

ZEN in der Kampfkunst Karate

An einem Wochenende im August besuchte uns zum ersten Mal unser ZEN-Lehrer Dorin Genpo Osho. Es war für unsere Schule ein ganz besonderer Moment. Nach dem schon langen Praktizieren des ZEN, über den Weg der Kampfkünste, empfanden wir die Anwesenheit von Genpo Osho als eine Art Überprüfung unseres Fortschritts.



Dorin Genpo Osho, der seine traditionelle Ausbildung als "Unsui" (Zen-Mönch) im Zen-Kloster Enpukuji, in Kyoto, absolvierte und mit Lehrerlaubnis nach Deutschland zurückkehrte, leitet den Shoboji-Zen-Tempel in Dinkelscherben, betreut im Auftrag von Hozumi Gensho Roshi die Hakuin-Zen-Gemeinschaft und die ihr angeschlossenen Zen-Kreise und Dojo im In- und Ausland.

Schon Tage vor seinem Besuch entstand in unserem Dojo eine besondere Atmosphäre. Um ein klares Bild unseres Weges zu zeigen, übten wir sehr streng und mit viel Disziplin. Neben dem Üben der Formen unserer Kampfkunst Karate, bemühen wir uns um die Entwicklung unserer Ideale. Ausdruck dafür ist der Bau, der Erhalt und die Weiterentwicklung unseres Dojo.



Vor 3 Jahren schufen wir uns, nach japanischem Vorbild, einen eigenen ZEN-Garten, der aus Steinen, Bonsai, Kies, Wasser und wunderschönen Fischen besteht. In unserem ZEN-Garten sind die Einfachheit der Dinge sowie gleichzeitig die Perfektion der Natur, in einem Moment des Betrachtens, zu entdecken.

ZEN vermittelt das Wahrnehmen des Einfachen und die realistische Betrachtung des Gegenwärtigen. Wir praktizieren den ZEN-Weg zur Erforschung unserer individuellen Fähigkeiten und versuchen dadurch, das Wesentliche für uns selbst zu entdecken.

Im Karate ist der Moment des Schlages durch eine Vielzahl von Faktoren des Übenden und seiner Umgebung beeinflusst. Die Qualität des Schlages ist nicht nur von der äußerlichen Form der Bewegung gekennzeichnet, sondern wird im Wesentlichen von der geistigen Haltung und der emotionalen Situation des Übenden gestaltet. Die Atmung ist das Bindeglied zwischen äußerer und innerer Wahrnehmung.

ZEN bedeutet Meditation in „unbewegter“ Stille. Es ist ein Zustand „des in sich nach Hause Kommens“, ein Überprüfen der Gedanken und Taten sowie ein Registrieren von Nötigem und Unnötigem. ZEN hilft , das Bewusstsein zu lenken. Das Ein- und Ausatmen ermöglicht es, „die Kraft“ zu konzentrieren. In der gezielten Anwendung von Atmung und Bewusstsein entsteht im Karate „ungeheure“ Wirkung.



Wenn ein Pfeil fliegt und sein Ziel trifft, ist durch die Harmonie des Momentes, Perfektion entstanden. Gemeint ist aber nicht nur der Moment im Ziel, sondern jeder Moment in der Existenz dieses Pfeiles...

Diese unverwechselbare Klarheit im Sein und Tun setzt einen langen Weg des Übens voraus.

Genpo Dorin Osho fühlte sich in unserem Dojo sehr wohl. Nächstes Jahr kommt er wieder zu uns - die Ausbildung nimmt ihren Lauf...

Die Schüler und Lehrer des ZEN-Karate Cottbus e.V. bedanken sich bei Genpo Dorin Osho für die intensive Zeit.

Torsten Erler
Karate Lehrer und ZEN-Schüler

