diese Episode, als er wieder in China war und prompt wurde das Grab des Bodhidharma geöffnet. In ihm befand sich nichts außer dem einen anderen Schuh. Der auf dem Schilfrohr wellenreitende und der einen Schuh tragende Bodhidharma wurden ein beliebtes Bildmotiv in China und später in Japan. Er reiht sich da in die Riege der exzentrischen Weisen und heiligen Narren ein.<sup>10</sup> Darüberhinaus wird damit symbolisch dargestellt, dass er Zeit und Raum enthoben letztlich als Personifikation des ewigen Buddhadharmas gelten darf.

Eine weitere oft auch bildlich dargestellte Erzählung dreht sich um seinen Schüler Hui-k'o (慧可 jap. Eka, 487-593). Er wird gerne dargestellt, wie er im Schnee sitzend, seine abgeschlagene Hand dem zur Wand gewandten Bodhidharma darreicht. Eine Nacht solle er ausgeharrt haben, nachdem er nicht zu Bodhidharma vorgelassen worden war. Er bat um Schülerschaft und soll schließlich mit oben beschriebener drastischer Geste seine Ernsthaftigkeit und Entschlossenheit unterstrichen haben. Ein früher Chronist aus dem 7. Jh. berichtet, die Hand sei ihm von Räubern abgehauen worden. Wir dürfen diese Geschichte gerne rein allegorisch verstehen, im Sinne dessen, dass der Weg des Zen und des Zen-Adepten volle Hingabe und Opferbereitschaft fordert.

Einer Legende zufolge, soll Bodhidharma nach neun Jahren im Shaolin-Kloster wieder nach Indien zurückgekehrt sein. Zuvor rief er seine Schüler zu sich, „um ihre Verwirklichung seiner Lehre zu prüfen. Der erste Schüler, den er fragte, sagte: ‚Wie ich es verstehe, sollten wir, wenn wir die Wahrheit verwirklichen wollen, uns weder ganz auf Worte verlassen, noch sollten wir die Worte ganz abtun; wir sollten sie vielmehr als ein Werkzeug auf dem Weg benutzen.‘ Bodhidharma antwortete ihm: ‚Du hast meine Haut erfasst.‘ Als nächstes trat eine Nonne vor und sagte: ‚Wie ich es verstehe, ist die Wahrheit wie eine glückverheißende Schau des Buddha-Paradieses; man sieht sie einmal und dann nie wieder.‘ Ihr antwortete Bodhidharma: ‚Du hast mein Fleisch erfasst.‘ Der nächste Schüler sagte: ‚Die vier Großen Elemente sind leer und die fünf Skandhas (= Daseinsfaktoren, W. H.) sind nicht-existent. Es gibt, in der Tat nichts, das zu erfassen

---

10 Shahar 2008: 14-5

wäre.‘ Hierauf entgegnete Bodhidharma: ‚Du hast meine Knochen erfasst.‘ Schließlich war Hui-k’o an der Reihe. Er sagte jedoch nichts, sondern verbeugte sich nur schweigend vor dem Meister. Ihm sagte Bodhidharma: ‚Du hast mein Mark erfasst.‘<sup>11</sup>

Auch dieser Dialog gehört zu den Überlieferungen, die in typologischer Form die Lehre des Zen erläutern. Er ist auch eine Anspielung auf eine Erzählung, die als Gründerlegende des Zen gelten darf. Es geht um die „Blumenpredigt“ des Buddha Shakyamuni am Geierberg. Buddha hielt vor seiner versammelten Schülerschar eine weiße Blume in der Hand, die er wortlos betrachtete. Seine Adepten wussten nicht so recht, was da geschah, nur der asketische Mahākāshyapa zeigte den Anflug eines Lächeln. Er hatte damit bekundet, dass er die Essenz der Lehre seines Meisters intuitiv erfasst hatte. Damit begann die Übertragungslinie des Zen. Im Japanischen heißt diese Episode prägnant *nenge mishō* (拈華微笑): „Beim Hochheben einer Blume, verhaltenes Lächeln“.

Eine konzise Charakterisierung des Wesens des Zen in poetisch verdichteter Form lautet:

教外別伝	<i>kyōge betsuden</i>	eine besondere Überlieferung außerhalb der Schriften
不立文字	<i>furyū monji</i>	unabhängig von Wort und Schriftzeichen
直指人心	<i>jikishi ninshin</i>	zeigt direkt auf das Herz des Menschen
見性成佛	<i>kenshō jōbutsu</i>	durch die Schau ins eigene Selbst wird man ein Buddha

Auch diese klassisch mit vier Zeichen formulierten Zeilen werden dem Bodhidharma zugeschrieben. Sie verweisen darauf, dass die direkte Erfahrung mehr zählt als verbale Unterweisung oder kanonische Schriften. Seit Mahākāshyapa, so will es der Zen, wurde die eigentliche Lehre wortlos von Meister zu Schüler und in ununterbrochener Folge weitergegeben. Bodhidharma gilt daher als der 28. Meister in direkter Linie, die bis zum Buddha Shakyamuni zurückverfolgbar ist. In japanischen Zen-Klöstern werden die Namen aus dieser Meisterlinie, die bis in die Gegenwart reicht, zu bestimmten Anlässen rezitiert. Die wortlose Übertragung und Erfassung der Lehre wird im Japanischen *ishin denshin* (以心伝心) genannt. Das bedeutet in etwa „von Herz zu Herz“, im weiteren Sinne intuitives, quasi telepathisches Verständnis und Verstehen. Diese Art Initiation und dieses unmittelbare Ins-Bewusstsein-Dringen spielt auch in den Kampfkünsten eine gewisse Rolle, zumal in der traditionellen Art der Unterweisung, in der wenig erklärt wurde. Es ging darum, genau hinzusehen, was der Meister macht, dann dies nachzuahmen und unablässig zu üben und zu wiederholen, bis die Bewegungen in Fleisch und Blut übergegangen waren. Es heisst dabei stets, dass das Wesentliche nicht verbal mitgeteilt und weitergegeben werden kann, sondern vielmehr mit einem Ruck ganzheitlich erfasst und absorbiert werden soll. Banal spräche man womöglich von einem Aha-Erlebnis oder dass einem „die Schuppen von den Augen fielen“, spirituell pompös womöglich von einem Erweckungs- oder Erleuchtungsvorgang. Zen und die Kampfkünste sind eher viszerale als zerebrale Disziplinen.

11 Fischer-Schreiber 1986: 44



Zurück zum wortlosen Einvernehmen zwischen Bodhidharma und Huik'o und des letzteren Einweihung bzw. Einreihung in die Meisternachfolge. Anfang des 17. Jahrhunderts wurde eine Schrift verfasst, die der Systematisierung von Gymnastik-, Atem- und Meditationstechniken gewidmet war. Sie bekam den Titel „Klassisches Werk über die Reinigung des Marks“ (*Xisui jing* 洗髓經, Jap. *Senzuikyō*). Dieses „Mark“ nun wurde mit demselben Zeichen geschrieben wie das „Mark“ in der Antwort des Bodhidharma auf das wissende Schweigen des Hui-k'o. Nun wurde in einer gewagten Rückprojektion und um der Schrift Gewicht und Ehrwürdigkeit zu verleihen, deren Autorschaft dem Bodhidharma zugeschrieben. Dieser soll sie seinem ausgewählten Schüler anvertraut haben. Über ein Millennium soll sie geheim tradiert und nun wieder aufgetaucht sein.<sup>12</sup> Um etwa dieselbe Zeit wurde ein weiteres Werk kompiliert, das den Titel „Klassisches Werk zur Transformation der Sehnen und Muskeln“ (*Yijing jing* 易筋經, jap. *Ekikinkyō*) erhielt. Es erfreute sich großer Beliebtheit und zirkulierte in verschiedenen Ausgaben, darunter auch solchen mit gefälschten Vorwörtern. Ein solches Vorwort sollte angeblich aus der Feder des berühmten Generals Li Jing (571-649) stammen, in dem nicht nur der Dialog zwischen Hui-ko' mit dem Hinweis auf den Markreinigungsklassiker angeführt wird, sondern ausführlich dargelegt wird, dass auch das vorliegende Werk von Bodhidharma stamme. Es soll just in jener Mauer gefunden worden sein, vor der Bodhidharma neun Jahre lang gesessen haben soll. Die Mauer sei durch Witterungsunbilden beschädigt worden und als die Mönche sich daran machten, sie zu restaurieren, hätten diese das „Klassische Werk zur Transformation der Sehnen und Muskeln“ gefunden. In der Tat handelt sich dabei um das erste bekannte Manual, das den alten Gymnastikübungen des *daoyin* (導引) eine Interpretation im Sinne einer Kampfkunst verleiht. Therapeutische, religiös-spirituelle und martialische Aspekte werden hier so miteinander verbunden, wie es fortan in der Praxis der waffenlosen Kampfkünste, notabene Kung Fu und Taijiquan, üblich wurde. Obgleich das Werk außerhalb der Klostermauern verfasst worden war, wurde es durch die Autorenzuweisung an Bodhidharma zur Grundlage der Legende, dass dieser die Kampftechniken der Shaolin-Mönche ausgedacht und entwickelt hatte.<sup>13</sup>

### **Bodhidharma und die Kampfkünste**

Kann man Bodhidharma plausibel mit dem Shaolin-Kung Fu und damit mit dem Karate in Verbindung bringen? Bei gutem Willen und mit einem Beipackzettel an historischen Differenzierungen durchaus. Wie eingangs erwähnt, wird Bodhidharma gerne auch mit Ohrringen dargestellt. Die sollen auf seine brahmanische Herkunft verweisen. Er wurde auch der „wandanstarrende Brahmane“ genannt. Dabei handelt es sich ziemlich sicher um ein Missverständnis. Die Brahmanen waren zu seiner Zeit noch nicht die führende und dominante Kaste. Er stammt aus der Kaste der Kshatriya, der Krieger, die damals die politische Macht innehatten (das gilt übrigens auch für den Buddha

<sup>12</sup> Cf. Shahar 2008: 14

<sup>13</sup> Cf. Shahar 2008: 165f.

Shakyamuni). In Südindien, wo Bodhidharma aufwuchs, gab es seit altersher zwei indigene Kampfkünste, die heute noch gepflegt werden: *vajramushti* und *kalarippayat*<sup>14</sup>.

*Vajramushti* bedeutet eine „geballte Faust, die steinhart ist“. In dieser waffenlosen Kampfkunst wurden auch die Knöchel abgehärtet ganz ähnlich den Konditionierungsmethoden in vielen Karateschulen in Okinawa. *Kalarippayat* wird heute vornehmlich im Staat Kerala praktiziert und blickt auf eine Geschichte von über 5.000 Jahren zurück. Es kennt tiefe Stellungen, hohe Fußtritte, Sprünge und Fußfegetechniken. Manche Bewegungen lassen vermuten, dass sie durch die Beobachtung und Imitation von Tieren in dieses Kampfsystem geraten sind. Atemübungen (sanskrit. *prānāyāma*) spielen analog zum Yoga eine wichtige Rolle. Es darf begründet angenommen werden, dass Bodhidharma als Teil seiner Ausbildung als Kshatriya Kampfkünste erlernt hat. Im Shaolin-Kloster soll er um die Gesundheit seiner Mönche besorgt gewesen sein, da diese durch das viele und lange Sitzen in der Meditation nicht unbedingt gefördert wurde. Um ihnen Bewegung zu verschaffen, soll er ein Gymnastikprogramm entwickelt haben. Dieses, so wird angenommen, beruhte auf den oben angeführten indischen Kampfkünsten und yogischen Elementen. Ein Karate-Historiker spekuliert, dass es sich um die Urformen dessen gehandelt haben mag, was wir heute als *Kata* verstehen und praktizieren. Bodhidharma soll Kampftechniken, die bis dahin meist zu zweit in Partnerarbeit geübt worden waren, isoliert und so arrangiert haben, dass sie alleine ausgeführt werden konnten. Das ergab sich aus dem Umstand, dass die Mönche oft alleine auf Wander- oder Pilgerschaft waren und somit ihre Gesundheitsgymnastik für sich selbst weiter betreiben konnten. Den zweiten Grund sieht er darin, dass die vielen Techniken, die zirkulierten, per *Kata* in eine mnemotechnische Form gegossen wurden und somit besser memoriert und in Erinnerung behalten werden konnten<sup>15</sup>.

Traditionell wird Bodhidharma zugeschrieben, die sogenannten 18-Arhat Hände (十八羅漢手, jap. *Jūhachi Rakanshu*) entwickelt zu haben. Der Arhat (chines. *Luohan*, jap. 羅漢 *rakan*) war das urbuddhistische Ideal des ausschließlich am Erweckungslebens des Buddha orientierten Adepten, der es mit der Befreiung aus dem Kreislauf der Wiedergeburten ernst meinte und diese durch Meditation und mäßige Askese konsequent anstrebte. Meist wird von 500 devoten Buddhaschülern berichtet, die als Arhats den Status des Befreiten und der Buddhaschaft erlangt haben sollen. In Indien und Japan werden 16 Arhats bevorzugt verehrt und dargestellt, in China sind es 18. Von daher dürfte die Zahl der Übungen stammen, die Bodhidharma seinen Mönchen zur physischen Ertüchtigung verschrieb. Die ersten acht Übungen korrespondieren zu den im Qigong (jap. 気功 *kikō*) geübten „Acht Stücken Brokat“ (jap. 八段錦 *hachidankin*). Das sind gesundheitshygienische Streck- und Dehnungsübungen, die atemtechnisch unterstützt den inneren Energiefluss regulieren. Einflüsse aus dem indischen Yoga, das Bodhidharma bis zu einem gewissen Grade bekannt gewesen sein dürfte, sind nicht

14 Dazu: Haines 1995: 25-7

15 Tamano 2013: 98

auszuschließen. Die 18 Arhat-Übungen dürften in erster Linie als physiotherapeutische Kurdisziplin und nicht als Kampfmethode konzipiert gewesen sein. Später sollen andere Mönche das Übungsrepertoire auf über 170 Techniken erweitert und kampftechnisch einsatzfähig gemacht haben. Jedenfalls handelt es sich um den Grundstock einer der Shaolin Kung Fu-Traditionen.

### Daoistische „Gymnastik“ und die innere Energie (*ki*)

Lange vor Bodhidharma wurde in China unter den daoistischen Gelehrten eine Form von „Gymnastik“ gepflegt, die sich *daoyin* nannte (導引 jap. *dōin*). Wörtlich bedeutet das 導 = „führen, leiten, lenken“ und 引 = „ziehen, dehnen“. Die entsprechenden Exerzitionen dienten dazu, alte, verbrauchte Energie gegen neue zu tauschen und damit die Vitalenergie zu erhöhen. Sie galten als gute Präventionsmaßnahmen gegen Altern und Krankheit und auch als Heilmittel gegen akute wie chronische Leiden. Schon bei Zhuangzi (365-290 v. Chr.) werden diese Übungen erwähnt. Daneben gibt es eine Unzahl von Texten, die sich ausschließlich mit dem *daoyin* befassen. In einigen ist die Rede von „indisch-brahmanischen Massagetechniken“, die von buddhistischen Mönchen überbracht worden waren. Die eigentlichen Wurzeln dürften aber schamanischer Natur gewesen sein.<sup>16</sup> Zum einen gab es schamanische Tänze zur Sicherung des Regens. Sie dienten dazu, Verstopfungen und Stagnationen des inneren Energieflusses zu beseitigen und eine gesunde Zirkulation des *qi* (氣 jap. *ki*) sicherzustellen. Gemäß magischem Analogiedenken wurde damit auch das Strömen der Flüsse und des Regens reguliert.

Mit dem *ki* sind wir bei einem zentralen Element der daoistischen Lebenssicht gelandet. *Ki* bezeichnet eine feinstoffliche Energie, die das Universum (Makrokosmos) durchzieht und im Menschen (Mikrokosmos) die Vitalkraft und Essenz des Lebens bedeutet. Es ist eng mit dem Atem verbunden und damit geistesverwandt mit dem Konzept des *prāna* im Yoga. *Daoyin*-Übungen stehen stets im Zusammenhang mit Atemtechniken, die zur Regulierung des *ki*-Flusses eingesetzt werden. Obgleich Atemübungen und *ki*-Zirkulation isoliert praktiziert werden können, gelten ihr Zusammenklang als besonders förderlich. Wir müssen uns im Klaren sein, dass die gesamte chinesische Medizin und alle Kampfkünste auf der richtigen Manipulation des *ki* beruhen. Daher sind alle körperlichen Bewegungen nicht nur rein physisch, sondern stets mit der Mobilisation des *ki* verbunden. Auch Karate kann daher nur in diesem Bewusstsein in seinem vollem Umfang praktiziert werden. Nur weil im Internet okkult-esoterischer Unfug über das *ki* kursiert und Scharlatane in Videoclips obskure Fernwirkungen des *ki* „demonstrieren“, sollte man das Konzept nicht gleich in Bausch und Bogen verwerfen. Das würde wohl auch ein wenig eurozentrische Arroganz hineinspielen. Im chinesisch beeinflussten ostasiatischen Kulturraum ist *ki* alltagssprachlich und weltanschaulich eine Selbstverständlichkeit. Es beruht auf jahrtausendealter empirischer Beobachtung und ist völlig rational verstehbar.

---

<sup>16</sup> Zum *daoyin* und dem Folgenden: Despeux 1989

Andere schamanische Tänze wurden in exorzistischer Absicht aufgeführt, um böse Dämonen oder üble Energien auszutreiben, etwa solche, die Krankheiten verursachen. Schamanen waren ja immer auch Medizinmänner, die über ein genaues Wissen der Wirkung von Kräutern und Drogen Bescheid wussten. Wang Ziqiao, ein *daoyin*-Meister, mutmaßlich der frühen Han-Zeit (206 v. Chr. – 220 n. Chr.), soll seine Gymnastik mit Kranichtänzen verbunden haben. Die sind ursprünglich auf Stelzen ausgeführt worden. Der Kranich galt als Symbol der Macht über den Tod und wurde oft als Begleiter der Unsterblichen dargestellt. Hier eine Linie zum Boxstil des Weißen Kranichs zu ziehen, würde das innere Band, das die Kampfkünste miteinander verbindet, überstrapazieren. Im *daoyin* wurden aber auch andere Tierformen gepflegt, imitiert wurden z. B. der Drache, Tiger, die Schildkröte und Eule. Hier gibt es hingegen Anknüpfungspunkte zu verschiedenen Boxstilen, die auf der Nachahmung von Tierbewegungen beruhen. Die *daoyin*-Gymnastik war in der Han-Zeit gut etabliert. Es gibt auch detaillierte bildliche Darstellungen aus dieser Periode. Damit wurde sie kodiert und unverändert tradiert. Während der Tang-Zeit (618-907) war die Gymnastik offizieller Teil der Hofmedizin und diente sowohl der Prävention wie der Therapie. Schon im Mittelalter begannen daoistische Autoren gymnastische Techniken des *daoyin* dem Bodhidharma zuzuschreiben. Zweifelsohne hatte die Meditationsweise des Zen Einfluss auf daoistische Meditationsformen, zumal denen der sogenannten „inneren Alchemie“. Bodhidharma steht hier symbolisch für einen breiteren indischen Einfluss, auch wenn hier nicht mehr nachkonstruierbar ist, welche Elemente konkret eine Rolle spielten. In Tang-Texten ist von „brahmanischer Gymnastik“ oder „indischen Massagen“ die Rede, wohl eine Anspielung darauf, dass yogische Traditionen die chinesische Gymnastik mitgeprägt haben<sup>17</sup>.

Auch der eminente Religionswissenschaftler Eliade vermutet Einflüsse des Yoga auf den Daoismus. Die Kontrolle des Atems (*prāṇāyāma*) ist nach dem klassischen Text von *Patanjali* die zweite Stufe des Yoga. Im Daoismus gibt es eine Technik des embryonalen Atmens in Entsprechung einer „mystischen Physiologie“ gemäß der das Leben des Körpers verlängert werden soll. „Der Taoismus ähnelt darin dem Hatha-Yoga. China beschäftigt sich in erster Linie mit der Unsterblichkeit des materiellen Körpers, während Indien von der Idee der Erlangung der spirituellen Freiheit, der Verklärung und Vergöttlichung des Körpers besessen ist.“<sup>18</sup> Bei den Daoisten wurde die Erlangung des langen Lebens vorerst als Unsterblichkeit des Leibes selbst verstanden.

Zu den Lebensverlängerungsmethoden zählten Diäten, Fasten, bestimmte Sexualpraktiken, Massagen, Atemtechniken, Zirkulation des *qi/ki*, Visualisierungen und die Gymnastik. Letztere wurde gar nicht als so wichtig erachtet, diese Praktiken galten alle als komplementär und synergetisch wirksam. Die Daoisten betrieben eine ganze Alchemie mit Mineralien, Metallen (Quecksilber!), Drogen, Tinkturen und Elixiren, deren Ziel

---

17 Shahr 2008: 172

18 Eliade 1999: 73

die Unsterblichkeit war. (Ironischer Nebeneffekt oder Spin-off: die alchemistischen Experimente haben letztlich durch die zufällige [Er]Findung des Schießpulvers<sup>19</sup> die Sterblichkeit vehement erhöht.) Auch die Dosierung notabene des Quecksilbers oder Bleis hat zu „Kollateralschäden“ geführt, sodass die Alchemie zunehmend im Sinne meditativer Vorstellungsübungen nach „innen“ verlagert wurde. Das ist auch insofern nicht uninteressant, da derselbe Prozess bei der Gymnastik beobachtet werden konnte. Exzessive Bewegung galt als lebensverkürzend, sodass vornehmlich langsame Dehnungs- und Lockerungsübungen gemacht wurden. Selbstmassagen und extrem simple, gewissermaßen statische Übungen im Stehen, Sitzen und Liegen dienten dazu, das *ki* in Umlauf zu bringen. Unterstützt wurden sie durch den Atem mit dessen Hilfe gutes „neues“ *ki* hereingeholt und schlechtes „altes“ *ki* abgestoßen wurde. Nach und nach entwickelte sich daraus eine „innere Praxis“ des *ki*, bei der dessen Zirkulation mental gesteuert und durch bewusste Aufmerksamkeit gelenkt wurde. Wenn man hier noch von Gymnastik sprechen möchte, dann handelte es sich nach westlichem Verständnis um eine sehr faule Art unter möglicher Reduktion der Körperbewegungen. Der Leib wird entspannt und geschont, um dafür ein Optimum an Akkumulation innerer Energie zu erreichen. Das steht im Gegensatz zum Verständnis von Leibesübungen im Westen. Gymnastik wurde schon von den alten Griechen regelmäßig betrieben, nicht zuletzt von Philosophen wie Sokrates, Platon oder Pythagoras. Der hygienisch-gesundheitliche Aspekt wurde gesehen, stand aber hinter dem Gedanken der Anstrengung und Leistung. Die griechische Kultur wurde ja auch als eine agonale beschrieben, eine, die vom *agon*, dem Wettkampf, geradezu besessen war. Die olympischen „Spiele“ stehen exemplarisch dafür und das entsprechende Motto „schneller, höher, stärker.“ Es scheint, dass Karate durch seine Versportung gleichfalls diesem Imperativ unterworfen wurde. Das mag für junge Athleten attraktiv sein. Ich möchte dagegen im Hinblick auf seine Ursprünge immer wieder daran erinnern, dass es sich beim Karate um eine bedeutend umfassendere Körperkunst handelt. Für mich bedeutet das sachte formuliert, dass ein Karate, das den Aspekt der Regulierung des *ki* und die damit verbundenen philosophischen Überlegungen ausklammert, ein Karate ist, das sein Potential nicht ausschöpft.

Wem das Konzept des *ki* zu esoterisch ist, kann ohne die Annahme einer irgendwie substantiellen oder subtilen Energie auskommen. Es kann durch „Bewusstsein“ oder besser „Bewusstheit“ oder „Bewusstmachen“ ersetzt werden. Das deuten schon die alten chinesischen Schriften über die Zirkulierung des *ki* an. Die entsprechenden stehenden Formeln dafür lauten: „Das *ki* wird mit dem Geist/Denken gelenkt“ oder: „Wo das Denken/Bewusstsein ist, dort ist das *ki!*“<sup>20</sup> Dafür gibt es einen Ausdruck, der japanisch *inen* gelesen wird: 意念. Das 意 steht für Aufmerksamkeit und bewusste mentale Inhalte wie Ideen, Wille, Emotionen und Denken im allgemeinen. Es umfasst auch die

---

19 Gernet 1988: 265

20 Miura 1989: 337

Imagination und Vorstellungskraft. 念 bedeutet gleichfalls Gedanke, Gefühl, Idee, aber auch Sorge oder Wunsch. Das Zeichen für 念 wird im buddhistischen Kontext als Übersetzung des Ausdrucks *smṛti* (Sanskrit) bzw. *sati* (Pali) verwendet und bezeichnet somit „Achtsamkeit“. Im Englischen wird es mit *mindfulness* wiedergegeben und damit ist heute eine ganze Meditationsweise mitgemeint. 念 ist aus dieser Sicht etymologisch prägnant, denn es setzt sich aus den Zeichen 今 (jap. Lesung *ima* „Gegenwart, jetzt“) und 心 (jap. *kokoro* „Herz, Gefühl, Geist, Seele“) zusammen. Wenn mein Geist ganz im Hier und Jetzt ist, befindet er sich im Zustand der Achtsamkeit = 念. *Ki* wird mit *inen* gelenkt. Man könnte auch sagen *ki* = *inen*. Wir wissen aus der Psychologie, wie stark Vorstellungen auf unser Befinden und den Körper einwirken. *Inen* wird im Qigong als Terminus für das mentale Dirigieren des *ki* verwendet. Es gibt Qigong ohne Bewegung, also eine Form der Meditation, wobei diese Praxis *yigong* 意功 heißt. Das zweite Zeichen 功 ist dasselbe wie in Qigong und das erste ist das „i“ 意 aus *inen* also die willentliche Gedankenführung. Im Qigong wird *ki* imaginativ im Unterbauch (genau dem „unteren Zinnoberfeld“: 臍下丹田 jap. *seika tanden*) akkumuliert und von dort im ganzen Körper zirkuliert.

Der Begriff Qigong hat sich erst Anfang/Mitte 20. Jh. etabliert, ist aber schon in alten Schriften aus der Tang-Zeit zu finden. Qigong umfasst martialische und hygienische Praktiken. Als Gesundheitsmethode kann es in Form von Massagen am eigenen Körper oder an dem eines Patienten (Akupressur) appliziert werden. Als Heilgymnastik werden drei Formen unterschieden: bewusste Bewegungen wie im Taijiquan oder bei den Brokatübungen, bewegungslose Formen der Visualisation (*yigong*) und unwillkürliche Bewegungen wie im Tanz, der Trance oder bei fortgeschrittenen Taijiquan-Adepten, deren Körper spontanen Bewegungen folgen. In der martialischen Variante des Qigong wird das *ki* nach außen projiziert und in den Körper des Gegners oder dessen Vitalpunkte geschickt. Auch Taijiquan, das sich ja aus diversen Qigong-Stilen entwickelt hat, kann entsprechend angewendet werden.

In China werden äußere und innere Kampfkünste unterschieden. Zu den äußeren Stilen (外家拳 jap. *gaikaken* oder *gaiken* 外拳) gehören die Shaolin-Stilrichtungen. Repräsentativ für die inneren Stile (内家拳 jap. *naikaken* oder *naiken* 内拳) ist das Taijiquan<sup>21</sup>. Diese Einteilung geht bis ins 17. Jh. zurück, hat sich aber erst im 20. Jh. allgemein durchgesetzt. Bei den Shaolin-Kampfstilen werden wiederum eine nördliche und südliche Schule unterschieden, erstere zeichnet sich durch viele Beintechniken, letztere durch Konzentration auf Fausttechniken aus (auf Chines.: 南拳北腿, *nan quan bei tui*, es gibt gar einen Hongkong-Streifen aus dem Jahre 1976 mit diesem Titel, auf Englisch heißt er: „Secret Rivals“ und verweist auf zwei Protagonisten, Kung Fu-Enthusiasten, die aus dem Norden bzw. Süden stammen!). Die Shaolin-Richtungen haben einen buddhistischen Hintergrund (Shaolin-Tempel!), die inneren Kampfkünste sind vorwiegend daoistisch geprägt. Einer nicht allgemein akzeptierten These zufolge soll

21 Dazu: Yukawa 2017: 97ff.

die Zweiteilung der Kampfkünste auf die religiöse Praxis zurückgehen. Buddhistische „Profis“ verzichten auf die Welt und „gehen aus dem Haus“ (wörtlich für: 出家 *shukke* = „Mönch werden“) in die Hauslosigkeit, während nicht-zölibatäre Daoisten einen Hausstand erhalten (在家 *jaikai* = „im Haus sein“, in buddhistischem Kontext: „Laie“). Danach sei dann das „Innen“ und „Außen“ der Kampfstile bestimmt worden.

Äußere Kampfstile legen Wert auf Kraft und Schnelligkeit. Der Körper wird demgemäß „äußerlich“ trainiert, d. h. Muskel- und Schnellkraft werden gezielt entwickelt. Die inneren Stile hingegen charakterisieren geschmeidige, langsame und fließende Bewegungen. Sie legen insbesondere Augenmerk auf die Mobilisierung des *ki* durch Imagination und bewusste gedankliche Lenkung.

Nach chinesischem Verständnis verhalten sich die beiden Kampfstile im Sinne der Polarität des *Yin* (陰 z. B. Taijiquan) und *Yang* (陽 z. B. Shaolin Kung Fu/Karate) zueinander! Wie im *Yin-Yang*-Symbol jeweils mit einem konträrfarbigem Punkt angedeutet wird, enthalten beide Pole jeweils ein wenig des anderen. Das gilt freilich auch für die Kampfkünste. Hart (剛 *gō*) und weich (柔 *jū*), schnell und langsam, Anspannung und Entspannung spielen sowohl in den äußeren wie den inneren Stilen eine Rolle, wobei lediglich die Gewichtung eine andere ist. In China gilt es als ideal, beide Arten zu üben, da sie komplementär sind und synergetisch wirken. Sinnvoll ist es auch, mit zunehmendem Alter den Schwerpunkt der Übung auf die sanftere Seite der inneren Stile zu verlegen. Bei aller Dichotomisierung und allen Unterschieden möchte ich ganz im Sinne von Yokoyama Kazumasa<sup>22</sup> betonen, dass die Gemeinsamkeiten zu sehen, das Verständnis der Kampfkünste im gesamten vertieft. Das gilt sowohl für den Vergleich verschiedener „harter“ Karatestile wie auch übergreifend für die Inblicknahme von Kampfkünsten, die mit Waffen operieren. Die Prinzipien, die allen zu Grunde liegen, gilt es herauszudestillieren und womöglich in die Praxis einzubinden.

Auch wenn im Sportkarate wenig davon die Rede ist, bin ich der Auffassung, dass das *ki* und seine bewusste Einbindung in die Weise der Bewegung und Atmung ein verbindendes und unabdingliches Element aller als holistisch verstandenen asiatischen Kampfkünste darstellt. Persönlich habe ich das durch die Begegnung mit Kanazawa Hirokazu, einem herausragenden *Shōtōkan*-Stilisten, der aber auch lebenslang Taijiquan und Waffen wie Stock und *Nunchaku* praktizierte, zu verstehen gelernt. Meister Kanazawa legte zentrales Augenmerk sowohl auf das *ki* als auch auf eine korrekte Atmung. Karate ohne Kultivierung des *ki* ist Kickboxen.

Spannend ist, dass selbst in der japanischen Schwertkunst die Wichtigkeit des *ki* betont wird. Dies ging mit der zunehmenden „Spiritualisierung“ des Schwertfechtens in der Tokugawa-Zeit (1603-1878) einher. Nach der Landeseinigung herrschte zweieinhalb Jahrhunderte Frieden (abgesehen von Bauernaufständen), in dem die berufsmäßigen Krieger (Samurai) zunehmend ihre *raison d'être* reflektieren mussten. Ein Weg war,

---

22 Yokoyama 2008: 114

sich auf ihr Ethos zu konzentrieren und eine vorbildliche Lebensführung ins Spiel zu bringen. Die eigentlich tödliche Schwertkunst wurde in eine Geistes- und Persönlichkeitsschulung uminterpretiert. Ein Anspruch, auf den das Karate zurückgriff, als es die japanischen Hauptinseln erreicht hatte. Die Schriften *Tengu geijutsuron* („Abhandlung zur Kunst der Bergdämonen“ 1727) und *Neko no myōjutsu* („Die wundersame Kunst der Katze“ 1729) des Issai Chozan (1659-1741) sind allegorische Erzählungen, in denen die Bedeutung des *ki* und eines wachen, ausgeglichenen Geisteszustandes und einer auf nichts fixierten, frei flottierenden Geistesgegenwart elaboriert werden. In allen chinesischen Meditationsmethoden spielte seit altersher das Management des *ki* eine zentrale Rolle. Ein zur Ruhe gebrachter, affektfreier Geist, also ein von allem entleertes, reines Bewusstsein führte nach diesen zu einem unbehinderten und optimalen Kreislauf des *ki* durch Leib und Seele. Und das bringe Wohlbefinden, Stärkung der Lebenskraft, Einklang mit dem Universum und Einsicht in das wahre Selbst mit sich.<sup>23</sup> Meditation im Sitzen und Meditation (= ein stiller, klarer Geist) in Bewegung erzielten demnach dieselbe Wirkung. Das wusste auch der Fechtmeister Yagyū Munenori (1571-1646) und nahm gleichwohl Bezug auf das *ki* und wie es geistig gelenkt werden mag. Ein gesammelter Geist stimuliert *ki*, das den Unterbauch erfüllt und durch den Willen (志 *kokorozashi*, auch: „Absicht, Aufmerksamkeit“) nach außen projiziert wird. In diesem Sinne sei der Wille der Herr und das *ki* der Vasall.<sup>24</sup>

Eines der zuhöchst geachteten Handbücher zur Schwertfechtkunst war das *Heihō michi shirube* („Leitfaden der Kriegskunst“, 1834) des Schwertmeisters Shirai Tōru (1781-1843). Darin beruft er sich auf daoistische Atemtechniken, mit denen das *ki* im Unterbauch gesammelt und im Ausführen der Schwerttechniken eingesetzt werden kann. Bis ins moderne Kendō gelten die Konzepte des *ki* und des *tanden* als fundamentale Elemente.<sup>25</sup>

Henning Wittwer nennt als eine „Falschinformation“ über Karate: „Karate basiert auf uralten chinesischen Atemübungen und Ch'i-Training.“<sup>26</sup> Das ist entweder polemisch oder bewusst irreführend formuliert: wenn ich das Verb „basieren“ verwende, stimmt das zu einem gewissen Grade. Das heißt aber nicht, dass Atemtechniken und Training des *ki* keine Rolle spielen. Sie sind integraler Bestandteil des Karate. Das wusste Funakoshi Gichin wie auch sein Lehrer Itosu Ankō und alle anderen Pioniere des Karate in Japan. Itosu verweist in seinen 10 Artikeln zweimal (Art. 4 und 5) in klassischer Weise auf die Fokussierung des *ki* im Unterbauch (*tanden*).<sup>27</sup> Im von Miyagi Chōjun als „die Bibel des Karate“ bezeichneten *Bubishi* finden sich im Art. 1 und 4 klare Hinweise auf die Atmung, die 36 Vitalpunkte und die Entwicklung eines vigorosen *ki* bei richti-

23 Armstrong 2006: 292-3

24 Kamata und Shimizu 1984: 82-3

25 Bennett 2015: 66-8

26 Wittwer 2016b: 10

27 McCarthy 2008: 95



ger Übung und zwar in Balancierung von physischem und introspektiv-mentalem Training.<sup>28</sup> Auch in einem kommentierenden Teil verweist Patrick McCarthy darauf, dass die Übungsmethode in Form von *kata* nicht nur der Überlieferung der Geheimnisse der Selbstverteidigung diene, sondern gleichwertig therapeutische Ziele verfolgte. Und die werden durch die Koordination der Atmung, der Muskelkontraktion und –expansion und entsprechender Mobilisierung der inneren Energie des *ki* erreicht.<sup>29</sup>

### Karate und Religion

Als „Falschinformation“ firmiert für Wittwer auch: „Karate basiert auf buddhistischen Lehren, wie z. B. denen von Zen-Sekten.“<sup>30</sup> Auch hier wird die Aussage mit „basieren“ so zugespitzt, dass sie stimmig klingt. Karate mag nicht auf Zen „basieren“, das heißt aber nicht, dass es mit Zen nichts zu schaffen habe. Man kann sich hier auch nicht auf die Aussage von Itosu Ankō (1831-1915) berufen, der meint, dass Karate nicht vom „Konfuzianismus, Buddhismus und Taoismus“ herkomme.<sup>31</sup> Im Original heißt es 儒仏道, wobei 儒 *ju* für den Konfuzianismus und 仏 *butsu* für den Buddhismus stehen. Beim 道 *dō* ist es Interpretationssache, ob es den Taoismus benennen soll oder in der Kombination *butsudō* = „Weg des Buddha“ zu lesen wäre. McCarthy hält sich an letztere Variante, indem er nur den Konfuzianismus und Buddhismus aufzählt, ebenfalls eine Übersetzung ins Gegenwartsjapanische der Organisation „*Sekai Karatedō Kyōkai*“<sup>32</sup> und eine deutsche in der *Budopedia*.<sup>33</sup> Die Aussage von Itosu darf nicht als endgültiges Dogma gesehen werden, sondern sollte sorgfältig im historischen und ideologischen Kontext gelesen werden. Der respektive Satz dient quasi als Präambel in einer Schrift an das Unterrichtsministerium, mit der er dafür wirbt, den Karate-Unterricht in den Schulen zu etablieren. Dass dies als Auftakt im Artikel 1 seiner „Zehn Paragraphen“ steht, verweist darauf, mit welcher Vehemenz er den säkularen Charakter der von ihm beworbenen Leibesertüchtigung betonen will. Eine religiöse Färbung hätte seinem Kreuzzug für das Unterrichtsfach Karate nur geschadet. Gerade weil dem Karate der Ruh anhing, eine ursprünglich monastische und geistige Disziplin („Meditation in Bewegung“) zu sein, deponierte Itosu sein heftiges Dementi an den Kopf seiner Ausführungen, in denen er die physiotherapeutischen und körperstärkenden Aspekte hervorstrich. Derselbe Itosu preist das Karate auch als Beitrag für die Volksgesundheit und Dienst an der „militärischen Gesellschaft“ (軍人社会 *gunjin shakai*) an. Ironischerweise wurde das Karate-Training auf der Hauptinsel dann einer gründlichen „Militarisierung“ und Orientierung an soldatischem Drill und Dressur unterzogen.

28 McCarthy 2008: 99 u. 103

29 McCarthy 2008: 187

30 Wittwer 2016b: 10

31 Wittwer 2016a: 53

32 <https://wka.jp.net/archives/89>

33 [http://www.budopedia.de/wiki/Itosu\\_Yasutsune](http://www.budopedia.de/wiki/Itosu_Yasutsune)

Die Schreibweise von „Karate“ wurde stufenweise geändert. Schon 1905 taucht bei Meister Hanashiro Chōmo die Schreibart als „leere Hand“ (空手) auf. Funakoshi Gichin setzte sich seit Beginn der 1920er Jahre für diese Schreibweise ein. Die Arbeitsgemeinschaft für Karate an der Privatschule Keiō, einem Karate-Club als dessen Lehrer Funakoshi firmierte, verkündigte 1929 in ihrem Organ: „Um den bisherigen China-geruch zu beseitigen, verändern wir von diesem Schuljahr an ‘唐手’ entschieden zu ‘空手’. Die Leseweise ist gleich.“<sup>34</sup>

Der Itosu-Schüler Funakoshi Gichin nimmt in seinen Begründungen explizit auf die Metaphysik des Mahāyāna und zen-buddhistische Ideen Bezug. Wittwer beschreibt ausführlich, wie Schüler von Funakoshi einen Vortrag eines Zen-Abtes über das Herz-sutra (siehe unten) gehört hatten und davon inspiriert für das neue Schriftzeichen „leer“ plädierten. In der Interpretation des „kara“ (空 sinojap. Lesung: *kū*) bezieht sich Funakoshi wie auch Mabuni Kenwa auf den Kernsatz des Herz-sutra (jap. *Hannya shingyō* 般若心經): „Leere ist Form, Form ist Leere“ (*shiki zoku ze kū, kū zoku ze shiki* 色即是空 空即是色).<sup>35</sup> Für Wittwer ist dies nur eine „bildhafte Ausschmückung“, und da die neue Kombination nicht wirklich „neu“ war, meint er in einer allergischen Reaktion gegen alles, was mit Zen zu tun haben könnte: „Somit haben zen-buddhistische Inhalte tatsächlich nichts mit dem ursprünglichen Gedanken hinter der ‚leeren Hand‘ zu tun.“<sup>36</sup> Diese Formulierung ist wieder polemisch verdreht: Wohl mögen sie nichts mit dem „ursprünglichen“ Gedanken zu tun gehabt haben, aber in der Hermeneutik, die sich danach anschließt, ist die buddhistische Kontextuierung klar und deutlich.

Die „Leere“ ist eine Chiffre für die absolute, nonduale Wirklichkeit, das Sosein, die Soheit, das Eine, reines ungeschiedenes Sein und Bewusstsein und wie viele unbeholfene Ausdrücke mehr es dafür geben möge.<sup>37</sup> Diese „Leerheit“ darf nicht mit einem physikalischen Vakuum verwechselt werden. Sie ist lediglich ein Hilfswort für den letzten Urgrund oder die grenzenlose Essenz jenseits von Form und Name in einer monistischen Philosophie. Im Zen-Buddhismus wird auch gerne in synonyme Weise von 無 (*mu*) = nichts gesprochen. Auch dieses „Nichts“ ist nicht der Gegensatz von „Etwas“, sondern ist wiederum jenseits aller Gegensätze und auch sprachlichen Eingrenzungs-, d.h. Beschreibungsmöglichkeiten. Daher stammeln, schweigen oder negieren Mystiker aller Zeiten und Kulturkreise alles kategorial, wenn die schlechthinnige Transzendenz zur Sprache kommen soll. Das *mu* taucht in zenistischem Umfeld oft in Verbindungen auf wie *mushin* (無心 = „Nicht-Herz“) oder *munen musō* (無念無想 („Nicht-Denken, Nicht-Anschauung“)) auf und beschreibt damit einen Geisteszustand der „Leerheit“.

34 Zitiert nach Wittwer 2014; 唐手 = „China-Hand“, der Austausch der Schriftzeichen war freilich auch eine Anbiederung an den Butokukai („Verein zur Förderung kriegerischer Tugenden“), der die neue Schreibung im Dezember 1933 ratifizierte. 1936 wurde sie dann von namhaften Karate-Meistern in Okinawa akzeptiert.

35 Siehe: Bittmann 2000: 27 u. 103

36 Wittwer 2014: 65

37 Religionsphilosophische Überlegungen dazu in Herbert 2014: 197-202

Damit ist keine Stumpfheit gemeint, sondern im Gegenteil, ein Zustand der Ich-Lo-sigkeit, einer dezentrierten frei schwebenden, alles umfassenden, an nichts haftenden Aufmerksamkeit und Hyperwachheit. Und eine solche alerte, hellwache Achtsamkeit wird in Schriften von Schwertmeistern als ideale Geisteshaltung im Zweikampf beschrieben. Kronzeugen sind in der Regel die Zeitgenossen Yagyū Munenori (1571-1646), der Zen-Mönch Takuan (1573-1645) und Miyamoto Musashi (1584-1645). Sie alle schildern in ihrer eigenen Terminologie einen Geist der Unerschütterlichkeit, des Nicht-Anhaftens, der alltäglichen Präsenz im Hier und Jetzt etc.<sup>38</sup>

Diese Aussagen deckten sich offenkundig in kongenialer Weise mit dem Geisteszustand, den Karate-Kämpfer im Handgemenge oder bei der Ausübung einer *Kata* erfahren oder als wünschenswert ansehen, sodass das entsprechende Vokabular ausgeliehen und dem Karate aufgesetzt wurde. Das bedeutet, dass Zen-Ideale ins Karate importiert wurden. Es handelt sich um eine klassische „erfundene Tradition“. Sollte man einen Rückbezug auf Bodhidharma wagen, könnte von einer „(wieder)gefundenen Tradition“ gesprochen werden. So gesehen gehören Karate und der sinisierte Zen seit ihrer Geburtsstunde zusammen. Das Verhältnis Zen und Karate ist komplex. Zen war stets nur ein Element unter vielen, die die Weltanschauung des Karate prägten. Ich würde es auf folgende Formel bringen: Zen ist Karate nicht a priori inhärent, aber mit Karate von Grund auf konsonant. Wieviel Zen nun im Karate steckt, hängt ganz von der Praxis des Einzelnen ab. Es geht so gut wie ohne Zen, aber ebenso mit einer hochgradigen Integrierung von Zen-Elementen. Erinnerung sei an Nagamine Shōshin (1907-1997), einen eminenten Meister des Okinawa-Karate, der nach einer religiösen Wende in seiner zweiten Lebenshälfte in seinem Dōjō und vor jedem Training Sitzmeditation im Stile des Zen (座禪 *zazen*) betrieb. Der klinische Psychologe und Karate-Praktizierende Yukawa Shintarō konstatiert in seinem Buch *Karate und Zen*: „Reines Budō ist Zen“ und meint: „Mehr noch als mittels anderer Kampfkünste (*budō*) ist im Karate eine zen-mäßige (禪的 *zenteki*) Haltung verwirklicht.“<sup>39</sup> Er macht sich für den bewussten Einsatz meditativer Übungen im Karate-Training stark (u. a. die in Mode gekommene Achtsamkeitsschulung, die unter dem Titel *mindfulness* in klinischen, pädagogischen und therapeutischen Settings Einzug gehalten hat).<sup>40</sup>

Wollen wir von einer Kampfkunstpraxis des Bodhidharma bzw. seines Umfeldes sprechen, dann dürfen wir annehmen, dass es sehr wenig mit dem gemein hat, was heute unter „Karate“ verstanden wird. In seinem Leibesübungssystem – oder in dem „Fitnessprogramm“, dem die Mönche zu Bodhidharma's Zeiten folgten, waren gewiss die gesundheitlichen Aspekte vordergründig. Diverse Einflüsse dürften zusammengespielt haben. Atemübungen werden in der buddhistischen und mehr noch in der yo-

---

38 Weitere Details würden den Rahmen dieses Essays sprengen. Näheres bei Mann 2012, dazu meine kritische Evaluation: Herbert 2015

39 Yukawa 2014: 176 u. 179

40 Dazu Herbert 2018

gischen Tradition gepflegt. Aus daoistischen Kreisen stammen Dehnungs- und Lockerungsübungen und die Imitation von Tieren („Imitationsboxen“: 象形拳, jap. Lesung: *shōkeiken*). Die meditative Lenkung des *ki* aus dem *daoyin* dürfte gleichfalls integriert worden sein. Dieses Konglomerat darf als Urgestein gelten, aus dem sich alle weiteren chinesischen Kampfkünste herauskristallisiert haben. Von daher darf mit Fug und Recht, auch wenn sich durch die Zeitläufte die Linie verdünnt hat, eine historische Verbindung zwischen einem begrifflich weit gefaßten „Karate“ und Bodhidharma konstruiert werden.

Der Selbstverteidigungsaspekt wurde wohl als Nebeneffekt willkommen geheißen, da die Mönche oft auf sich gestellt lange Fuss- und Pilgerreisen absolvierten und nicht allein durch ihr Mönchssein vor Überfällen und Übergriffen durch übles Gelichter sicher waren. Die Tempel bargen oft Schätze wie Statuen, Glocken oder Ritualgegenstände aus Edelmetall und waren nicht selten Ziel von Räuberbanden. Die Shaolin-Mönche waren ursprünglich für ihren geschickten Umgang mit dem Stock berühmt. Erst im Laufe des 17. Jh. entwickelten sie ein ausgeklügeltes System von leeren Handtechniken und im 18. und frühen 19. Jh. ist das „Boxen“ (*quan* 拳) zum dominanten Trainingssystem in den Shaolin-Kampfkünsten geworden.<sup>41</sup> Mit Bezug auf Taijiquan und *Shaolin quan* meint Shahar: „Kampf mit (leeren) Händen ist in gewisser Hinsicht der Abkömmling der *daoyin*-Gymnastik, die schon vor der Ankunft des Buddhismus in China florierte hatte.“<sup>42</sup> In einer Art Konklusion schreibt Shahar, dessen Buch als Goldstandard zum Thema „Shaolin-Kloster“ gelten darf:

„Faustkampf in der späten Ming-Zeit<sup>43</sup> war nicht fürs Kämpfen geschaffen worden. Die Kampfstile mit bloßen Händen, mit denen wir heutzutage vertraut sind, waren nicht in enger Weise auf die Kriegsführung hin ersonnen, sondern waren umfassend für Heilung und spirituelle Verwirklichung konzipiert worden. Sie wurden kreiert unter der Integration von Gymnastik- und Atemtechniken – ursprünglich für therapeutische und religiöse Ziele gedacht – in den unbewaffneten Kampf. Das Resultat war eine Synthese aus Kämpfen, Heilen und religiöser Selbstkultivierung. Shaolin-Mönche studierten Faustkampf nicht, weil sie ihn für militärisch effizient hielten. Sie waren vielmehr vom therapeutischen Nutzen und dem religiösen Horizont dieser neuen Kampfstile mit bloßen Händen fasziniert.

Bei der Transformation des Faustkampfes in ein selbstbewusstes System des Denkens, griffen die Kampfkünstler der späten Kaiserzeit auf diverse Quellen zurück: daoistische Manuale der Gymnastik, medizinische Abhandlungen zur Akupunktur, kosmologische Interpretationen des Buches der Wandlungen und

---

41 Shahar 2008: 113

42 Shahar 2008: 197

43 Ming-Periode: 1368-1644

in einigen Fällen auf buddhistische Schriften. Das Resultat war eine einzigartige Amalgamierung physiologischen und spirituellen Vokabulars. Angefangen mit dem Klassiker zur Transformation der Sehnen und Muskeln aus dem 17. Jh., verwendeten Handbücher zur Kampfkunst verschiedene religiöse Terminologien, um ihre spirituellen Ziele zu artikulieren. Die Vorstellung der daoistischen Unsterblichkeit, die Kosmologie des höchsten Prinzips des Kosmos und das Vokabular zur buddhistischen Erleuchtung wurden gleichermaßen eingespannt, um die mystischen Erfahrungen der Praktizierenden zu beschreiben.<sup>44</sup>

Der „Klassiker zur Transformation der Sehnen und Muskeln“ stammt aus der Feder eines Adepten aus dem frühen 17. Jh., der sich mit dem literarischen Pseudonym als der „Daoist des purpurnen Elixirs“ bezeichnete. Wie schon erwähnt, wurde die Autorschaft Bodhidharma zugeschrieben. Fälschungen waren in der Übermittlung des Buddhismus keine Seltenheit. Viele buddhistische Schriften aus chinesischer Hand wurden indischen Mönchen zugeschrieben oder als Übersetzungen aus Originalen in Sanskrit ausgegeben. Dass nun Daoisten ein Kampfkunstmanual einem indischen Heiligen zuwiesen und den Shaolin-Tempel als Ursprungsort angaben, war Ergebnis des Ming-zeitlichen Synkretismus. „Die drei Religionen vereinigen sich in Eine“ (chin. *sanjiao heyi* 三教合一, japan. Lesung: *sankyō gōitsu*) war der entsprechende Slogan. Und Gelehrte aus allen drei Lagern (Daoismus, Buddhismus, Konfuzianismus) ermunterten dazu, die Schriften der jeweilig anderen Konfessionen zu studieren und Gemeinsamkeiten zu finden. Die drei Religionen galten als äquivalente, wenngleich verschiedene Wege zum selben Ziel. In diesem Geiste konnten Daoisten buddhistische Weisen der Selbstverteidigung austesten oder Buddhisten daoistische Gymnastik üben. „Ein Klima des religiösen Austausches mag daher zur Integration von *daoyin* und Faustkampf beigetragen haben.“<sup>45</sup>

Dazu ein vielleicht nicht uninteressanter Exkurs: schon in der Song-Zeit (960-1276) gab es synkretistische Strömungen, die auf der Erkenntnis beruhten, dass die drei „Religionen“ dasselbe Ideal verfolgten. Die revolutionäre Botschaft des Buddha war, dass dem Menschen kein substanzielles Ich oder eine Seele innewohne. Der Terminus dafür lautet auf Sanskrit *an-ātman* (jap. *muga* 無我). Das klang für den Hindu blasphemisch, war aber buddhistisch nur konsequent zu Ende gedacht: sollte es einen unsterblichen *ātman* (Seele) geben, würde der Mensch sich daran klammern. Jede Form der Anhaftung würde aber eine endgültige Befreiung aus dem Wiedergeburtenskreislauf unmöglich machen. Daher existiert letztlich nur das Nirvana, die „Leere“, die nicht-duale Essenz des Seins, das Sosein (sanskrit. *thatatā*). Nun, von Konfunzius hieß es, dass er von Starrsinn und Egoismus völlig frei war. Letzterer wurde mit einem Zustand des „Nicht-Ich“ beschrieben, wobei in Schriften nach den Analekten des Konfuzius die Schreibweise *wuwo* (jap. *muga* 無我) üblich wurde – „die Grundkonzeption

44 Shahar 2008: 220-1

45 Shahar 2008: 175

des chinesischen und japanischen Buddhismus. So war offensichtlich der Begriff „Nicht-Ich“, das Ziel der Anhänger des Zen, in der Mentalität des Verfassers der *Analekten* präsent und galt als Eigenschaft des Konfuzius. Daraus lässt sich der Schluss ziehen, dass das Ziel der Bestrebungen sowohl der Daoisten als auch der Adepten des *Chan/Zen* („nicht auf schriftlichen Zeichen basierend“) wie auch das von Konfuzius im Prinzip ein und dasselbe waren. Von diametral entgegengesetzten Positionen ausgehend – Ablehnung der Kultur und Verschmelzung mit der Kultur bis zum völligen Aufgehen in ihr – kamen die Autoren des *Daodejing* und der *Analekten* zu einer ähnlichen Lösung des Problems der Verbindung des Einzelnen mit dem Ganzen.<sup>46</sup> Es sei kurz angefügt, dass die Einheit der drei Religionen (jap. auch: *sankyō itchi* 三教一致) auch in Japan postuliert wurde, wobei mit den drei der Shintoismus, Buddhismus und Konfuzianismus gemeint sind. Auch Bennett kommt zu dem Schluss: „Viele zen-basierte Termini sind in den klassischen Schulen der Schwertführung und im Lexikon des modernen *Budō* vorherrschend. In den meisten Fällen sind hingegen die Ausdrücke schlicht geborgt und für den Kontext der Kampfkünste adaptiert worden. Esoterische Formen des Buddhismus, Taoismus, Konfuzianismus, Shintō und einheimischer regionaler Volksglauben treten alle im eklektischen Gemisch der Kampfkunstphilosophie auf. Dies illustriert Japans lange Tradition einer polytheistischen, synkretistischen religiösen Kultur.“<sup>47</sup>

### **Bodhidharma im *dōjō***

Bodhidharma starb unter mysteriösen Umständen, es heißt, er sei von Rivalen vergiftet worden. Rivalen hatte er einen, jedenfalls wird ihm einer zugeschrieben. Solche Juxtapositionierungen sind Bestandteil von Hagiographien und dienen der Kontrastierung und Verdeutlichung der Positionen. Das führt nicht selten zu Überzeichnungen, die verdecken, dass sich die Gegenpole komplementär verhalten. Die beiden Wortbedeutungen „Dual“ und „Duell“ des französischen *duel* beschreiben ein derartiges Verhältnis nach Roland Barthes treffend. Im Falle des Bodhidharma war es der *dhyanā*-Lehrer Seng-ch'ou (480-560), der auch als Kandidat für das erste Patriarchat des Zen in China gehandelt wurde<sup>48</sup>. Bodhidharma galt auch als Übermittler des *Lankāvatāra-sūtra*. Seine Lehre drehte sich um die „Leerheit“ und seine Praxis der Wandkontemplation galt als schwieriger als das pure *dhyanā*. Bodhidharma war noch mit metaphysischen Spekulationen des indischen Buddhismus vertraut und „... die gesamte Zen-Lehre wurzelt nach ihrem metaphysisch-philosophischem Inhalt in den aus Indien überkommenen Mahāyāna-Sutren. ... Es ist, kurz gesagt, die Meditationsschule des Mahāyāna-Buddhismus.“<sup>49</sup>

---

46 Steiner 2018: 55-6

47 Bennett 2015: 46

48 Dazu mehr in Faure 1986

49 Dumoulin 1976: 36 u. 37

Seng-ch'ou berief sich auf die orthodoxen „Grundlagen der Achtsamkeit“, die leichter nachzuvollziehen waren und ihm größere Popularität einbrachte, weshalb er zum Gegenspieler des Bodhidharma stilisiert wurde. Durch solche Gegenüberstellungen wird die jeweils überlieferte Lehre stärker konturiert und durch den Gegenpart ex negativo definiert.

Übrigens gab es eine analoge Dichotomisierung in der Zeit des sechsten Patriarchen Hui-neng und Shen-hsiu. Ersterer galt als der Gründer der Südschule des chinesischen Zen („plötzliche Erleuchtung“), letzterer als erster Vertreter der Nordschule („allmähliche Erweckung“). Ab jener Zeit hatte Zen einen genuin „chinesischen“ Charakter angenommen. „Der taoistische Einschlag ist ein wichtiger Faktor bei der Entstehung des Zen in China. Die tiefreichenden Ähnlichkeiten zwischen der buddhistischen und taoistischen Weltanschauung begründen eine Konvergenz in wichtigen Grundlinien und Leitmotiven. ... Die originalen Zen-Meister gehören der gleichen Familie wie die taoistischen Weisen an.“<sup>50</sup>

Was bleibt uns von Bodhidharma? Die ersten auf die Hauptinsel gekommenen Karate-Pioniere Mabuni Kenwa (1889-1952), Miyagi Chōjun (1888-1953) und Funakoshi Gichin (1868-1957) haben alle auf ihre Weise auf Bodhidharma Bezug genommen<sup>51</sup>. Mabuni berichtet, dass Bodhidharma neun Jahre einer Wand gegenüberstehend meditiert und eine Hygiene- und Gesundheitsmethode für seine Mönche entwickelt habe. Er nimmt Bezug auf „18 Formen“, die für ihn die Grundlage von heute noch geübten *Kata* bilden. In einem Zahlenspiel alludiert er auf deren Namen. Miyagi präsentiert die Unterscheidung zwischen äußeren und inneren, nördlichen und südlichen Stilen. Funakoshi verweist in seinem Lehrbuch aus dem Jahre 1935 zum ersten Mal auf Bodhidharma als Entwickler einer Körperertüchtigung und explizit auf das *Ekkin Kyō* (!)<sup>52</sup> (eigentlich: *Ekikinkyō* „Klassiker zur Transformation der Sehnen“), obwohl einige seiner zeitgenössischen Karate-Historiker im Verweis auf das deutlich daoistische Vokabular an der Autorschaft Bodhidharmas Zweifel geäußert hatten. Für Tokitsu Kenji steht *Ekikinkyō* (!) gar für die Methode des Gesundheitsprogrammes, das Bodhidharma ersonnen und als Bezeichnung eines Kampfsystems mit spirituellen Implikationen.<sup>53</sup>

Selbst Motobu Chōki nennt in seinem Buch *Watakushi no Karatejutsu* als den Ursprung des Karate („China-Hand“: 唐手), dass Bodhidharma aus Indien in den Shaolin-Tempel gekommen war und für seine Schüler eine leibliche und seelische Ertüchtigungsmethode ersonnen und gelehrt habe. Er zieht gar eine direkte Linie nach Ryūkyū, indem er angibt, dass Bodhidharmas System mit den chinesischen Kampfkünsten fusionierte und in die eigenständige Form des „Boxens im Stile des Shaolin-Tempels“

50 Dumoulin 1976: 42

51 Details im gründlich recherchierten Essay: „Bodhidharma, Shaolin and Chinese boxing in the eyes of Japan's Karate pioneers“, Wittwer 2016a: 39-63

52 Funakoshi 1973: 7

53 Tokitsu 2012: 16-7

(少林寺派拳法) weiterentwickelte. Diese wiederum verband sich mit den indigenen Kampfkünsten Ryūkyūs zum *Tōdi* (唐手).<sup>54</sup>

In der Literatur über Karate oder Kampfkünste findet sich allerorten die Bezugnahme auf Bodhidharma als Begründer des Shaolin-Boxens, so als ob es sich um ein unumstößliches historisches Faktum handle. So auch in einem Buch mit dem Titel *Zen und Aikidō*, dessen Umschlag sogar ein Portrait des Bodhidharma aus dem Pinsel des Zen-Meisters Hakuin ziert<sup>55</sup>. Taisen Deshimaru-Roshi verweist ebenfalls auf Bodhidharma und seine Mönche als Erfinder einer Kampfkunst, aus der sich Karate, Jūdō und Taijiquan entwickelt haben sollen<sup>56</sup>. In einer Anthologie zum Thema „Martial Arts and Philosophy“ findet sich ein humorvolles, fingiertes Interview mit Bodhidharma, das genau auf die Mythen der hygienischen Sorge um seine Schüler und der Notwendigkeit der Selbstverteidigung auch für Mönche rekurriert.<sup>57</sup> Auch in den wohl wirkungsmächtigsten, ersten Lehrbüchern des *Shōtōkan* nach dem 2. WK. wird die Bodhidharma-Legende kolportiert.<sup>58</sup> Diese wenigen Beispiele zeigen wie unhinterfragt Bodhidharma und der Shaolin-Tempel als romantischer Fluchtpunkt dienen und als Gründermythos verbreitet sind. In der Populärhistorie des Karate hat sich dieses Narrativ festgezurrut und ist schlichtweg nicht mehr wegzudenken! Die Vermarktung des Shaolin-Tempels als Touristenattraktion, Filmsujet und in der von der chinesischen Regierung unterstützten *Wushu*-Propaganda bieten hier alles andere als ein Korrektiv.

So sehr ich die akribischen (Quellen)Studien von Henning Wittwer hochschätze, so wenig teile ich seine Schlussfolgerung: nur weil es sich bei der Shaolin- und Bodhidharma-Erzählung im Zusammenhang mit Karate um konstruierte Legenden handelt, muss ich nicht um eines historischen Realismus willen in ikonoklastischer Manier alle Bodhidharma-Bilder aus den *dōjō* abhängen und aus Karatelehrbüchern entfernen.<sup>59</sup> Ich halte das für eine protestantisch-puritanische Überreaktion. Wir lassen uns ja auch von literarischen Figuren, Filmhelden oder anderen Persönlichkeiten aus alten Zeiten inspirieren. In einer leichtfüßigeren und unbeschwerten Haltung eines *se non è vero, è ben trovato*<sup>60</sup>, kann man mit ironischer Distanz, also Humor, sich auf die zentrale Botschaft und Essenz der Bodhidharma-Legende besinnen: auch wenn er stets wie ein Haudegen dargestellt wird, ist er ein Symbol dafür, dass es im Karate nicht nur ums Draufhauen geht. Er signalisiert uns, dass das Karate eine geistige, ich scheue mich nicht zu sagen, spirituelle Basis hat. In diesem Sinne lasse ich mich gerne von den Bodhidharma-Portraits ingrimmig anblicken und ermuntern.

---

54 Iwai 2010: 10

55 Kamata und Shimizu 1984: 16

56 Deshimaru 1978: 88

57 Priest 2010: 17

58 Nakayama 2012:13, Nishiyama und Brown 1960: 17

59 Siehe Wittwer 2016a: 61

60 „Wenn es nicht wahr ist, ist es doch gut erfunden.“





*Ein Fächer, der im Souvenirladen des Okinawa Karate Kaikan verkauft wird und illustriert, wie sehr die Bodhidharma-Legende in Okinawa lebendig ist! Foto: Wolfgang Herbert*

Noch ein Aspekt, den Wittwer auch aufzeigt: der Bodhidharma-Mythos verweist auf die chinesischen Wurzeln der Kampfkünste in Ryūkyū zurück. Die frühen Meister in Okinawa waren sich dessen bewusst und auch stolz darauf. Der Austausch mit dem Festland verlief jahrhundertlang über verschiedene Kanäle: von 1372 bis 1873 war das Königreich Ryūkyū China tributpflichtig und wurde regelmäßig von Gesandten (*sappōshi*) besucht, in deren Entourage hunderte von Seeleuten, Händlern, Beamten und auch Leibwächter (Kampfkünstler) waren. 1393 siedelten sich 36 (die Zahl dürfte symbolisch sein) Familien aus China in Kuminda/Kumemura in Naha an. Dies führte zu einem massiven Kulturtransfer (Handwerk, Schiffbau, Keramik, Papierherstellung, Lackwaren, Musik, Architektur, Weissagung, konfuzianische Moral, Kampfkunst etc). Studenten aus Okinawa gingen nach China, meist in küstennahe Städte wie Beijing, Nanjing, Fuzhou oder Shanghai, was einen beträchtlichen Wissenstransfer mit sich brachte. Schiffbrüchige und – heute würde man sagen – „politische Flüchtlinge“ (Rebellen) nach Dynastie-Wechsels zählten auch zu den Überbringern von Kampfkunstwissen. Von Japan wurde Okinawa und wird es bis heute noch als zweitklassige Provinz betrachtet. Dass Karate dort seinen Ursprung hat, wurde bei der Verbreitung des Hondo-Karate<sup>61</sup> verdrängt und verleugnet. Davor wurde ihm jede chinesische Kon-

61 Hondo oder Honshū: Hauptinsel, damit meine ich das Karate, das seit den 1930er Jahren in

notation genommen: als Karate auf die Hauptinsel kam, herrschte ein Klima eines imperialen Militarismus und Nationalismus. China gegenüber war man feindlich gesinnt. Zudem wollten die Karate-Pioniere wie Funakoshi Gichin, Miyagi Chōjun oder Mabuni Kenwa von der 1895 gegründeten *Dai Nippon Butokukai* („Großjapanischer Verein zur Förderung kriegerischer Tugenden“) als *Budō* anerkannt werden, wofür sie gründliche Anpassungsleistungen erbrachten: die Nomenklatur der *kata* wurde japanisiert, die Techniken katalogisiert, die Uniform und Graduierung eingeführt, Shintō-Schreine in den *Dōjō* installiert, Stilrichtungsnamen wurden erfunden und registriert, neben den *Kata* wurden Grundsul- und Partnerübungen forciert und vieles mehr. Das kulturhistorische Gedächtnis vieler Karate-Instruktoren, die nach dem Zweiten Weltkrieg, namentlich von der JKA (Japan Karate Association), ins Ausland delegiert wurden, reichte nicht mehr bis nach Okinawa, geschweige denn bis China. Karate wurde analog zum Jūdō und Kendō als japanischer „Nationalsport“ propagiert. Mit der Olympisierung ist zu befürchten, dass Karate wie andere Sportarten zum Spielball kleinkarierter nationalistischer Ambitionen wird. Die hohen Erwartungen, die in Japan im Hinblick auf das Ergattern von Goldmedaillen im Karate medial geschürt werden, weisen darauf hin. Dass die Wiege des Karate in Okinawa und China stand, wird zuweilen erwähnt, aber die Hauptinsel gilt als „Heimat“ des Sport-Karate. Dass es sich dabei um eine extrem reduzierte Form des Karate handelt, wird dann vergessen, wenn man seine geschichtliche Entfaltung nicht in den Blick nimmt oder kennt. Memento Bodhidharma!



*Ein „boxender“ Bodhidharma: Figur am Eingang des Karate-Museums von Hokama Tetsuhiro, 10. Dan Okinawa Gōjū-ryū. Foto: Wolfgang Herbert*

---

Japan weiterentwickelt wurde im Gegensatz zu: Okinawa-Karate.

**Literatur:**

Armstrong, Karen:

*The Great Transformation. The Beginning of our Religious Traditions.*  
New York & Toronto: Knopf 2006

Bennett, Alexander C.:

*Kendo. Culture of the Sword.* Oakland, Calif.: California UP 2015

Bittmann, Heiko:

*Die Lehre des Karatedō.* Ludwigsburg & Kanazawa: Verlag Heiko Bittmann 2000

Deshimaru Taisen:

*Zen in den Kampfkünsten Japans.* Hg. von Marc de Smedt.  
Geleitwort von Claude Durix. Heidelberg/Leimen: Kristkeitz 1978

Despeux, Catherine:

„Gymnastics: The Ancient Tradition“, in: Kohn and Sakade 1989: 225-261

Dumoulin, Heinrich:

*Der Erleuchtungsweg des Zen im Buddhismus.*  
Frankfurt a. M.: Fischer 1976 (= Fischer Taschenbuch 1667)

Eliade, Mircea:

*Der Yoga des Patanjali. Der Ursprung östlicher Weisheitspraxis.*  
Übersetzt von Edward Kanterian, Hinführung von Michael von Brück.  
Freiburg, Basel & Wien: Herder 1999

Faure, Bernard:

„Bodhidharma as Textual and Religious Paradigm“, in:  
*History of Religions* 25/3 (1986), 187-198

Ferguson, Andy:

*Tracking Bodhidharma. A journey to the heart of Chinese culture.*  
Berkeley: Counterpoint 2012

Fischer-Schreiber, Ingrid u. a. (Hg.):

*Lexikon der östlichen Weisheitslehren. Buddhismus. Hinduismus. Taoismus. Zen.*  
2. Aufl. München: Barth 1986

Funakoshi Gichin:

*Karate-dō kyōhan. The Master Text.* Translated by Tsutomu Ohshima.  
Tokyo, N. Y. & San Francisco: Kodansha Intl. 1973

Gernet, Marcel:

*Die chinesische Welt. Die Geschichte Chinas von den Anfängen bis zur Jetztzeit.*  
Frankfurt a. M.: Suhrkamp 1988 (= Suhrkamp Taschenbuch 1505)

Haines, Bruce A.:

*Karate's History and Traditions*. Rev. ed., Rutland, Vermont & Tokyo: Tuttle 1995

Herbert, Wolfgang:

*Mein Indien. Reisenotizen, Meditationen, philosophische Exkursionen*.

Bremen: EHV Academicpr. 2014

Herbert, Wolfgang:

„Buchbesprechung IV: Mann, Jeffrey K.: *When Buddhists attack*.

*The curious relationship between Zen and the martial arts*. Tokyo etc.: Tuttle 2012“,  
in: *OAG Notizen 06* (2015), 35-47

Herbert, Wolfgang:

„Karate-dō to meisō (maindofurunesu)“, *Daigaku Kaihō Jissen Sentā Kiyō*.

*Journal of University Extension – Tokushima University*,

Vol. 27, No 3 (March 2018), 31-39

Hungerleider, Fritz:

*Das Zen-Seminar. Ein Leitfaden für Übende und Lehrende*.

Wien & Freiburg: Herder 1976

Iwai Kohaku

*Motobu Chōki to Ryūkyū Karate. Fukkoku. Watakushi no Karatejutsu*.

*Okinawa Kenpō Karatejutsu*. Tokyo: Airyudo 2010

Kamata, Shigeo und Shimizu Kenji:

*Zen to Aikidō*. Kyōto: Jinbun shoin 1984

Kohn, Livia (ed.) and Yoshinobu Sakade (coop.):

*Taoist Meditation and Longevity Techniques*. Ann Arbor: Center for Chinese Studies/

The University of Michigan 1989 (Michigan Monographs in Chinese Studies 61)

Mann, Jeffrey K.:

*When Buddhists attack. The curious relationship between Zen and the martial arts*.

Tokyo etc.: Tuttle 2012

McCarthy, Patrick:

*Bubishi. The Classic Manual of Combat*. Transl. with commentary by

Patrick McCarthy. Tokyo, Rutland, Vermont & Singapore: Tuttle 2008

Miura Kunio:

„The Rivival of Qi“, Siehe: *Kohn and Sakade* 1989: 331-358

Nakayama Masatoshi:

*Dynamic Karate*. New York: Kodansha USA 2012

Nishiyama Hidetaka und Richard C. Brown:

*Karate. The Art of „Empty Hand“ Fighting*. Rutland, Vermont & Tokyo: Tuttle 1960

Priest, Graham:

„An interview with Bodhidharma,“ in: Priest, Graham und Damon Young (eds):  
*Martial Arts and Philosophy. Beating and Nothingness.*  
Chicago & LaSalle, Ill.: Open Court 2010, 15-24

Shahar, Meir:

*The Shaolin Monastery. History, Religion, and the Chinese Martial Arts.*  
Honolulu: Hawai'i UP 2008

Shahar, Meir:

„Ming-Period Evidence of Shaolin Martial Practice“,  
*Harvard Journal of Asiatic Studies* Vol. 61, No 2 (Dec. 2001), 359-413

Steiner, Evgeny S.:

*Ikkyū Sōjun. Der Zen-Mönch „Verrückte Wolke“ und seine Zeit.*  
Aus dem Russischen übersetzt von Peter Raff. München: Iudicium 2018

Stevens, John:

*Zen Masters. A Maverick, a Master of Masters, and a Wandering Poet.*  
*Ikkyū, Hakuin, Ryōkan.* Tokyo, New York & London: Kodansha Intl. 1999

Tamano Toshio:

*Miyagi Chōjun no Okinawa Karate ni Karate o manabu.* Tokyo: BAB Japan 2013

Tokitsu Kenji:

*The inner art of Karate. Cultivating the Budo Spirit in your practice.*  
Boston & London: Shambala 2012

Wittwer, Henning:

*Karate. Kampfkunst. Hopologie.* Niesky: Wittwer 2014

Wittwer, Henning:

„Bodhidharma, Shaolin and Chinese boxing in the eyes of Japan's Karate pioneers“,  
in: *Karate History. Collected essays.* 2<sup>nd</sup> expanded ed. Middletown/DE: Wittwer  
2016a, 39-63

Wittwer, Henning:

*Funakoshi Gichin, Funakoshi Yoshitaka: zwei Karate-Meister.* Berlin: epubli 2016b

Yokoyama Kazumasa:

*Shungekite, Yokoyama Kazumasa no Karate no genri gensoku.*  
Tokyo: BAB Japan 2008

Yukawa Shintarō:

*Karate to Zen. Shintaishinrigaku de budō o kaimei! Maindofurunesu ga michibiku*  
„zenpōiteki ishiki“ e. Tokyo: BAB Japan 2014

Yukawa Shintarō:

*Karate-dō to Taikyokuken de maindofurunesu. Mi/Body, Iki/Breath, Kokoro/Mind o totonoe, tatakawazu shite katsu.* Tokyo: BAB 2107

Zengaku daijiten hensanjo = ZDH (Hg.):

*Shinpan. Zengaku daijiten.* Tokyo: Taishūkan 1985

**Wolfgang Herbert**, Promotion in Japanologie (Nebenfach: Religionswissenschaften) an der Universität Wien 1993, Professor für Vergleichende Kulturwissenschaften an der Universität Tokushima.

5. Dan *Shōtōkan*-Karate, praktiziert Taijiquan. Übersetzer des Buches: Kanazawa, Hirokazu: *Kanazawa. Im Zeichen des Tigers. Autobiographie eines Karate-Pioniers. Mit einem Interview mit Hirokazu Kanazawa.*

Aus dem Japanischen übersetzt von Dr. Wolfgang Herbert.

2. verbesserte Auflage Distelhausen: schlatt-books 2018



*Kanazawa Hirokazu macht Taijiquan*