

Aus: Textarchiv H. G. Petzold et al. Jahrgang 2004

<http://www.fpi-publikationen.de/textarchiv-hg-petzold>

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen.

***Hilarion G. Petzold, Jan Bloem, Petra C.M. Moget (2004):
Budokünste als „Weg“ und therapeutisches Mittel in der
körper- und bewegungsorientierten Psychotherapie,
Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung –
transversale und integrative Perspektiven****

Erschienen in: *Integrative Therapie* 1-2/2004, 24-100.

In diesem Internet-Archiv werden wichtige Texte von Hilarion G. Petzold und MitarbeiterInnen in chronologischer Folge nach Jahrgängen und in der Folge der Jahrgangssiglen geordnet zur Verfügung gestellt. Es werden hier auch ältere Texte eingestellt, um ihre Zugänglichkeit zu verbessern. Zitiert wird diese Quelle dann wie folgt:

Textarchiv H. G. Petzold et al.

<http://www.fpi-publikationen.de/textarchiv-hg-petzold>

* Aus der „**Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit**“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold, Prof. Dr. phil. Johanna Sieper, Hückeswagen <mailto:forschung.eag@t-online.de>, oder: EAG.FPI@t-online.de, Information: <http://www.Integrative-Therapie.de>).

Budo ist die Praxis eines Dreiklangs von asiatischer Kampfkunst, Gesundheitsförderung und Bewegungsmeditation, eines „ganzheitlichen“ *Weges* achtsamer, gesundheitsbewußter und heilsamer Lebensführung und Lebenskunst. In seiner Tiefendimension kann *Budo* ein Pfad persönlicher Entwicklung, schöpferischer Integration, Sinnfindung und engagierter Arbeit für Brüderlichkeit, Mitmenschlichkeit und Frieden werden, ein „*Weisheitsweg zu Wesentlichem*“¹.

Der vorliegende Text steht im Kontext von Praxen aus mehreren kulturellen Traditionen. Er ist auf das japanischen *Budo* (Judo, Karate Do, Aikido etc.) zentriert, streift aber auch chinesischen *Wushu*² (Tai Chi Ch'uan, Shaolin Kung Fu, Choy Lee Fut, T'ang L'ang Ch'uan etc.) und die slawischen Kampfformen (Kolo, Kuresh, Sambo, ROSS, Systema etc.). Es geht also um „Kampfkünste“ und Formen der „Gesundheitsförderung“ und „Bewegungsmeditation“ - oft zugleich auch mit Traditionen der Heilkunst verbunden (*Serizawa 1972; Langre 1974; Tulku 1978*) - die überwiegend in den *asiatischen* Ländern ihren Ursprung haben, und weiterhin geht es um *Leibtherapie* bzw. Formen *körper- und bewegungsorientierter Psychotherapie*, die ihre Ursprünge in den modernen und spätmodernen *europäischen* bzw. westlichen Wissens- und Technologiesellschaften haben, und in die wir *Budo*-Elemente integriert haben. Damit steht der Text im Bereich *interkultureller* Verstehens- und Vermittlungsarbeit und in dem Bemühen, *transkulturell* wesentliche Erkenntnisse zu erfassen und zu verdeutlichen. Das ist keine einfache Aufgabe, denn diese Kulturen sind sehr verschieden. Auch wenn auf den ersten Blick kein „Kampf der Kulturen

¹ *Petzold* (1993). Der vorliegende Text hat arabisch nummerierte *Fußnoten* und für längere Exkurse römisch nummerierte *Endnoten*, die sich am Schluß des Beitrages finden. Männliche und weibliche Formen werden im Wechsel gebraucht, um einerseits eine genderplurale Position – gerade im Budokontext wesentlich -, andererseits eine hinlängliche Lesbarkeit zu gewährleisten.

² Wir verwenden in dieser Arbeit durchweg den japanischen Term „*Budo*“ zur Kennzeichnung der asiatischen Kampfkünste und beziehen damit auch die Jutsu-Traditionen ein, nicht zuletzt das Ninjutsu (*Hatsumi 1981; Hayes 1987*). Immer sind auch die Formen des chinesischen „*Wushu*“ mitgemeint – worunter waffenloser Kampf und Stile mit Waffen, innere Stile (*Nei Chia*) und äußere Stile (*Wai Chia*) gefaßt sind. Dabei muß klar sein, daß *Budo* und *Wushu* nicht ohne weiteres gleichgesetzt werden können. Einbezogen könnten auch werden die koreanischen Stile, die vietnamesischen oder die indonesischen Formen des *Silat* (*Maltese 1999*). Das würde den Rahmen sprengen, da sie auch sehr spezifische Besonderheiten haben. Einbezogen werden die *slawischen Kampfformen*, die aus historischen Gründen wiederum eigene vielfältige Quellen und Strömungen und auch Verbindungen zu den japanischen, chinesischen, mongolisch/tatarischen Traditionen und zu den Kampfformen der Turkvölker haben. Die Unterschiede zwischen den einzelnen Richtungen können erheblich sein. In dieser Arbeit liegt der Schwerpunkt bei den japanischen Wegen der Kampfkunst und deren gut nachvollziehbaren Entwicklungen zum *Budo*. Bei den chinesischen und slawischen Wegen liegt die Situation viel komplexer. Sie sollen dennoch immer wieder mit angesprochen werden, auf jeden Fall die Richtungen und Schulen bzw. Gruppierungen in Richtungen, die sich mit der *Budo*-Philosophie der Selbstentwicklung, des Weisheits- und Friedensweges vereinbaren lassen – und das sind nicht wenige, und sie haben durchaus eigene Beiträge zum *Budo* zu leisten.

oder Zivilisationen“ (Tibi 1995) ins Auge fällt, wie er sich mit den islamischen Welten (der Plural ist absichtsvoll gewählt) abzuzeichnen scheint, so sind doch die Unterschiede, oft Gegensätze – zwischen China und Amerika, zwischen Japan und Frankreich, zwischen Japan und China usw. – so erheblich, daß diese Kulturen in sich und in ihren interkulturellen Beziehungen oft in große Spannungen geraten. Greift man einen Bereich wie *Budo* und *Wushu* heraus, wo weltweite sportive „communities of martial artists“ entstanden sind, so darf man sich von dem „Geist der Verbundenheit durch den Sport“ nicht täuschen lassen, denn *Budo* ist etwas anderes als Sport bzw. Kampfsport, auch wenn es zahlreiche Berührungspunkte gibt. Blickt man auf die derzeitige Situation der internationalen Kampfkunstszene, so kann man, vielfältige Strömungen und Richtungen ausmachen, die natürlich auch Positionen und Zugehensweisen darstellen. Folgende Einteilung kann man vornehmen:

- 1. Kampfsport:** Hier liegt der Schwerpunkt auf dem „Sport“. Kampfkünste werden seit dem Altertum betrieben – sind etwa in Ägypten 2000 Jahre v. Chr. bezeugt oder seit 648 v. Chr. in Olympia als *Pankration* (Allkampf, der Fauskampf und Ringen verband). Im öffentlichen Kontext, einem Fest- oder Versammlungsplatz (*ἀγών*) als organisierter und geregelter Wettkampf (*ἀγών*), ging es um Sieg oder Niederlage, um Prestige für Städte und Regionen, aus denen die Kämpfer kamen, natürlich auch um Geschäfte („Kampftourismus“, damals schon, Wetten usw.). Ein Teil der asiatischen Kampfkünste (Judo, Karate, Taekwondo sind heute Teil des offiziellen, modernen Sportgeschehens (olympischer Sport, Profisport, Breitensport). Mit diesem Bereich befaßt sich die vorliegende Arbeit nicht.
- 2. Kampfmethodik:** Im spezifischen Sinne wird hierunter die Pflege der traditionellen asiatischen Kampfmethoden (mit und ohne Waffen) zum Zwecke der Selbstverteidigung oder des Angriffs oder der Weitergabe der Methode bzw. des Kampfstils im Sinne einer nicht-sportiven Traditionspflege verstanden.
- 3. Kampfkunst (Budo):** Ist die Praxis einer japanischen (chinesischen, indonesischen, slawischen) Kampfmethodik mit den Ziel eines „Weges“ (do) der Selbstentwicklung, der leiblichen Übung und Ertüchtigung, der Förderung von Gesundheit und langem Leben sowie des Gwinns einer „Lebenskunst“. *Auf diesen Bereich ist die vorliegende Arbeit gerichtet.*
- 4. Kampfkunst als spiritueller Weg:** Kampfkünste/Budo/Wushu können auch als rein spirituelle Praxis und meditativer Weg betrieben werden, in dem der kampfmethodische Hintergrund keine Rolle mehr spielt oder nur noch eine geringe (wie of beim Tai Chi), sondern der religiöse bzw. spirituelle Hintergrund und spirituelle Ziele im Zentrum stehen. Diese Aspekte werden in der vorliegenden Arbeit nur gestreift.
- 5. Kampfkunst als therapeutische und agogische Methodologie:** Die Kampfkünste können mit *therapeutischer* Zielsetzung (Budo als Therapie) oder als therapeutische Methodologie im Rahmen klinischer Behandlung (psychophysiologische Leibtherapie, klinische Leib- und Bewegungstherapie, Psychomotorik, körperorientierte Psychotherapie unter Verwendung von

Budoelementen) zur Behandlung von Störungen mit Krankheitswert als adjunktive Behandlung im Rahmen klinischer Behandlungsprogramme eingesetzt werden oder mit *agogischer/pädagogischer* Zielsetzung zur Gesundheitsförderung, Bewegungserziehung, Persönlichkeitsbildung (mit Kinder, Jugendlichen, Erwachsenen, alten Menschen) verwandt werden oder bei präventiven und rehabilitativen Maßnahmen. *Diese Perspektive wird im Rahmen dieser Arbeit fokussiert* und sollte als persönlicher Hintergrund und handlungsleitendes Interesse der Autoren und der Autorin im Blick behalten werden.

Von welcher dieser fünf Perspektiven her man auch immer sich mit Budo/Wushu/Kampfkunst im Kontext moderner Wissenschaftskultur in der (spät)modernen Informationsgesellschaft auseinandersetzt, man muß sich darüber im Klaren sein, daß diese Formen der „martial arts“, der kämpferischen „Wege“ Kulturphänomene sind, in der Regel aus traditionellen asiatischen Kulturen, und das erfordert für moderne Menschen des Westens (und zunehmend auch für die Menschen der modernen asiatischen Technologiegesellschaften wie Japan, Korea, Taiwan) ein „Durchqueren“ breiter ideengeschichtlicher Wissensstände und praktischer Erfahrungsbereiche, um vielleicht *Ideen, Werte, Praxen* zu finden, die sich für Ost und West zu „common ground“ ausbauen ließen wie vielleicht Zen und Stoa, Psychotherapie (Jung, Perls, Fromm etc.) und Kampfkunstmethodik. Wirklichen, „gewachsenen“ gemeinsamen Boden gibt es nämlich nicht – vielleicht ausgenommen die evolutionsbiologischen Grunddispositionen zu Kampf und die Sehnsucht nach Frieden sowie die Chance, zu Weisheit zu finden, dann das ist allen Menschen gemeinsam.

Für einen solchen Text wie der vorliegende ist überdies eine Rückbindung an eigenes Erleben und persönliches Erfahren notwendig, um unterschiedliche Sichtweisen und Erlebensräume zu vernetzen, *Konnektivierungen* zu ermöglichen, Erfahrungen des eigenen Weges zu nutzen, aber auch besser zu verstehen. Für die beiden Autoren und die Autorin, die ja als Personen traditionelles Budo im Westen, Kampfkunstmethodik im Kontext von Psychotherapie, Körpertherapie, Agogik/Pädagogik praktizieren und leben, ist diese Arbeit auch als Teil ihrer langjährigen Auseinandersetzung mit Budo und als Teil ihrer persönlichen Konnektivierungs- und Integrationsarbeit zu sehen; denn es müssen immer wieder die *individuelle* Wirklichkeit eines „martial artist“, eines Budokas, Praktikers des Kolos, einer Klientin/eines Patienten (seine/ihre physiologische, psychologische, soziale Realität), und die übergeordneten *soziokulturelle* Kontexte, gesellschaftliche Rahmenbedingungen mit in den Blick genommen oder im Blick behalten werden. Das führt zu einem systematischen „Konnektivieren“, zuweilen zu einem „Collagieren“ als Methodik einer *kulturhermeneutischen* Verstehensarbeit (Petzold 2001b). Das Thema hat durch seine klinisch-therapeutische Komponente und dadurch, daß der „Körper“ bzw. der „Leib“ einen Fokus bildet, auch einen unmittelbaren Bezug zu naturwissenschaftlichen Fragestellungen und Forschungen. Diese wurden in einem weiteren Beitrag behandelt (Bloem, Moget, Petzold, dieser Band), der für den vorliegenden Text beigezogen werden kann.

Transversale Arbeiten dieser Art sind in dem angesprochenen Themenkreis noch selten und so können diese Ausführungen nur als ein kleiner Beitrag gesehen werden von vielen, die noch polylogisch, von vielen Seiten folgen müssen.

Transversalität ist ein Begriff, der eine Qualität der Verbindung von vielfältigen Diskursströmen und Diskursebenen kennzeichnet, eine Entdogmatisierung von „ewigen Wahrheiten“, ideologischen „Metaerzählungen“ (Lyotard 1979) und eine Offenheit, Verschiedenes, Unterschiedliches, Differentes, Divergentes, Gegensätzliches *in Kontakt* zubringen, ohne sich unbedingt auf „übergeordnete Synthesen“, „Lösungen“, „starke Integrationen“ auszurichten oder das eine dem anderen über- oder unterzuordnen. Vielmehr wird eine Wertschätzung von „Differenz“ vertreten (idem 1983). Das Konzept der „Transversalität“ – ein Kernkonzept des *Integrativen Ansatzes* der Therapie und Kulturarbeit (Petzold 2003a) – ist aus den *postmodernen* Diskussionen der sechziger und siebziger Jahre des vergangenen Jahrhunderts hervorgegangen und ermöglicht, diese überschreitend, vielfältiges, polylogisierendes Sprechen und differenzierten Austausch zwischen Kulturen, Disziplinen, Positionen. **Transversalität**³ gibt Raum für *POLYLOGE*ⁱ, vielfältiges Sprechen nach vielen und von vielen Seiten (idem 2002c). Sie bietet in einer sich globalisierenden Welt vielleicht Chancen, Verbindungen und *Konvivialität*⁴, Verstehensbemühungen, Vernunft, Weltbürgertum: „Dem weisen Manne steht die ganze Welt offen, ist doch das Verland einer edlen Seele der gesamte Kosmos“ (Demokrit Fragment 247) – Gedanken, die bei Kant kulminieren sollten (Höffe 1995, 2004). *Humanität* und damit *Hominität*⁵, das wahrhaftige Menschenwesen, zu fördern, das war ein Anliegen, wie es von klarsichtigen Denkern in vielen Ländern, Kulturen und Zeitepochen vertreten wurden (Demokrit, Konfuzius, Mengzi, Marc Aurel, Kant):

„Das, was ein **ren** [Menschenwesen] *ausmacht*,
ist nichts anderes als das **ren** [die Tugend der Menschlichkeit]“.
*Mengzi*⁶ (Cheng 2002, 13)

³ Zur *Transversalität* vgl. Petzold 1988n, 2000a; 2003a; Welsch 1988, 1996 und Endnote I.

⁴ Zur *Konvivialität* vgl. Petzold 2000a und Endnote I.

⁵ „**Hominität** bezeichnet die Menschennatur auf der individuellen und kollektiven Ebene in ihrer biopsychosozialen Verfaßtheit und ihrer ökologischen, aber auch kulturellen Eingebundenheit mit ihrer Potentialität zur Destruktivität/Inhumanität und zur Dignität/**Humanität**. Das Hominitätskonzept sieht den Menschen als Natur- und Kulturwesen in *permanenter Entwicklung durch Selbstüberschreitung*, so daß Hominität eine Aufgabe ist und bleibt, eine permanente Realisierung mit offenem Ende, die die Chance zur Entwicklung immer größerer Humanität bietet“ (Petzold 2002b).

⁶ *Mengzi*, lat. *Mencius*, chinesischer Philosoph, *Zou 372 (?) v. Chr., † Zou 289 (?). Ausgehend von der angeborenen Güte in der menschlichen Natur, die nur der Belehrung bedürfe, entwickelte er die Ethik des Konfuzianismus weiter.

1. Einleitung

„*Nama-byôhō wa ô-kizu* – Die Kampfkünste schlecht zu beherrschen ist die beste Art, sich zu verletzen“, Japanisches Sprichwort⁷ dem Schwertmeister *Miyamoto Musashi* (1584-1645) zugeschrieben.

„Es gibt sogenannte Kampfkünstler, die sich in einer einschüchternden, aggressiven Weise präsentieren. Aber eine solche Haltung zeigt ganz klar, daß das Wesen des *budo* nicht wirklich verstanden wurde. Exzessive Aggressivität ist nichts als der vergebliche Versuch, einen Mangel an Selbstvertrauen zu verbergen. Derjenige, der das *budo* wirklich verstanden hat, ist im Gegenteil in seinem Auftreten ruhig und imponiert durch Sanftheit in seiner Haltung ... er zeigt *shizen tai*, eine Art und Weise, völlig natürlich und entspannt zu sein ... Männer und Frauen dieser Art verfügen über eine natürliche Heiterkeit“ (*Ueshiba* 2004, 31).

In den letzten 25 Jahren sind therapeutische Methoden deutlich in den Vordergrund getreten, die als Alternative oder Ergänzung für rein verbale Psychotherapie gelten können (*Petzold* 1974j, 1977n, 2003a). Tanz-, Musik-, Kunsttherapie und Psychodrama (*Willke, Hölter, Petzold* 1991; *Petzold, Orth* 1990) sind Beispiele solcher Methoden, deren therapeutische Wirkung zumindest in der Praxis anerkannt ist. Außerdem wurde festgestellt, dass Verfahren, die auf körperlich-aktive Weise Emotionen wecken, psychotherapeutische Prozesse intensivieren und beschleunigen können (*Weiser et al.* 1995; *Seitz et al.* 1990). Auch fernöstliche Kampfkünste sollten hier Beachtung erhalten, denn ihre positive Wirkung auf das menschliche Wohlbefinden – wenn richtig betrieben und eingesetzt werden - ist offensichtlich, wengleich objektive Effekte aus wissenschaftlicher Sicht erst mit einigen Studien, die wissenschaftlichen Ansprüchen genügen, belegt sind (*Bloem et al.*, dieser Band). Von Seiten der Kampfsportszene selbst ist auch ein Interesse entstanden, psychologische, gesundheitspädagogische und therapeutische Dimensionen näher zu berücksichtigen (*Kastek* 1992; *Tiewald* 1981; *Wolters* 2002, 2004; *Neumann et al.* 2004), zumal die sehr kritische Darstellung des Kampfsportmilieus mit seinen gewaltorientierten Potentialen und kryptomilitärischen Aspekten durch *Colin Goldner* (1992) einige Reaktionen ausgelöst hatte - allerdings keine besonders nachhaltigen. Es besteht, das ist unübersehbar, in der westlichen Gesellschaft im allgemeinen und im psychologischen Gesundheitssystem (*Ammann, Wipplinger* 1998; *Lorenz* 2004) im besonderen ein ambivalentes Zögern, wenn es darum geht, Kampfkünste in präventive und/oder kurative Programme bzw. Maßnahmen der Gesundheitsförderung zu integrieren, obwohl eine neue Gesundheits- und Körperkultur allenthalben gefordert wird (*Morris* 2000; *Lorenz* 2004). Die Ursache wird wohl in der Wortbedeutung des Begriffes "Kämpfen" liegen, die mit Gewalt und destruktivem, aggressivem Verhalten assoziiert wird (*Petzold* 2003c). Es wird unmittelbar deutlich, dass, wenn man sich mit den „Kampfsportarten“, den „Kampfkünsten“ befaßt, man es mit dem Aggressionsthema zu tun hat und ihm nicht entkommen kann. Wengleich die aufkommende Ambivalenz eine Unwissenheit über die tatsächlichen Hintergründe der Praxis der asiatischen Methoden der Selbstverteidigung, Bewegungsschulung und Bewegungsmeditation erkennen läßt, ändert es nichts an der Tatsache, dass die Assoziation von Gewalt und Aggression Unbehagen auslöst, ein Unbehagen

⁷ *Gagnon et al.* 1997, 93, Nr. 200.

allerdings, das auch darauf hinweist, dass Menschen sich mit dem Thema Aggression, d.h. mit ihrem eigenen Aggressionsproblem nicht auseinandersetzen und dieses Thema gemeinhin verdrängt und vermieden wird und nicht wirklich bekannt ist. Immerhin besagt ein populäres niederländisches Sprichwort: „Onbekend maakt onbemind?“ (frei übersetzt: „Unbekannt macht unbeliebt“). Dabei ist das Gewaltthema ja durchaus therapierelevant: in der Kinder- und Jugendlichentherapie (idem 1994f), im forensischen Rahmen, z. B. in der Arbeit mit Körperverletzern (*Bongers* 2000; *Kramer* 1991; *Wolters* 1992b), in der Behandlung von Alkoholikern/Alkoholikerinnen⁸ und Drogenabhängigen (*Höhmman-Kost, Siegele* 2004). Neben Methoden wie Gestalttherapie (*Troschka* 2000), Psychodrama (*Petzold* 1971b), tiefenpsychologischen und eklektischen Modellen (*Deegener* 1999) ist in der Therapie von Aggressionsproblemen vor allen Dingen von Psychomotoriktherapeuten, interaktiven Bewegungstherapeuten und körperorientierten Psychotherapeuten der therapeutische Wert der Kampfkünste anerkannt worden, weil sich hier – sieht man etwa auf Prinzipien der Praxis der Integrativen Bewegungstherapie, wie etwa in *Orth, Petzold* (1998) dargestellt - grundsätzliche Modellkompatibilitäten finden. In dieser Methode wurde in den Behandlungen stets auch Budo eingesetzt (*Roth* 1990; *Höhmman, Siegele* 2004; *Petzold* 1974j), allerdings anschlussfähige, zumeist traditionelle Formen. Und aus dem Felde des *Budo* selbst sind budopädagogische Initiativen zur präventiven, sozialpädagogischen bzw. soziotherapeutischen Arbeit mit Gewaltproblemen unternommen worden (*Wolters, Weidner* 1991; *Wolters* 1992a-d, 1993, 1998; *Weidner et al.* 1997; *Jugendhof Vlotho* 2001; *Neumann et al.* 2004). Es darf nämlich die Tatsache nicht außer Acht gelassen werden, dass die im Westen bekannten Selbstverteidigungsmethoden, wie Judo, Karate, Taekwondo, Jujutsu usw. sich größtenteils an die westlichen (Sport)Normen angepaßt haben, und hier liegt keine gute „Passung“ und „Anschlussfähigkeit“ vor. Das bedeutet nämlich, dass viele ursprüngliche Konzepte der fernöstlichen Bewegungskultur in den Hintergrund getreten sind und stattdessen Kampf, Leistung, Wettkampfbetrieb eine große Rolle spielen, ja beherrschend werden können. Es sind aber gerade die Merkmale des klassischen Budo im „Geist des Zen“ (*Kwon* 1976; vgl. *Watts* 1987), in der Spiritualität des Shinto (*Herbert* 1982; *Coquet* 1985) und bei den chinesischen Stilen im Geiste des „Dao“ (*Gia-Fu-Feng* 1970; *Bracy, Liu Xing-Han* 1998; *Horwitz et al.* 1976, 101-160; vgl. *Oldstone-Moore* 2003), die – weil sie Entspannung, Gelassenheit, innere Sicherheit und Freude fördern (*Ueshiba* 2004), neben der Kräftigung des Körpers Kreativität freisetzen (*Brunon, Molinari* 1980) - den therapeutischen und persönlichkeitsbildenden Wert der Kampfkunst ausmachen (*Fuller* 1988; *Petzold* 1974d, 45ff).

Im Feld des *Budo* ist die kritische/selbstkritische Auseinandersetzung mit diesen Themen der sportiven „Vernutzung“ des geistigen Hintergrundes, des Umgangs mit der Aggressionsfrage, den z. T. höchst autoritären Strukturen gewisser Budo-Schulen selbst noch nicht gut entwickelt, und es finden sich nur vereinzelt Publikationen, die diesen Themen auf sehr unterschiedlichem Niveau und mit sehr differierenden Motiven nachgehen (*Kastl* 1992; *Goldner* 1992; *Neumann et al.* 2004; *Wolters* 2003, 2004b), zumeist behindert durch eine gewisse idealisierende Ehrfurchtshaltung der „Tradition“ gegenüber, die die wahre Tradition verfehlt, weil sie den klaren Blick

⁸ Zur Erinnerung: In dieser Arbeit, die aus der grundsätzlich problembewußten Haltung des Integrativen Ansatzes zu Genderfragen geschrieben wird (*Petzold, Sieper* 1998, *Orth* 2000) wird aus Gründen der sprachlichen Vereinfachung die weibliche Form nicht immer ausgeschrieben ist aber jeweils mitgemeint. Siehe Anmerk. 1.

verstellt, Probleme übergeht und die Frische des Herangehens nicht wagt, die die Haltung des Zen, aber auch die Haltung des Budo verlangt und zugleich ermöglicht. Die rechte Ausrichtung eines Budokas, der den **Wegcharakter** seiner Kunst begriffen hat, wird Tradition und Kreativität zu verbinden wissen. Der „Weg“ im Budo gründet letztlich im *Wegcharakter der menschlichen Erfahrung*, wie er schon von *Parmenides* (Fragment 1) im Proömium zu seinem Lehrgedicht der Erkenntnissuche deutlich herausgestellt wird (*Capelle* 1968, 165f). Er kommt in diesem Begriff des *Erfahrens* selbst zum Ausdruck. Sinn und Erfahrung sind daher nicht voneinander abzutrennen (*Wisser* 1999). Im Voranschreiten auf dem Weg verändert sich die Landschaft, und da es dabei immer auch im ein Durchschreiten der Zeit ist, verändern sich die Zeiten – und *das stellt eine Herausforderung da*, der man sich stellen muß: der Veränderung in der Zeit auf der Kontinuität und Stabilität des Weges wuwei, bewegte Ruhe.

In diesem Sinne gibt es auch ernsthafte Initiativen, die sich um die Belebung des traditionellen Budo in einer Weise bemühen, die eine Vermittlung seiner Werte und Möglichkeiten in der Moderne und für die Bedingungen der Lebenswelt *heute* zu erschließen suchen (*Habersetzer* 2004a; *Ueshiba* 2004). Den richtigen *Weg* zwischen romantisierender Kriegskunst-Bewunderung (*Krause* 1996) und Samurai-Ideologie (*Schultz* 1999; *Freymanond* 2000), pragmatischer Nutzung (*Katchmer* 1995) – etwa in der Schulung von Polizei und Sicherheitskräften - und kommerzieller Vernutzung⁹ zu finden, ist nicht einfach, und wird immer wieder zu Grenzgängen und Grenzphänomenen¹⁰ führen, die nur schwer zu beurteilen sind¹¹.

Ein Ziel dieses Artikels mit seiner *kulturalistischen Perspektive* ist, dem Leser sowohl über historische und theoretische Hintergründe, als auch über die Praxis der Kampfkünste im Sinne des *Budo* – exemplarisch anhand eines ausgewählten Weges, des *Okinawa Goju Ryu Karatedo* - etwas mehr an Wissen zu vermitteln, mit einigen Schlaglichtern und Verweisen zu Formen des chinesischen *Wushu* und zu slawischen Kampfkünsten hin. Wir hoffen, hiermit zum einen bestehende Vorurteile gegenüber den Kampfkünsten abbauen und die Integration dieser Bewegungsdisziplinen in das psychologische Gesundheitssystem fördern zu können. Zum andern kann der Artikel vielleicht zu einer qualitativen Verbesserung von Behandlungsansätzen beitragen, die bereits Kampfkunst oder Elemente daraus integrieren.

⁹ Man schaue in die Anzeigenteile und auf die Orientierung der einschlägigen Magazine – z. B. Budoworld, Karate, Kampfkunst International, Shogun, Grappling Magazine usw. usw., vgl. aber auch die neue Zeitschrift „Dragon - Art de Vivre et Arts Martiaux d’Asie“, Paris: Éditions Mathis oder „Arti d’Oriente – bimestrale di discipline di combattimento e cultura orientale“, Milano: Luni Editrice).

¹⁰ Man sehe auf das „Kernspecht-Phänomen“, *Kernspechts* (1987) pragmatistisches und Kampf-orientiertes Verständnis („Angriff ist die beste Verteidigung“, idem 2000) des Kung Fu in der Form des WingTsun (trotz neuerlicher „Weisheitsexkurse“, idem 2004a) und seine gewaltige Managementleistung, die EWTO aufzubauen mit einer rasanten Entwicklung der internationalen WingTsun Szene. Ähnliches ist für die slawische Kampfkunst in ihrer zur Zeit höchst expansiven Verbreitungspolitik des ROSS von *Alexander Retuinskih* durch *Scott Sonnon* zu sagen (vgl. www.usasojo.com/aboutrussianma.htm; www.blackbeltmag.com/featurecontent/view.asp?article=199; www.rmax.tv/character.htm); und es wären da noch viele andere Entwicklungen zu betrachten etwa *Billy Blancks* Siegeszug mit seinem fitnessmäßig höchst effektive Taebo.

¹¹ Wie soll man etwa die folgende Äußerung von *Keith Kernspecht* (2004, 69) werten? „Seien wir auf der Hut, dass unserem WingTsun das Los armer, degenerierter Selbstverteidigungskünste erspart bleibt, deren Konzepte zu toten Formeln erstarrt sind, seit sie ihre Philosophie auf dem Altar der olympischen Spiele geopfert haben.“ (Ja von welcher „Philosophie“ redet er denn und von welcher Praxis?!).

2. Kulturalistische Überlegungen zu Aggression und Friedensarbeit, Krieg und Brüderlichkeit – Wege in Osten und Westen

„Friede im Herzen,
Friede an allen Orten.“
Gu Kuag, Tang Dynastie (618-960)¹²

„Masakatsu Agatzu Katsubyabi – Der wahre Sieg
ist der über sich selbst. Der Tag des Siegs
erleuchtet.“
*Morihei Ueshiba*¹³

Nach der Megakatastrophe des Ersten Weltkrieges ging die internationale Gemeinschaft mit dem Völkerbund (1920 – 1946) daran, sich dem Thema **Aggression** unter völkerrechtlicher Perspektive zur Sicherung des Friedens zuzuwenden. Der **Briand-Kellogg-Pakt**, der die Ächtung des Krieges als Mittel zur Lösung zwischenstaatlicher Streitigkeiten enthielt, wurde am 27. August 1928 verabschiedet. Nachdem ein Vorschlag der Sowjetunion auf der Konferenz von Genf 1933 gescheitert war, dauerte es Jahrzehnte, bis es in der UN als Nachfolgeorganisation gelang, sich am 14. Dez. 1974 auf eine Definition und Umsetzungsstrategien zu einigen. Sie ächtet im Geiste des **Briand-Kellogg-Paktes** Aggression zwischen Völkern (*Ferencz 1975; Nyiri 1989*) und strich die *destruktive Qualität von Aggression* heraus, wenn sie kategorisch feststellt, dass „keine Überlegung ganz gleich welcher Natur sie auch sei, politisch, ökonomisch, militärisch oder anderer Art eine Aggression rechtfertigen könne“. Damit wurde im 20. Jahrhundert international ein nie zuvor in der Geschichte, die über weite Strecken einer „Kultur der Verherrlichung des Krieges“, des Kampfes, der Aggression huldigte, erreichter breiter Konsens festgeschrieben, der den Frieden, seine Bewahrung und Sicherung zentral stellte und die Ächtung von Krieg und Aggression als Mittel der Konfliktlösung beschloß. Das hatte Öffentlichkeitswirkung, die auch die Haltung in unserer Gesellschaft den Kampfkünsten gegenüber beeinflusste, besonders gegenüber dem Bild, das von den Berichten der Medien geprägt ist, welche nicht selten durch ihre Darstellungen negative Assoziationen von Gewalt und „Aggression“ wecken.

2.1 Das Problem der „Aggression“

Im offiziellen Wortgebrauch und im gemeinhin üblichen Sinn der Alltagssprache bedeutet **Aggression**:

Aggress|ion die; -, -en <lat.>: 1. rechtswidriger Angriff auf ein fremdes Staatsgebiet, Angriffskrieg. 2. (Psychol.) a) [affektbedingtes] Angriffsverhalten, feindselige Haltung eines Menschen od. eines Tieres mit dem Ziel, die eigene Macht zu steigern oder die Macht des Gegners zu mindern; b) feindselig-aggressive Äußerung, Handlung.

Duden - Das Fremdwörterbuch. 7. Aufl. Mannheim 2001. [CD-ROM].

¹² Cheng (2002, 92).

¹³ In *Stevens* (2001, 124). *Morihei Ueshiba* erläuterte diesen Satz durch zwei *dōka*, die er schrieb:

„Der wahre Sieg ist der Sieg über sich selbst, Harmonisiert euren Geist mit Dem Geist im Herzen der Dinge Das Heil selbst wohnt im Inneren Eures Körpers und eurer Seele“	„Wenn ich diese Welt betrachte Seufze ich und klage Doch dann nehme ich den Kampf wieder auf In strömendes Licht getaucht Nähere ich mich dem erleuchtenden Sieg“
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(*ibid.* 125).

Unter **Aggression** wird ein deutlich erkennbares Verhalten verstanden, dessen Ziel die körperliche oder symbolische Verletzung beziehungsweise Schädigung einer anderen Person, eines Tieres oder auch einer Sache beziehungsweise Institution (Staat, Gesellschaft, Schule) ist.

Von der *Psychologie* wird jedes, vor allem das affektive Angriffsverhalten des Menschen, das auf einen Machtzuwachs des Angreifers und eine Machtminderung des Angegriffenen zielt, als Aggression bezeichnet.

Brockhaus, Bibliographisches Institut, 2001 [CD-ROM].

Aggressive behavior: any action of an animal that serves to injure an opponent or prey animal or to cause an opponent to retreat. The term is used in many different ways, however, and no single definition can possibly cover all of its meanings. When considering human **aggression**, for example, some psychiatrists consider any act that has destructive consequences (including suicide) to be aggressive.

Encyclopædia Britannica 2002. [CD-ROM].

Agression: Définition 1. Attaque brutale d'une personne; 2. Atteinte à l'intégrité (agression sonore etc.)

Die Universalis favorisiert die Definition von *Carthy* und *Ebling* : „Un animal se comporte de manière agressive lorsqu'il inflige, cherche à infliger ou menace d'infliger un dommage à un autre organisme“. „L'agression correspond clairement aux attaques réelles ou simulées et à l'intention d'attaquer, c'est-à-dire aux menaces“ ... „l'intention de faire du mal et l'état émotionnel correspondant“ (**Stichwort** AGRESSIVITÉ).

Encyclopædia Universalis France 2000. [CD-ROM]

Aggression als destruktive Aktion, diese Bedeutungszuweisung findet sich in praktisch allen Wörterbüchern und Lexika der großen europäischen Sprachen.

Auch in der Aggressionsforschung hat man nach einigen Kontroversen zu einer allgemein geteilten Position gefunden, wie sie in der Definition von *Baron* auf den Punkt gebracht wird:

„Aggression ist jegliche Form von Verhalten, die mit dem das Ziel verfolgt wird, einem anderen Lebewesen, das motiviert ist, eine derartige Behandlung zu vermeiden, zu schaden oder es zu verletzen“ (*Baron 1977; Baron, Richardson 1994, 7*)

Es ist deshalb - diese Position wird hier auch im Blick auf die physiologischen, neurobiologischen, emotions- und sozialpsychologischen Befunde (*Bloem, Moget, Petzold*, dieser Band, Exkurs) dezidiert vertreten - kaum sinnvoll, von „positiver Aggression“ zu sprechen, wie es etwa die Gestalttherapie tut (*Perls, Hefferline, Goodman 1951; Perls 1942, 1969*), und dabei Begriffe gleichsam „subkulturell“ umzudefinieren, zumal wenn dazu keine fundierende Theorien und Forschungen geboten werden (vgl. *Petzold 2001d*). Das löst nur kognitive Dissonanzen aus, stiftet Verwirrung und führt zu einem nicht unbedenklichen Verkennen des Aggressionsphänomens sowie zu einem Verwechseln von „Aggression“ mit Begriffen wie „Mut“, „Zivilcourage“ (engl. *courage*), „Beherztheit“ (*spirit, heart*), „Selbstbehauptung“ (*assertion*). In der psychologischen Fachsprache ist es wohl der Begriff der „**assertiveness**“, „Durchsetzungsvermögen“, um den es bei einem solchen (Miß)Verständnis vorgeblich „positiver Aggression“ geht. Bei diesem Begriff, der ja therapeutisch durch das „*assertiveness training*“, „Selbstbehauptungs-“ bzw. „Selbstsicherheitstraining“ seit den Pionierarbeiten von *Salter (1949, 1964)* in vielen Untersuchungen seit den siebziger Jahren (*Ullrich de Muynck, Forster 1974*) gut abgesichert ist (*Thorpe, Olson 1997*) und in viele Bereiche der psychosozialen Arbeit – durchaus genderspezifisch - Eingang gefunden hat (*Baer 1976; Butler 1992; Wilson, Gallois 1993; McBride 1998*), sollte man auch bleiben. Es geht ja keineswegs darum,

die Aggression zu „verteufeln“, sondern ihr eine richtige Wertung und den rechten Platz zu geben. Ganz ohne Zweifel gehören Aggressionen in ihren verschiedenen Formen zu unserer biologischen Grundausstattung und sind für das Überleben *funktional* „gut“. Das heißt aber nicht, daß sie auch in einem *moralische Sinne* „gut“ sind. Diesen *Kategorienfehler* machen die Vertreter eines Konzeptes von „positiver Aggression“ (Perls, Goodman u.a., vgl. Petzold 2003c). Dahinter steht dann zumeist auch die anthropologische Ideologie, die besonders von den Vertretern der sogenannten „Humanistischen Psychologie“ (Quittmann 1985) oder der „Transpersonalen Psychologie“ (Zundel, Fittkau 1989) in *Rousseauscher* Manier favorisiert wird, daß der Mensch „*vom Wesen her gut*“ sei. Aber das kann man auch ganz anders sehen. *Friedrich der Große* soll dem Romantiker *G. J. Sulzer* (er gab 1768 das erste Lesebuch für Gymnasien heraus) und vertrat die These *Rousseaus*, geantwortet haben: „Mein lieber Sulzer, Sie kennen diese verwünschte Rasse nicht genügend, zu der wir gehören.“ *Kant* gibt diese Anekdote am Schluß seiner „Anthropologie“ [1798] wieder und vertritt die Ansicht, daß die menschliche Gattung nicht durch und durch böse, und auf jeden Fall zum Guten fähig sei¹⁴, denn was der Mensch „als freihandelndes Wesen aus sich selbst macht, oder machen kann und soll“ (ibid. Ak. VII, 119), das kann er und *muß er selbst bestimmen* und als Kollektiv in „kosmopolitischer“ Zusammenarbeit (ibid. 333) verwirklichen. Wir folgen ihm in dieser Auffassung mit einem einen nüchternen und ernüchternden Blick in die Menschheits- und Evolutionsgeschichte.

2.2 Anthropologische und evolutionsbiologische Streiflichter zu Kampf und Aggression

Die heftigen Debatten von Anthropologen, Biologen, Paläontologen, Soziobiologen, Evolutionspsychologen zu den Themen Aggression, Egoismus/Altruismus, Selfish Gene, male aggression and rape, der Streit um um die Positionen von Protagonisten wie *Hamilton* (1972, 1996, 2001), *Dawkins* (1976), *Eibl-Eibesfeld* 1979, *Lorenz* (1963) *Tooby*, *Cosmides* (2003), *Wilson* (1975), *Wrangham/Peterson* (1996), um nur einige wichtige zu nennen, mit einer kaum überschaubaren Folgeliteratur (vgl. *Mysterud* 2003) zeigen, wie schwierig das Thema für Menschen ist, und zwar weniger wegen der nicht gerade einfachen Forschungslage, sondern wegen der unterschiedlichen Menschenbilder (*Barash* 1998) - und das sind ja letztlich Selbstbilder -, die damit in Widerstreit geraten.

Im Integrativen Ansatz haben wir uns mit diesem Thema immer wieder befaßt – der Seniorautor von *Kindheit auf* (*Petzold* 2002h, 1986h, 2003e). Unsere Position: Der Mensch des *Chro-Magon-Typs* (*Bräuer* 1992, 1997, *Tattersal* 1997), unser Vorfahre, war ein äußerst aggressiver Primat, dem man mit etwas Exzentrizität wohl an Stelle des Namens *homo sapiens sapiens* auch den Namen *homo praedator intelligens* (intelligenter Raubmensch) hätte geben können (vgl. *Keely* 1996), wegen seiner räuberischen, kriegerischen, grausamen (Über)lebenspraxis, z. T. mit Kannibalismus (*Petrinovich* 2000), seiner Destruktivität, seinen z. T. devolutionären Tendenzen

¹⁴ *Kant* schrieb 1797 – also relativ spät - seine Anthropologie aufgrund seiner Vorlesungen mit der Absicht, „die Menschengattung nicht als böse, sondern als eine aus dem Bösen zum Guten in beständigem Fortschreiten unter Hindernissen emporstrebende Gattung vernünftiger Wesen darzustellen“, was „nur durch fortschreitende Organisation der Erdenbürger in und zu der Gattung als einem System, das kosmopolitisch verbunden ist, erwartet werden kann“ (1798, Akademieausgabe VII, 333) .

(Nibelungen-Mentalität, Endsieg-Denken usw.), seinen „dunklen Seiten“ (vgl. *Petzold* 1986h, *Ghiglieri* 1999; *Watson* 1995), die ja heute keineswegs überwunden sind sondern immer wieder noch durchzuschlagen scheinen (*Allman* 1994). Es seien nur die Tendenz der Eroberung und Vereinnahmung fremder/aller Territorien genannt (*Malmberg* 1980) – friedliche *Konvivialität* (vgl. Endnote I) war eher die Ausnahme -, damit verbunden der Überfall auf Artgenossen, die nicht zu den „primär Vertrauten“, den Clan-Genossen gehören – Fremden galt in der Regel keine Brüderlichkeit (es findet sich indes das höchst interessante Phänomen der Gastfreundschaft). Genannt seien auch die Vernichtung von ganzen Völkern, von Kulturen, wie man von den frühen Stammesfehden bis zu den Materialschlachten des modernen Krieges sehen kann (*Crook* 1994; *van der Dennen* 1995), von okkasionellen Masskern (*Sofsky* 1996) bis zum geplanten und systematisch betriebenen Genozid (*Grosser* 1990; *Kuper* 1981; *Staub* 1989), weiterhin die Zerstörung ganzer Landschaften in Strategien „verbrannter Erde“ oder ökologischen Raubbaus bis zur Beschädigung der globalen Biosphäre. Durch Nachhaltigkeitsstrategien (*Littig* 1998; *Weizsäcker* 1992) war diesen Destruktionstendenzen bislang noch kaum beizukommen - insbesondere aufgrund des aggressiven Wirtschaftsimperalismus (auch da erfolgen Kriege) der westlichen Industrienationen (*Sachs* 1993), die zu Lasten der Menschen in der Dritten und Vierten Welt gehen – auch hier gilt keine Brüderlichkeit/Mitmenschlichkeit, denn die Hilfe für die Drittweltländer ist weit davon entfernt, die größte Not zu lindern. Man nimmt wissentlich Hunger, Krankheit, Elend und Tod von Abertausenden und Millionen von Menschen in Kauf: das ist unterlassene Hilfeleistung, ja aggressive Gleichgültigkeit, und - wenn man den ausbeuterischen Hintergrund sieht – blanke Aggression.

„Schwer ist es, gut zu sein“, sagte *Pittakos von Mytilene*, einer der „Sieben Weisen“ Athens (*Capelle* 1967, 64), und er wußte offenbar, wovon er sprach. Indes: Ist der Mensch auch zerstörerisch, fähig zu extremer Grausamkeit und zu Bösem, sehr, sehr Bösem, und praktiziert er lieblose Gleichgültigkeit, so ist er doch auch fähig zu Gutem und Edlen, zu altruistischem Handeln – Frauen wie Männer (*Silverberg, Gray* 1999; *Campbell* 1998; *Sober, Wilson* 1998), zu brüderlichem Einsatz für Mitmenschen und zu hochherziger Gesinnung. Aber das kostet ihn Arbeit, *Überwindungsarbeit*: seiner Aggression, seinem Begehren, seiner Gier gegenüber, es erfordert Kultivierung seiner Natur (*Petzold* 2003e), Entwicklung von *Friedfertigkeit* durch *Friedensarbeit* (idem 1986a), *Brüderlichkeit* oder besser „*Mitmenschlichkeit*“ (sie läßt die Schwestern und Nicht-Verwandten nicht aus) durch praktische Hilfeleistung, sei es auf einem der östlichen oder einem der westlichen Wege oder auf beiden (idem 1986a, *Stevens* 1984, 2001; *Ueshiba* 1938, 1984).

Das Faktum, dass *Menschen in ihrer Natur Aggression und destruktives Handeln als eine - und durchaus wesentliche - Grunddisposition haben*, die im Sinne einer Überlebensstrategie durch das damit verbundene Streben nach „überlegener Gewalt“ einen deutlichen Selektionsvorteil bot und bietetⁱⁱ, hat natürlich immer auch Krieg, Verheerung, Gewalt, Grausamkeiten, Folter, Vergewaltigungen, Eroberungen, Unterwerfung, Besetzungen, Herrschaft/Schreckensherrschaft im Gefolge gehabt. Das ist für den modernen, „zivilisierten“ Menschen, aufgezogen mit den Idealen von Menschenrechten, vielleicht verstörend. Das Faktum bleibt aber in seiner ganzen Anstößigkeit. Die Debatten zwischen den Forschern, die zur „Sevilla Erklärung über Gewalt“ (The Seville Statement on Violence 1990, *American Psychologist* 45, 1167-1168) führten, und die Folgediskussionen (*Pinker* 1997, 2002; *Jones* 1999; *Brown*

2002, 62), die Auseinandersetzungen um Konrad Lorenz' (1963) Theoreme zur Aggression und die damit angestoßenen Diskurse (Nisbett 1976; Eibl-Eibesfeld, Salter 1998) zeigen die ganzen Mühen um eine Klärung des Aggressionsproblems. Eine Verleugnung der menschlichen Natur mit ihren zerstörerischen Seiten kann aber nicht weiterführen (Pinker 2002; Watson 1996), das ist eine Erkenntnis, die sich doch allmählich durchzusetzen scheint. Dabei ist die *grundsätzliche reflexive Lernfähigkeit* des Menschen - es geht also keineswegs nur um Adaptionsmechanismen (Williams 1966) - jedoch als eine moderierende Variable zu sehen (selbst wenn es scheint, als könne der Mensch aus der Geschichte nicht lernen, aber eine solche Ansicht ist angesichts der immer weiter fortschreitenden Entwicklungen zur Humanität falsch). Weil der Mensch durch sein reflexive Intelligenz die furchtbaren Resultate der Gewalt und ihre Gefahren, die er erlebt hat und erlebt (jeder kann da zum Opfer, zum Verlierer, zum Beschädigten, Verwundeten, Krüppel, Gedemütigten werden) überdenken kann, hat er die Kompetenz entwickeln können, Frieden zu schaffen und zu erhalten, Rechtsordnungen und *Menschenrechte* zu erarbeiten, die Unrecht entgegenzutreten und Gerechtigkeit, Brüderlichkeit/Mitmenschlichkeit zu schaffen versuchen (Petzold 2003d), und das kann man gleichermaßen als einen Selektionsvorteil bewerten. Ja, *Menschenrechte sind vielleicht das evolutionäre Überlebensprogramm der Hominiden* (Petzold 2001m, 2003e). Dafür ist nicht ein „gene for compassion“ (Pinker 1994) erforderlich - denn „die Gene sind nicht alles“ (vgl. Lewontin et al. 1988; Lewontin 2000) -, sondern die bewußte und verantwortliche *Entscheidung*, ein solches Programm zu *wollen* (Petzold, Sieper 2003) und in gemeinsamen Anstrengungen zu verwirklichen, darauf kommt es an. Unser kollektives Überleben wird davon abhängen.

Auf jeden Fall ist es wichtig, wenn man sich mit dem Themen „Kampf“, „Kampfkunst“, Aggression, Frieden befaßt, im Diskurs mit den Befunden der Biologie, mit den Neurowissenschaften und der Emotionspsychologie, nicht zuletzt mit der Evolutionspsychologie (Buss 1995; Buss, Shakelford 1997; Nisbett 1976; 1993; Tooby, Cosmides 2003) eine Position zum Aggressionsthema zu finden (Archer 1988; 1994; Daly, Wilson 1988; Crook 1994). Diese muß wiederum in den Diskurs mit Philosophie, Ethik und Rechtswissenschaften eintreten (vgl. z. B. Baumgartner 1986; Beckstrom 1989; 1993; Bradie 1994; Dennett 1995; Farber 1999; Jones 2001; Katz 2000; Lewontin 2000; Masters, Gruter 1992) – Disziplinen des menschlichen Geistes und Frucht der Evolution. Allerdings das Feld allein der Biologie, Soziobiologie, Neurobiologie, Evolutionspsychologie - unverzichtbar mit ihren Beiträgen - zu überlassen oder ausschließlich auf basalbiologische Positionen zu rekurrieren, ist evolutionstheoretischer Unsinn. Man riskiert damit den „Rückfall in einen dogmatischen, naiven Naturalismus“ (Spaemann et al. 1984), allein schon, weil man die bedeutendsten evolutionären Leistungen der Hominiden, das Hervorbringen komplexer Kulturen, differenzierter Formen des Zusammenlebens, elaborierter Rechtssysteme und ethischer Maxime – von *Hammurapi* (1728 – 1686 v. Chr.¹⁵) über *Konfuzius* (551-479 v. Chr.¹⁶), *Kant* 1724-1804¹⁷) bis zu *Paul Ricœur* (27.2.1913 - ¹⁸), um vier Exponenten zu nennen – übergeht und den aus diesem Strom geistiger Arbeit hervorgegangenen *Kantschen* Erkenntnissen nicht Rechnung trägt:

¹⁵ Klengel (1991); Gadd (1965).

¹⁶ *Konfuzius* (1950); vgl. Creel 1949; Etiemble 1986 und Fung Yu-Lan (1952/53) sowie Granet (1980).

¹⁷ *Kant* (1775); vgl. Höffe (2002); Kühn (2004).

¹⁸ *Ricœur* (1990); vgl. Reagan (1998); Matern (1996); Petzold (2004d).

Eine „Wirklichkeit ohne uns“ – als erkennende, wissende, schöpferische und *sittlich entscheidende* Wesen ist nicht möglich (Höffe 2004) und der „ewige Friede [... ist] keine leere Idee, sondern eine Aufgabe, die, nach und nach aufgelöst, ihrem Ziele [...] beständig näher kommt“ (Kant 1795/Ak. VIII, 386). Ewiger Friede ist, wenn man so will, ein „evolutionäres Programm“, allerdings eines, das *wir uns selbst* aufzugeben haben (denn „wir haben niemanden, der uns unter *Artenschutz* stellt“, Petzold 1986h). Diese Programm müssen wir gemeinsam, in *kosmopolitischer* Zusammenarbeit und in immerwährenden Näherungen (vgl. Kant 1798, Anthropologie. Ak. VII, 333) – z. T. gegen unsere aggressiven und devolutionären Dynamiken - anzustreben bemüht sein. Aus integrativer Position formulieren wir:

„**Aggression** ist eine evolutionsbiologisch gegründete, wichtige Überlebensfunktion (Buss 1999) – besonders in ‘wilden Zeiten’, oder besser: ein Bündel differentiell zu betrachtender und sich im jeweiligen kulturellen Kontext gemäß dem ‘Stand der Zivilisation’ spezifisch artikulierender Funktionen, denn die sozialen Situationen formen Aggression, wenngleich es unter bestimmten Umständen zu ‘attavistischen Regressionen’ (Krieg, Pogrome) kommen kann. Aber die Humanevolution ist nicht in der Vor- und Frühzeit stehengeblieben. Sie verlief und verläuft zwar dissynchron, so dass nicht überall der gleiche Stand vorliegt, prinzipiell indes stehen wir durch unsere ‘Kulturarbeit’, in der sich Natur an Kultur vermittelt und Kultur auf Natur einwirkt, nicht gleichsam ‘außen’, vor einem ‘biologischen Automatismus’ als unabwendbarem Fatum eines nicht steuerbaren ominösen ‘Todestriebes’ (Freud, vgl. Marsch 1978; Plack 1989, 1992). Die genetische und die neuronale Plastizität einerseits und die Fähigkeit zur Exzentrizität – heute *Hyperexzentrizität* (Castel 2002; Luhmann 1992; Petzold 1998a) - andererseits und schließlich die humanspezifischen Möglichkeiten eines ‘bedingt, aber hinlänglich *freien Willens*’ (auch ein Produkt der Humanevolution, vgl. Petzold 2001i; Petzold, Sieper 2003a) mit der Fähigkeit zur *Kovolition*, zu gemeinsamem Wollen und zu sittlichen Entscheidungen (Kant) bieten die Chance, die Evolution (Myserud 2003) unter ‘unserer Beteiligung’ – wie gering auch immer sie sein mag – fortzuschreiben, um eine *friedlichere* und *gerechtere* Welt zu schaffen. Diese Aufgabe kann *nur von uns* geleistet werden und ist nicht Resultat genetischer Programmierungen. Dabei darf das attavistische Potential unserer Biologie nie unterschätzt werden. Es kann jederzeit, besonders unter Belastungssituationen, hervorbrechen und sein destruktives Potential entfalten. Deshalb sind individuelle und kollektive Bewußtseinsarbeit, Arbeit der Selbstdisziplinierung, Erziehungs- und Aufklärungsbemühungen sowie übergeordnete Strukturen der Friedens- bzw. Rechtsicherung und Gewaltverhinderung – auch in globaler Hinsicht – erforderlich und Aufgabe einer „kosmopolitischen Zusammenarbeit (Kant) der Menschheit, an der ein jeder mitwirken sollte“ (Petzold 2002b).

2. 3 Budo als Friedensarbeit

„Das geniale der Kampfkünste ist, daß sie eingesetzt werden können, um die in der Evolution herausgebildeten aggressiven Fähigkeiten des Menschen, seine biologische *Disposition* zu Gewalt, Eroberung, Destruktion zu bekämpfen, nicht um sie zu zerstören, sondern um sie zu beherrschen, zu meistern. In dem Kampf um Menschlichkeit (Humanität) wird wahres Menschsein (Hominität) gewonnen, Dieser ‘Kampf mit sich selbst’ und der ‘Sieg über die eigene Natur’ oder Seiten von ihr – über Aggression, Gewalt, Gier, Furcht -, das ist ‘*bushido*’, der wahre Weg des wahren Kriegers“ (Petzold 1993).

Solch weitgreifenden Überlegungen, die im Voranstehenden nur kurz angesprochen werden konnten, sind erforderlich, wenn man sich mit dem Thema „Kampfkunst“, japanischem *Budo*, chinesischem *Wushu*, „slawischen Kampfformen“ befassen will. Diese Ansätze praktizieren „individuelle und – im Rahmen ihrer „community of practitioners“ – kollektive Bewußtseinsarbeit, üben *friedlich Kampf* aus bzw. *Kampf in friedensstiftender Absicht* und sind damit in gewisser Weise höchst interessante

Beispiele für die anthropologische Grundsatzthematik von Krieg und Brüderlichkeit, Frieden und Aggression, von Gestaltung der *Natur* zu *Kultur*.

Historisch betrachtet sind „Kampfkünste“ aus kriegerischen Kontexten hervorgegangen, aus grausamen, aggressiven Überlebenskriegen, in die alle menschliche Intelligenz und ingeniosen Kräfte investiert wurden. – „Der Kampf ist der Vater von allem, der König von allem“ meinte *Heraklit* (Fragment 53¹⁹), und er steht mit dieser Meinung nicht allein. Auch *Kant* sieht Konflikt, Konkurrenz, Auseinandersetzung als Realitäten, die man nicht negieren kann, die allerdings den Mensch aus „der Rohigkeit zur Kultur“ führen können (*Kant*, Idee zu einer allgemeinen Geschichte in weltbürgerlicher Absicht, Ak. VIII, 20f). Ob eine solche Sicht richtig ist oder richtig war und wenn, ob sie richtig bleiben muß, ist eine andere Frage. Die Menschen werden darüber – wie über alles, was richtig oder falsch ist – letztlich mit ihrem *Willen* entscheiden müssen. Menschen haben schon lange über den Krieg nachgedacht, wie frühe Zeugnisse aus historischer Zeit belegen. Aus dem hier interessierenden Bereich finden wir in den Zeiten der chinesischen Kultur, die bezeichnender Weise als Periode der „kämpfenden Königreiche“ (481 – 221 v. Chr.) benannt wird, ein dem *Sun-Tzu* zugeschriebenes Werk „*Sungzi bingfa*“, über die „Kunst des Krieges“ (*Sun-Tzu* 1972) Es behandelt nicht nur Strategie und Taktik, Kriegsmittel und Waffen, Spionage und Vasallensschaften usw., sondern thematisiert auch die Psychologie der Kriegsführenden und den politischen Kontext des Krieges – es war also keineswegs *Carl von Clausewitz* (1780-1831) in seinem Grundlagenwerk „*Vom Kriege*“²⁰ der Erste, der die politische Dimension aufgriff. *Sun-Tzu* beeinflusste viele moderne Militärtheoretiker. Der chinesische Strategie kommt zu der grundsätzlichen Feststellung: „*Kenne deine Feind und kenne dich selbst, und du kannst hundert Schlachten ohne Niederlage führen.*“ (Obwohl *Sun-Tzu* an anderen Stellen die Unvorhersehbarkeit des Schlachtausgangs betont). *Selbstkenntnis* wird hier in die Kriegskunst eingeführt. Das ist beachtenswert, denn wo das geschieht, wird ein Moment der Selbsterforschung, der Rationalität, der Vernunft ins Spiel gebracht, die Extremdestruktivität zu vermeiden sucht. Es entsteht damit nämlich die Chance, *Kriegsmentalität* (*Goodman* 1986) zu überwinden. Wo *Vernunft* - im Kantschen Sinne (*Höffe* 2004) – zum Tragen kommt, wird es vielleicht möglich, im *Nachsinnen* und *Nachdenken* über die eigene menschliche Natur, über ihre aggressiven, destruktiven Seiten mit dem Aggressionsthema weiterzukommen. Das erfordert natürlich ein diskursives Nachsinnen von Vielen von vielen Seiten her, ein *transversales*, *polylogisches* Nachsinnen (*Welsch* 1997; *Petzold* 2002c) auf einer *übergreifenden* Ebene, für die vielleicht erst diese Zeit der Spätmoderne in ihrer Globalisierungsdynamik und mit ihren weltumspannenden Möglichkeiten der Kommunikation und des Wissenstransfers Chancen bietet, zu wirklich mehrperspektivischen, transversalen Diskursen zu kommen, die unserer heutigen Weltkomplexität vielleicht gerecht werden. Bei *Sun-Tzu* waren zunächst einmal politische Überlegungen gefragt, und das war schon viel. Es ging nicht mehr nur um wilde Eroberungen, *Raubkriege*. Krieg mußte sich politisch lohnen und rational rechtfertigen lassen. Ein Ergebnis solcher Rationalität war bei ihm: Der Sieg muß schnell erreicht werden, langer Krieg schadet

¹⁹ Der Text des Fragments 53 fährt fort: „die einen macht er zu Göttern, die anderen zu Menachen, die einen zu Sklaven, die anderen zu Freien“ (nach der Übers. von *Capelle* 1968, 135). Fragment 80: „Man muß wissen, daß der Kampf das Gemeinsame ist und das Recht der Strei, und daß alles Geschehen vermittels des Streites und der Nottwendigkeit erfogt“ (*ibid.*). In die Fragen der Wiedergabe von *ptolemos* mit Kampf oder Krieg oder Widerstreit so hier nicht eingestiegen werden.

²⁰ *Vom Kriege* (nach 1830, hrsg. 1996), vgl. *Aron* (1980; 1984).

allen. Kriegsgefangene sind gut zu behandeln (aus Großherzigkeit, aber auch, um sie den eigenen Truppen einzugliedern), Reiche sind zu übernehmen, nicht zu zerschlagen usw.

Das Werk hatte Einfluß auf die gesamte asiatische Kriegskunst bis in die neuere Zeit, z. B. auf die japanischen Kriegstheoretiker *Yoshitsune*, *Takeda Shingen*, *Muro Akida*, dessen Vergleich von *Sun-Tsu* und *Clausewitz* Lehrstoff für die japanische Generalität vor dem zweiten Weltkrieg war, und natürlich hat auch *Mao Tse-Tung* den Klassiker konsultiert.

Der Historiker *Roland Habersetzer* (2004, 35ff), zugleich einer der Pioniere der Kampfkünste in Europa, hat unlängst eine kompakte Übersicht über die Strategien *Sun-Tsus* gegeben und dabei die Maxime herausgestellt: „Die höchste Kunst des Krieges ist, den Feind ohne Kampf zu unterwerfen“ (ibid. 38), und er hat diese Position der Doktrin des „totalen Krieges“ gegenübergestellt, ihr gegenüber die Weisheit der alten chinesischen Theoretiker unterstreichend. Mit Verweis auf die Turbulenzen gewisserer Gegenwartskonflikte (wohl den Irakkrieg ansprechend) meint er gar: „il serais sans doute temps de repenser à cette vielle sagesse venue d’il y a quelques 2500 ans ..., es wäre zweifelsohne an der Zeit, die alte Weisheit wieder zu überdenken, die aus mehr als 2500 Jahre zurückliegenden Zeiten auf uns gekommen ist ...“ (ibid.). Andere, wie *Donald Krause* (1996), haben gar versucht, die Strategien des *Sun-Tzu* in den Bereich des modernen Managements übertragen (in der Zeit *feindlicher Übernahmen* „hat das was“). Indes man muß sich klar sein: Immer ging und geht es bei dieser „Weisheit“ um Ausübung von Gewalt im Interesse der Unterwerfung von Anderen. Darum geht es letztlich auch beim „Weg des Kriegers“, selbst wenn er ästhetisch überhöht wird wie in der Bushido-Philosophie des berühmten Samurai *Daïdoji Yuzan* (1639-1730), auf die später noch kurz eingegangen werden soll. Friedentheoretische und -praktische Strategien finden wir hier noch nicht und natürlich auch noch keine machttheoretischen Metareflexionen (*Ahrend* 1970; *Orth, Petzold, Sieper* 1999), die eigentlich unerläßlich wären. Der alleinige Rekurs auf die „Weisheit der Krieger“ ist deshalb für die Auseinandersetzung mit den wirklich brennenden Problemen der Gegenwart *ungeeignet*: etwa die Politik der militärischen, ökonomischen, technologischen Supermächte und Nationen, die im Besitz von Massenvernichtungsmitteln und Ultra-High-Tech-Wissen sind und einen rücksichtslosen wirtschaftlichen und ökologischen Imperialismus zu Lasten der übrigen Welt, besonders der Armutsländer und des globalen Ökosystems praktizieren sowie eine nicht befragbare Kulturhegemonie vertreten, oder das Problem mit Staaten, die in den Besitz von ABC-Waffen kommen wollen, und natürlich das Phänomen des global agierenden Terrorismus bzw. Megaterrorismus, der nicht dekontextualisiert von all diesem zu betrachten ist.

Vor einem solchen höchst komplexen Hintergrund müssen letztlich – will man nicht naiv an die Fragen herangehen - die Bemühungen verschiedener moderner Budosysteme um eine grundsätzliche Umgestaltung ihrer Ideologie in Richtung einer „Praxis von Friedensarbeit“ mit übergeordnetem Anspruch (*Ueshiba* 1938, 1984 1991; *Ueshiba* 2004; *Stevens* 1986) sehr genau betrachtet werden. Sie stehen hier in Prozessen einer Entwicklung, die alles andere als abgeschlossen ist. Die vorliegende Arbeit will zu dieser Entwicklung einen Beitrag leisten, der vielleicht allein schon darin besteht, daß er den komplexen Kontext - wenn auch nur kurz - aufzeigt und umreißt, denn das ist bislang noch nicht geschehen. Die auf Sieg und Unterwerfung orientierten Kampfkonzepte und -methoden des klassischen *bushido* und alten *wushu*

mußten mit der Wendung zu einer Friedensorientierung eine völlig andere Richtung nehmen, und dafür waren und sind große Investitionen notwendig. So durchliefen verschiedene Budo-Richtungen eine erhebliche *kulturelle Transformation* in eine Richtung, die vielleicht wie folgt umrissen werden kann:

„Die in den perfektionierten, siegorientierten Kampf investierten Kräfte der alten Kämpfer (Bushi) und ihrer Kampfkultur wurden im Budo/Wushu umgewandelt zu einer ‚Ästhetisierung der eigenen Existenz‘ auf einem Weg (dō) der ‚Arbeit an sich selbst‘²¹, der Entwicklung einer persönlichen *Lebenskunst* im ‚Weg der Übung‘, den der *Budoka* geht – Übung nicht nur des Leibes, sondern aller seiner Fähigkeiten, der intellektuellen und sittlichen. Diese wurde aber nicht nur individualisierend eingesetzt, sondern die alte Kampfkultur wurde auch in kollektiver Weise transformiert als Beitrag der *Budokas* zu einer friedlichen Kultur, in welcher die in die Aggression investierten Kräfte und Gedankenarbeit konstruktiv transformiert werden: in die Kraft und den Willen, sie für den Frieden, für Achtung und eine Praxis *Gewährleistung von Würde* einzusetzen – der eigenen wie die der Anderen. Das ist heute ein Kernanliegen des ‚transformierten‘ *Bushido*, des neu ausgerichteten ‚Weg des Kriegers‘, wie er u.a. durch Sensei *Morihei Ueshiba* (1938), dem Begründer des Aikido, vertreten wurde. Aus dieser realitätszentrierten Geistigkeit *konkreter*, verantworteter alltäglicher Lebensgestaltung – und ich spreche hier bewußt nicht von ‚Spiritualität‘, denn die Konkretheit des Dao und des Zen hat in diesem westlichen Begriff kein richtiges Äquivalent –, aus diesem ‚*Handeln-Denken-Fühlen-Sein*‘ konkreten persönlichen *und* gemeinschaftlichen Lebens kommt ein kultureller Beitrag von größtem Wert für die sinnarmen Gesellschaften der Spätmoderne, ein Beitrag, der auch für die Psychotherapie fruchtbar gemacht werden sollte, denn auch sie hat in diesem Bereich des *Sinns*²² eine empfindliche und bislang kaum beachtete Leerstelle“ (Petzold 1993).

Diese Wertung – zehn Jahre sind inzwischen vergangen – muß allerdings aus *systematischen Gründen* erneut geprüft werden, ja derartige Wertungen müssen immer wieder überdacht und unter Analyse der faktischen Praxis *diskurskritisch* untersucht werden, weil sie in der *grundsätzlichen* – in der anthropologisch und menschheitsgeschichtlich grundsätzlichen - Problematik stehen, wie wir Menschen mit unseren destruktiven Tendenzen, unserem Streben nach Unterwerfungs-, Unterdrückungs-, Ausbeutungsmacht umgehen, und ob und wie wir einen *Friedenswillen* entwickeln, ob und wie wir ihn umsetzen, eine *Friedensliebe* kultivieren und praktizieren – auf der individuellen und kollektiven Ebene. Natürlich sind das übergeordnete Fragen einer politischen Kultur bzw. Weltkultur. Aber *Budo* steht mit seinem wahrhaft außergewöhnlichen Versuch, *Kampfkunst als Friedenskunst* auszuüben, an einem wesentlichen Ort: einem Ort des Experiments, dessen Gelingen ein beachtliches Hoffnungspotential birgt, wenn nämlich zwei so antagonistische Realitäten wie „Kampf“ (es wird hier absichtsvoll nicht von Krieg gesprochen) und „Frieden“ in konstruktiver Weise verbunden werden könnten. Dieses Experiment hat durchaus zukunftsweisende Dimensionen. Wenn nämlich vielleicht in der Zukunft internationale Organisationen – z. B. die UNO – über exekutive Ordnungskräfte für Peace-Keeping-Aktionen verfügen werden, wird sich die Frage stellen, in welcher Weise dann diese Kräfte ausgebildet werden, mit welcher Philosophie und mit welcher Haltung und Praxis. Bislang bestehen internationale Kontingente als multinationale Truppen aus herkömmlichem Militär. Die Frage ist durchaus zu stellen: sind solche traditionell als Soldaten ausgebildete Männer und Frauen für die Aufgaben von „Friedensmissionen“ überhaupt richtig ausgestattet und mental vorbereitet, um die erforderlichen Interventionen mit einer in fundierter Schulung und „innerer Auseinandersetzung“ gewonnenen Haltung von „*Kämpfern für Frieden und Gerechtigkeit*“ auszufüllen, besonders, da diese Zielsetzungen bis in die jüngste Zeit für nicht legitimierte bzw. legitimierbare kriegerische Aktionen

²¹ Siehe *Höhman-Kost, Siegele*, dieser Band.

²² Vgl. jetzt *Petzold, Orth* (2004).

mißbraucht worden sind. Solche Einsatzkräfte in Friedensmissionen müßten nämlich weitaus mehr können, als mit Waffen und Waffensystemen umzugehen. Sie werden Menschen durch ihre *Haltung*, mit der sie den international *legitimierten* Auftrag ausführen, überzeugen müssen. Wenn es dem *Budo* gelingt, seine Theorie und Praxis „kämpferischer Friedenarbeit“ und des „Kampfes für den Frieden“ überzeugend zu realisieren, könnten aus diesen Erfahrungen vielleicht Erkenntnisse für die angedeuteten Aufgaben künftiger Friedensmissionen genutzt werden.

Das Thema der Entwicklung einer *Kultur des Friedens* und der *Konvivialität* ist so schwierig und bedeutsam, *weil es eine Arbeit gegen unsere Natur ist*, oder genauer, gegen eine Dimension unserer *biologischen* Natur: gegen ihre aggressive Seite. Kultur transformiert diese Seite von *Natur* durch Gedanken-, Gefühls- und Willensarbeit in *kultivierte, menschliche Natur*.

In den Prosperitätsländern der modernen Technologiegesellschaften wird „kämpfen“ als menschliches Phänomen oft abwertend konnotiert (*Kallenbach* 1993), obwohl die Investitionen in die Rüstung weltweit gigantisch sind. Die breite Öffentlichkeit, die sich mit den Kampfkünsten nicht befaßt hat, ist wahrscheinlich deshalb immer noch der Auffassung, dass zum Beispiel aggressive Jugendliche mit solchen Kampfsportarten nicht in Berührung gebracht werden dürften, weil sie sonst noch aggressiver würden und eine Bedrohung darstellen könnten. Diese Auffassung ist oft auf Bilder gegründet, welche durch die Medien – in der Regel ohne Bezüge zu den kulturellen und geistesgeschichtlichen Hintergründen - vermittelt werden. Und so sind die Begriffe „Kampfsport“ oder „Kampfkunst“ durch Vorurteile und Ängste, die bei den Worten „Kampf“ und „kämpfen“ aufkommen, belastet (*De Spa* 1995; *Ueschiba* 2004). Um diese Doppelwertigkeit zu vermeiden, sprechen wir lieber von „Budo“ oder von „Budodisziplinen“, womit wir uns auf den *kritisch reflektierten* (vgl. Abschnitt 10) philosophischen Hintergrund und Kontext dieser „Praxeologien“ der Bewegungsarbeit und ihre pädagogischen und persönlichkeitsbildenden Zielsetzungen beziehen, die im Begriff *Budo* besser zum Ausdruck kommen als im Wort „Kampfkunst“ (*martial arts*).

Obwohl Begriffe wie „martialische Bewegungskunst“, „Budospport“ und „Kampfkunst“, „Weg des Kampfes“ (so die wörtliche Übersetzung) benutzt werden, haben wir in der niederländischen und der deutschen Sprache eigentlich kein gutes Äquivalent für den japanischen Begriff „Budo“ oder das chinesische „Wushu“ gibt. Das ist nicht nur ein Übersetzungsproblem. Mögliche Ursachen hiervon sind in der unterschiedlichen Entwicklung und dem Aufbau der sportlichen Erziehung und dem Phänomen "Sport" in der westlichen und östlichen Kultur zu sehen (*Kallenbach* 1993). Obschon wir in Westeuropa sicherlich auch eine Kampfkunsttradition kennen (man denke an das griechisch-römische Ringen, an Fechten, Boxen, Savate/boxe française, das schweizerische Schwingen, die Lucha Canaria), zeichnet sich die Entwicklung des westlichen Sportes durch eine zunehmend agonale bzw. wettkampfmässige Orientierung aus, womit gleichzeitig die Notwendigkeit von Sportorganisationen und Regelwerken entstand. In Asien ist diese Art des Sporttreibens nicht verwurzelt. Dort entwickelte sich bereits Jahrhunderte früher als im Westen eine kampforientierte Bewegungskultur, deren Organisationsmerkmale und wesentliche Komponenten - wie die der Erziehung der Persönlichkeit und der damit verbundenen Lernprozesse - bis heute bewahrt wurden (*Donohue* 1999b). Wichtige Merkmale dieser östlichen Bewegungskultur sind: keine Wettkämpfe, eine nicht-rationalisierte Ausrichtung (im Sinne von Wettkampffregeln; allerdings besteht

ein Verhaltenscode) und ein sehr persönliches, individualisiertes Herangehen, was das Verhältnis des Lehrers gegenüber dem Schüler/Lernenden betrifft. Während der westliche Sport vor allem über die Idee des Wettkampfs bestimmt wird, stehen im östlichen "Sport" andere Elemente zentral, nämlich die Idee des „Weges“ oder die der „Übung“ – und die umfaßt mehr als Training (*Dürckheim* 1964; *Doumolin* 1976; *Kapleau* 1965).

„Der Mensch, der erahnt, was *Do* bedeuten könnte und sich für *Do* entschieden hat, ist bewußt auf einen 'persönlichen Weg' getreten, der gleichzeitig ein Eintreten in die Gemeinschaft all derer ist, die den ‚großen Weg‘ über die Jahrhunderte beschritten haben, und der ist immer ein ‚Weg des Erfahrens und Lernens‘ – so lange er währt“ (*Petzold* 1993).

Die Auffassung des 'Weges' als „ganzheitliches und differentielles Erfahren und Lernen für sich und in Gemeinschaft“ (ibid.) bestimmt diesen ganzen Artikel und wird immer wieder dadurch aufgezeigt, dass der *Budoka* als *Lernender* benannt wird. Dabei muß unterstrichen werden, dass hier ein „komplexer Lernbegriff“ (*Sieper, Petzold* 2003) im Hintergrund steht, der nicht mit einem reduktionistischen „verschulten“ Lernen gleichgesetzt werden darf – deshalb ist er ja mit dem Erfahrungsbegriff verschränkt – sondern einerseits als „existentielles Lebenslernen“ aufgefaßt wird, zum anderen aber auch heute neurobiologisch fundiert werden muß (vgl. ibid.). Weiterhin ist für das Budo der "formende Inhalt" wesentlich (*Kallenbach* 1993). Aber auch die Form (*Petzold* 1990b) transportiert Inhalte: Bewegungsformen können die Qualität „ästhetischer Erfahrungen“ (vgl. *Chang Chung-Yuan* 1975) haben, in denen sich Schönes und Heilsames verbindet (vgl. idem, dieser Band). Die „Dialektik von Form und Inhalt“ oder die Fragen um „Form, Inhalt und Leere“ (*Komito* 1987; *Hübner* 2001) gehören zu den tiefsten Fragestellungen des *Budo* und der dahinterstehenden daoistischen und (zen)buddhistischen Lebensweisheit, Philosophie, Meditations- und Bewegungs- *Lebenspraxis* (*Kapleau* 1965; *Doumolin* 1976) mit bedeutsamen Verbindungen zur Psychotherapie, Meditation und Kunst (*Epstein* 1998; *Fromm* et al. 2002; *Hübner* 2001; *Petzold* 1983d).

3. Bemerkungen zu den Quellen der Kampfkünste

Angesichts der Tatsache, dass beinahe jedes asiatische Land eine oder mehrere Kampfkünste kennt, würde eine Übersicht über alle fernöstlichen Kampfkünste zu einer Buchserie mit dem Umfang einer ausführlichen Enzyklopädie führen (*Habersetzer, Habersetzer* 1987). In diesem Artikel beschränken wir uns auf eine knappe Übersicht über japanische Systeme und einige Bemerkungen über deren Hintergrund in der asiatischen Festlandkultur sowie auf einige Hinweise auf die slawischen Formen der Kampfkünste.

Die fernöstlichen „martialen Künste“ haben ihren Ursprung in der chthonisch-animistischen Religion Chinas in der Zeit vor der Entstehung der großen religiösen und philosophischen Systeme des Buddhismus (*Scheider* 1980, *Schumann* 2001), Taoismus (*Maspéro* 1971), Konfuzianismus (*Creel* 1946; *Granet* 1980). Diese Periode zeichnete sich schon durch eine hochentwickelte Kosmologie und Anthropologie aus, die im Begriff des *Chi* und im Zeichen von *Yin* und *Yang* ihren vollkommensten Ausdruck gefunden hatte: dem Symbol der Einheit in der Verschiedenheit, der Synthese der Antinomien. Im Buch „Zhuangzi“ (= Meister *Zhuang*) aus dem 4. Jahrhundert v. Chr. finden sich Hinweise auf den Gebrauch meditativer „Übungen“ und von Atemtechniken, und das taoistische Hauptwerk des legendären „alten Meisters“ *Laozi* aus dem 4. - 3. Jahrhundert v. Chr., das „Daodejing“, d.h. „Kanon der Wirkkraft (*de*) und des Weges (*dao*)“ sowie das „Yijing“ (entstanden im 7./6. Jahrhundert), das alte Weisheits- und Orakelbuch „der Wandlungen“ (*Schmidt-Glitzner* 1990), formulieren die alten Yin-Yang-Ideen aus, die auch für die Budophilosophie einen wesentlichen Hintergrund bilden: entgegengesetzte Prinzipien als kosmische Grundkräfte, **Yang** das Männliche, Aktive,

der Himmel, die Stärke, die rote Farbe, **Yin** das Weibliche, Passive, die Erde, die Nachgiebigkeit, die schwarze Farbe, die ihren gemeinsamen Ursprung im **Dao**, im Absoluten haben. Prinzipien wie das des „*wuwei*“, der „Ruhe-in-Bewegung“, der „Müheleeren Mühe“, des „Nicht-Handeln“ haben hier ihren Ursprung, die nicht als das Aufgeben jeglicher Aktivität verstanden werden dürfen, sondern als die größtmögliche „rechte Aktivität“, in der sich eine „*Meisterschaft seiner selbst*“ begründet. Ursprünglich als Tugend der Herrscher und der Weisen – in Japan später der Samurai (*Yamamoto* 2000) - verstanden, haben die „sieben Weisen des Bambushains“, die alle gesellschaftlichen Konventionen beiseite ließen und im Hier-und-Jetzt des Augenblicks zu leben suchten, eine Popularisierung dieser Prinzipien herbeigeführt, die eine daoistische „Kunst des Lebens“ begründete (*Oldstone-Moore* 2003) – auch das Abendland hat ja seine Tradition der „Lebenskunst“ (siehe *Petzold* und *Hegi*, dieser Band).

Die Ursprünge der verschiedenen Kampfkünste – ganz gleich in welcher Tradition - liegen vielfach im Dunkeln oder wurden von Legenden umrankt. Um 960 v. Chr. lehrte ein taoistischer Priester *Chang-Sanfeg* eine Form des Faustkampfes, in dem die Atmung eine besondere Rolle spielte. Dann wird berichtet, dass der Legende nach der indische Mönch *Bodhiddarma* oder *Ta Mo*, wie er in China genannt wird, sein Mutterland verläßt, um seine buddhistische Religion in China zu verbreiten. Auf einer dieser Reisen besucht *Ta Mo* den Shao Lin Tempel in der süd-chinesischen Provinz Honan. Er trifft die Mönche in sehr schlechter physischer Verfassung an. Um daran etwas zu ändern, führt *Ta Mo* eine Serie von Übungen ein. Diese Übungen werden als Basis der Kampfkunst Kung Fu angesehen, und der Shao Lin Tempel wird als Wiege der Kampfkünste betrachtet (*Draeger & Smith* 1969; *Haesendonck* 1989; *Nakayama* 1986; *Mitchell* 1990, *Smith* 1974; *Wong Kiew Kit* 2002).

Die Übungen des Kung Fu sollten den Wandermönchen – eine verbreitete Form monastischen Lebens im alten China - ermöglichen, sich bei Überfällen zu verteidigen, ohne die Meditation zu verlassen. Als Urheberin des Win Chung Pai oder Win Chung Kung Fu – entstanden im 16. Jh. - wird eine buddhistische Nonne *Ng-Mui* genannt (*Habersetzer* 1976, 68), welche diese höchst effiziente Technik entwickelte, damit sich ihre Nonnen gegen Übergriffe verteidigen konnten. Die Legenden sind zahllos. Allerdings ist die Hypothese, dass mit *Ta Mo* die Entwicklung der Kampfkunst begonnen habe, eher im Sinne einer „Begründungslegende“ zu sehen. In China wurden zum Beispiel Grottenzeichnungen von Kampfübungen gefunden, die 427 nach Christus zu datieren sind. Das sind beinahe hundert Jahre vor der Einführung der Übungen durch *Ta Mo* im Shao Lin Kloster (520 nach Chr.). Vor kurzem wurden Informationen die Kampfkunst in Indien veröffentlicht, die deren Einfluss auf die chinesischen Varianten nahelegen, wiederum mehr oder weniger durch *Ta Mo* (*Nelson* 1989) – ein Netz von Legenden und Traditionen.

Die chinesischen Kampfkünste und Bewegungsmeditationen, das Kung Fu, das bis in die Chou Dynastie (1111–255 v. Chr.) zurückgehen soll, hunderte von Schulen ausbildete und heute mit dem Yang- und Wu-Stil erhalten und international verbreitet ist, das T'ai Chi Chuan (*Gia Fu Feng* 1970), das im Westen große Popularität gewann (*Huang* 1973) seien hier genannt. Das Kung Fu, und damit auch die Kampfkünste im allgemeinen, erfuhren durch *Lee Chen-fan*, bekannt als *Bruce Lee* (27.11. 1940 - 20.07. 1973), ein Schüler von *Yip Man*, und das von *Lee* begründete Film-Genre des „Eastern“ eine weltweite Verbreitung – leider auch im Sinne einer „tödlichen“,

brutalen Kampfmethod. Daran haben auch die traditionalistischen, auf die chinesische Geschichte hinweisenden Einsprengsel nichts geändert.

Das ursprüngliche Kung Fu orientierte sich ganz im daoistischen Geiste an der Natur, der Beobachtung der Tiere in Kampf und Verteidigung. Im buddhistischen Shao Lin Kloster wurden die Übungen der „Fünf Tiere“ entwickelt und gepflegt: Bär, Kranich, Hirsch, Esel und Tiger (*Wong Kiew Kit* 2002). In der frühen Ming Dynastie (14. Jh.) kam die Schlange hinzu, noch später der Adler. Das Yin und Yang Prinzip harmonisierte das Ganze.

Die Beziehungen von China und Japan waren historisch zeitweilig sehr kriegerisch und blutig – es sei nur aus der neueren Geschichte an den japanisch-chinesischen Krieg und seine globalen Folgen erinnert. Diese Geschichte des Kampfes hat sicherlich einerseits zur Übernahme von Kampftechniken geführt, wie die Traditionen des Okinawa-Karate zeigen (*Kim* 1974; *Bishop* 1989), andererseits zu einer traditionellen Spannung zwischen der chinesischen und der japanischen Tradition, ideologischen Kämpfen um die „bessere“ Technik (Thema vieler „Eastern“), und es hat die Quellenlage kontaminiert – etwa über den Einfluß des Kenpo oder der verschiedenen Waffensysteme (*Habersetzer* 1976; *Schulz* 1977; *Charles* 2004). Die *slawischen Kampfkünste* sind im Westen bis in die jüngste Zeit nicht bekannt geworden (vgl näheres Endnote III). Sie hatten neben eigenständigen, weit in die Geschichte der Slawen zurückgehenden Traditionen, Impulse aus der normannischen Herrschaft, der Kiewer Rus, von der die Nestorchronik berichtet (*Trautmann* 1931; *Donnert* 1983) übernommen - und die Waräger waren gewaltige Krieger. In die Kampfpraktiken der Waldbauern, die sich an der Grenze zur Steppe gegen die einfallenden asiatischen Nomadenvölker verteidigten, wurden von diesen Gegnern wiederum mongolisch-tatarische Methoden des Kampfes übernommen. Die „Goldene Horde“ (*Halperin* 1987) hat ihre Spuren hinterlassen - etwa Techniken des tatarischen Ringens *kuresh*, usbekisch *kurash*, kasakisch *kures*. Natürlich haben die Kosaken mit ihrem Kampfstil *sploch* ihre Spuren hinterlassen (*Gröper* 1994) und der japanisch-russische Krieg [1904-1905] hat Spuren hinterlassen – *V. A. Spiridonov*, der Urheber des *Sam*, aus dem der russischen *Sambo* hervorging (*Kozak* 1964) kämpfte in diesem Krieg. All diese Spuren haben die originären slawischen Kampfformen bereichert, ohne daß sie indes ihre besondere Charakteristik, die sie von anderen Budo- bzw. Wushudisziplinen unterscheidet, eingebüßt hätten, w. z. B. eine partnerschaftlich ausgerichtete Lehrender-Lernender-Beziehung statt der Meister-Schüler-Beziehung im Wushu, ihre ausgeprägte Orientierung auf Gemeinschaft (соборность), ihre undogmatische offene Kampfform und die Arbeit mit fließenden, „strömenden“ Bewegungen, die nicht abzureißen scheinen und „den Körper als Ganzen in seinem natürlichen Bewegungspotential“ nutzen etc.

Neben der Sprachbarriere war es der „Eiserne Vorhang“, aber mehr noch die in Rußland selbst notwendige Arkandisziplin, das Erfordernis im „Untergrund“ zu bleiben, die eine größere Verbreitung verhinderte. Im Mittelalter waren es die Verbote der mongolisch-tatarischen Unterdrücker, später dann kirchliche Verbote, noch später die stalinistische Diktatur, die Kampfsport nur in den offiziellen militärischen Kontexten duldete. Die verschiedenen russischen Kampfkunstströmungen, besonders, kleine, lokalen Gruppierungen, die auch volksmedizinische Praktiken pflegen und weitergeben, verdienen durchaus ein besonderes Interesse, ähnlich wie übrigens die serbischen (*Milošević* 1989, 2001), aber im Rahmen dieser Arbeit können wir weder auf diese Traditionen noch auf den chinesischen Wushu weiter eingehen.

Wir zentrieren uns in diesem Text vielmehr auf die japanischen Varianten der Kampfkunst. Diese Wahl hängt damit zusammen, dass die Autoren und die Autorin hier eine gemeinsame „Schnittmenge“ des Wissens und der Erfahrung haben – *Petzold*ⁱⁱⁱ, *Bloem und Moget*^{iv} praktizieren auch slawische und chinesische Stile.²³ Ein weiterer Grund ist an dem Faktum orientiert, dass japanische Kampfsysteme mit ihrem historischen Ursprung und ihrer Entwicklung, ihrer organisatorischen Struktur und ihren Unterrichtskomponenten schon früh sehr gut beschrieben wurden (*Draeger, Smith* 1969; *Haines* 1968; *Nishiyama, Brown* 1960), eine breite, zugängliche Literatur hervorbrachten und damit für unsere Absichten eine überschaubareres Bild vermitteln als die chaotische Mannigfaltigkeit der chinesischen Stile. Kein modernes Land der Welt scheint seine Kampfkünste auf einem solch hohen Niveau entwickelt zu haben wie Japan; und das hat natürlich historische Hintergründe (*Harrison* 1913; *Inoue* 1995; *Nitobe* 1931; 1899/2000; *Webb* 1968), die auch in den Biographien, im Denken und in der Haltung der großen Gründerväter des Budo (*Jigoro Kano/Judo, Morihei Ueshiba/Aikido, Gichin Funakoshi/Karatedo*, vgl. *Stevens* 1997), in der Entwicklung ihrer jeweiligen Kunst Niederschlag fanden – in sehr unterschiedlicher Weise, und das wäre eine eigene Studie wert.

Es gibt überdies zwischen dem kampforientierten, chinesischen Kung Fu der externen Stile (Wai Chia) und dem japanischen Karate der Okinawa-Richtung (*Bishop* 1989), das auf diese chinesischen „Vorfahren“ zurückgeht, viele *strukturelle* Gemeinsamkeiten, was Grundpositionen und Bewegungsfolgen anbelangt. Die traditionellen *Katas* und die „Formen“ (*tao*) des Kung Fu haben durchaus Ähnlichkeiten. Insgesamt sind japanischen Entwicklungen sparsamer, karger – *Habersetzer* (1976, 66) meint, die japanischen *Katas* „se sont appauvris“, sie seien „ärmer“ geworden, aber diese Einschätzung muß man nicht teilen. Man kann das auch so sehen: sie sind schlichter geworden, verdichtet, näher beim japanischen Zen (*Deshimaru Roshi* 1977; *Gluck* 1962; *Hyams* 1998; *King* 1993). Die Briefe, die der Zen-Mönch der Rinzaï Sekte *Takuan Sōhō* (1573-1645) an einen Meister des Säbels geschrieben hat (*Takuan Sōhō* 2001) machen diese Wendung in das Einfache deutlich, hin zum „Intervall, das für kein Haar Platz läßt“ (ibid. 30). Die Schulen des Wushu, z. B. Hung Gar, Tang Lang Pai, Choy Lee Fut, Wing Tsun, Wah Kuen Pai, um einige wichtige zu nennen, sind näher am taoistischen Hintergrund (*Tawm* 2004) und in diesem Sinne vielfältiger, symbolischer, sicher auch „magischer“ und durch die Verwendung kreativer Medien und Visualisierungen ausgezeichnet (*Daniele* 2004; *Chia* 2003; *Oldstone-Moore* 2003). Darin sind sie anders, als viele Richtungen des japanischen und koreanischen Budo. Von den Formen (*tao*) her gibt es eine unüberschaubare Vielfalt und der philosophische Hintergrund des Wushu ist gleichermaßen komplexer und undurchschaubarer als das Budo. In der Bewegungsqualität sind die Kung Fu Stile oft eleganter, tänzerischer. Weiterhin spielt der Gebrauch der Waffen, die Kunst, eine Vielfalt von Waffen zu beherrschen eine große Rolle (*Charles* 2004; *Werner* 1972). „... to have a complete background in Gung Fu, one must be familiar with the many types of weapons involved in the art“ (*Wong* 1975, 105f), wohingegen im Karate die Waffen keine vergleichbare Rolle spielen (*Kim* 1974). *Ken Funakoshi*, 9. Dan Shotokan, und Nachfahre des Begründers des modernen Karate, *Gichin Funakoshi* (1922), formuliert unmißverständlich: „Ich unterrichte keine Waffen. Es gibt Menschen, denen die Waffen gefallen, doch wie ich

²³ Vgl. die Ausführungen in der Endnote III, Teil 2..

das verstanden habe sind Karate und Waffen zwei verschiedene Welten“ (*Funakoshi* 2004).

3.1 Bugei, Bujutsu und Budo

Japanische Kampfkünste wie Judo, Aikido, Jiu Jitsu und Karate sind in Holland und Deutschland gut bekannt. Der allgemeine Sammelbegriff für alle Kampfkunstsysteme ist “Bugei”. Die Wörter “Bujutsu” und “Budo” sind bereits von spezifischerer Bedeutung. Der Begriff “Bujutsu” (Kampf-System) wird für combat-artige Systeme gebraucht, die eher auf Selbstverteidigung spezialisiert sind und bei denen die Bedeutung der Techniken hoch angesetzt ist. Insgesamt sind die Diskussionen über die Methodologie im Budo noch nicht sehr ausgearbeitet. Was eine „Schule“ ist, was ein „Stil“, was Methoden oder Techniken sind, wird sehr unterschiedlich definiert. Im Wushu macht man sich z. B. Gedanken, was eine Form, was ein Stil und ein System ist (*Inosanto* 2003, 5)²⁴. Aber eine übergreifende terminologische Einheitlichkeit von hinlänglicher Konsistenz, mit der man die verschiedenen Richtungen beschreiben könnte, fehlt bislang. Im japanischen Budo ist man in Fragen der Systematisierung noch am weitesten fortgeschritten,

Disziplinen, die unter dem Begriff “Budo“ eingeordnet werden können, sind gekennzeichnet durch ihre Zentrierung auf eine “Schulung des Geistes“ vermittels ästhetischer und bewegungsorientierter, sportiver Aktivitäten (*Draeger* 1973a, 1973b, 1974). Die Budo-Disziplinen müssen unterschieden werden in “Ko-Budo-Disziplinen” und “Shin-Budo-Disziplinen”. “Ko-Budo” bezieht sich auf das klassische Budo (*Kallenbach* 1993), welches sich in der Tokugawaperiode entwickelte (1603-1868). Mit “Shin-Budo” ist 'modernes Budo' gemeint. Es wurde vor allem um ca. 1900 entwickelt und ausgearbeitet (*Donohue* 1999b). Eine Rückbesinnung des Shin-Budo auf seine Herkunft fand während und nach dem Zweiten Weltkrieg statt (*Crompton* 1989). Obwohl der Ursprung der technischen, philosophischen und ästhetischen Faktoren auf ältere militärische Bujutsu Systeme zurückzuführen ist, wurden moderne Budoformen für die Zivilbevölkerung entwickelt (*Donohue* 1999b). Aus diesem Grund sind erhebliche technische Modifikationen vorgenommen worden, um Budoformen einerseits für „Sportler“ sicherer zu machen und andererseits, um ihre Akzeptanz in der Öffentlichkeit zu fördern (*Donohue* 1996b; *McCarthy* 1994). Ein Beispiel: “Kendo” ist ein modernes Budosystem, welches sein technisches Arsenal zugunsten einer sichereren Ausübung und grösserer Popularität angepasst hat. Obwohl *Kendo* “Der Weg des Schwertes” bedeutet, ist es natürlich nicht das gleiche System, das durch Samurai im feudalistischen Japan angewandt wurde. Der Unterschied besteht darin, dass *Kendo* Regeln hat, was auf einen “wirklicher Kampf” sicherlich nicht zutrifft. Ausserdem werden im *Kendo* deutliche Grenzen eingehalten, was den Körper betrifft, der im übrigen gut geschützt ist und mit der “Shinai” nicht berührt werden darf. Die “Shinai” ist aus Bambus

²⁴ „Jun Fan Gung Fu ist ein System, kein Stil. Die große Differenz zwischen einem Stil und einem System ist, daß es bei ersterem immer eine Form und Struktur gibt, wie man die Dinge auszuführen hat. Ein Stil folgt strikt der Norm. In einem System gibt es verschiedene Strukturen, um den gleichen Inhalt auszuführen. Ein System folgt der Norm zahlreicher Wege. ... Ein System ist eine progressive Form, das sich auf eine Meta hin ausrichtet, man muß diese Meta aber nicht immer durch den gleichen Weg erreichen“ (*Inosanto* 2003, 5). Das macht Sinn. Viele moderne Budo-Formen gehen in eine ähnliche Richtung. Der slawische Kolo oder ROSS haben eine ganz ähnliche Philosophie (*Sonnon* 2003).

gebaut und deshalb mit dem “Katana”, dem echten Schwert, nicht zu vergleichen (Donohue 1999a). Ähnliche Anpassungen sehen wir zum Beispiel beim Judo und Karate. Auch in diesen Disziplinen sind gefährliche Techniken eliminiert und die übrig gebliebenen Techniken in einem vernünftigen, praktikablen Curriculum kombiniert worden.

3.2 Budo

Dem japanische Zen-Meister *Deshimaru* (1987) zufolge hat der Mensch immer das Verlangen, sich selbst in Kraft und Weisheit zu übertreffen. Er strebt danach, die größte Kraft und Weisheit zu erreichen. In Japan soll unter anderem durch *Budo* der Weg bereitet werden, der gleichzeitig zu *Kraft* und *Weisheit* führt. “*Bu*” steht für “Militär” und “kämpfen”. “*Do*” bedeutet auf Deutsch “der Weg”. Wörtlich übersetzt heisst “*Budo*”, wie schon ausgeführt, also “*Weg des Kampfes*”, aber die ursprüngliche Bedeutung des Wortes ist sehr viel komplexer (*Reid & Chroucher* 1987). *Morihei Ueshiba*, der Begründer des Aikido, beschreibt “*Budo*” als: “a divine path established by the gods that leads to truth, goodness, and beauty; it is a spiritual path reflecting the unlimited, absolute nature of their universe and the ultimate grand design of creation” (*Ueshiba* 1938, S. 27). Eine etwas weniger komplexe Definition von *Budo* könnte sein: “Die Entdeckung des eigenen Ich durch Kampftraining” (*Deshimaru* 1987) oder “Frieden durch Kampftraining” (*Reid & Croucher* 1987). Wir werden unsere eigenen Definitionen im abschließenden Abschnitt (10.) dieser Arbeit vorstellen und begründen. Im *Budo* werden viele Trainingsmethoden aus dem *Bujutsu* verwendet, aber die Akzente liegen bei der geistigen Entwicklung, der Selbstdisziplin und der Achtsamkeit gegenüber einer rechten Lebenseinstellung (*Kallenbach* 1993; *Deshimaru* 1987). Diese rechte Lebenseinstellung gab es bereits im *Bujutsu*, sie hatte aber ein anderes Ziel. Eigentlich kann man sagen, dass die rechte Lebenseinstellung im *Bujutsu* mehr ein *Weg aus einer gegebenen Notwendigkeit* heraus war (der des kriegerischen Kampfes), während *Budo* ein Ziel für sich darstellt. Dies ist der essentielle Unterschied (*Pieter* 1995). Es geht also nicht um das Lehren der einen oder anderen gefährlichen Technik für das Schlachtfeld und nicht um Wettkampf wie beim westlichen Sport. Im *Budo* stehen *Disziplin und Kontrolle*, sowohl *physisch* als *mental*, derart zentral, dass von wirklichem physischen Kämpfen nicht die Rede sein kann. Gerade das “Kämpfen” darum, das Kämpfen zu verhindern, stellt einen zentralen pädagogischen Gesichtspunkt im *Budo* dar (*De Spa* 1995) – so die Positionen in der aktuellen *Budo*-Literatur (*Ueshiba* 2004; *Wolters* 2004). Kritisch ist hier aber zu vermerken (siehe weiteres 4 und 5.3), dass bislang weder eine fundierte friedensphilosophische Begründung auf der Grundlage der eigenen buddhistischen oder schintoistischen Tradition erarbeitet wurde (und hier wäre viel zu finden, wie *Morihei Ueshiba* 1984, 1998 gezeigt hat, vgl. *Stevens* 1984), noch eine differenzierte Analyse kryptomilitärischer und kryptobellizistischer Elemente in Ideologie und Praxis der Budokünste geleistet wurde, denn wahrscheinlich reichen Um- und Neuattribuierungen nicht – die „archäologischen Arbeiten“ von *Foucault* (1978; *Bublitz et al.* 1999) zu anonymen historischen „Diskursen der Macht“ bzw. zu „Machtdispositiven“ haben das gezeigt. Eine kritische und in die Tiefe gehende Auseinandersetzung mit den Bushido-Ideologien wird in der Gemeinschaft der Budoka nicht verzichtbar. Es fehlt auch die Erarbeitung moderner friedensphilosophischer Positionen, die für eine zeitgemäße Auseinandersetzung mit dem Kriegs-, Aggressions-, Gewaltthema und für eine moderne „Praxis“ der engagierten Arbeit für Brüderlichkeit/Mitmenschlichkeit und der „Gewaltprävention“

im Budo genauso unerlässlich ist, wie in der Pädagogik oder der Psychotherapie (Petzold 1986a, 2003c), wenn sie sich seriös mit diesen Themen befassen will. Man bleibt auch in neueren Publikationen noch sehr traditionalistischen Positionen verhaftet (Neumann et al. 2004; Wolters 1998, 2003), Hier ist zweifellos noch viel Arbeit zu leisten.

4. Historische Hintergründe des japanischen Budo

„Der Weg, der der wahre ‘Weg’ ist,
ist nicht der gewöhnliche Weg“
Laozi, Daodejing

Budo ist gekennzeichnet durch eine enorme Vielfalt an Ausprägungen. Die “Hauptströmungen” darunter sind ihrerseits wiederum in unterschiedliche Subströmungen bzw. Unterformen oder Schulen (*ryu-ha*) zu unterteilen (Habersetzer, Habersetzer 1986). Das Karate kennt z.B. eine große Zahl Subformen, für Aikido trifft das weniger zu. Trotz dieser Vielfalt standen alle japanischen Budodisziplinen in den gleichen historischen Entwicklungen. Für den chinesischen Wushu liegt das ähnlich, wengleich die historischen Situationen für die verschiedenen Regionen unterschiedliche Ausrichtung haben. Ähnliches ist von den slawischen Kampfkünsten zu sagen.

Zweifelsfrei verfügten bereits die ersten Menschen über Methoden zur (Selbst)verteidigung und zum Kampf und Krieg. Sie haben sie von den Vorläufern ihrer Entwicklung übernommen (Mysterud 2003; Tattersall 1997), Diese Menschen waren darauf bedacht, sich selbst gegen wilde Tiere zu verteidigen oder sie zu jagen und zu erlegen. Mit der Ausdehnung der Lebensräume kam es unvermeidlich zu Konfrontationen mit anderen Gruppen oder Völkern, die manchmal feindlich gesinnt waren (Gehlen 1956; Mysterud 2003). Hierdurch wurde die Verteidigung gegen andere Menschen zur Notwendigkeit (Alexander et al. 1970). Aus diversen archäologischen Funden wird deutlich, dass seit der Frühgeschichte der Menschheit es Kämpfe, bewaffnete Konflikte und Kriege gab – Thema der Diskussionen um die „Evolutionsbiologie der Aggression“ (Lorenz 1995; Meyer 1981; Vogel 1989; Wuketits 1993). Bereits viele Jahrhunderte vor Christus wurden differenzierte Kriegssysteme entwickelt. Die Geschichte der Kriege (Fiedler 1976ff; Dellbrück 1920 ff, Habersetzer 2004) ist ein dunkles Kapitel der Menschheitsgeschichte. Die erste Entwicklungsphase der asiatischen Kampfkünste ist gekennzeichnet durch eine Periode von vielen Kriegen. Die Kampfkunst wurde in erster Linie durch die Kriegerkaste entwickelt und angewandt. In den unterschiedlichen militärischen Kasten wurden so spezielle Kriegs- und Kampfsysteme ausgearbeitet. Eine unvermeidliche Folge der vielen Kriege war, dass Völker über kurze oder längere Zeit von anderen Völkern beherrscht wurden. Diese Fremdherrschaft brachte mit sich, dass die bestehende Kultur durch eine andere, neue Kultur der Herrscher beeinflusst wurde, auch im Bereich der Kampf- und Kriegstechnik.

In Japan lag die Entwicklung der Kampfkünste in erster Linie in den Händen des Kriegsadels, des Militärs. Mitglieder der adeligen Familien wurden in der Kriegskunst unterrichtet. Bis zum 17. Jahrhundert bestand Japan noch nicht als einheitlicher Staat, und die Bevölkerung war in feindliche Lager geteilt, angeführt von Edelleuten der Region (auch “Daimyo” genannt). In dieser Periode des andauernden Krieges war die

Schulung in kampforientierten Fähigkeiten eine übergeordnete Notwendigkeit (*Reid & Chroucher* 1987). Dennoch waren die Samurai auch Kulturträger, die intellektuelles Wissen und Künste pflegten und vielfach auch durch konfuzianischen Einfluß geprägt waren. Erst um 1603 brach eine neue Zeit an, die von relativem Frieden begleitet war. Der Mann, der hierfür verantwortlich war, ist Shogun (militärischer Führer) *Tokugawa Ieyasu*. Dadurch, dass er die Familie jedes Daimyo dazu verpflichtete, in der Hauptstadt zu wohnen, nahm *Tokugawa* den Daimyo ihre Macht. Gleichzeitig hatte diese „Geiselnahme“ der Familien den Zweck, dass die Daimyo sich friedlich verhalten mussten. Dadurch wurde der Unabhängigkeit der Daimyo ein Ende bereitet, was wiederum auch ein Ende der vielen Kriege bedeutete (*Reid & Chroucher* 1987). Mit dem Ende der Konflikte war gleichzeitig die Notwendigkeit, *Bujutsu* zu lernen, nicht mehr in dem Maße gegeben, wie in der alten Zeit. Allerdings bezogen die Samurai ihre intellektuelle und geistige Entwicklung nicht allein aus der Kampfkunst. Shinto und chinesische Weisheitsbücher, die religiösen und künstlerisch-ästhetischen Entwicklungen in Japan spielten eine erhebliche Rolle (*Coquet* 1991; *Izutsu, Izutsu* 1988; *Chang Chung-Yuan* 1975). Die konfuzianische Pädagogik und Gesellschaftslehre machte es zur Pflicht des Edlen, in den Künsten bewandert zu sein, insbesondere in der Poesie, die in Japan besonder gepflegt wurde (*Beni* 1951). Auch durch den Ehrencodex, dem „*Bushido*“ (*way of the warrior*): „Treue gegen den Herrn, Waffentüchtigkeit, Todesverachtung, Selbstzucht und Güte gegen Schwache“, wurden die Samurai angeregt, sich auch intellektuell zu entwickeln, um ihrem Herrn wertvolle, bis in den Tod ergebene Vasallen zu sein (*Reid & Chroucher* 1987; *Newman* 1989). Nicht alle Krieger und nicht alle Regionen wollten sich indes in diese Ordnungsstrukturen einordnen. In der Iga- und Kogo-Region bildeten und hielten sich Widerstandsnester, in unzugänglichen Bergdörfern und versteckten Tälern entwickelte sich eine Kultur des naturbezogenen Lebens, Kampfes, Überlebenskampfes die später unter dem Namen Ninjutsu, Ninja-Kultut bekannt werden sollte, und von der ein völlig verzerrtes Bild durch die filmischen Phantasmagorien. *Masaaki Hatsumi* (1991, 7), der 34. Großmeister des Togakure Ryu und der wichtigste Protagonist dieser Tradition stellt fest: „Ninjutsu developed as a highly illegal counter culture to the ruling samurai elite, and for that reason alone, the origins of the art were shrouded by centuries of mystery, concealment, and deliberate confusion.“ Durch *Hatsumi* und seinen Schüler *Stephen Hayes* (1987, 1988) ist die Ninjutsu-Tradition mit ihrer spirituellen Disziplin (*seishin teki kyoyo*) etwas zugänglicher geworden. Ihr zentrales Anliegen: die Entwicklung einer eigenständigen, höchst unabhängigen Persönlichkeit mit einer meditativ-reflexiven frei entschiedenen Lebenshaltung, ohne die Ankettung der Loyalität an einen Herrn bis zur Selbstaufgabe, die dem Samurai kennzeichnete. „By evolving into a mystic’s understanding of the universal process, the historical Togakure ryu ninja became a warrior philosopher“ (*Hatsumi* 1981, 13). Die „Schattenkämpfer“ waren also keineswegs die verruchten Killer, als die sie heute stigmatisiert werden. Sie hatten ihre „Mystik“, Praxis von Mudra und Matren, eine Weisheitslehre *Mikkyo*, die aus verschiedensten Einflüssen, chinesischen, tibetischen, indischen gespeist sein soll (*Haynes* 1987). Von den Samurai wurden die Ninjas zeitweilig sehr bekämpft, so daß sich die Untergrund- bzw. Geheimkultur noch stärker entwickelte. Auf jeden Fall ist es von Bedeutung – aller Legendenfülle ungeachtet – den Freiheitsgeist der Ninja als ein gewisses Korrektiv zur Verabsolutierung der Samurai-Ideologie mit im Blick zu halten.

Als es mit der Festigung des Shogunats dann zu einem Ende der Kriegshandlungen kam, wurden die Samurai noch stärker motiviert, grössere Aufmerksamkeit auf ihre

geistige Entwicklung zu richten. Viele Samurai widmeten sich der Teezeremonie, der Kalligrafie, der Blumengestaltung oder der Dichtkunst (*Reid & Chroucher* 1987). Auch passten manche ihre Kampfkunst an diese intellektuelle, aber auch geistige Lebensweise an. Mit dem Blick auf die umfassende Arbeit der Selbstkultivierung, die ein Samurai pflegte, können sich die zeitgenössischen Adepten eine „Samurai-Ideologie“ einmal fragen, ob sie bereit wären, einen solchen Aufwand für ihre Selbstentwicklung zu betreiben. Für diese Samurai nahm das Streben nach einer „vollkommenen Form“ einen wichtigeren Platz ein als die praktischen und funktionellen Aspekte der Kampfkunst. Im Wort „Budo“ gewann die Bedeutung Kampfkunst Gewicht. Diese ging davon aus, dass Kampfkunst zu innerem, persönlichen Frieden führe, der auch mit sozialem Frieden einher gehe (*Reid & Chroucher* 1987). Gegenwärtig ist diese Form von *Budo* bekannt unter der Bezeichnung „Ko-Budo“.

In der Vermittlung des Budo im Westen muß als ernste Frage die in den Raum gestellt werden:

Kann authentisches *Budo* nur als Lehren von Kampftechniken und Bewegungsfertigkeiten überhaupt hinlänglich vermittelt werden oder sind nicht auch andere Künste, wie die Tee-Zeremonie (*Hammitzsch* 1958; *Sadler* 1962; *Sen* 1979) oder die Dichtkunst, z. B. *waka* und *heiku* (*Blyth* 1964; *Brower, Miner* 1961), sowie eine Einführung in die wesentlichen geistigen Traditionen unerlässlich?

Wir tendieren dazu, die Frage zu verneinen. Budopädagogik (*Wolters* 2004) müßte dem Rechnung tragen.

Um 1868 ging die Tokugawa-Periode zu Ende und die „Ehre des Kaisers“ wurde wiederhergestellt (die so genannte Meiji-Restauration). Seit dieser Periode wurden das so genannte „Shin-Budo“ bzw. die „modernen Budodisziplinen“ entwickelt und ihnen unter westlichem Einfluß und um ihre Popularität zu steigern, Wettkampfelemente beigelegt. Diese modernen Budoformen waren für die Zivilbevölkerung gedacht und sorgten dafür, dass auf diese Weise auch die Zivilisten eine starke Verbindung mit der Vergangenheit und damit auch ihre Identität mit Japan – eine spezifische Identität wohl gemerkt - aufbauen und erhalten konnten (*Donohue* 1999b). Ein drittes historisches Ereignis, das auf die Entwicklung des *Budo* Einfluss hatte, war der Zweite Weltkrieg (*Pieter* 1993). Durch den Krieg hat das Selbstbewusstsein und das Selbstwertgefühl, die „Ehre“ des japanischen Volkes erheblich gelitten. Die Budoformen wurden als Mittel gesehen, den „Mut und die Ehre“ wiederzufinden (*Funakoshi* 1975; *Stevens* 1984).

Das wirft natürlich aus westlicher – zumal aus europäischer Perspektive – die kritische Frage nach der „Auseinandersetzung mit der Vergangenheit“, der Art und Qualität der „Vergangenheitsbewältigung“ auf (vgl. immer noch grundlegend *Jaspers* 1963; weiterhin *Schwan* 1997; *Grosser* 1990; *König* et al. 1999; aus psychoanalytischer Sicht *Mitscherlich, Mitscherlich* 1968; zu Unterschieden in den ehemaligen beiden deutschen Staaten *Herbert, Groehler* 1963). In Deutschland ist die Thematik, wie u. a. die „Goldhagen-Debatte“ gezeigt hat (*Schoeps* 1997, vgl. aus integrativer Perspektive *Petzold* 1996j) oder die „Mahnmal-Debatte“ (*Reichel* 1996; *Korn* 1996) oder die Debatten um die „Wehrmachtsausstellung“ (*Blasius* 2004) usw. usw., nach wie vor ein zentrales Problem, das jederzeit in Aktualisierungen führen kann. Es gibt ein gewisses kritisches Problembewußtsein – und immer noch und immer wieder Probleme, Verleugnungen, Verdrängungstendenzen, aber auch Aufarbeitungsbereitschaft! Die Auseinandersetzung mit diesen Fragen der Vergangenheit muß durchaus in transkultureller Perspektive betrachtet werden – generell (*Hein, Selden* 2000), aber auch in Mikrobereichen, und die Budo-Szene ist ein solcher Mikrobereich, in dem diese Diskurse bislang in nennenswerter Weise geführt *nicht* wurden. Das wäre aber dringend erforderlich! In Japan selbst ist bekanntermaßen dieser Themenbereich schwierig (*Buruma* 1994; *Honma* et al. 2003; *Kisa* 2001; *Li*

2003; Tanaka 1996) – gerade auf dem Hintergrund der spezifischen Vorstellungen von Ehre und historischen Traditionen, den bedrückenden Fakten eigener Kriegsverbrechen (Downer 1993; Goodwin 1995) und erlittener Kriegsverbrechen, etwa dem der amerikanischen Atombombenabwürfe, die als *war crimes* benannt werden müssen. Ein äußerst schwerwiegender Mangel liegt in der Situation, daß Chinas als Dialogpartner kaum verfügbar ist, obwohl beide Staaten in den siebziger Jahren beschlossen, ihre Beziehungen zu normalisieren. Aber wirklich Aussöhnung bzw. Versöhnungsarbeit hat bislang kaum stattgefunden und der „chinesische Volkszorn entzündet sich noch immer an den Untaten der Japaner“ (vgl. Kolanko 2004). Dadurch wird die Vergangenheitsbewältigung noch zusätzlich blockiert. Fatal ist das weitgehenden Fehlen eines dem innereuropäischen Diskurs vergleichbaren *innerasiatischen* Diskurses zu diesen Themen der Vergangenheitsbearbeitung. Natürlich ist das auch in eminenter Weise ein deutsch-japanisches Thema (vgl. Friedrich Ebertstiftung 2003) bzw. deutsch-japanisch-amerikanisches (ibid., Hein, Selden 2000). Das darf im Zusammenhang mit einem Artikel wie dem vorliegenden nicht unerwähnt bleiben und hat auch Auswirkungen für Budo und unsere Rezeption, Praxis und metakritische Reflexion dieser Budo-Praxis, die – so hoffen wir – in diesem Text immer wieder durchscheint und immer wieder auch thematisiert wird. Besonders muß die Ideologie des *Gehorsams* dem Meister, dem Daimyo, dem Shogun, dem Kaiser gegenüber tiefenstrukturell untersucht werden, denn der „Gehorsam bis zum Tode“, der Bushido-Gehorsam, den der Samurai-Code (Yamamoto 2000, 2003; Newman 1989; Nitobe 2000) und die zentralen klassischen Texte der Samurai *Daidoij Yuzan* (1994) und *Miamoto Musashi (Tokitsu 2003)*, aber auch – in deren Folge - moderne Vertreter der Samurai-Ideologie (Tanaka 2004; Schulz 1999) z. T. verklärend vertreten, kann nur in sehr tiefgreifenden Dekonstruktions- und Reinigungsprozessen umgewandelt werden – es ist sogar zu fragen, ob die großartigen Friedenimpulse in der Philosophie von *Morihei Ueshiba* (1984, 1998) nicht auch in ihrer Untergrundstruktur und Wirkungsgeschichte diskursanalytisch (Foucault 1978, vgl. Bublitz et al. 1999) durchforstet werden müßten. *Gehorsam* und *Loyalität* ohne beständige kritische und metakritische Reflexion, ohne interdisziplinäre Polylogie, sind in hohem Maße dadurch gefährdet, daß die evolutionsbiologischen und kulturgeschichtlichen Narrative, aufgrund derer wir in der Gefahr stehen, mächtigen, *salienten* Führern zu folgen, sich reinszenieren, wie es wieder und wieder durch die Jahrhunderte in destruktiven, devolutionären Dynamiken geschehen ist (Mysterud 2003; Daecke, Bresch 1995; Petzold 1986h) über die gesamte Geschichte der Hominiden hin. Und in der Frühzeit mochte dieses Muster durchaus überlebenssichernd gewesen sein. Deshalb ist es ja auch so stark und in immenser Weise attraktiv wie radikal. *Ist er nicht Führer, so ist die tiefte Lust des Kriegers der Gehorsam*. Alle die Führern bedingungslos folgten – zu allen Zeiten - haben dies gezeigt. Die japanische wie die deutsche Geschichte hat das gezeigt. Die Gestalt des *Leo Naphta* in *Thomas Manns* (1924) *Zauberberg* zeigt den Prototyp des „Heiligen Kriegers“ bedrückend bis zum rituellen Selbstmord. Die „Ordo-Pädagogik“ eines jeden Mittelalters, und sei es in der Moderne oder Spätmoderne (auch die haben ihre Mittelalter), findet ihre „tiefste Lust im Gehorsam“ des „absoluten Befehls“, der „eisernen Bindung“, der „Disziplin“, des „Opfers“, der „Verleugnung des Ich“ ... Das ist „der Tugendkatalog des totalitären Terrors und er illuminiert das Denk- und Verhaltensmuster des fanatischen Überzeugungstäters“ (Lubich 2001, 55), des heren Kriegers, der unbeirrbar in seinem Ehrenkodex das tut, *was getan werden muß*. *Yukio Mishima* (Scott-Stokes 2000) hat mit seinem rituellen Tod gezeigt, in welcher Gefahr der *Bushido* steht. Der Film „The Last Samurai“ zeigt das in anderer, höchst subtiler Weise. Die faszinierende Ästhetik der „vollkommenen Kirschbüte“ kann indes den Schachtenlärm und die Schreie der Verstümmelten und Sterbenden nicht übertönen. Aber der „letzte Samurai“ meint, das sei „ein guter Tag zum sterben: That’s bushido!“ – eine der beeindruckendsten Szenen dieses großartigen und tiefe Zwiespältigkeit auslösenden Filmes – eine Szene, die ganz *diesen* japanischen Geist trifft. In dem berühmten Essay *Mumyôshô* des großen Dichters *Chômei Kamo* (1155-1216) zur Poetik belehrt er die Dichterkollegen: „Er möge ausdrücken, daß er *die Kirschblüten mehr schätzt als sein Leben*, aber an der roten Herbstfärbung des Ahorns soll er nicht in gleicher Weise hängen“ (zit. in *Izutzu*, *Izutzu* 1988, 32, unsere Hervorhebung). Solche Geisteshaltung bedarf nach der Aufklärung sensu *Kant* (Kühn 2003) und nach den Kriegskatastrophen des 20. Jahrhunderts im 21. Jahrhundert der metakritischen Dekonstruktion.

Nach dem Zweiten Weltkrieg wurden Teile Japans von den alliierten Kriegsmächten besetzt. Große Umwälzungen fanden und finden statt unter Bedingungen von Wandel und Kontinuität (Reischauer 1993). Durch die Anpassung der Kampfkünste und die darauf folgende staatliche Anerkennung entstanden viele öffentliche Budo-Schulen. Auch die alliierten Militärs wurden Mitglieder dieser Schulen und nahmen das Gelernte mit nach Hause. In den 50er und 60er Jahren wurden dann auch, vor allem in den Vereinigten Staaten, viele Budo-Schulen gegründet. Es soll hier noch einmal

verdeutlicht werden, dass es dabei um die angepasste Form des *Budo* geht. Nach der Einführung der Kampfkünste in den Westen wurden zahlreiche internationale Organisationen errichtet. *Judo* wurde als erste Kampfkunst olympisch anerkannt. Auch *Karate* hat inzwischen die olympische Anerkennung erhalten. Mehr und mehr westliche Budoka (Personen, die *Budo* praktizieren) interessierten sich für das traditionelle *Budo* und das *Bujutsu* und gingen auf die Suche nach Lehrern, die das noch vermitteln konnten. Dank diesen Personen haben wir im Westen jetzt die Gelegenheit, *Shin-Budo* wie auch *Ko-Budo* und *Bujutsu* auszuüben. Die *Shin-Budo* Variante ist dabei noch immer die populärste. In den Niederlanden haben wir vor allem mit ritualisierten, sportlichen Kampfsystemen zu tun, die beträchtlichen technischen und organisatorischen Veränderungen unterzogen wurden, um schließlich eine sichere Ausübung durch den "gewöhnlichen Bürger" möglich zu machen, und in den übrigen europäischen Ländern steht das nicht anders.

5. Charakteristische Eigenschaften des japanischen Budo

In der Beschreibung der historischen Entwicklung ist der Charakter des *Budo* bereits in Erscheinung getreten. Durch die Hervorhebung einiger Merkmalen versuchen wir nun, diesen Charakter noch spezifischer zu beschreiben.

5.1 Budo als Gemeinschaft und soziale Welt

Mit einem soziologischem Term könnten wir die japanischen (chinesischen, slawischen) Kampfkünste als eine "Gemeinschaft" beschreiben (*Donohue* 1999b). Nach *Donohue* kennzeichnet sich diese Gemeinschaft durch eine stark hierarchische Organisation und ihre prägnante Ideologie. Das Gemeinschaftsgefühl wird durch die Anwesenheit eines festen Trainingsplatzes, einem *Dojo*, und durch bestimmte Rituale und Formen bekräftigt (*Donohue* 1990; *Amari* 2004). Aus sozialpsychologischer Sicht sehen wir die „community of budo artists“ als eine „social world“, d.h. eine Wertegemeinschaft, die eine Weltsicht teilt (*Petzold* 2003b) und gemeinsam einen „life style“ lebt und kultiviert²⁵.

5.2 Hierarchische Organisation

„Der, der zu Zweifeln weiß, zweifelt an dem,
an dem niemand zweifelt.“
Fang Yizhi (Ming Dynastie, *Chang* 2002, 45)

Das Verhalten in der japanischen Budo-Gemeinschaft wird durch die hierarchische Organisation bestimmt, bestehend aus verschiedenen Rängen, die von Fähigkeiten und Alter abhängen (*Donohue* 1999b). An der Spitze der Organisation steht der

²⁵ "Life styles sind durch Menschen in sozialen Gruppen, sozialen Mikro- und Mesowelten über eine hinlängliche Synchronisierung von kollektiven Kognitionen, Emotionen und Volitionen inszenierte Formen des sozialen Lebens. In ihnen werden durch 'life style marker', d.h. geteilte Praxen, Symbole, Präferenzen (in Kleidung, Ernährung, Sexualität, Körperkultur, Freizeitverhalten, Musik, Lektüre, Film- und Videovorlieben, Internetuse etc.), durch spezifische Interaktionsformen und Rituale, Ziele und Werte, Affiliationen und Feindbilder Verbindungen zwischen Individuen geschaffen, die sich von diesem life style angezogen fühlen und Angrenzungen, aber auch Abgrenzungen zu anderen sozialen Gruppen und life style communities in Virtual- und Echtzeit inszenieren. Persönliche Identitätsstile werden so intensiv mit den life style markern versorgt, daß die Adepten in die 'life style community' aufgenommen werden und aus der so entstandenen Zugehörigkeit eine Stärkung ihrer Identität erfahren. Diese Stärkung ist effektiv, so lange es nicht zu einer Fixierung auf einen eingegrenzten life style kommt, sondern eine Partizipation an verschiedenen 'life style communities' möglich bleibt oder gar gefördert wird" (*Petzold* 2002b).

“Sensei”, der Lehrer²⁶. Der Sensei wird unterschieden von den “Montei”, seinen Schülern. Die Schüler/Lernenden werden nochmals unterteilt in “Sempai” (Senioren) und “Kyohai” (Junioren). Diese vorgeschriebene Unterscheidung zwischen Lehrer und Schülern/Lernenden und zwischen Schülern/Lernenden untereinander bestimmt das Verhalten im *Dojo* (Donohue 1991). Diese Eigenart der japanischer Kampfkünste wird durch Rangsysteme noch bekräftigt. Das Bewusstsein von Rangsystemen wurde durch den Gebrauch von symbolischen Mitteln entwickelt, wie zum Beispiel die Art, in der Schüler/Lernender sich gegenseitig anzusprechen haben, oder die rituelle Verbeugung (Donohue 1999b; Donohue 1993; Wolters 2004a). Daneben kennen japanische Kampfkunst-Schulen diverse Arten, den Unterschied im Rang anzugeben. In den meisten Aikido-Schulen dürfen zum Beispiel nur Personen eines bestimmten Ranges einen so genannten “Hakama” (der Hosenrock, der vor allem bei klassischen Budodisziplinen getragen wird) tragen. In Judoschulen (“jodo” ist “der Weg des Stockes”) gibt die Farbe des Hakama den Rang einer Person an. Die in den meisten europäischen Ländern bekannteste Weise, über Kleidung die Ranghöhe anzugeben, ist das farbige Gürtelsystem, wie wir es zum Beispiel beim Judo oder Karate kennen. Natürlich muß man im Sinne der Eingangs zitierten chinesischen Weisheit dieses System auch mit Zweifeln betrachten, denn „Der Zweifel erweckt das Gewissen/Bewußtsein“ (Shen Yuyu, Qing Dynastie, 211-206 v. Chr. Cheng 2002, 46). Evolutionsbiologisch denkend wird man an von Alpha-Tieren angeführte Gruppen gemahnt, denen in strenger Rangordnung die anderen (männlichen) Primaten folgten – in Kämpfen oft funktional, manchmal aber auch mit bitterem Ende. Evolutionsbiologische Untersuchungen zur männlichen Aggression, zu Männerbünden, Nationalismus/Patriotismus (Archer 1994; van der Dennen 1995; Ghiglieri 1999; Shaw, Wong 1989) sollten als Reflexionshilfen herangezogen werden. Im slawischen *Kolo* und im *ROSS* – hier durchaus unter (diskutierbaren) evolutionsbiologischen Betrachtungen (Sonnon 2003) - wird das hierarchische Moment nicht in diesem Maße betont, sondern ein *partnerschaftlicher Stil* gepflegt, der gemeinsame Überlebenstrategien sucht und den Lernenden möglichst schnell verselbstständigt: „Due to an early understanding of the principles of survival a ROSS student gains an early autonomy and independence from the instructor“, schreibt Scott Sonnon (2003a, 4), der von sich durchgängig als „Coach“ spricht. „Ziel des russischen Kampfkunstlehrer ist es, den Studierenden [der Kunst] zu lehren, wie er sich selbst unterrichtet. Jeder Studierende ist ein Lehrer, ist ein Meister seiner Bewegung (unseres biologischen Erbes) ... Autorität und Meisterschaft (mastery) wird nicht auf irgendeine externe Figur übertragen“ (idem 2002b, 6). „The student is not taught some artificial creation, the student is reminded of the natural motions and the natural happiness of children“ (ibid.). Er erhält „the permission to be the authority over ones own mind, the permission to question and to doubt“ (ibid.). Hier werden Lernprinzipien vertreten, wie sie in ähnlicher Weise von *Vygotsky* in seiner Pädagogik entwickelt wurden. Autonomie- und Souveränitätsförderung setzt in einer „Zone optimaler Proximität“ an. Jeder kann von jedem lernen. Leider setzt Sonnon dieses Vorgehen in Gegensatz zum asiatischen Budo, was einige Richtungen treffen mag, aber als generalisierte Aussage nicht zutrifft, da der Geist des Taoismus, wie der Geist des Shinto oder wie der Geist des Buddhismus bzw. Zen genau eine solche innere Freiheit und Offenheit fördert. Allerdings muß man dann bei der Vermittlung des *Budo* die geistigen Grundlagen seiner Praxis mit vermitteln. Dazu im Folgenden einige kurze Bemerkungen.

²⁶ Siehe Anmerkung 8.

5.3 Die ideologische bzw. geistesgeschichtliche Dimension

„Zwischen Himmel und Erde
ist der Mensch das kostbarste Wesen.“

Wei Yuan (Quin Dynastie, 211-206 v. Ch.,
Cheng 2002, 11)

Als Organisation verfügen Budo- und Wushusysteme über eine Ideologie (*Donohue* 1999b), über kultur- und geistesgeschichtliche Traditionen. Man spricht von einer „feierlichen Gemeinsamkeit des Denkens“ im Bezug auf die Gesamtheit der Ideen, die die Grundlage eines gesellschaftlich-philosophischen Systems darstellen (*Van Strekenburgh* 1996). Diese Themen können in der vorliegenden Arbeit nur gestreift oder in kurzen Verweisen zu Hintergründen angesprochen werden. Sie stehen in enger Verbindung mit der philosophischen Orientierung der japanischen Kampfkunstsysteme, sei es „Jutsu“ oder eine „Do“ Variante (*Donohue* 1999b). Im allgemeinen sind die japanischen Kampfkunstsysteme, und damit vor allem die Budoformen von einer Mischung aus Shinto, konfuzianischer, (zen)buddhistischer und auch daoistischer Ideen inspiriert (*Coquet* 1991), die im Budo mit einer Form persönlicher und geistiger Entwicklung verbunden werden (*Donohue* 1999b; *Kwon* 1976). *Donohue* zufolge ist die oft gemachte exklusive Verbindung zwischen Zen und den japanischen Kampfkunstsystemen (*Suzuki* 1959; *Legget* 1978; *Deshimaru* 1987; *King* 1993) möglicherweise nur für eine selektive Gruppe von Budoka wichtig. Eine solche Position sollte deshalb nicht generalisiert werden, denn das wäre historisch nicht korrekt (vgl. 10). So ist der Gründer des Aikido, *Morihei Ueshiba*, ein gutes Beispiel eines Budo-Meisters, der sicher mehr durch Shinto geprägt ist als durch Zen (*Stevens* 1984, 2001). Der *Shintoismus*, japanisch „*Kami no michi*“ (das heißt der „Weg der *kami*“, des Göttlichen/Heiligen, der höheren Kräfte/Gottheiten) ist auch nach unserer Auffassung in seiner Bedeutung für das Budo oft unterschätzt. Die hierarchischen Strukturen in den Schulen erinnern an Fortschreibungen der shintoistischen familialen Systeme, die sich über die gesamte japanische Geschichte, ungestört durch die Einflüsse des Buddhismus und Konfuzianismus, ja in guter Koexistenz mit ihnen, strukturell erhalten haben (*Kitagawa* 1990; *Lokowandt* 2001; *Naumann* 1988; *Sieffert* 1968). Die Verehrung der „großen Ahnen“, der Familienoberhäupter findet sich in der Verehrung des *Sensei* und der hochrangigen Meister wieder. Vor allem die im Ehrencodex des Bushido vorliegenden Werte (siehe oben 4.) binden sich auch zurück an die shintoistische Ethik von „Pflichttreue, Wahrhaftigkeit und Selbstbeherrschung“, die im Ideal des „lauteren Herzens“ (*magokoro*) zusammengefasst sind. Diese Werte, die in der chthonisch-bäuerlichen Familialkultur des frühen Japan gründen, wie sie sich in der Kodifizierung der heiligen, mythologischen Texte im „*Kojiki*“ (8. Jahrhundert, übers. *Philippi* 1968) finden, scheinen noch weniger *martial* und *kriegsgeprägt* als die ideengeschichtlichen Quellen für die Formulierungen des Bushido-Codex aus der Zeit der Regionalfürstenkämpfe vor der Einrichtung des Shogunats und vor allem durch die Loyalitätszwänge im Shogunat. Dennoch findet sich auch hier eine kriegerische Seite, wovon die Kunst des Schmiedens von Waffen, besonders von Schwertern/Säbeln, in der Shinto-Tradition und Shintoelemente bei den Schwertmeistern beredtes Zeugnis

geben (Degore 1998; Tokitso 2003; Otake 2002), eine Kunst, die bis heute gepflegt wird²⁷.

Diese alte Shinto-Tradition (Lokowandt 2001; Hirai 1966), aus der Ueshiba (1938, 1998, 1984) schöpfte, konnte vielleicht den besonders vom Aikido ausgehenden „Friedensimpuls“ für das gesamte Feld des Budo hervorbringen – und der erfolgte deutlich vor den Entwicklungen zum Zweiten Weltkrieg. Diese Quellen könnten auch für eine gegenwärtige Interpretation des Bushido-Codex und seine Rolle im Budo/Wushu wichtig werden, besonders, wenn die „*Philosophie des lautereren Herzens*“, die sich auch in der daoistischen Tradition findet, weiter entfaltet würde. Denn: „*Warum suchst Du draußen Raum? Der wahre Raum ist in Deinem Herzen*“ (Bai Juyi, Tang Dynastie 618 – 907 n. Chr., Cheng 2002, 88). Würde das beherzigt, wäre das ein grundsätzlicher Beitrag zum Problem der *Territorialaggression*, Ursache vieler Kriege (Malmberg 1980; Keeley 1996). Hier ergäben sich auch Brücken zur buddhistischen, daoistischen, hinduistischen und christlichen Herzensmystik, Herzensethik, Herzenskultur (Vyscheslavtsev 1929; Petzold 1969 II e). Budo als eine „Kultur des Herzens“ ist eine Dimension, die auszuloten sich lohnt und die zukunftsweisend sein könnte, denn „*die Weite des Herzens ist unendlich*“ (ibid. 82) und das verbindet sich unmittelbar mit der shintoistischen Naturverehrung, mit der Liebe zur Natur, ihrer Schönheit (Kirschblütenriten) und ihrer Größe, die das „Herz weit macht“ und in der sich das Herz des Menschen mit dem Herzen/Zentrum/Wesen des Kosmos verbinden kann, aber auch mit der Liebe zu den Menschen, den in der Tat gibt „es nichts Kostbareres zwischen Himmel und Erde als dem Menschen“, wie die diesem Kapitel vorangestellte alte chinesische Weisheit uns belehrt. Hier findet sich eine Spiritualität, die sich besonders den Hintergrund des Denkens von Sensei Ueshiba (1938) bestimmt. Die Bewegung des Budokas im Raum des *Dojos* ist immer auch Bewegung Bewegung mit Menschen in der Gemeinschaft der Budokas, Bewegung in der Natur, im Raum der Welt, eingeschwungen in die Bewegungen des Kosmos. Das Dojo wird damit ein sakraler Raum, der durchaus auf dem Hintergrund der Kosmosmystik für den modernen Menschen eine „säkulare Sakralität“ (Petzold 1983d, 53 ff) haben kann, ein Raum, in dem er mit sich, mit dem Anderen, mit der Welt auf der Ebene „ontologischer Erfahrungen“ (Orth 1993; Petzold, Orth 2004) finden kann. Heute wird in der Budo Community erneut über den Raum des Dojo nachgedacht: „Ritorno al Dojo“ – „Rückkehr zum Dojo“, das „dojo come idea, struttura, spazio“, als Idee, Struktur und Raum (Amari 2004, 30). Amari meint – auch mit Verweis auf „The Last Samurai“, seinen Schluß, der Vernichtung der bewußt entschieden traditionell bewaffneten Samurai auf dem Schlachtfeld im Feuer der Maschinengewehre, daß es hier um anderes gegangen sei als um den Sieg, „il tema è un altro“. Es gehe darum, zu tun, was man für richtig hält, daß man für seine Werte, die Werte des Dojos, einsteht, wenn es sein muß, indem man sich modernem Werteverfall entgegenstellt, notfalls „mit bloßen Händen gegen die symbolischen Mitralleusen“ - „Anche se dovessimo lanciarci contro le mitragliatrici simboliche, a mani nude“ (ibid. 31). i

Tiefendimensionen, wie die Hintergrundphilosophien des *Budo* stehen immer in der Gefahr übergangen, vergessen, verschüttet zu werden, zumal sie keine „publicity dimension“ haben und gewinnen wollen. Das weltweite Wachstum der Budo-Organisation hatte einen großen und vielleicht auch nicht immer genügend beachteten

²⁷ Vgl. die reich bebilderte Reportage „Die alten Schwerter Nippons“ über die Schmieden in Seki, in: *Karate* 3-4, 2004, 62-66. Zum Verhältnis Zen und Schwerkunst vgl. die berühmten Briefe des Zenmeisters Takuan Soho (2001) an einen Meister des Säbels.

Einfluss auf die Ideologie des Budos (*Ueshiba* 2004). Mit der Zunahme der Anzahl Personen, die eine bestimmte Budodisziplin praktizieren, kam es zu Verflachungen, nahm andererseits für die Öffentlichkeit auch die potentielle politische Bedrohlichkeit durch diese Gruppe zu. Wollte die Disziplin von der Gesellschaft und Politik akzeptiert werden und damit gesichert sein, mussten Zugeständnisse gemacht werden, was die Ideologie betraf. Dadurch entstanden Unklarheiten über die relativ speziellen, ideologischen Zielsetzungen (*Donohue* 1997). Die "All-Japan Kendo Federation" ist in dieser Hinsicht charakteristisch; das Wort "Kendo" könnte dabei durch jede beliebige japanische Budodisziplin ersetzt werden.

"The concept of Kendo is to discipline the human character through the application of the principles of katana.

The purpose of practising Kendo is:

To mold the mind and body.

To cultivate a vigorous spirit.

And through correct and rigid training:

To hold in esteem human courtesy and honor.

To associate with others with sincerity.

To forever pursue the cultivation of oneself

Thus will one be able to love this country and society, to contribute to the development of culture, and promote peace and prosperity among people" (*Donohue* 1999a, S.32).

Solche Erläuterungen sind nützlich, da sie eine übergeordnete philosophische Leitlinie für etwas darstellen, das ansonsten nur als eine sehr stilisierte Form von Bewegungsübungen wahrgenommen würde (*Donohe* 1999b). Natürlich müßten Begriffe wie „honor“, „vigorous“, „rigid“, „love this country“ dringend ideologiekritisch expliziert werden, und das Verhältnis von „Selbstkultivierung/Selbstsorge“ und „Sorge für das Gemeinwohl, die Mitmenschen“ – beides ist ja vorhanden – müßte thematisiert werden. Zudem muss erwähnt werden, dass solche ideologischen Konzepte die Konsequenz von zwei Faktoren sind: das Bedürfnis, die Kampfkünste nach dem Zweiten Weltkrieg wieder zu rehabilitieren und der Versuch, die japanische Ideologie soweit anzupassen, dass sie vom Westen leichter akzeptiert werden kann (*Donohue* 1999a). (In diesem Sinne können wir also feststellen, dass durch die internationale Expansion diverser Budodisziplinen eine zweite „Vernutzung“ entstanden ist).

Anhand der aufgeführten Quellen können wir an dieser Stelle (vgl. dann 10) folgendes Konzept und nachstehende Zielsetzungen des japanischen Budo identifizieren:

Das allgemeine Konzept des Budo ist:

Das Disziplinieren des menschlichen Charakters durch die Anwendung der Budodisziplin.

Die Ziele des Budo sind:

- eine Einheit von Körper und Geist bilden/formen
- einen starken Geist zu schaffen
- technische Fähigkeiten zu verbessern
- Respekt und Ehre zu entwickeln und aufrecht zu erhalten
- aufrichtiges Interesse und Achtung für Mitmenschen zu entwickeln und beizubehalten
- eine niemals endende Entwicklung der Person anzustreben
- einen Beitrag zu liefern bei der Entwicklung und Aufrechterhaltung von Kultur und Frieden.

Beim Lesen dieser Konzepte dürfte klar werden: um eine ernste ideologiekritische Auseinandersetzung mit der Samurai-Philosophie und ihrer historischen Rekonstruktion und Neubewertung unter Offenlegung ihrer problematischen Seiten wird man nicht herumkommen, denn mit einer bloßen „Pazifizierung“ ist es nicht getan und ohne die *kritische Aufarbeitung* wird eine einfache Umdeutung in

„Friedensarbeit“, wie man sie allenthalben findet (z. B. *Wolters* 2004), nicht fruchten, sie steht in der Gefahr zur Plattitudo zu werden oder einfach unglaubwürdig zu sein (z. B. *Kernspecht* 2004a). Versuche, andere Systeme, etwa ROSS, wie es „Coach“ *Sonno* (2003a) versucht, als Alternative aufzubauen, fruchten nicht, solange es auf eine neodarwinistische „survival philosophy“ (mit all den nicht reflektierten Problemen der Soziobiologie [*Mysterud* 2003] im Hintergrund und neorousseauschen „zurück zur Natur-Thesen“ hinausläuft. *Budo* selbst braucht diese Arbeit für eine vertiefte *moderne Präsenz* seiner „message“ in der Welt von heute, für die Hunderttausende, die die *martial arts* praktizieren. Es ist nicht Ziel dieses Artikels diese immense Arbeit in Angriff zu nehmen. Bei der ubiquitären Ausblendung dieser Thematik aber ist allein schon das Aufzeigen dieser Problematik, so ist zu hoffen, ein nützlicher Beitrag zu unseren Künsten. So schmerzlich und bedrohlich es ist, aber man kann nicht den „Weg des Kampfes und des Krieger“ – *bushido* – zu einer Transformation in *budo*, einen Kampf der Selbstdisziplinierung, der Achtung Anderer, der Friedensarbeit (*Ueshiba*), Transformation von Aggressivität betreiben, ohne „unter den eigenen Füßen zu graben“ (*Nietzsche*) im Sinne einer *Foucaults*chen „Archäologie“ (*Bublitz* et. al.). Darauf wurde schon verschiedentlich in dieser Arbeit verwiesen. „Kriegergeist“ in der neueren japanischen Kriegesgeschichte bei den Auseinandersetzungen mit Rußland, China, Korea – und da sind ja die heren Werte schwer beschädigt worden - müssen da genauso betrachtet werden wie die Bushi-Haltung in der japanischen Geschichte, der Geschichte der Samurai [japanisch „Dienender“].

Die Samurai stiegen vom bewaffneten Begleitpersonal der adeligen Feudalherren zu einem eigenen Kriegerstand auf, waren seit dem 13. Jahrhundert Vasallen des Lehnsfürsten, der sich nur durch ihre Treue in den kriegerischen Auseinandersetzungen behaupten konnte, an dem auch ihr eigenes Schicksal hing. Man war auf „Gedeih und Verderb“ aufeinander angewiesen. Das ist der Hintergrund des Ehrenkodex (*Bushido*). Ab dem 17. Jahrhundert waren die Samurai die oberste Klasse, aus der dann Militär, Beamte, Intelligenz und Geistlichkeit kamen, womit sich der Kodex auch in andere Bereiche des Lebens verbreitete, so daß wesentliche Elemente dieses Denkens den „Geist, die Seele Japans“ prägten (exemplarisch *Nitobe* 1899/2002). Für diesen Geist steht der *Chushingura* Mythos von den 47 Ronin. Diese durch den Tod ihres Herren – er wurde 1701 aufgrund einer zweifelhaften Intrige des des Daimyo *Kira Kozukenosuke Yoshinaga* vom Shogun gezwungen, Harakiri zu begehen – „verweisten“ Vasallen haben ihn *ehrenhaft* gerächt, wobei 46 zu Tode kamen (der 47. wurde begnadigt). „Diese berühmte Episode aus der Geschichte Japans ist ein Beispiel von Loyalität, mit dem Japaner seit früher Kindheit vertraut gemacht wird“ (*J.P. Réniez*, in *Daïdoji Yûtzan* 1994, 7). Sie atmet den Geist des Bushidô, wie er in einem Klassiker den „Grundlektionen über den Bushiô“, dem „*Bushidô Shoshin Shu*“ des gelehrten Samurai in *Daïdoji Yûtzan* (1639-1730) zum Ausdruck kommt. Die bibliophile, nummerierte japanisch-, französisch-, englischsprachige Ausgabe, exquisit mit 53 Holzschnitten von *Utagawa Kuniyoshi* (1797 – 1861) illustriert, ist in der Tat „a must for anyone who wishes to understand the spirit of Japan and the Japanese ...“ meint der Herausgeber. Der gelehrte Übersetzer und Budoka *Taro Banzei* stellt den Code, der vom 12. – 17. Jahrhundert das Leben der Krieger bestimmte, zentral:

„In der Gefahr tapfer und immer treu sein,
seinem Herrn gegenüber treu sein,
sich mit einem einfachen Leben begnügen,
gerecht und integer sein“ (ibid.)

Nach der Meij-Restauration wurde die Bushido-Ideologie in zwei kaiserlichen Dekreten – 1882 für Heer und Marine, 1890 für das nationale Schulwesen - verfügt:

„Loyalität gegenüber dem Kaiser.
Respekt,
Tapferkeit,
Zivile Loyalität,
Maßhalten“ (ibid.)

Der russisch-japanische, japanisch-chinesische und der Zweite Weltkrieg veränderte die Situation. *Mac Arthur* beseitigte alles, was von Feudalismus und Militarismus geprägt war, und verbot auch *bushidō*. *Taro Banzei* stellt fest: „Das führte zu einem Gefühl der Instabilität in Japan ... einer Leerstelle im moralischen Leben“ (ibid. 25). Und er preist die „Loyalität und Tapferkeit der jungen japanischen Soldaten im letzten Krieg“. „1. ihren Todesmut in den Miniuboten bei den Torpedoangriffen auf Sidney und Pearl Harbour, sie wußten ja, sie würden nicht zurückkommen, 2. ihre Tapferkeit als ‘Kamikazeflieger’, 3. Daß kaum Kriegsgefangene gemacht wurden“ - „Leur honneur de samourai ne permettait pas aux soldats de se rendre“ (ibid.), ihre Samurai-Ehre erlaubte es nicht, sich zu ergeben. 4. Ihre Loyalität und ihr Gehorsam, denn sie stellten den Kampf sofort nach dem Befehl des Kaisers ein (sic !).

Seine Übersetzung soll mit anderem dazu beitragen, daß eine Wiederbelebung des *Bushido* erfolgen kann, die Bemühungen (z. B. des Erziehungsministeriums) fruchten, einen „neuen Moralcode zu etablieren, der auf den alten Bräuchen gründet und auf die gegenwärtige Situation Japans zugepaßt ist, denn da liegt Japans gegenwärtiges Problem“ (*Banzei* in *Daïdoji Yützan* 1994, 25). Das spricht für sich. Aus dem Klassiker *Daïdoji Yützans* sollen nur exemplarische Auszüge zusammengestellt werden, die gleichermaßen für sich sprechen:

„Einleitung: Ein Samurai muß vom Neujahrsfest bis zum Jahresende in sich, mehr als alles andere, den Gedanken an den Tod wachhalten“ ... denn nur dadurch „kann er die beiden vornehmsten Tugenden aufrecht erhalten: die Loyalität gegenüber seinem Herrn und die Ehrerbietung den Eltern gegenüber. Gleichzeitig schützt er sich vor Lastern und Unfällen. Kann seinen Leib gesund halten und ein langes Leben gewinnen. Sein Charakter wird edel. Diesen Nutzen bringt uns der Gedanke an den Tod. ... Das Leben des Mannes ist wie das Morgengrauen, leer und vergänglich“ (ibid.27). Wenn jemand „immer an den Tod denkt, wie es die Ehre eines Samurai verlangt, wird er jedes Wort sorgfältig abwägen, ... ob das zu sagende wahr ist. Eine solche Person gerät nicht in unsinnigen Streit“ (31). Wenn der Samurai ein „wenig freie Zeit von seinen Pflichten hat, in der sein Herz in Frieden ist, muß er sich des Wortes ‘Tod’ erinnern und es unaufhörlich in seinem Herzen behalten“ (37). Die folgenden Kapitel handeln von der Ehrfurcht den Eltern gegenüber, von der Loyalität dem Herrn gegenüber, auf den diese Ehrfurcht übertragen wird. „Loyale Menschen findet man in Familien, wo Kinder ihre Ehrfurcht vor den Eltern zeigen“ (53). Der nicht kindliche Ergebenheit Zeigende wird später in „der Schacht vor den Pfeilen des Feinde wegrennen, seinen Herrn verraten oder sich sogar ergeben“ (55). „Was im Bushido notwendig ist, sind die drei natürlichen Tugenden: Loyalität, Gerechtigkeitssinn und Tapferkeit“ (57). Er wird sich „bilden, seine Waffenkunst verbessern und ein bescheidenes Leben ohne Luxus führen“ (59), seinen Eltern und seinem Herrn unbedingt Folge leisten. Diese Tugenden der Loyalität und Kindesehrfurcht sind nun nicht nur vom Samurai zu verlangen. „Auch Bauern, Handwerker und Händler sind gehalten, sie zu praktizieren“ (69). Der Samurai muß aber den Respekt gegenüber seinem Herrn im Befolgen zahlreicher „äußerer Formen und Regeln“ zeigen (z. B. beim Schlafen nicht mit den Füßen auf das Haus des Herrn gerichtet sein, beim Sprechen von ihm oder über ihn sich aufrichten, nie mit dem Bogen, Schwert oder Speer in seine Richtung zielen, 71) – eine totale Disziplinierung und Unterordnung, die, wenn nicht eingehalten, zu dem „unwürdigen Tod eines Samurais führen wird, der ein unwürdiges Leben geführt hat“ (75). Vorschriften über ein die Gattin respektierendes Familienleben, moralische Würde und schmales Einkommen folgen, über Amtspflichten als Beamter. Ein Samurai sollte sich bilden, eine persönliche Kultur entwickeln (109ff), seine „Freizeit dazu verwenden, Poesie zu schreiben und die Tee-Zeremonie zu praktizieren, ... Wissenschaften zu studieren ... zumindest das Wesentlichste über fremde Länder zu wissen, um nicht beschämt zu sein, wenn er auf Schwierigkeiten trifft“ (ibid.). „Die Tee-Zeremonie hat das Ziel, sich zu erfreuen und ist sehr nützlich, Bushido zukultivieren“ (119). Die „letzte Stunde“ ist von höchster Bedeutung (89ff). „Wenn ein Samurai seine Gemütsruhe und Vernunft verliert, wenn die letzte Stunde gekommen ist, d.h. wenn seine Haltung nicht klar ist, werden die guten Taten, die er in der Vergangenheit getan hat, gänzlich wertlos sein“. Deshalb ist es gut, im Kampf zu sterben [auch die Germanen verachteten den „Strohtod“]. „Sollte er durch Unglück im Kampf verlieren, muß er seinen Kopf darbiegen, mit Kraft seinen Namen ausrufen und mit einem Lächeln im Gesicht sterben“. Selbst schwer verwundet wird er „vor seinen Vorgesetzten und Mitstreitern korrekt sprechen und ruhig sterben, den Zustand seiner Wunden realisierend. Das ist die erste Tugend des Samurai“ (91) – falls noch möglich, wird er zuvor seinen Sohn instruieren, dem „Herrn zu dienen ... immer loyal und nach besten Kräften dienstbereit zu sein“ (95) bei Androhung der „Enterbung noch vom Grabe her“ bei Nichtbefolgen. Er wird überdies noch versuchen, „seinem Herrn für seine Freundlichkeit zu danken und Bedauern zeigen, daß er ihm nicht weiter dienen kann ... dann wird er seinen Eltern und Freunden Lebewohl sagen“ (93). Die Schlußausführungen über „den Weg“ (121ff) betreffen im wesentlichen Etikette und Regel für die „Zeiten des Friedens“ und die „Zeiten des Krieges“.

Dieser Text ist für den westlichen modernen Menschen und für nicht wenige moderne JapanerInnen befremdlich. Für viele wird er zwiespältig wirken. Mit einer schnellen Ablehnung ist es allerdings nicht getan. Es ist ein *Tugendbrevier* aus kriegerischen Zeiten. Die Samurai waren keine wilden Barbaren, kämpften aber, wenn Kampf angesagt war, mit äußerster Konsequenz, und für die haben sie sich im Leben vorbereitet und ihre ganze Existenz auf diese Notwendigkeit ausgerichtet, den „Geist des Bushidô“ zu verwirklichen. Die beunruhigende Frage ist indes: Was ist von diesem Geist noch im Budo und in der Ausbildung von Budoka lebendig? Was wollen wir heute für einen Geist? Was von dem alten Geist läßt sich bewahren und was soll und muß klar als „historisch Gewordenes und Gewesnes“ gekennzeichnet werden, um es bewußt zu distanzieren als Lebensgefühl und Denken alter Zeiten – es reicht nicht, es einfach wegzulassen, denn es wird als „unsichtbarer Diskurs“ (*Foucault*) transportiert, weitergegeben – unreflektiert und potentiell gefährlich. Und wie entgehen wir „Ziel-Ziel-Konflikten“ („Ich will Frieden und will den Sieg im Kampf“) oder „Ziel-Mittel-Konflikten“ („Ich will Friedensliebe und nutze Waffen, Stöße und Schläge zu Vitalpunkten [*Saiko, F., Plée, H.* 1998], die töten könnten und die als ‘Technologie des Tötens’ ersonnen wurden). Diese Probleme wiegen schwer und erfordern hohe Investitionen und geistige Auseinandersetzungen, wie sie die alten Samurai für ihre Zeit und ihren Kontext auf hohem intellektuellen Niveau geführt haben: Weisheitsdiskurse in Zeiten des Kampfes. Vergleichbares findet man nicht häufig. Das Problem wird von Einigen gesehen und thematisiert:

„Die Zukunft der wahren Kampfkünste kann nur in der intelligenten Ausarbeitung eines ‘neuen Budo‘ liegen, was sowohl die Kraft der Vergangenheit, seine Werte und seine starken Traditionen als auch die Entwicklung der Gesellschaften der ganzen Welt, die auf diesem Gebiet ebenfalls frisches Blut zuführen können. Ich denke, man sollte sich endlich dazu entschließen! Man sollte dringend die sportliche Ausübung von der alten Kunst des Budo trennen, die sowohl traditionell als auch modern und durch die Erfahrungen der heutigen Zeit bereichert ist“ (*Habersetzer* 2004a, 3 „Im 21. Jahrhundert die Kampfkunst überdenken“).

Leider wird hier von *Habersetzer*, wie bei vielen anderen nur von den „Werten“, den „starken Traditionen“ gesprochen und nicht von den Problemen, den Fehlentwicklungen, den Irrwegen vielleicht. Auch das muß gedacht werden, wenn die „Kampfkünste als Lebenskunst“ gelehrt werden sollen „mit einer kulturellen und geistigen Entwicklung“ (*ibid.* 77), die Traditionelles bewahrt und weitergibt, ein Budo, in dem „sowohl Vergangenheit und Gegenwart als auch altes Können und moderenes Trachten ineinander aufgehen. Dies würde eine lebendige Kampfkunstausbübung ergeben, die offen ist für die reale Welt und somit auch von denen verstanden würde, die sie ausüben“ (*Habersetzer* 2004a, 3). Dahin muß man sich in der Tat auf den *Weg* machen, einen *Weg*, der in Neues führen wird, und auch die bisherige Praxis des *Budo*, wie sie exemplarisch im Folgenden dargestellt wird, überschreiten kann ...

6. Die Praxis des Budos

Wie weiter oben erwähnt, macht *Budo* von traditionellen Trainingsmethoden des „*Bujutsus*“ Gebrauch. Das *Bujutsu* hat die „maximale Kampfeffektivität“ zum Ziel. Vergleicht man das mit den oben genannten Zielsetzungen des *Budo*, liegen da die Akzente deutlich anders. Die Trainingsmethoden sind in einen speziellen Lernprozess eingebettet.

6.1 Der Lernprozess im Budo

Im Budo steht die Erziehungs-/Bildungskomponente völlig im Zentrum: mit dem Körper als Bezugspunkt und unter Einsatz der ganzen Person (*De Spa* 1995). Um das

systematisch anzugehen, kennt man im Budo einen speziellen Lernprozess, der durch folgende vier Faktoren bestimmt wird:

1. durch den Schulenstil,
2. durch den Übungsplatz,
3. durch den Lehrer/Lehrenden und
4. durch den Schüler/Lernenden.

De Spa berichtet ausserdem, dass der Lernprozess selbst in vier Stadien gegliedert wird: gyo, shugyo, jutsu und do.

Das Kennzeichen des ersten Stadiums (gyo) wird ausgedrückt durch das Motto “Blut, Schweiß und Tränen” (man vermerke den martialen Bezug!). Es wird auch das “Stadium der Disziplin” genannt. Der Schüler/Lernende führt in diesem Anfangsstadium vor allem Übungen aus, während der Lehrer nur ab und zu eine kleine Anweisungen oder Ermutigungen gibt (vgl. hier problematisierend 10 und *Sonno* 2003). Der Schüler/Lernende muss sich seiner eigenen Möglichkeiten bewusst werden und ein Körpergefühl und Leibbewußtheit entwickeln.

Das zweite Stadium (shugyo) kann umschrieben werden als das „Stadium des Versagens“. Der Schüler/Lernende lernt, dass *Disziplin/Exercitium/Übung* (*Dürckheim* 1964) – und die ist von militärischer oder schulischer Disziplin im Sinne der Disziplinierung „schwarzer Pädagogik“ deutlich zu unterscheiden - der Schlüssel ist, um Ziele zu erreichen. Adäquate Reaktionen sind noch nicht möglich, da die Fähigkeiten und Fertigkeiten noch nicht vollständig habitualisiert sind. Gedanken blockieren im wahrsten Sinne noch die gute technische Ausführung – oder unter neurobiologischer Perspektive: die Habitualisierung, die limbische Steuerung aus leiblicher Zentrität und die präfrontale Distanznahme in Exzentrität sind noch nicht in *einem* „interferenzarmen“ Prozeß integriert (vgl. *Bloem* et al., dieser Band 6.3). Das aber wird ein Ziel auf dem Weg der Übung sein, eine immer besser „aufschaltende“ Synchronizität dieser beiden Systeme zu erreichen. Das zitierte Kendo-Konzept bringt es auf den Punkt: „die Einheit von Körper und Geist zu bilden/formen (mould)“. Das ist die Position aller Budo-, Wushu-, Kolo-Traditionen. *Morietsu Ueshiba*, der Enkel des Begründers des Aikido, sagt es deutlich: „Körper und Geist zusammenschmieden ... das ist der Weg, unsere Persönlichkeit zu entwickeln ..., sie mit der natürlichen Ordnung des Universums in Einklang zu bringen ... die ganz konkret im Zentrum unseres Körpers selbst ihren Ort hat“ (*Ueshiba* 2004, 29), dann „überschreiten wir die Verschiedenheit von Geist und Körper: wir vereinigen sie und verhalten uns dann wie eine Einheit“ ... wir leben im „*shizen tai*, eine Art des vollkommenen natürlich und entspannt Seins“ (ibid. 31).

Der Schüler/Lernende wird ermutigt, sich „für sich selbst“ zu bewegen, sich zu erleben, daran Freude zu finden. „Müssen wir uns denn nicht in der Freude üben?“ fragt *Ueshiba* (ibid.) seine Schüler. Der Lernende beginnt, sich das *Wie* und *Warum* der Technik anzueignen. Die zentrale Frage ist dann: “Wie gelingt es bei mir?” Der traditionelle Lehrer wird hier nicht zu schnell eine Antwort geben. Aus *neuromotorischer* Sicht sagen wir heute indes: es ist eine erlebbare „*Korrektur der Performanz*“ - und das möglichst unmittelbar - erforderlich, damit sich keine Fehlbahnungen einschleifen. Dabei können wir heute nicht nur auf das Wissen um *psychologisches* „Imitationslernen“, modellgestütztes Lernen also (sensu *Bandura* 1969b) zurückgreifen, sondern auf Erkenntnisse über „komplexe Lernprozesse“, die neurobiologische Modelle einbeziehen (*Sieper, Petzold* 2003), insbesondere auf das Wirken der „Spiegelneurone“ (*Rizzolatti* et al. 2001; *Stamenov, Gallese* 2001; vgl. die durch *Ramachandran* 2000 ausgelöste Diskussion). Die Neurone kommen bei der imitativen Übernahme von Bewegungen bis in die Feinstruktur, Antizipation von

Bewegungsabläufen, mentalen Simulation von Bewegungen, empathischem Erfassen von Bewegungsintentionen usw. zum Tragen, für eine moderne Trainingslehre des Budo eine noch unerschlossene Quelle, für eine leib- und bewegungsorientierte Psychotherapie eine unverzichtbare Grundlage (Petzold 2002j; Lamacz-Koetz, Petzold 2004). Im Budo kommen ohnehin diese Mechanismen unablässig zur Wirkung, aber sie müßten in der Didaktik optimierend, d.h. bewußt eingesetzt werden, erfordern gegenüber der klassischen Trainingspraxis ein viel häufigeres und intensiveres „Korrigieren durch vorbildliches Vormachen im Nahraum“ (wie im Wing Tsun-Trainig, besonders der Kernspecht-Organisation praktiziert, vgl. Kernspecht 1981, 36f), damit die Spiegelneuronenaktivität und die in ihr liegenden Potentiale optimal genutzt wird, aber auch die „Gefahr des schlechten Beispiels“ gemindert wird, denn die ist aufgrund dieser Erkenntnisse nicht zu unterschätzen.

Das dritte Stadium (jutsu) ist das „Stadium der Technik“. Der Schüler/Lernende beherrscht die Technik, zeigt sich während des Unterrichts mehr, gibt alles und geht bis zum Äußersten, um seine Technik zu perfektionieren. Eine oft gemachte Aussage des Lehrers in dieser Phase ist: „noch einmal“.

Leider wird vielfach mehr auf Wiederholung – das Prinzip konfuzianischer Pädagogik des „mehr Übens“ aufnehmend - und auf verbale Korrektur derselben gesetzt, als auf das „Vormachen“ des Optimalen, und zwar das *wiederholte Vormachen* wobei der Lernende den Lehrer/Vorbildgeber – so unsere Praxis (Petzold 1993) - am besten in verschiedenen Distanzräumen (näher und weiter entfernt) in beiden vom Integrativen Ansatz betonten Wahrnehmungsmodalitäten in den Blick nimmt: im „aktiven Wahrnehmungsmodus“ wahrnehmungs- und bewußtseinsscharfer *Beobachtung* („Ich sehe die Bewegung ganz bewußt und genau, gehe mit den Augen zu ihr hin“, consciousness-centered) und dann aber auch im *rezeptiven Wahrnehmungsmodus* (Petzold 2003a, 170ff), und der ist nichts Passives („Der bewegende Vorbildgeber ‘fällt mir ins Auge, er kommt auf mich zu“, awareness-centered). Das vertieft die Aufnahme. Weitergehend kann dann noch intensiviert werden, indem die Instruktion gegeben wird: „Gehe in eine Kata und beobachte die Bewegung des Vorbildgebers aus den Augenwinkeln, vom Rande des Bewußtseinsfeldes“, co-consciousness-centered). Oder: „Gehe jetzt in die Mitbewegung mit dem Vorbild-Bewegenden“. Oder: „Gehe in eine Spiegelbewegung zur Vorbild-Bewegung“ usw..

Technik wird dann mehr als nur eine Technik, *sie reift zu einem Mittel*. Das Einzigartige des Schülers/Lernenden wird deutlicher. Das bedeutet, dass die Technik nach den persönlichen Möglichkeiten des Schülers/Lernenden geformt wird. Auch die Begleitung wird dann stets individueller.

Das vierte und letzte Stadium (do) ist das „Stadium des Weges“: der Schüler/Lernende wird immer stärker mit Veränderungen bei sich selbst und in seiner Umwelt konfrontiert. Das bedeutet, dass der Schüler lernen muss, mit physischem, emotionalem Schmerz, Erfolgen und Niederlagen umzugehen (De Spa 1995). Eine bekannte japanische Parabel gibt wahrscheinlich am besten wieder, wie diese Entwicklung eines Schülers über die vier Stadien verläuft:

1. “Der Schüler sieht die Hand, wenn der Meister sie ihm weist”
2. “Der Schüler unterscheidet die Finger an der Hand des Meisters”
3. “Der Schüler erkennt, dass einer der Finger in eine Richtung zeigt.”
4. “Der Schüler sieht und versteht wohin dieser Finger zeigt.”

Eine solche Parabel auf dem Hintergrund neurowissenschaftlicher Erkenntnisse, etwa über neuromotorische Lernvorgänge, Spiegelneuronenfunktionen, unbewußte Informationsverarbeitung usw. und ihre evolutionsbiologischen Voraussetzungen (Lamacz-Koetz, Petzold 2004) zu reflektieren, wird für die Zukunft eine Herausforderung für das Budo werden, eine.

6.2 Shuhari

Neben den Phasen dieses Lernprozesses kennt Budo auch ein Konzept, das die Phasen der Persönlichkeitsentwicklung beschreibt. Dieses Konzept wird "Shuhari" genannt und kann am besten umschrieben werden als "The three fases of transition from beginner to master" (McCarthy 1995b, 14). Der Begriff "Shu" steht für die erste Phase und bedeutet wörtlich "beschützen" oder "behalten". Er vergegenwärtigt das "Lernen in der Tradition", was bedeutet, dass der angehende Schüler/Lernende nun einen Teil von einer Kette von Traditionen ausmacht und sich Wissen aneignet. Der Schüler/Lernende beginnt ein Training, das ihm die Welt hinter den Grenzen von physischen Übungen andeuten und ihn wegführen soll von materiellen Besitzansprüchen und anderen ich-bezogenen Dingen (McCarthy 1995b).

"Ha", die folgende Phase, bedeutet wörtlich "trennen" und bezieht sich auf das Loslassen der Tradition. Es bedeutet nicht, dass alles, was man gelernt hat, losgelassen werden muss. Der Schüler/Lernende versucht, gestärkt durch die traditionelle Schule und auf der Basis von Introspektion seine eigene persönliche Art und Lebensweise zu finden.

Die letzte Phase der Persönlichkeitsentwicklung ist "Ri". Ri bedeutet wörtlich "transzendieren". Das wird durchgängig als "Erleuchtung" (*satori*) bezeichnet und kann vielleicht für das westliche Denken als "eine Persönlichkeitsentwicklung ohne Eingrenzungen" beschrieben werden (McCarthy 1995b, 14) oder als das „Erleben eines *Horizontes von Grenzenlosigkeit und Unendlichkeit* in der zugleich realen und hienieden unentkommbar Begrenztheit unserer leibgebundenen Endlichkeit, eine Erfahrung, die den Umgang mit Grenzen und besonders auch die Fähigkeit zur Selbstbegrenzung als Qualität von Souveränität und Freiheit einschließt“ (Petzold 1993). Es muss an dieser Stelle erwähnt werden, dass in diesen vier dargestellten Phasen kein Zeitlimit gegeben ist und dass der Übergang von der einen zur anderen Phase weder einfach noch unmittelbar ist (McCarthy 1995b) und schließlich dass natürlich Errungenes und Erreichtes (das meint ja „Rang“) auch verloren, verschleudert und verraten werden kann, wenn der „Weg“, der immer auch ein „Weg der Übung“ ist, verlassen wird. Damit sind die Phasen idealtypisch und keineswegs strikt *linear* zu begreifen.

6.3 Die „pädagogische“ Beziehung im Budo

„Der gute Mensch braucht nicht einen anderen, der perfekt ist.
Er bemüht sich, das zu vollenden, was in ihm vom Besten ist“
Neue Geschichte der Fünf Dynastien, Cheng 2002, 27

Um oben genannte Entwicklungsphasen möglich zu machen, muss eine besondere Beziehung zwischen Lehrer und Schüler/Lernendem bestehen (De Spa 1995). Aus Beschreibungen des Lernprozesses scheint hervorzugehen, dass die Beziehung zwischen Lehrer und Schüler/Lernendem in der Anfangsphase asymmetrisch ist. Der Lehrer ist in erster Linie für die Entwicklung seiner Schüler da. Die Aufgabe stimmt beinahe gänzlich mit der Aufgabe überein, die Eltern bei der Erziehung eines Kindes übernehmen (Rispen 1994). Im Verlauf der Zeit wird diese Beziehung gleichberechtigter. Allerdings wird sich, konform mit der hierarchischen Struktur des Budo, nicht eine Beziehung auf der Basis von Gegenseitigkeit oder einer im *Buberschen* Sinne „dialogischen Beziehung“ entwickeln. Der Meister bleibt letztlich unverfügbar, genauso wie der Schüler, der sich ja dem Meister verweigern kann. Wird der verborgene Machtdiskurs in dieser Struktur der Hierarchie als Machtordnung

dekonstruiert, so ist es möglich, die Budo-Beziehung auch als einen „Diskurs der Freiheit“ zu sehen, der die letztendliche Unverfügbarkeit und Andersheit des Anderen ernst nimmt und sich der in *Bubers* Ansatz implizierten harmonistischen Vereinnahmung verweigert. Die Strenge der Beziehungsphilosophie von *Levinas* (1983; *Petzold* 1996k), die affirmiert, daß ich immer nur in der „Spur des Anderen“ gehen kann, auf seine Umwendung, Hinwendung warten muß und ihn letztendlich nie erreichen kann als in dieser Weise des tiefen Respekts vor seiner Souveränität und Alterität, böte für die Budopädagogik eine Anschlußmöglichkeit an die Tiefendimensionen moderner Beziehungsphilosophie. Hier müßten Dialoge/Polyloge stattfinden, wie sie im Bereich des Zen schon gelaufen sind.

Im Budo ist es eine ungeschriebene Regel – und vielleicht auch auf ihre Sinnhaftigkeit oft zu wenig reflektierte Regel, die nur, wenn sie kein mechanischer Automatismus ist, sinn-voll bleibt -, so lange Schüler/Lernender zu bleiben, wie es jemanden mit einem höheren Rang gibt. Wenn diese Person stirbt, dann steht die Person mit dem nächst höheren Rang im Prinzip an der Spitze der Kette.

Die traditionelle „Budopädagogik“ unterscheidet sich in noch einem weiteren Punkt von westlichen Orientierungen. Im Westen wird nach „Gleichheit“ gestrebt. Im traditionellen Budo nicht. Der Lehrer muss nach der Tradition einen Unterschied zwischen „Students“, „Disciples“ und „Lineage Disciple“ machen (*Frantzis* 1998). „Students“ sind die „gewöhnlichen Schüler/Lernenden“. Ihnen werden nur Basisübungen, die äußerliche Form und die grundlegendsten Anwendungen beigebracht. Sie trainieren auch nicht durchgehend mit dem Lehrer selbst, sondern mit einem seiner Assistenten eines tieferen Ranges. Erst nach einer sehr strengen Auswahl und einer speziellen Zeremonie kann ein gewöhnlicher Schüler/Lernender „Disciple“ werden. Das sind dann „fortgeschrittene Schüler/Lernende“ und vielleicht sind sie sogar Freunde der Familie des Lehrers. „Disciples“ durchlaufen das ganze Programm, werden allerdings nicht in die letzten „Geheimnisse“ eingeweiht. Dieses Vorrecht ist den „Lineage Disciples“ vorbehalten. Vom Meister selber wird aus allen Schülern/Lernenden eine Person als sein Nachfolger gewählt. Dieser muss dann an dem höchst möglichen Niveau des Trainings teilnehmen. Es werden ihm alle Aspekte dieser Kunst beigebracht und er wird somit wiederum verantwortlich für das Weitergeben dieser Kunst an die folgende Generation (*Frantzis* 1998). Diese Strukturen – sollen sie nicht in antiquierten ggf. autoritären Traditionalismen erstarren oder durch Sportkomitees ersetzt werden wie im organisierten Kampfsport, was nun wirklich keine Alternative ist –, müssen immer wieder reflektiert werden. Ränge und Rangfolgen erfordern differenzierte und differentielle Wahrnehmung von Unterschieden, Verschiedenheiten von Entwicklungen auf unterschiedlichen Ebenen (persönliche Reife, Kampf- und Kata-Technik, Qualität des Lehrens usw.). Wird hier *Feinspürigkeit* und *Feinwahrnehmung* entwickelt, und diese Möglichkeit bietet *Budo* im Unterschied zum rein leistungsbezogenen Kampfsport, dann gewinnen Ränge – verstanden als Entwicklungsstufen, als in der Arbeit an sich selbst „Errungenes“ und nicht als kryptomilitärische Rangordnungen – einen tieferen Sinn: Sensibilität für Differenzen und Respekt vor Unterschiedlichkeiten. Der Polylog zwischen den Kampfkunstrichtungen wird dabei unerlässlich werden, um voneinander zu lernen. Chinesische, japanische, slawische usw. Formen sollten sich nicht nur auf „Budo-Gallas“, Festivals usw. begegnen und nebeneinander ihre „Künste“ demonstrieren sondern sollten auch auf der inhaltlichen Ebene in Diskurs treten.

6. Das “Curriculum” im Budo

Obwohl zwischen den verschiedenen Bujutsu- und Budoformen substantielle Variationen in den Techniken und Zielen bestehen, ist doch von einer relativen Uniformität die Rede, was die verwendeten “Curricula“ betrifft, die sich nach der Togukawa-Periode entwickelt haben. Wenngleich sich die Inhalte von Disziplin zu Disziplin unterscheiden, gibt es Ähnlichkeiten in der Terminologie, die zur Organisation und Präsentation der Kenntnisse benutzt wird (*Donohue 1999a*).

Ein Beispiel: das Okinawa Goju Ryu Karatedo

Um den Leser mit einigen Trainingsmethoden vertraut zu machen, die im Budo gebraucht werden, verwenden wir das Curriculum des Karatedo als Beispiel. Durchgehend werden Aikido und Judo als Vorbilder verwendet, vor allem wenn es um den therapeutischen Wert geht. Das Karatedo, vor allem die okinawanischen Stile (ursprünglich von der Insel Okinawa kommend), kennt viele Trainingsmethoden, die als sehr geeignet für eine Integration in eine psychotherapeutische Behandlung angesehen werden können. In diesem Fall geht es um Okinawa Goju Ryu, ein Stil, der von *inneren* und *äusseren* Praktiken Gebrauch macht. Es kennt folgende Methoden: **Kihon:** Kihon umfasst Basiselemente sowie Stände, mai ai (Abstand), timing, Atmung und tai sabaki (body management). Auf diesem Fundament werden *waza* oder Techniken gelehrt wie stoßen, treten, blocken, ausweichen, werfen, fallen u.s.w.. Die Basistechniken werden durchgehend individuell geübt (kihon tandoku). Manchmal kommt auch ein Partner hinzu (kihon sotai).

Sobald der Schüler/Lernende die Basistechniken ausreichend beherrscht, kann er damit beginnen eine „Kata“ zu lernen.

Kata: „Kata“ (chines. *Tao* = Form) bilden die Essenz aller Budo- bzw. Wushu-Disziplinen (*Higaonna 1984; Bishop 1989; De Spa 1995; Virgil 1996; Young 1994; Boersma 1987; Funk 1994; McCarthy 1995b*). Laut *McCarthy (1995a)* ist Kata die ritualisierte Methode, durch welche die Geheimnisse der Selbstverteidigung/des Kampfes von Generation zu Generation weitergegeben wurden. Es sind festgelegte Bewegungsmuster, die allein oder zu zweit ausgeführt werden. Jede Kata ist eine einzigartige Tradition mit unterschiedlichen Prinzipien, Strategien und Anwendungen. Ein zweiter, mindestens ebenso wichtiger Aspekt ist der therapeutische Wert der Kata. Stärkung des Bewegungsapparates, Verbesserung des Durchhaltevermögens und eine verbesserte Leistung der Atmung und der inneren Organe sind einige Effekte, welche durch die Ausübung von Katas erzielt werden können (*McCarthy 1995a; 1995b*). Das sind nur die physischen Effekte. Wer eine Kata in regelmässiger Übung in der richtigen Haltung ausführt, kommt in einer besonderen Weise mit sich in Kontakt, ja kann mit dem “Kern seiner Existenz“ in Berührung kommen (*Nagamine 1976*). Angesichts der festen Strukturierung der Kata wird auf der psychischen Ebene Durchsetzungsvermögen gefordert. Deshalb muss man sich an bestimmte, sehr genaue Regeln halten, was die Ausführung betrifft.

Beherrscht ein Schüler/Lernender die Kata ausreichend, folgen die „Bunkai“, die Anwendungen.

Bunkai: Kata befassen sich mit allerlei Techniken wie stoßen, treten, werfen, klammern, ausweichen, schlagen u.s.w.. Wenn eine Kata alleine ausgeführt wird, ist es an einem gewissen Punkt wichtig, dass die Person Einsicht erlangt in das, was sie tut. Diese Einsicht wird durch „Bunkai“ erreicht. Die Techniken aus der Kata werden nun als Antwort auf Angriffe eines Trainingspartners benutzt.

Makiwara: Das Makiwara ist ein Stoßpfahl. Techniken mit dem Makiwara wie stoßen, schlagen, treten, werden von den okinawanischen Großmeistern als einige der elementarsten Übungen angesehen (*Higaonna 1984*). Zum einen härtet es nämlich Berührungsflächen, wie Knöchel, Hacken und Ellenbogen. Zum zweiten lernt der Schüler/Lernende den Umgang mit dem Stoß gegen den eigenen Körper, der die Berührung eines Objektes oder Körpers mit sich

bringt. Zu diesem Zweck können auch Boxbälle oder Stoßkissen benutzt werden. *Higaonna* (1984) nennt das „moving makiwara“. Ein Übungspartner hält ein spezielles Stoßkissen fest, wogegen der andere tritt, stößt und schlägt. In diesem Fall werden "zwei Fliegen mit einer Klappe geschlagen". Der Schüler/Lernende, der die Technik ausführt, übt. Tut er das über einen längeren Zeitraum, verbessert er auch sein Durchhaltevermögen. Derjenige, der das Kissen hält, hat jedoch keine passive Rolle. Das Festhalten des Kissens gibt ihm die Möglichkeit die Auswirkungen der Technik direkt zu erfahren - mit dem Kissen als Schutz. Viele moderne Budoförmungen würden nun übergehen zum *Kumite*, den Kampfübungen. Das Goju Ryu macht jedoch noch einen Zwischenschritt. Das ist das „pushing hands“. Auf japanisch wird es „kaki“ genannt.

Kaki: „Kaki“ oder „pushing hands“ ist eine Übungsmethode, der man vor allem im *Tai Chi Chuan* begegnet (*Horwitz et al. 1976; Anders 1985; Liang 1977*), aber auch in Budodisziplinen, die sowohl *innere* als auch *äußere* Praktiken kennen, sowie im Okinawa Goju Ryu Karatedo. „Kaki“ ist eine Partnerübung, welche die wichtigsten Fähigkeiten und Kräfte entwickelt, die der Schüler/Lernende in einem späteren Stadium braucht (*Frantzis 1998; Leijenhorst 1995*). Die Unterarme werden im Budo als „Brücken“ gesehen, weil sie den Körper des Verteidigers oft mit dem des Angreifers verbinden. Die Ausgangsposition ist so, dass die Übungspartner mit einem oder beiden Unterarmen Kontakt miteinander haben. Es entsteht dann ein Spiel, bei dem sie versuchen, durch stossen oder ziehen einander aus dem Gleichgewicht zu bringen. Die Schüler lernen den Umgang mit direktem Körperkontakt und werden sensibel für die Bewegungen des Übungspartners, aber auch für die Weise wie dieser auf bestimmte Initiativen reagiert. Das „Kaki“ kennt vier verschiedene Formen: der „single hand push“, wobei die Partner mit einem Arm Kontakt haben und der „double hand push“. Bei beiden Formen werden die Füße nicht bewegt. Dies indes geschieht bei dem „four corners push hands“. Hierbei wird in den Winkeln 45 und 135 Grad gearbeitet. Alle vorangegangenen Formen kennen sowohl eine „fixed“ als auch eine „free“ Variante. „Fixed“ bedeutet, dass alle Elemente der Übung im vornherein feststehen. „Free“ bedeutet, dass beide Partner selbst die Form ergänzen. Als letztes sei noch das sogenannte „freestyle moving push hands“ erwähnt. Diese Übungsmethode erlaubt, dass zwischen allen Varianten frei kombiniert werden darf (*Frantzis 1998*).

Beherrscht der Schüler/Lernende die Basistechniken (kihon), werden die Kata gebührend ausgeführt, und hat er ausreichend Einsicht gewonnen in das, was er tut, kann er den ersten Schritt in Richtung „freien Kampfes“ machen. Bevor das geschieht, durchläuft der Schüler/Lernende eine Anzahl Übungen, bei denen er lernt, auf einen Angriff zu reagieren.

Kumité: Kumité kennt mehrere Trainingsmethoden. Eine ist das „yokusoku kumité“. Hierbei steht sowohl die Art des Angriffs, als auch die der Verteidigung im vornherein fest. Außerdem kennt man das „ippon kumité“. Es ähnelt sehr dem „yokusoku kumité“. Der Unterschied ist der, dass nur der Angriff im vornherein feststeht. Der Verteidiger muss selbst eine Lösung für sein Problem finden. Eine weitere Unterscheidung macht das „jiyu ippon kumité“. Die vorangegangenen Methoden sind von passiver Art. Das heißt, dass der Angriff und die Verteidigung aus dem Stillstand heraus initiiert werden. Beim „jiyu ippon kumité“ sind beide Personen in Bewegung. Aus der Bewegung heraus wird ein Angriff gestartet. Dieser ist jedoch, genauso wie beim „ippon kumité“, vorher abgesprochen worden. Der Verteidiger darf seine Gegenaktion selbst bestimmen.

Beherrscht der Schüler/Lernende den Unterteil „kumité“ gebührend, so folgt der Unterteil „randori“.

Randori: Randori ist eine Partnerübung, wobei das Prinzip „ran-o-toru“ zentral steht, das gegenseitige Geben und Nehmen, um gemeinschaftlich davon zu lernen (*Kallenbach 1993*). Es ist nicht das Ziel, tatsächlich zu kämpfen. Beim „randori“ wird der Kampf gespielt. Beide Parteien müssen etwas davon lernen ohne Schaden zu nehmen. Es gelten deshalb strikte Absprachen darüber, was erlaubt ist und was nicht. Oft wird ein Randori mit einem Rollentausch geübt. Am Anfang ist der Schüler/Lernende A der „Angreifer“, während sein Partner B sich nur verteidigen darf, danach werden die Rollen getauscht. Sowohl der Angriff, als auch die Verteidigung sind nun frei. Das kann hin und wieder in ein interaktives Spiel

münden, wobei der Schüler unter anderem lernt, wie er mit dem Konzept „Geben und Nehmen“ und mit Konfrontationen umgeht.

Irikumi: Durch die Einführung von Schutzmaßnahmen wie Boxhandschuhe, Schienbein-, Kopf- und Brustschützer, kann der Teil des „freien Kämpfens“ immer öfter als Trainingsmethode angewandt werden. Schüler/Lernende können also die eigenen Fähigkeiten testen, ohne dass dies Verletzungen zur Folge hat. In manchen modernen Kampfsportarten wird oft ein mentaler Zustand, der als „animalisch“ umschrieben werden kann, gefördert. Das ist jedoch nicht das Ziel beim *Budo*. Die Handlungen sollten zwar nicht, sie können aber aggressiv sein, das liegt dann jedoch eher an *der Intention der ausführenden Person* (Kallenbach 1993). Im Sinne des *Budo* sind die *Handlungen selbst* nicht aggressiv. Der „*Budokampf*“ muss ein Kampf sein, bei dem man nicht auf emotionale Weise involviert ist und bei dem Aggressivität ausgeschlossen ist. Auch nach Frantzis (1998) ist es schließlich das Ziel des Budokampfes, dass man die Konfrontation, sei es in einem physischen Kampf oder in einer anderen Form, lösen kann, ohne in die bekannte und als biologisches Muster disponierte „fight or flight“-Reaktion zu flüchten. Das Ziel in Bezug auf Konfrontationen kann mit folgender Redewendung gut umschrieben werden: „to become still under fire“ (Frantzis, 1998). Das erfordert allerdings einen intensiven Lernprozess. Im Anfangsstadium dieses Lernprozesses ist es sehr natürlich, emotional involviert zu sein. Es ist die Aufgabe des Lehrers, den Schüler/Lernenden darauf aufmerksam zu machen und ihm zu helfen, diese Emotionen in eine gute Bahn zu lenken. Auf diese Weise lernt der Schüler/Lernende seine *Empfindungen* und *Gefühle* kennen und sie zu handhaben, ohne sie zu unterdrücken. Letztlich werden hier wieder neurobiologische Überlegungen einzubeziehen sein: die Aggression der Angriffssituation eines Gegners, der eine limbische Response provoziert (Gegenaggression, Flucht, Erstarren) kann als „zu meisternde“ klassifiziert werden - im Sinne eines antizipierbaren Sieges, eines antizipierbaren Rückzugs, einer Besänftigung des Gegners, der Annahme eines unabwendbaren Schicksals usw.. Ein amydaloides Hyperarousal muß dafür bei dem Angegriffenen im Bereich seiner Kontrolle liegen und die wird nur in der und durch die Übung der Person gewonnen, der es z. B. gelingt, die nur sehr diskret wahrnehmbare Erstarrungsreaktion zu nutzen, um nicht überschießend zu reagieren, weil sie sich in solchen psychophysiologischen Situationen zu bewegen und zu handhaben gelernt hat, eine „Meisterschaft seiner selbst“ gewonnen hat.

8. Budo und Therapie

„Man muß das Herz behandeln, ehe man den Körper therapiert“
Chinesisches Sprichwort (Cheng 2002, 55)

Asiatische Meister, auch wenn sie im Westen viel gelehrt und gearbeitet haben – ganz gleich ob japanische (*Deshimaru-Roshi* 1977), koreanische (*Kwon* 1976) oder chinesische (*Huang* 1973) – würden kaum ihre Kunst als „Therapie“ bezeichnen, wie das heute modisch oft geschieht (*Wolters* 1997, 200, 2001), wenngleich sie die heilsame Kraft der Übung immer wieder betonen. Ein chinesischer Meister im Westen bringt es auf den Punkt: Diese „Form der Meditation in der Bewegung ist ein Weg, sein Zentrum zu finden, mit dem Ziel somatischer Bewußtheit und körperlicher Integration. Es korrigiert die Haltung und bewirkt Entspannung. Es führt dem Körper Energien zu und bringt den Geist zur Ruhe. Es ist eine Brücke zwischen Meditation und westlicher Psychotherapie, die Vernunft und Sinne integriert“ (*Gia-Fu-Feng* 1971). Die asiatischen Formen der „Heilmeditation“ (*Tulku* 1978) kommen in vielen Budoformen zum tragen. Ihre Weisheit aufzunehmen, wird für eine effektive Integration von Budo und Therapie unerlässlich.

Eine persönlichkeitsbildende Dimension (*Nocquet* 1985, 2002; *Protin* 1991; *Trevisan* 1991; *Ueshiba* 2004; *Habersetzer* 2004a) ist indes dem Budo und Wushu vom ganzen Wesen her inhärent. Wenn also Formen des japanischen bzw. koreanischen Budo oder

des chinesischen Wushu in therapeutischer Absicht eingesetzt werden, erhebt sich die Frage des „Wie?“. Grundsätzlich sind hier drei Möglichkeiten zu sehen:

8.1 Budo als Therapie

In diesem Ansatz wird die jeweils gewählte Form der Kampfkunst in reiner Form, vom Schwierigkeitsgrad auf die jeweilige Zielgruppe zugepaßt und entsprechend eingesetzt. Es wird auf die Qualität und Wirkung der „Übung“ (*Höhmann-Kost, Siegele*, dieser Band) gesetzt, die auch *Suzuki* (1961) und *Dückheim* (1964) als den Königsweg der Selbstfindung ansehen. Die kommunikativen, wahrnehmungsschulenden, gemeinschaftsbildenden, Selbstsicherheit fördernden Aspekte der Budo-Praxis kommen zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Gesundheit zum Tragen - und Gesundheit und Gesundheitsförderung sind zentrale Themen für die Psychotherapie geworden (*Antonovsky* 1987; *Lorenz* 2004; *Petzold* 2003a). Das ist in einer Vielzahl von Untersuchungen, über die wir an anderem Ort einen Überblick gegeben haben (*Bloem* et al. dieser Band, Literatur dort), belegt, und das ist auch die Erfahrung vieler Praktiker, die Budo therapeutisch einsetzen, wie wir auf den drei vom Seniorautor organisierten Tagungen zu „Kampfsport und Psychotherapie“ feststellen konnten. Auf der Tagung „Der Weg ist das Ziel“ (Berlingen, Schweiz 17.9 – 19. 9. 1993) wurde in der Zusammenfassung der Erfahrungen und Diskussionen der anwesenden Therapeuten und Budoka bzw. der Praktizierenden beider „Künste“ im Abschlußstatement festgestellt:

„Die fernöstlichen Kampfkünste haben in sich eine Wirkung, die der von Psychotherapien vielfach an die Seite gestellt werden können, und sie sind eine hervorragende Ergänzung von Psychotherapien oder mit diesen kombinierbar. Sie schaffen Leibbewußtsein, fördern persönliches Wachstum und Souveränität, stärken das Selbstbewußtsein und das Gemeinschaftsgefühl, die Fähigkeit, seine Emotionen zu regulieren, Spannung und Entspannung optimal und intentional zu kontrollieren - kurz - seinen *Leib* zu beherrschen. Und sie eröffnen Dimensionen des *Sinnes* und des Wertebezugs für das persönliche Leben, die vielen Menschen eine neue Orientierung geben können, wenn sie diesen Weg des Budo konsequent verfolgen und sich all diese Möglichkeiten erschließen, die sich in dem Begriff der *fundamentalen Budoerfahrung* fassen lassen“ (*Petzold* 1993).

Was im Einzelnen wirkt, muß allerdings noch besser inhaltlich aufgeschlüsselt und empirisch überprüft werden. Natürlich hat auch das Grenzen und es ist die alte Heilweisheit, die sowohl die daoistische wie auch die shintoistische Philosophie vertritt zu beachten: „Wenn das Herz an seinem rechten Platz ist, können die Therapien wirksam werden“ (Su Zheng, Tang Dynastie, *Cheng* 2002, 55).

8.2 Therapie und Budo

In der „Integrativen Therapie“ wurde das Modell der „bimodalen Therapie“ (*Petzold* 2003a, 1005, 1041) entwickelt. Neben den Sitzungen konfliktzentrierter Psychotherapie, Leibtherapie bzw. körperorientierter Psychotherapie (Einzel- oder Gruppensetting) kann in weiteren parallelen Sitzungen durch Budoerfahrene Psychotherapeuten ein „übungsorientiertes“ Angebot gemacht werden. Ggf. kann der Therapeut auch zum Beginn einer Budoausbildung in einem geeigneten Dojo, dessen Praxis er kennt und dessen Arbeitsweise den Patienten nicht überfordert, parallel zur Therapie ermutigen. Dabei kann die Therapie auch dazu dienen, den Patienten in der ersten Zeit darin zu bestärken, das begonnene Budo-Training auch fortzuführen und nicht vorschnell aufzugeben, wie das bei selbstunsicheren, ängstlichen und depressiven PatientInnen leicht vorkommen kann. *Konfliktzentrierte* und *übungsorientierte Modalität* (ibid. 507, 907ff) können auf diese Weise zusammenwirken und sich ergänzen. Dabei kommen alle unter 1. erwähnten

Wirkungen zum Tragen. Eventuell können noch weitere Modalitäten, wo erforderlich, eingesetzt werden wie die *netzwerkorientierte* oder die *medikamentenorientierte* Modalität.

8.3 Budotechniken in der Therapie

Bei psychotherapeutischen Ansätzen mit Körperorientierung oder psychomotorischen Behandlungen werden zuweilen Techniken, Übungen, Übungssequenzen aus einzelnen Budokünsten entnommen und in das therapeutische Procedere integriert. Das ist vor allem in der „Integrativen Bewegungstherapie“ (Petzold 1974j, 1988n; Hausmann, Neddermeyer 1996; Höhmann-Kost 2002) der Fall, die seit ihren Anfängen T'ai Chi Chuan-, Kung Fu-, Jujutsu- und Aikido-Elemente in die therapeutische Praxis integrierte – in die Arbeit mit Neurosepatienten, aber auch in die Arbeit mit psychiatrischen Patienten (Roth 1990; Bettinaglio 1992; Höhmann-Kost, Siegele, dieser Band). Das bietet aus therapiepraktischen Gesichtspunkten, wenn keine Möglichkeiten zu bimodalen Angeboten bestehen oder diese nicht indiziert sind, Wege, den *praxeologischen* Zugang (Petzold 2001c) spezifisch zu erweitern und vor allen Dingen dabei auch den theoretischen und ethikspezifischen Dimensionen des therapeutischen Settings gerecht zu werden (Orth, Petzold 2003). Den eigentlichen Anliegen des Budo kann in diesem Vorgehen sicherlich nicht Rechnung getragen werden. Es besteht indes die als äußerst positiv zu bewertende Möglichkeit, dass – ist die Symptomatik gebessert – die PatientInnen ermutigt werden, an einer freien, bei Kampfsportverbänden angebotenen Budo-Gruppe in einem Dojo teilzunehmen, was ihre Integration in Alltagszusammenhänge fördert und sie auf den „Weg“ (dō) einer sehr nützlichen und erfüllenden Lebenspraxis bringen kann: ***den Weg des Budo.***

8. 4. Chi, Ki, Yar, Seelenkraft, Heilkraft – Geheimnisse und Rätsel

„Ich weiß in mir den heilenden Atem zu nähren, von dem das
Universum erfüllt ist“

Mengzi (ca. 372-289 v. Chr., Cheng 2002, 20)

Wir haben uns nach reiflicher Überlegung dazu entschieden, in dieser Arbeit das Thema „Ch'i“ nicht in vertiefter Weise aufzugreifen. Hierzu wäre eine eigene umfangreichere *konzeptkritische* Arbeit notwendig. Das „Ch'i“ wird in den Kampfkünsten und seinen kulturellen Quellen in sehr vielfältiger Weise gebraucht: von Vorstellungen archaischer Magie, bis zur elaborierten daoistischen Mantik, als Konzept chinesischer Medizin, aber auch als zentrales Element asiatischer Meditationsformen und Kosmosmystik (Chia 2003, 2004). Es berührt spirituelle Fragen und Hintergründe, zu denen ein Budoka eine persönliche Position entwickeln muß (vgl. zu einer solchen ausführlich Petzold 1986d, 83-100). Auf dem westlichen, zunächst vorwiegend amerikanischen, inzwischen aber auch globalisierten „Markt für Spiritualität“ wird Chi wird vernutzt (Trédaniel 2004) als platte Universalerklärung und billige Universalheilkraft in der Kommerzialisierung „östlicher Weisheit“ (Kundalini-, Chakra-, Chi-, Aura-, Akasha-, Healing-Seminare for Westerners). Es gibt auch Versuche, Ch'i mit physikalischen Forschungsergebnissen zu Photonen, Ionenfeldern, biologischer Zellstrahlung etc. zu amalgamieren – ein fundamentaler Kategorienfehler, denn Ch'i ist ein religiöses, kein naturwissenschaftliche Konzept. Unsere Position: Kampfkunst kann in einer *säkularen Form* ohne Rekurs auf die

religiösen Traditionen im Sinne einer Glaubensverpflichtung praktiziert werden. Ein Wissen um diese Hintergründe ist jedoch sehr empfehlenswert.

Die Praxis von Budo und Wushu bringt das Erleben einer Lebendigkeit und Kraft, eines „Strömens von Energie“ im Körper mit sich. Es handelt sich – und das ist für therapeutische Nutzung und Erklärung wichtig, um Phänomene nicht magisch zu verklären statt zu erklären – um propriozeptive bzw. interozeptive *Wahrnehmungsphänomene*: Wahrnehmung erhöhten kapillaren Blutdurchstroms (Strömen), von erhöhtem Muskeltonus (Kraft) und Gewebeturgor (Spannkraft, Vitalitätsempfinden), emotionales Hochgefühl, ausgelöst u. a. durch Neuropeptide, Enzyme und entsprechende Genregulationen. Die Aktivierung von Neuromodulatoren und Neurotransmittern, die anregende Wirkung von Dopamin, Glutamat, Endorphinen, Cortisol sollten nicht als „Chi-Wirkungen kosmischer Energie“ mißverstanden werden. Die mit solcher physiologischer Aktivierung einhergehende und therapeutisch wichtige *Sensibilisierung des „eigenleiblichen Spürens“*, der „Selbstwahrnehmung“ wird zur Grundlage verbesserter psychophysiologischer Selbstregulation und kann helfen, eine optimale Tonussteuerung (Spannungs-Entspannungs-Regulation, relaxation response) und ein gutes Erholungsverhalten (recovery response) zu erlangen (Petzold 2002j), eine Stressreduktion oder Behandlung von posttraumatischen Stresseffekten (idem 2001m) zu ermöglichen sowie eine gute Regulation des Affektlebens (Furcht-, Angst-, Wut-, Aggressionsformen) zu erreichen (Petzold 1995g). Diese Vitalitätsempfindungen, wie sie metaphorisch als „Energie“ oder phänomendeskriptiv als „Lebenskraft, élan vital“ (Bergson), in der abendländischen Tradition als *Geisteskraft* oder *Seelenstärke* benannt werden, sollten nicht voreilig als Ki-Kraft oder spirituelle Energie (fehl)interpretiert werden, wie dies in der transpersonalen Szene, aber auch in Budo-Kreisen (z. B. bei Meister Tohei 1976, 9 bis zu physikalistischen Vergleichen mit Plus-Minus-Polen des Gleichstroms bzw. der Batterie) geschieht oder im Konkretismus daoistischer Medizin üblich ist. Ch'i „gives the blood impetus to circulate freely and nourishes the blood ... The ch'i is developed by cherishing and nurturing the fire of the kidneys (*ming men huo*) and the reproductive secretions“ (so Meister Liang 1977, 69). Aber der naturwissenschaftliche und der religiöse Explikationsrahmen sollten – wie Kant schon grundlegend gezeigt hat - klar differenziert werden, um Kategorienfehlern zu vermeiden.

Der spirituelle und religiös-kulturelle Hintergrund, der Glaube an eine „universelle Kosmoskraft“, der sich in der daoistischen Tradition und in anderer Konnotation in der indischen Geisteswelt, im Buddhismus, im Shinto findet und auch im Christentum, etwa im ostkirchlichen Hesychasmus, seinem Konzept der „göttlichen Energien, dem unerschaffenen Licht, das in den Herzen der Menschen leuchten kann“ (Petzold 1971; Küpper 1983), muß im Kontext des jeweiligen religiösen Entwurfs bzw. Systems gesehen und interpretiert werden, um ihm gerecht zu werden. „In verschiedenen Sprachen und Kulturen wurden unterschiedliche Namen für diese eine Realität gegeben“ – so der Aikido-Meister Koichi Tohei (1976, 10). Dennoch muß die kulturelle Spezifität gesehen und be-/geachtet werden, um neoesoterische und neotheosophische (senu *Anni Besant* oder *Helena Petrovna Blavatsky*) Nivellierungen zu vermeiden (Guénon 1969; Kumar 1996). Der „große Atem“, der „feinstoffliche Äther“, das „göttliche Feuer“ – in allen großen Religionen finden wir Bericht von einer solchen Kraft, die Menschen ergreifen kann oder die der Mensch in sich als „Lebenskraft“ zu entdecken vermag, wenn er „achtsam“ für sich wird. In der psychotherapeutischen Tradition finden wir an ihren vorwissenschaftlichen Anfängen *Mesmers* „Magnetismus“, *L. C. von Reichenbachs* „Od“, später dann

Wilhelm Reichs „Orgon“ und Alexander Lowens „Bioenergie“ und - mit einer anderen Traditionsanbindung – beim späten Ferenczi (1932) die „Orpha“, die Kraft des Sängers Orpheus, die Kraft der Schönheit. In Budokreisen hat man auch versucht, diese beiden „Energietraditionen“ zusammenzubringen (Katchmer 1993), u. E. keine unbedingt glückliche Idee.

Im slawischen Kolo haben wir die Lebenskraft *yar*, die der altslawische Sonnengott Dashbog über die Welt und die Menschen ausschüttet. In vielen japanischen Budo-Formen oder im Wushu werden Chi oder Ki als das zentrale Prinzip angesehen (Coquet 1991), der Begriff taucht nicht umsonst in vielen Namen der Kampfkünste auf. Das Aikido von Morihei Ueshiba hat nach Auffassung seines Begründer in dieser Realität sein „Herz“, und viele Aikidomeister sind ihm hierin gefolgt (Tohei 1976). Einige Beispiele zur Illustration:

„Das *ki* ist das aktive Element der Schöpfung: Myriaden Dingen bezeugen das *yin* und enthalten das *yang* um über das *ki* harmonisiert zu werden ... so lange das *ki* da ist, ist das Leben da, wenn es verschwindet, kommt der Tod ... Die Kraft wohnt an dem Ort, wo das *ki* konzentriert und stabil ist, Verwirrung und Übel herrschen dort, wo das *ki* stagniert“ (Morihei Ueshiba in Stevens 2001, 50). Morihei empfahl, daß man die „Macht des *ki* sich ganz natürlich und in Fülle durch die regelmäßige Übung des Aikido entwickeln lasse“ (ibid. 51). Aikido bedeutet „Harmonisierung des Ki“. „Wir umgeben einen kleinen Teil des Ki des Universums mit unseren Körper und sagen ‘das bin ich‘ ... unser persönliches Ki ist jedoch vom Ki des Universums untrennbar. Wenn sein Fluß stark und ungehindert ist, sind wir gesund ... Wenn du darum bemüht bist, dein Ki zu stärken, um physische Kraft, Ausdauer und Erfolg in den Unternehmungen deines Lebens zu haben, mußt du danach streben, mit dem Ki des Universums eins zu werden.“ Dafür ist die Vereinigung von Körper und Geist Voraussetzung – so Kochi Tohei (1976, 9) – ein Meister im Umgang mit dem Ki, den der Seniorautor Anfang der siebziger Jahre in einem Ki-Seminar in Californien erleben konnte. *Ki* ist im japanischen *Budo* das Zentrale.

Nicht anders steht es im chinesischen *Wushu*. Klassische Meister wie Cheng Man-ching²⁸ gründen ihre Lehre und Praxis gänzlich auf das *ch'i*, eine „intrinsische Energie“, die das Wesen der Kunst ausmache: „mind (*i*) and intrinsic energy (*ch'i*) are the complementary bases of T'ai chi“ (Cheng Man-ching, Smith 1967, 5). Und natürlich ist – mit Verweis auf Konfuzius - unablässige Übung des Chi gefragt: “Miss a meal ... but don't miss a round of T'ai-Chi. Preseverance is a must!“ (ibid.). Die Übung führt dann zu einer Konzentration von *chi* als erlebbarer Kraft in der Nabelregion, die von dort durch den ganzen Körper strömt, eine Kraft die über die Übung auch intentional in spezifische Körperregionen gesandt werden kann. „Der Geist und das *Ch'i* im Leib des Menschen sind formlos und farblos. Wir müssen und klar werden, daß das *ch'i* den wichtigsten Platz im Körper einnimmt ... Die Taoisten nannten ‘Wasser und Feuer im Zusammenspiel‘ oder das ‘innere Elixier der Unsterblichkeit‘, das im *tan t'ien*, ein Punkt 3 Zentimeter unterhalb des Nabels, gesammelt ist ... Das gesamte Leben des Menschen hängt vom Schützen und Nähren des *Ch'i* ab“, so Meister Liang (1974, 69), den der Seniorautor in Seminaren erleben konnte.

Im slawischen *Kolo* hat *yar*, die Sonnekraft des Sonnengottes Dashbog, eine ähnliche Funktion und Bedeutung wie das asiatische *ch'i*. „Das slawische Wort *yar* bedeutete

²⁸ Cheng Man-ching war ein „brilliant master of the ‘Five Excellences‘ (Painting, Poetry, Callygraphy, Medicine, and T'ai-Chi)“ (Smith, in Cheng Man-ching, Smith 1967, IX) und wurde nicht müde, das I Ching, das „Buch Der Wandlungen“ zu zitieren: „Die Natur ist beständig in Bewegung. Der Mensch sollte sich deshalb kräftigen ohne Unterlaß“.

die Lebenskraft und ihre Manifestation. Sie [die Slawen] betrachteten sich als Nachfahren des Sonnengottes Dazhdbog, lebten nach einem Sonnenkalender und im Kampf benutzten sie ihr 'yar', ihre Stärke oder Energie, die sich in ihrem Solaplexus manifestierte. In den östlichen Kampfkunsttraditionen hatte die innere Energie oder chi auch ihren Fokuspunkt im unteren Bauchbereich, im dantien. Menschliche Biorhythmen folgen aber auch den Lunarzyklen" (*Travkin* 2003). „Im ROSS nutzt man das Oszillieren zwischen Solar- und Lunarplexus, was für den Ausübenden eine größere Mobilität und Plastizität bedeutet“ (*Sonnon* 2003a).

Yar wird in einer Heiltradition - sie wird von modernen Kolo-Lehrern *kolo dar* genannt (*Kolowrat* 2004, 12) und in der Kampftradition, *kolo yar* genannt (ibid.) - eingesetzt. „Das *kolo dar* ist einer der großen Schätze der russisch-baltisch-slavisches Kultur“ ... es nutzt die „Energie, die 'Vitalkraft', das *zwi, chi* gemäß der mittelalterlichen slawischen Tradition“ (ibid.). Bei dieser Neo-Kolo-Tradition wird aber recht synkretistisch mit der chinesischen Chi-Lehre gemischt (S. 15f). Kolo basiert indes deutlich auf der Tradition der „slawischen Kampfkunst, eine 'innere Kraft' aufzubauen und zu entwickeln“ (ibid. 8) – „the inner force of KOLO ... Für eine Slawen war KOLO nicht einfach ein Weg, sich selbst zu verteidigen, es war eine Lebensform, ein Weg, eine bessere Person in Geist, Körper und Seele zu werden“ (*Ostweg* 2002, 1).

„Diese Lebenskraft sehen wir in der gesamten Natur, bei der Jagd der Raubtiere und im vitalen Spiel der Jungtiere, im Aufbrechen der Knospen, ja in der ganzen roten Frühlingskraft, wie sie Frühlingssonne nach dem harten russischen Winter mit sich bringt und die von unseren Liedern besungen wird. Das Erleben dieser 'Kraft des Erwachens' durch die russischen Waldbauern in der Zeit vor der Christianisierung ist die Quelle von *yar*, der Kraft in *Körper, Seele und Geist*²⁹, und das Herz des Kolo. Nach der Botschaft von Cyrill und Methodios wurde aber erkannt, daß es die göttliche Schöpferkraft, die unerschaffenen göttlichen Energien sind, von denen Gregorios von Palama und die Mönchsväter in der *Dobrotolubie*³⁰ sprechen und die 'aufrichtigen Erzählungen des russischen Pilgers'³¹ berichten. Sie erhellen das Herz, erfüllen das Licht jedes neuen Tages, das Nordlicht am Horizont, speisen das Licht der Erkenntnis, der Weisheit, der *Sophia*³², das Menschen und der Menschengemeinschaft Lebens- und Überlebenskraft gibt, Licht, das bei der Heilung von Wunden wirkt und das im Verteidigungskampf und in der Überwindung von Not Kraftreserven spendet. *Yar* hat dem russischen Volk durch die Jahrhunderte von der Mongolenherrschaft bis zum Altraum Stalins Kraft zur Überwindung gegeben“ (*Hugo Petzold* 1935). Für die Bewegungspraxis des Kolo bedeutet das: es müssen **Körper** (Körperkraft, körperliche Beweglichkeit), **Seele** (Seelenstärke, affektive Flexibilität, e-motio) und **Geist** (Geisteskraft, geistige Beweglichkeit) geübt und entwickelt werden, d. h. die gesamte „menschliche Natur im Einklang mit der Natur“ ist Gegenstand und Ziel der Übung. Von *Pawel Florenski*, Mathematiker, Philosoph, Biologe, russischer Theologe³³, wurde ein solches Denken in einer Kosmosmystik³⁴ entwickelt. Der Seniorautor hat solches Denken in Arbeiten zu einer „säkularen Mystik“ aufgenommen (*Petzold* 1983d, 53-99).

²⁹ Im Unterschied zur den asiatischen Traditionen, die Körper und Geist unterscheiden, wird in der russischen Tradition eher auf die „Trimerie“ Körper, Seele, Geist (so auch *Aristoteles*: soma, psyche, nous) zentriert, wie sie auch in der orthodoxen Anthropologie vertreten wird (*Petzold, Zenkovskij* 1969II).

³⁰ Die russische Version der griechischen „Philokalie“, eine Sammlung von Texten ostkirchlicher Mystiker. In Auswahl bei *Rosenberg* (1957); zum Herzenslicht auch *Hausherr* (1927).

³¹ vgl die Übersetzung von *Walter* (1959).

³² Hinweis auf die russisch-mystische Philosophie der Sophieologen wie *Pawel Florenski* (1995) oder *Sergeij Bulgakow* (*Lialine* 1935). Vgl. den erhellenden Text von *Florenski* (1995, 288ff) über das Licht.

³³ „... Es ging mir darum, die Welt in ihrer Lebendigkeit zu erkennen, in ihren wirklich existierenden Beziehungen und Bewegungen. Dass es in der Welt *Unbekanntes* gab, war, wie ich erfuhr, nicht einzufälliges Unvermögen, meines bis dorthin noch nicht vorgedrungenen Verstandes, sondern eine wesentliche Eigenschaft der Welt“ (*Florenski* 1995)

³⁴ „Betrachtet, so oft ihr könnt, die Sterne. Wenn Euch schwer ums Herz ist betrachtet die Sterne oder bei Tag den blauen Himmel. Wenn Ihr betrübt seid, wenn man Euch beleidigt, wenn Euch etwas nicht

Im modernen ROSS werden Reste dieses Denkens bei *Alexander Ivanovich Retuinskij* und in seiner Folge bei *Scott Sonnon* säkularisiert als „Lebendigkeit“ (*aliveness*) und als biologische Lebenskraft im „principle of survival“, in „natural motions and natural happiness of children“ (*Sonnon 2003a*) beschrieben und für das Vorgehen in „harten“ und „weichen“ Formen genutzt (*idem 2003d*). – Man sieht, in den slawischen Kampfkünsten findet sich ein breites Spektrum an Auffassungen und in den moderen Varianten wahrscheinlich die weitest fortgeschrittene Form einer Praxis, die im biologischen Sinne affirmiert: „Natural activity is endorsed, which is our biological heritage“, und Kampfwissen greift auf naturwissenschaftliche „Theoriekonzepte und Biomechanik“ zurück (*Sonnon 2003a, 5*), mit denen die moderne „sowjetische biomechanische und psychophysiologische Forschung (die Untersuchung menschlicher Bewegung und der Verbindungen zwischen Körper und Geist) in jüngerer Zeit die alten Lehren unterstützt hat“, um „im Kampf eine effective hyperfuction freizusetzen“ (*Darby, Young 2001, 4*).

Aufgrund der extremen Heterogenität der „Chi-Auffassungen“, ihrer hohen religiösen, weltanschaulichen bzw. ideologischen Orientierung, haben wir auch darauf verzichtet, sie in den folgenden Abschnitt dieser Arbeit über „therapeutische Wirkfaktoren“ aufzunehmen, auch um zu zeigen, daß auch ohne dieses Konzept eine hohe Anschlußfähigkeit des Budo an Prinzipien moderner Therapie gegeben ist.

9. Therapeutisch wirkende Prinzipien des Budo

Budo bietet eine intensive körperliche Ertüchtigung, so dass man durchaus Effekte annehmen kann, wie sie für Formen des Ausdauersports bei bestimmten seelischen Störungen, vor allen Dingen bei Depressionen, gefunden wurden (*van der Mei, Petzold, Bosscher 1997; Bosscher 1992; Schay, Petzold et al. dieser Band*). Die spezifisch in einem westlichen, klinischen Verständnis „psychotherapeutisch“ wirkenden Faktoren im Budo werden neben empirischen Untersuchungen durch Vergleiche der Budo-Praxis mit therapeutischen „Wirkfaktoren“ zu bestimmen sein, wie sie die klinisch-psychologische Wirkfaktorenforschung herausgearbeitet hat (*Garfield 1973, 1992; Grawe 1998; Märten, Petzold 1998; Smith, Grawe 1999*). Aber natürlich besteht bislang keine Einigkeit über alle Faktoren, die Listen variieren (*Huf 1992*), auch wenn es viele Übereinstimmungen gibt. An dieser Stelle sei deshalb spezifisch auf den Gebrauch von Budo bzw. Wushu in der Integrativen Therapie und die im Rahmen ihrer Forschungen (*Petzold 1993p, Steffan 2002*) herausgearbeiteten Wirkfaktoren eingegangen, weil zumindest im deutschsprachigen Bereich der Seniorautor diese Ansätze im Sinne der voranstehend aufgeführten 2. und 3. Möglichkeit eingesetzt hat.

Die ersten Versuche gehen auf die Behandlung von Drogenabhängigen in einer Therapeutischen Wohngemeinschaft in Paris zurück (*Petzold 1969c*), dann später in der Arbeit mit gefährdeten und abhängigen Jugendlichen (*idem 1974d, 45ff, 1994f*). Die Argumentation für die therapeutische Wirkung war damals folgende: „Tai-Chi-Chuan stellt eine praktische Applikation dieses Prinzips [wuwei] dar. In ewig wiederkehrendem Rhythmus wird das Gefühl für die Ruhe in der Bewegung, die Aufmerksamkeit in der Entspannung, für Zentrum und Peripherie vermittelt. Tai-Chi-Chuan ist 'Philosophie in Bewegung' (*ibid. S. 45*). „Tai-Chi-Chuan vermittelt ein Gefühl für den Körper und für kontrollierte Bewegung. Konzentrierte Entspannung wird durch eine Übungs- und Bewegungsfolge erreicht, die nicht das

gelingt, wenn ein Sturm in Eurer Seele tobt, tretet hinaus ins Freie und bleibt allein mit dem Himmel. Dann wird Eure Seele zur Ruhe kommen“ (*Florenski 1995, 262f*).

mechanistische Gepräge gewisser Yogaübungen hat und einen weniger „statischen“ Trainingsaufwand als diese erfordert; denn Tai-Chi-Chuan geschieht in permanenter Bewegung, in der das taoistische Prinzip der 'müheleisen Mühe' [wuwei] zum Tragen kommt“ (ibid. 46f). „Tai-Chi-Chuan, Kung Fu und Karate erweisen sich besonders dadurch geeignet, dass sie körperliche Berührungen vermeiden, also einem direkten körperlichen acting out am Partner keinen Raum geben, sondern von Anfang an eine Disziplinierung erfordern. Aus diesem Grunde sind Judo und Jiu Jitsu für das Training weniger geeignet. Bei der Einführung in Tai-Chi-Chuan, Kung Fu, Karate oder Aikido ist von Anfang an die psychologische Seite der Übungen herauszuarbeiten, andernfalls lehren wir nur irgendeine Sportart und nehmen der Methode den Wert“ (ibid. 47). All diese Aspekte haben wir in dem Begriff der **„fundamentalen Budoerfahrung“** (idem 1969b) als „ontologische Erfahrung“ (Orth 1993; Albert 1972) verdichtend zusammengefaßt.

Dieser Begriff war seinerzeit [seit 1963 in Paris] von der wissenschaftlichen und persönlichen Auseinandersetzung des Seniorautors mit der Religionsgeschichte (R. Otto, M. Eliade, M. Jousse), dem Zen und dem Daoismus, insbesondere durch die Möglichkeit, bei einem chinesischen Kung Fu Meister zu lernen, und der Vertiefung der eigenen Budo- und Meditations-Erfahrung, aber auch der ostkirchlichen und suffistischen Mystik bestimmt (Petzold 1967 II h, 1969 II d, 1983d, 2002h), weiterhin durch den Eindruck der Bücher und Persönlichkeiten von Graf Dürckheim, T. D. Suzuki, Alan Watts und die erlebten Einflüsse des Zen in der *performativen Kunst* – Tanz, Theater, Musik bei Cage, Duchamp, Kirby, die Gruppe Zaj (Benamou, Caramello 1978, de Meredieu 1994; Charles 2000), in eigener intermedialer Theaterarbeit (Oeltze 1997). Es ging darum, die Ahnungen von Ausgang und Rückkehr (Eliade 1949; Petzold 1972 II a), die erlebbare Qualität der „Zentrierung“ und des „Erwachens“ in einer „säkularen“ Weise zu fassen, ohne die großen Worte „Hara“ oder „Satori“ (durch Allan Ginsbergs 'Erleuchtung' im Gespräch/Gerede) zu strapazieren oder einer „Nostalgie des Origines“ (Eliade 1972) zu verfallen. Die strenge Nüchternheit des Zen und die Klarheit des Budo sind hier ein gutes Antidot. Der klinische und philosophische Kontext der Arbeit brachte und brauchte damals wie heute eine Qualität der „sober mindedness“. Dabei ist das Phänomen des „Wesentlichen“ eine zentrale, transkulturell vorfindliche Realität – verbunden mit Begriffen wie „Sinn“, das „Heilige“ (durchaus auch mit dem *kami* des Shinto³⁵ verstehbar, Hirai 1966), das „ganz Andere“, Numinose, Begegnung, Kairos, Tiefe, Stille, Natur, ästhetische Erfahrung, Sein ... Diese Qualität wurde im Integrativen Ansatz später als **„ontologische Erfahrung“** beschrieben, die in dem Bemühen um „Integration als persönlicher Lebensaufgabe“ in einer „philosophischen Therapeutik“ verstanden wurde (Petzold 1971, 2001m; grundlegend Orth 1993; Petzold, Orth 2004; Albert 1972).

Die „psychologische Seite“ dieser Ausrichtung in der Arbeit mit den Jugendlichen umfaßte damals das Stärken des *Selbstwertgefühls*, der *Souveränität* – ein Kernkonzept der Integrativen Therapie (Petzold, Orth 1998), das mit dem Gedanken eines „*inneren Ortes der Souveränität*“ (ibid., Orth 1993) durchaus eine, den puren Psychologismus übersteigende Tiefe hat und auf die spürbare, erlebbare Erfahrung „geistig-seelischer Kraft und Stärke“ – *Geisteskraft* und *Seelenstärke* – gerichtet ist. Und dennoch ging es konkret auch um ein Kräftigen des konstruktiven Durchsetzungsvermögens (*assertiveness*, Petzold 1977f; Lloyd 1995; Ullrich de Muynck 1974) der Klienten auf der Ebene des Verhaltens, der „Performanz“ – heute wissen wir, wie wesentlich diese Qualität in der Drogenprävention ist (Trudeau et al. 2003) – aber immer auch um die *Vermittlung einer „inneren Orientierung“*, was in der heutigen Psychotherapie, Drogentherapie, PatientInnenarbeit das „Defizit par excellence“ ist. Deshalb haben wir damals schon das Moment *traditioneller Praxis*,

³⁵ „At the core of Shinto are beliefs in the mysterious creating and harmonizing power (*musubi*) of kami and in the truthful way or will (*makoto*) of kami. The nature of kami cannot be fully explained in words, because kami transcends the cognitive faculty of man. Devoted followers, however, are able to understand kami through faith and usually recognize various kami in polytheistic form. Parishioners of a shrine believe in their tutelary kami as the source of human life and existence. Each kami has a divine personality and responds to truthful prayers. The kami also reveals makoto to people and guides them to live in accordance with it. In traditional Japanese thought, truth manifests itself in empirical existence and undergoes transformation in infinite varieties in time and space. Makoto is not an abstract ideology. It can be recognized every moment in every individual thing in the encounter between man and kami“ (Hirai 2000).

den Einbezug des „geistigen Hintergrundes“ betont, und der scheint in der Tat von großer Bedeutung zu sein, wie wir an anderer Stelle herausgestellt haben (vgl. 10). Setzt man nun die Praxis des Budo mit den in der Integrativen Therapie aufgrund der Therapieforschung und der Auswertung von Behandlungsdokumentationen herausgearbeiteten 14 Heilfaktoren, denen *protektive*, *supportive* und *konfrontative* Charakteristiken zugeordnet werden (*Petzold* 1993p, 2002b) in Bezug, so kann man viele Gemeinsamkeiten und einige Differenzen finden:

1. Einführendes Verstehen [protektiv], Empathie [supportiv] (EV)

In der besonderen Lehrer/Lernender-Beziehung des Budo kommen ganz klar einführende Dimensionen zum Tragen, die aber eher konfrontativ sind – der Schüler/Lernender wird herausgefordert, gefördert durch fordern – als supportiv (es geht im Budo ja nicht um die Arbeit mit Patienten).

2. Emotionale Annahme [protektiv] und Stütze [supportiv] (ES)

Der Schüler/Lernende wird angenommen, vom Lehrer wie von der Lerngemeinschaft der Budokas.

3. Hilfen bei der realitätsgerechten [supportiv, konfrontativ], praktischen Lebensbewältigung (LH)

Budo hat ganz klar eine Transferzielsetzung für das Alltagsleben. Der Alltag soll „Übung“ werden (*Dürckheim* 1964), Budo soll „Weg“ werden, der die Lebensführung prägt, eine „Lebenskunst“. Dieses Element ist im Budo viel stärker ausgeprägt als in der Therapie.

4. Förderung emotionalen Ausdrucks [protektiv, supportiv] und volitiver Entscheidungskraft [supportiv, konfrontativ] (EA)

Emotionaler Ausdruck wird im Budo durchaus gefördert, etwa durch Mimik/Gestik und Laute (Kiei), allerdings in einer kontrollierten, durch Bewußtsein und Willen gesteuerten Weise. Das steht im Gegensatz zu den meisten Psychotherapieformen – und darin kann auch eine ihrer Schwächen liegen. Andererseits liegt in rigoroser Budopraxis auch die Gefahr einer Einengung spontanen Gefühlsausdrucks. Budo ist eine hervorragende Willensschulung, ein Bereich in dem die Psychotherapien fast nichts zu bieten haben (*Petzold, Sieper* 2003). Willenskräfte werden auch zur Regulation von Gefühlen notwendig, denn ohne die ist ein soziales Miteinander kaum möglich.

5. Förderung von Einsicht [supportiv, konfrontativ], Sinnerleben, Evidenzerfahrung (EE)

Im Budo sind viele Evidenzerfahrungen möglich und wird Sinnerleben erschlossen (*Petzold, Orth* 2004), nicht aber im Sinne tiefenpsychologischen Einsichtsgewinns in biographische Konflikte. Das kann man als eine Stärke und als eine Schwäche ansehen. Die Stärke: Ganz gleich wie die persönliche Geschichte gelaufen ist, ich nehme die Aufgabe an, die das Leben mir stellt, ohne an der Vergangenheit festzuhalten – das entspräche weder der Haltung des Daoismus noch der des Zen. Eine Reflexivität im westlichen Sinne wird nicht angestrebt, könnte bei rigoroser traditioneller Ausrichtung sogar abgelehnt werden. Darin ist für unsere Lebenskontexte sicher eine Schwäche zu sehen.

6. Förderung kommunikativer Kompetenz [supportiv] und Beziehungsfähigkeit [supportiv] (KK)

Gerade die vielfachen Partnerübungen im Training und auch der Kampf fördert in hohem Maße die kommunikativen Fähigkeiten, besonders auf der nonverbalen Ebene. Das reicht natürlich im therapeutischen Sinne nicht aus, weil gerade auch die differenzierte verbale Kommunikation wesentlich ist. Im kombinierten Einsatz der Möglichkeit 2 und 3 [siehe oben] wird denn auch viel über die gemeinsame Erfahrung in der Übung gesprochen und ausgetauscht. Die Gemeinschaft im Dojo baut auf Verlässlichkeit, Loyalität, Treue. In diesem Sinne wird Beziehungsfähigkeit aufgebaut und dies in einer sehr wesentlichen Qualität. Allerdings wird keine Beziehungsfähigkeit von der empathischen Tiefenqualität angestrebt, wie dies in Therapiesettings der Fall ist.

7. Förderung leiblicher Bewußtheit, Selbstregulation und psychophysischer Entspannung/Spannung [supportiv] (LB)

Hier liegt die große Stärke der Budokünste, und die üblichen Psychotherapieformen haben hier nichts zu bieten. Bei den Leib- und Bewegungstherapien liegt das schon etwas anders, auch weil sie Budoelemente integriert haben. Besonders bei der Regulation von Überspannung in Richtung einer Steuerung des Entspannungs- aber auch Spannungsvermögens (Aufbau einer gesunden Spannkraft und eines Etonus), weshalb auch von einer „Integrierenden und Differentiellen Regulation“ (IDR) gesprochen wird, wie sie in der Traumatherapie notwendig ist (Petzold 2002g), können Möglichkeiten aus dem Budo-Training „ausgeborgt“ werden, die allerdings mit den Kenntnisständen der neuromotorischen Forschung verbunden werden sollten (Berthoz 2000).

8. Förderung von Lernmöglichkeiten, Lernprozessen und Interessen [supportiv, konfrontativ] (LM)

Budo ist ein permanenter Lernprozeß, allerdings ein sehr spezifischer. Er schafft eine Offenheit für das Leben. Dennoch wird das Lernverständnis gegenüber „komplexen“ psychotherapeutischen Lernkonzeptionen (Sieper, Petzold 2002) als enger greifend anzusehen sein.

9. Förderung kreativer Erlebnismöglichkeiten und Gestaltungskräfte [supportiv, konfrontativ] (KG)

Budo hat sehr kreative Seiten, denn die „Künste“ im freien Kampf und in der Bewegungsimprovisation, im „Kung Fu dancing“ etwa, Schwerttänze, Kampftänze (man denke an die Kriegstanztraditionen fast aller Kulturen) sind keineswegs nur streng ritualisiert. Die Bewegungsgestaltung des Budo greift indes im Vergleich von Therapien, die kreative Medien einsetzen (Petzold, Orth 1990; Nitsch-Berg 2001), zu kurz.

10. Erarbeitung positiver Zukunftsperspektiven und Erwartungshorizonte [supportiv, konfrontativ] (PZ)

Das Hier-und-Jetzt zentrierte Budo ist nicht zukunftsgerichtet, es steht in der „Gegenwart des Weges“, wohingegen Therapien gezielt zukunftsorientiert arbeiten.

11. Förderung positiver persönlicher Wertebezüge [supportiv], Konsolidierung der existentiellen Dimension [protektiv] (PW)

Hier hat Budo mit seiner deutlichen Werteorientierung für Menschen, die sich zu diesem *Weg* entscheiden, viel zu bieten, was auch für die Psychotherapie nützlich sein kann, wobei bestimmte Psychotherapieformen wohl ein breiteres Wertespektrum anstreben.

12. Förderung eines prägnanten Selbst- und Identitätserlebens [supportiv] und positiver selbstreferentieller Gefühle und Kognitionen [protektiv], d.h. von „persönlicher Souveränität“ [supportiv, protektiv] (PI)

Budo mit seiner Förderung der Selbstwirksamkeit und einer Haltung der Selbstannahme, dem Aufbau von Selbstgewißheit trägt zu dieser Dimension zweifellos bei und kann Bemühungen der Therapie um *Assertivität* – etwa bei *bimodalem* Vorgehen – unterstützen. Budo läßt viele Menschen erfahren, die in dieser Hinsicht keine Vorbilder oder Anleitung hatten, was „Arbeit an sich selbst“ (Höhmman-Kost, Siegele, dieser Band) bedeutet.

13. Förderung tragfähiger, sozialer Netzwerke [protektiv, supportiv] (TN)

Durch die Gemeinschaft der Budoka, des Netzwerkes im Dojo, werden soziale Netzwerke sicherlich gekräftigt und gestützt. Therapeutische Netzwerkarbeit (Hass, Petzold 1999) strebt allerdings eine größere Netzwerkvielfalt an.

14. Ermöglichung von Empowerment- und Solidaritätserfahrungen [supportiv, konfrontativ, protektiv] (SE)

Man kann sich kaum effektiveres Empowerment vorstellen, als es durch die Praxis des Budo, sein exquisites „Assertiveness-Training“ geboten wird. Die Gemeinschaft des Dojo bietet ausgezeichnete Möglichkeiten der Solidaritätserfahrung. Psychotherapeutische Arbeit kann deshalb durch eine „bimodale“ Orientierung durch Budopraxis gewinnen.

Der Blick auf die Wirkfaktoren weist für die Budokünste eine sehr gute Bilanz aus und spricht für *bimodale* Behandlungsprozesse, in denen Budo und Psychotherapie in der einen oder anderen Weise kombiniert werden. Von einer gleichzeitigen Budoerfahrung parallel zu einer Psychotherapie werden die meisten Menschen profitieren, weil es eine besondere Möglichkeit der „Arbeit an sich selbst“ bietet und viele von ihnen die Praxis des Budo auch nach Beendigung der Therapie fortführen werden.

10. Kontextualisierende Zusammenführungen

Budo/Wushu kennt viele verschiedene Disziplinen. Obwohl diese sich zum Teil deutlich unterscheiden, kann man, was die historischen und theoretischen Hintergründe betrifft, von einer relativen Übereinstimmung sprechen. Es finden sich – mit *Moscovic* (2001; *Petzold* 2003b) sozialpsychologisch gesprochen – eine Welt „kollektiver mentaler Repräsentationen“, eine „social world of budo/wushu“. In ihr hatten die verschiedenen historischen und theoretischen Entwicklungen direkten Einfluss auf die Zielsetzungen des heutigen *Budo*. Wir hoffen, dass dieser Artikel, der sich über weite Strecken an den traditionellen Systemen orientiert hat, wie sie inzwischen – neben den großen sportiven Kampfkunstorganisationen - international in kleineren und größeren Verbänden, Schulen, Dojos verbreitet sind, etwas von dem „*Weg*“ deutlich zu machen vermochte, der dort gelehrt wird und daß er zeigen konnte: es lohnt sich, die Kampfkünste nicht nur „sportiv“ zu betreiben, sondern auch ihre Hintergrundgedanken, Elemente ihrer „philosophy“, wie sie das „Budo“ bietet - kritisch reflektiert - mit aufzugreifen. Jetzt sollen die verschiedenen Aspekte noch einmal mit einer Übersicht in einen Gesamtkontext gestellt werden, um auch einige Brücken zwischen Ost und West aufzuzeigen.

Wir hatten das Problem angeschnitten, dass das Wort „Budo“ in der niederländischen und deutschen Sprache kein Äquivalent hat. Die Lexikondefinition besagt:

Budo [japanisch bu »ritterlich«, do »Weg«] *das*, Sammelbegriff für die japanischen Kampfkünste Aikido, Judo, Jujutsu, Karate, Kendo, Kyudo und Sumo. Daneben wird auch das eigentlich koreanische Taekwondo zum Budo gezählt. Alle zu den Budokünsten gehörenden Kampfformen haben ihren gemeinsamen ethisch-philosophischen Grund im Do-Begriff der Zen-Philosophie als dem Weg zur Beherrschung von Körper und Geist.

Brockhaus, Bibliographisches Institut 2001 [CD-Rom]

Der in dieser Definition angeschnittene Kontext ist natürlich nicht der unserer Zeit und unserer Kultur. Die besonderen Werte und die dahinterstehende Geschichte von der Zeit der Kaiser und des Shogunats bis zum von den Amerikanern erzwungenen „Freundschafts- und Handelsvertrag“ von Kanagawa (1854) und zum Ende der Isolation 1868 ist die Geschichte einer höchst spezifischen Lebenspraxis einer – für den Menschen des Westens - „anderen Welt“. Die Eigenheiten dieser anderen Kultur und Kulturgeschichte können und sollten hier nicht oberflächlich abgehandelt werden. Sie bedürfen aber zweifellos einer „Transponierung“ in moderne Kontexte für den modernen japanischen Menschen – hier laufen seit langem spannende kulturelle Prozesse in Japan – und viel mehr noch für den westlichen Menschen, damit er den „Weg“ (*do*) einer fernöstlichen Kampfkunst für sein Leben in seinem so gänzlich anderen kulturellen Kontext in sinnvoller Weise aufgreifen, nutzen und von seiner Substanz profitieren kann. Dieser vorliegende Text wollte hierzu einige Materialien bieten.

Da das Phänomen *Budo* komplex ist, haben wir auf verschiedene Definitionen, die in unterschiedlichen Kontexten und für unterschiedliche Zielsetzungen erarbeitet wurden, zurückgegriffen. In ihrer Substanz stimmen sie in den wesentlichen Punkten überein. Die nachstehenden *Definitionen* (I, II und III) beabsichtigen zusammenfassend die Inhalte des Budo-Verständnisses zu umgreifen, wie wir es neben und mit der traditionellen Praxis in einer *kulturvermittelnden* Weise vertreten. Dabei geht es darum, Budo im Sinne des diesem Artikel vorangestellten Verständnisses zu erläutern:

Definition I:

„*Budo* ist die Praxis eines Dreiklangs von asiatischer Kampfkunst, Gesundheitsförderung und Bewegungsmeditation, eines „ganzheitlichen“ **Weges** achtsamer, gesundheitsbewußter und heilsamer Lebensführung und Lebenskunst. In seiner Tiefendimension kann Budo ein Pfad persönlicher Entwicklung, schöpferischer Integration, Sinnfindung und engagierter Arbeit für Brüderlichkeit, Mitmenschlichkeit und Frieden werden, ein „**Weisheitsweg zu Wesentlichem**“. (Petzold 1993)

Fast alle Budoformen haben diese beiden Seiten: *Aktion* und *Contemplation*, *Kampf* und *Meditation*, die in *bewegter Ruhe* und *ruhiger Bewegtheit* zusammenfließen. Fast alle kennen „innere“ und „äußere“ Wege, sind auf **leibliche Ertüchtigung**, um kräftig für den (Lebens)kampf zu werden, ausgerichtet und zielen auf **Gesundheit** ab (in bestimmten Wushuformen ganz explizit auf **Gesundheit und langes Leben**, vgl. *Cheng Man-ch'ing*, *Smith* 1967, 9; *Cheng Man-ch'ing* 1962; *Maisel* 1963; *Liang* 1974, 7, 135; *Chee Soo* 1976, 20). Das schließt auch immer eine gesunde und „zufriedene Grundstimmung, ein glückliches Lebensgefühl“ (*Petzold* 1995g) ein. Sie vertreten weiterhin **meditative Übung** (*Horwitz, Kimmelman, Lui* 1976), die auf einen wachen und gesunden Geist und auf eine innere Ausgewogenheit und auf *schöpferische* Integration abzielt (also nicht auf ein adaptives oder bloß assimilierendes, vereinandernehmendes Integrationsverständnis, vgl. *Petzold* 2002b). Damit ist das Moment der „Lebenskunst als Kunst“, eine *ästhetische* Qualität gewonnen, die nicht nur in der Bewegung, sondern auch in der Praxis von künstlerisch-äthetischem Tun zentriert (z. B. Poesie, Kalligraphie, Malerei, ja Heilkunst, den fünf hohen Künsten der konfuzianischen Lebensform und der Hochblüte der Samuraikultur), was in der modernen, westlichen Praxis des Budo absolut zu kurz kommt. Fast alle Richtungen betonen die Bedeutung des **Friedens** als die Verwirklichung der Fülle der Budo-Wege: „*Frieden schaffen, das ist die Verwirklichung von Fülle*“ – so der Zen-Meister *Glassmann* (2000, 53). Das gilt es zu berücksichtigen. Budo ist deshalb auch, das verdient hervorgehoben zu werden, ein „*Weisheitsweg zu Wesentlichem*“, wie wir ihn ähnlich in der Stoa und modernen Formen der Therapie und Persönlichkeitsbildung finden, die auf „Wege zur inneren Freiheit“ führen: das „Leben als Meisterstück“ – im Rückgriff auf *Seneca, Epiktet, Montaigne* u. a. (vgl. Autoren aus der Integrativen Therapie *Jung* 2002, 2004; *Orth* 1993; *Petzold, Orth* 2004). Solche *Weisheitswege* werden von den verschiedenen Menschen natürlich in unterschiedlichem Maße beschrritten, aber es gibt sie in allen Kulturen, was zeigt: diese Wege und diese Dimension sind etwas Zentrales. Um sie für das Budo faßbarer zu machen, wurde diese Dimension in den Begriff bzw. das Konzept einer „**fundamentalen Budoerfahrung**“ gefaßt. Kurz gefaßt verstehen wir unter dem Begriff „Budo“:

Definition II:

„**Budo** ist die Praxis von (fernöstlichen und slawischen) Kampfkünsten und von Bewegungsmeditation als Teil der Lebensführung und schöpferischen Lebensgestaltung mit dem Ziel, Achtsamkeit und Wahrhaftigkeit sich und Anderen gegenüber zu erstreben sowie umfassende körperliche, seelische und geistige Gesundheit und Ausgeglichenheit auf einem Weg permanenter persönlicher Entwicklung im Kontext unserer Lebenswelt und unserer sozialen Beziehungen als eine konkrete und fundamentale Erfahrung im Kampf mit sich selbst und in der konstruktiven Auseinandersetzung mit dem anderen zu gewinnen“ (Petzold 1969c).

Hier ist „Achtsamkeit“ (*mindfulness*), ein zentraler Begriff der buddhistischen Philosophie und Psychologie (Nyanaponika Mahathera 1993; Schlag, Kalle 1999; Tulku 1978), aufgegriffen, der durchaus auch mit dem gestalttherapeutischen Konzept der „Awareness“ (Stevens 1975; Petzold 1983d) Berührungspunkte hat, und es ist weiterhin die „Wahrhaftigkeit/Aufrichtigkeit“ benannt, die bei Rogers (1970) als Authentizität anklingt, jene zentrale Qualität des Shinto, die als „*makoto no kokoro*“ („Herz der Wahrheit“) oder als „*magokoro*“ (das „wahrhaftige Herz“) bezeichnet wird.

Diese Wahrheit wird konkret in der Erfahrung, als wahrnehmend Erfahrenes und im Handeln als bewußt Getanes (durch die Sinne, die Hände Coquet 1991, 142), sie wird gewonnen im Ringen mit sich selbst und in Bezug zu Anderen, auch in der Auseinandersetzung mit dem Anderen, durch die man sich auch wieder zusammensetzen kann. Sie eröffnet Zugänge zu Sinn und Wesentlichem als Qualitäten individuellen und gemeinschaftlichen Lebens. Die Wahrheit wird fundamental in der erfahrenen „Berührung durch das Wesentliche“ und in der getanen „Praxis von Wesentlichem“ und in der ernsthaften konstruktiven Auseinandersetzung.

Die „**fundamentale Budoerfahrung**“ ist ein Begriff, der ein „Zu-sich-Kommen“, ein „In-Kontakt-Kommen“ mit der Welt und den anderen Menschen durch *Erfahren* auf dem Lebensweg meint, d. h. durch Wahrnehmen und Handeln in einer klaren und unverstellten, in einer *wesentlichen* und *sinnstiftenden Weise*. Solche Erfahrungen können in besonderer Weise in der konstruktiven Auseinandersetzung mit sich selbst und in der weiterführenden Auseinandersetzung mit dem Anderen gewonnen werden.

Das sind Gedanken, die sich sowohl in der daoistischen wie auch in der shintoistischen Tradition – ja eigentlich in allen großen Weisheitsdiskursen der Menschheit - finden lassen. Hier soll diesen Shinto-Wurzeln, die sich in der Budo-Praxis so deutlich zeigen, wenn man sie einmal entdeckt hat, Tribut gezollt werden. Der „Weg“ über den menschlichen Leib ist „ein Weg in die Aufrichtung“, nicht etwa weil es den *homo erectus* gab (Myserud 2003), der wegen dieser Aufrichtung eine Schlüsselstellung in unserer Evolution einnimmt, sondern weil der Leib ein „Ort der Aufrichtigkeit und Wahrheit“ ist: der Wahrheit von Leben und Sterben, von Gesundheit und Krankheit, von Präsenz und Abwesenheit, von Liebe und Hass. Der Shinto, der „Volks-Shinto“ (Hori 1968), der keinen Gründer und letztlich keine Dogmen hat, ist in der japanischen Kultur im Leben der einfachen Leute über all diese Jahrhunderte prägend geblieben, weil er die essentielle Wahrheit einer „achtsamen Aufrichtigkeit des Herzens“ vertreten hat. Diese Qualität wird als die Offenbarung der Wahrhaftigkeit der höheren Mächte (*kami*) für den Menschen und in ihm verstanden.

„It is, generally, the sincere attitude of a person in doing his best in the work he has chosen or in his relationship with others, and the ultimate source of such a life-attitude lies in man's awareness of the

divine. Although Shinto ethics do not ignore individual moral virtues such as loyalty, filial piety, love, faithfulness, and so forth, it is generally considered more important to seek *magokoro*, which constitutes the dynamic life-attitude that brings forth these virtues. In ancient scriptures *magokoro* was interpreted as 'bright and pure mind' or 'bright, pure, upright, and sincere mind' (Hirai 2002; vgl. Hori 1968; Sieffert 1968; Lokowandt 2002).

Diese Qualitäten kann man in der Praxis des Budo finden, wenn er als „Weg der Übung“ gelebt wird, der nicht in einer Selbstbezogenheit gefangen ist, sondern auf die Qualität *eines guten Lebens miteinander* gerichtet ist – letztere wird besonders auch in den slawischen Kampfkünsten betont und zwar nicht harmonistisch, sondern im Wissen, daß es auch Auseinandersetzungen kann, Kritik, Dissens, wo bei man darauf achten muß, achtsam sein muß, das Streit nicht eskaliert und destruktiv wird und Kritik konstruktiv und weiterführend bleibt³⁶. Das vereinbart sich sowohl mit der in der Definition angesprochenen buddhistischen Achtsamkeit als auch mit dem buddhistischen Ideal der Ausgeglichenheit – der „mittlere Weg“ (Batchelor 2002; Garfield 1995) – ,der Gelassenheit, der Seelenruhe, von der auch die abendländische Stoa spricht (Seneca ed. 1992, de tranquillitate animi). Mit Referenz zum Shinto findet sich auch der Begriff „seelisch“ in der Definition, der so in Zen-geprägter Budo-Literatur (Deshimaru-Roshi 1977; Hyams 1998; Kwon 1976) nicht auftauchen würde. Er ist mit der buddhistischen Psychologie und Philosophie (vgl. z. B. Chang 1989; Lama Anagarika Govinda 1993; Nyanatiloka Mahathera 1996; Schneider 1980; Schumann 2001) nicht ohne weiteres kompatibel, umfaßt aber Qualitäten, die für den westlichen Menschen Bedeutung haben, Befindlichkeiten, mit denen er sich in in Selbsterfahrung, Psychotherapie, Persönlichkeitsbildung befaßt. Seelisches berührt sich indes mit dem Shinto-Begriff des „Herzens“ und einer „achtsamen Treue“ (Hirai 1966), die lebendig ist, schöpferisch. Die neosokratische Philosophie Gabriel Marcel's mit dem Konzept der „schöpferischen Treue“ (Marcel 1961; Berning 1973) böten hier Anschlußmöglichkeiten. Letztlich geht es um „Weisen der Lebensführung und Lebensgestaltung“, „Meisterung der Existenz“, und dazu haben die unterschiedlichen Traditionen des Ostens und des Westens wichtiges an Verschiedenem und einiges an Gemeinsamem beizutragen (Debes 1982; Kapleau 1965; Dalei Lama 1993; Foucault 1986a, b).

Auch der Gesundheitsbegriff in der Definition wäre so nicht zu finden und sicher bietet auch der westliche Entwicklungsbegriff in seiner dynamisch progredierenden Qualität zu dem japanischen „Voranschreiten auf dem Weg“ nur eine Annäherung. Genau um solche Annäherungen, die in ihrer vermittelnden Qualität fruchtbar werden können (z. B. für den Westler mehr Gelassenheit in die Entwicklungsdynamik bringen, für den modernen Japaner den „Weg“ dynamischer gestalten, ohne den „American way of life“ bis zur hektischen Destruktivität zu übernehmen, was leider vielfach geschehen ist und geschieht) wird es gehen, wenn in der Praxis des *Budo interkulturelle* und vielleicht *transkulturelle* – für beide Kulturen neue Dimensionen (Petzold 1998a, 27) - gewonnen werden sollen. Der Begriff der „Lebenswelt“, ein spezifischer abendländischer Begriff, so könnte man mit Blick auf Husserl meinen, ist absichtsvoll gewählt als Bezeichnung für die „Welt des Lebendigen“, die im

³⁶ In der Integrativen Therapie wurde das so definiert: „**Weiterführende Kritik** ist der Vorgang eines reflexiven Beobachtens, Analysierens, Vergleichens und Wertens von konkreten Realitäten (z.B. Handlungen) oder virtuellen (z.B. Ideen) aus der *Exzentrizität* aufgrund von legitimierbaren Bewertungsmaßstäben (hier die der Humanität, Menschenwürde, Gerechtigkeit, Konvivialität) und des *Kommunizierens* der dabei gewonnenen Ergebnisse in einer Weise, das die kritisierten Realitäten im Sinne der Wertsetzungen optimiert und entwickelt werden können.“ (Petzold 2002b). Für eine Budo-Pädagogik wäre das eine durchaus relevante Maxime.

shintoistischen Gedankengut so zentral ist. Die *kami*, die höheren Mächte, finden sich überall: in jedem Hain, in jedem Felsen, auf jedem Acker, in jeder Blüte.

„The Japanese from ancient times have valued emotional and aesthetic intuitions in expressing and appreciating their religious experiences. They found symbols of kami in natural beauty and the forces of nature, and they developed explicitly religious poetry, architecture, and visual arts. Shrine precincts are covered with green trees and are places of a serene and solemn atmosphere, which is effective in calming worshipers' minds“ (Hirai 2002).

Es sind nicht nur die „Zen-Gärten“, auf die man in Japan seine Aufmerksamkeit richten muß. Die vorurteilsgesättigte und kenntnisarme Abqualifikation des Shinto als „Ahnenkult“, seine unglückliche Verquickung mit einer national-chauvinistischen Restaurationspolitik als Staatskult nach 1868 (der als solcher von der amerikanischen Siegermacht 1945 verboten wurde) hat die shintoistischen Quellen und Traditionen im Budo für die westlichen Betrachter bislang nur wenig in den Blick kommen lassen neben dem Faktum, dass der Zen im Fokus dieser Betrachter stand.

„Shinto together with Buddhism is closely related both culturally and socially to the life of the Japanese people. Its relationships to other religions in Japan are generally cooperative and harmonious. Most Shintoists believe that cooperation between different religions could contribute to world peace, but this is not to imply a facile religious syncretism. Shintoists insist on maintaining their own characteristics and inner depth while working toward the peaceful coexistence of human beings“ (ibid.)

Auch wenn man Budo als eine *säkulare Praxis* bewegungszentrierter Arbeit an der eigenen Person sieht bzw. sehen will, als Methode in der Therapie oder als adjunktive Maßnahme neben ihr, ja vielleicht sogar als Therapie (vgl. 8.1 – 8.3) wird man um die Auseinandersetzung mit seinen religiösen Quellen: Daoismus, Konfuzianismus, Buddhismus, Shintoismus nicht gänzlich herum kommen, allein schon, um nicht unbemerktes, problematisches, kryptoreligiöses Gedankengut – etwa über soziale Formen, Umgehensweisen, Riten im Budo - mit zu transportieren, Ideologme, die nur als *unerkannte* Gefahrenpotentiale bergen, weil sie dann den Möglichkeiten dekonstruktiver Bearbeitung, der differenzierenden Auswahl und den ideologiekritischen Transformation entzogen bleiben. Man kommt sonst als westlicher Budoka leicht zu Fehleinschätzungen³⁷. Hier wird noch sehr viel an gedanklicher und praxeologischer Arbeit zu leisten sein und sind noch Erkenntnisse zu gewinnen.

Es sei in dem Bemühen, Kontextualisierungen herzustellen, die Verbindungen zum Diskurs abendländischen Denkens und westlicher Psychotherapie möglich machen, noch eine zusätzliche, weitergefaßte, „zeitgemäße“ und dennoch an ein traditionelles Verständnis angenäherte *Definition III* (Petzold 1993) von „Budo“ gegeben, die berücksichtigt, daß eine Definition von Budo in therapeutischen Kontexten oder mit Blick auf eine „Budopädagogik“ auch eine gewisse „Anschlußfähigkeit“ an die Bereiche Therapie und Pädagogik haben muß und nicht nur in der Fortschreibung traditioneller Positionen oder Ideologeme bestehen kann. In einem solchen „transversalen“ Rahmen ist die Definitionen zu verorten.

³⁷ Wie der Seniorautor. Obwohl über die Rolle des Shinto „akademisch“ durchaus seit den sechziger Jahren orientiert (Siefert 1968; Bunce 1964) – haben sich ihm erst in einer längeren und durch sachkundige, freundschaftliche Begleitung [Wachtmann 2002] erhellten Japanreise, die Qualitäten des shintoistischen Einflusses im Budo ein wenig erschlossen.

Definition III:

„Wir sehen **‘Budo‘** als eine Kunst, eine ‚Lebenskunst‘ – erfahren und praktiziert in äußerer und zugleich innerer Achtsamkeit, Bewegtheit und Aufrichtigkeit mit dem Ziel eines lebenslangen, schöpferischen Prozesses differentieller Entwicklung und ganzheitlicher Integration des Menschen auf der körperlichen, emotionalen, volitiven, geistigen, sozialen und ethischen Ebene seines Wesens. Die traditionellen und modernen Methoden der ‘Übung‘ (Formen) und des ‘Kampfes‘ (Fluß) – einerseits als Prozesse der Auseinandersetzung und eines ‘komplexen Lernens‘ mit sich selbst und andererseits als Beziehungslernen mit dem Anderen (dem Lehrenden, den Mitlernenden, der anderen Kultur) auf all diesen Ebenen – können dabei zu einer **‘fundamentalen Budoerfahrung‘** führen: das Berührtsein vom Wesentlichen und das Tun von Wesentlichem. Durch diese Erfahrung kann der ‘Weg als Ziel‘ und das ‘Ziel als Weg‘ in der Welt verstanden, angestrebt und immer besser verwirklicht werden: Leben in zentrierter Übersicht, in bewegter Ruhe, Gegründetheit in sich und in der Gemeinschaft, Zugewandtheit zum Mitmenschen, Treue gegenüber denen, die uns vertrauen, Engagement für Frieden und Natur, Anschauung von Schönheit, Erleben von vielfältigem Sinn.“

Als Element, das für diese Definition, ihren *mehrperspektivischen, transkulturellen Ansatz* besonders charakteristisch ist, sei die paradoxale Formulierung der „zentrierten Übersicht“, d. h. „zentrischer Exzentrizität“ an den Anfang der Erläuterungen gestellt, denn sie ist für den östlichen Weg der *Zentrierung* mit seinen ideengeschichtlichen Hintergründen und seinen Praxen wie dem Budo und dem westlichen Weg einer *exzentrischen, reflexiven Kulturarbeit* und seinen Praxen wie der Therapie (z. B. der Integrativen Therapie oder der Psychoanalyse *Erich Fromms*) gleichermaßen bedeutsam und eröffnet in der Möglichkeit einer Verbindung, eine schöpferischen Dialektik.

Der zentrierte Mensch des Ostens „auf dem Weg“ gewinnt exzentrische Übersicht, die große Klarheit, die über das Individuelle weit hinausweist. Das ist u.a. ein Ziel des Zen-Weges, der in seiner Kontinuität und Frische, Gradlinigkeit und Verschlungenheit die **Dialektik von „Flexibilität und Linie“** im Leben zu verwirklichen hilft.

Der sich in der Welt kritisch reflektierende bzw. metareflektierende und in seiner Tiefendimension auslotende *heraklitesche* Mensch des Westens (*Petzold, Sieper 1988b*) kann durch seine Verstehens- und Interpretationsarbeit die **Dialektik von „Exzentrizität und Zentriertheit“** meistern lernen. Das ist die Frucht von persönlicher und kollektiver (metahermeneutischer) Kulturarbeit (idem 2002h). In beiden Zugangsweisen gibt es in aller Verschiedenheit *konvergierende Momente*, die ein Charakteristikum aller „*Weisheitswege*“ zu sein scheint und damit auch des Weisheitsweges des Budo. In einer sich globalisierenden Welt ist eine polarisierende Unterscheidung zwischen „Menschen des Ostens und des Westens“ (Südens, Nordens usw.) fragwürdig und nur als differenzierende Perspektive aufzufassen, um Verschiedenheiten erkennen zu können, wo sie vorliegen, statt sie zu nivellieren, und um gelungene *Konktivierungen* und *Integrationsleistungen* zu würdigen. Die Handhabung von **Zentriertheit und Exzentrizität** stellt sich jedem Menschen und heute der Menschheit als Ganzer als Aufgabe. Die Leistungen und Besonderheiten der verschiedenen Kulturen sind dabei ein immenser Reichtum. Diesen – die Kulturen durchquerend - zu nutzen, stellt sich als Aufgabe einer „transversalen Moderne“ (*Welsch 1996; Petzold 2003a*).

Weiterhin – gerade für eine moderne Budopädagogik wichtig – ist die differentielle und zugleich ganzheitliche Betrachtung des Menschen auf den verschiedenen Ebenen, was sowohl für das Training als auch für die agogische und therapeutische Arbeit Konsequenzen hat. Budo erfordert Entwicklungsarbeit auf folgenden Ebenen:

1. auf der **körperlichen Ebene**: Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Anspannungs- und Entspannungsfähigkeit müssen entwickelt werden. Budo bietet mit seinen vielfältigen Trainings- und Übungsmöglichkeiten hierzu ein breites Instrumentarium (*Lew 1981*);

2. auf der **emotionalen Ebene**: Regulation des Affektlebens, Kontrolle von Aggression und Furcht, Kultivierung von Gelassenheit, Großherzigkeit, Freude sind wichtige Ziele, für die Budo durch Übungen im Umgang mit Gefühlen hervorragende Möglichkeiten bietet (*Ueshiba* 2004).
3. auf der **volitiven Ebene**: Entscheidungsfähigkeit und Entscheidungskraft, Ausdauer und Durchhaltefähigkeit, Überwindung von Schwäche, Unsicherheit und Verzagtheit, Aufbau eines starken, zuverlässigen Willens, dafür bieten die Wege der Übung im Budo und im Alltag des Budokas (*Dürckheim* 1964) methodische Ansätze, von denen das Feld der Therapie, das das Thema völlig vernachlässigt hat (*Petzold, Sieper* 2003), profitieren kann.
4. auf der **geistigen Ebene**: Selbsterforschung, Überschau, Wissenserwerb, Weltverstehen, kulturelles Bewußtsein, meditative Kontemplation und Entwicklung einer ästhetischen Kultur in sich und mit anderen gehört zum Anliegen des traditionellen Budo (*Stevens* 2001; *Horwitz et al.* 1976);
5. auf der **sozialen Ebene**: Vertrauen und Zuverlässigkeit, Achtsamkeit für den Anderen, Großherzigkeit, Sorge um Schwächere und Hilfebedürftige – im Kolo Gemeinsinn, Gemeinschaftsgefühl –, das sind soziale Fähigkeiten die Budoka untereinander praktizieren und kultivieren und aus dem Raum des Dojo in den Alltag übertragen sollen (*Nitobe* 1938);
6. auf der **ethischen Ebene**: Auseinandersetzung mit Werten und ethischen Fragestellungen, aktive Praxis einer ethisch fundierten Lebensführung, Kultivierung von „Tugenden“ durch „Arbeit an sich selbst“, Engagement für Frieden und Gerechtigkeit, das sind Zielsetzungen des Budo-Curriculums, die im Dojo und im Alltagsleben angestrebte und realisiert werden sollen (*Ueshiba* 1938).

In der Ausbildung von Budokas im Westen finden wir all diese Momente, die meisten nur *implizit* oder zumindest nicht hinreichend theoretisch ausformuliert, und das ist ein Mangel. In der traditionellen Ausbildung wird dieser Mangel kompensiert durch die „*narrative* Traditionsvermittlung“. Die in ihrer und aus ihrer Kultur lebenden Meister erzählten ihren Schülern Beispiele, Geschichten, die verdeutlichen konnten, was wirklich gemeint war und verstanden werden konnte, weil die Zuhörenden in der Kultur lebten. Narrative Kulturen transportieren kulturspezifisches Wissen, brauchen Hintergrundkultur. Die von westlichen Budo-Lehrern zuweilen am Rande erzählten Zen-Geschichtchen und Samurai-Legenden können die japanische Kultur nicht wirklich transportieren und wirken zuweilen peinlich oder schaffen ein asiaromantisches Mythen-Klima, das eher Lernen behindert als fördert. Beispiele, aus der eignen Erfahrung erzählt, sind da besser, Gespräche, die sich mit der Andersheit der anderen Kultur (der japanischen z. B.) befassen, schaffen eine Bewußtheit für das Fremde und einen Respekt, der nicht versucht, das andere zu vereinnahmen, sondern der bemüht ist, das Eigene zu finden und Verbindungen als *Annäherungen* begreift, die Grenzen haben.

Als „zeitgemäß“ sehen wir in der obigen Definition die Betonung des Begriffes *Kunst* als „Lebenskunst“, durchaus verwandt mit dem griechisch-römischen Konzept der *ars vitae*, das besonders in der stoischen Philosophie (*Seneca, Epiktet, Musonius, Marc Aurel*, vgl. *Hadot* 1969, 1991) entwickelt wurde, in der Weimarer Klassik bei *Herder* und *Goethe* aufscheint (*Borchmeyer* 1998) und heute durch *Michel Foucault* (1984) ein *Revival* erfuhr, das breite Resonanz fand (*Schmid* 1998, 1999; *Petzold* 1999q; *de Botton* 2000). Im klinischen Kontext hat der Seniorautor auf diesem Boden das Konzept einer „philosophie clinique“ bzw. einer „philosophischen Therapeutik“ erarbeitet (*Petzold* 1971, 2001m). Hier sind Anschlußfähigkeiten zwischen der *budo philosophy* (*Nitobé* 2003) und westlichen Weisheitslehren und Lebenspraxen möglich, in denen jede ihre Eigenart wahren, aber auch Verbindendes und Übergreifendes entstehen kann. Hinzu kommt die explizite Erwähnung von „äußerem“ und „innerem“ *Weg* bzw. *Bewegtsein*, wie er sich in der chinesischen wie in der japanischen Tradition findet, und wo eine Koppelung im Sinne des „komplexen Bewegungsbegriffes“ der psychomotorischen bzw.

bewegungstherapeutischen Orientierung z. B. des Integrativen Ansatzes erfolgt (Petzold 1989h; Hausmann, Neddermeyer 1996). Die Dialektik von differenzierender *Entwicklung* und *Integration* und dem „*life span development*“ auf zentralen Ebenen im Sinne moderner, aber auch traditioneller Anthropologie werden betont, wobei Wille [Selbstzucht] und Sozialität [Güte gegen Schwache] im klassischen japanischen Bereich deutlich, aber höchst zeitgebunden enthalten sind. Es wird besonders die „Ethik“, die Idee einer wertegeleiteten Existenz angesprochen. Und hier bedarf der Weg des Ostens eine historische Rekonstruktion und eine philosophische Dekonstruktion seines eigenen Diskurses.

Der Weg *Buddhas* und seine Lehre unendlicher Barmherzigkeit, der Weg der *kami*, der guten, höheren Mächte mit ihrer schöpferischen Kraft (*musubi*), die dem Menschen zugewandt ist (*makoto*) einerseits, und der Weg des *bellizistischen* Kriegers (*bushido*) andererseits, haben letztlich tiefgehende Unvereinbarkeiten, mit denen sich auch der Osten konfrontieren muß und die der Westler nicht romantisierend übernehmen sollte, richtet man einem Blick auf Jahrhunderte grausamer japanischer Kriegsführung bis in das vergangene Centenarium. Es sei erinnert: „*Treue gegen den Herrn, Waffentüchtigkeit, Todesverachtung, Selbstzucht und Güte gegen Schwache*“ – so der Bushido-Kodex. Die „Güte“ indes ist hier ursprünglich die des Herrn, des *Daimyo* oder des *Samurai*, also des Statushöheren, gegenüber dem Geringeren. Die „Treue“ ist Vasallenschaft bis zum Tode [*Todesverachtung*], verbunden mit einem Begriff von „Ehre“, der zum Teil gespenstische Züge hatte und bis in die militärische Bushi-Ideologie des kriegsführenden Japan im zweiten Weltkrieg wirkte [im pazifischen Krieg ergaben sich Japaner nicht, sondern ließen sich eher niedermachen, auch wenn die Schlacht eindeutig verloren war]. Sie hat bis heute Nachwehen, wie exemplarisch Werk, Leben, die todessehnsüchtige Ästhetik (Petzold 1990b) und der rituelle Suizid des bedeutenden modernen japanischen Schriftstellers *Yukio Mishima* (Kimitake Hiraoka, 14.01. 1925, Harakiri 25.11. 1970, vgl. *Scott-Stokes* 2000) zeigte – ein begeisterter Budopraktiker - mit seiner nationalistischen, paramilitärischen *Tate no Kai* (Schild Vereinigung) und ähnlich Gesinnten in bestimmten kleinen Gruppierungen einer Bushi-glorifizierenden, gewaltbereiten und tendenziell national-patriotischen Kampfsportszene in Japan, den USA und auch in Europa. Solchen Randphänomenen gegenüber muß man wachsam sein. Man lese exemplarisch *Mishimas* Kurzgeschichte „Yukoku“ („Patriotismus“) aus der Sammlung „*Death in Midsummer, and Other Stories*“ (*Mishima* 1966). Um dieses „Wertesystem“ des Bushido-Kodex in seinen kritischen Seiten zu erfassen, muß es nicht nur mit westlichen Augen ideologiekritisch und dekonstruktivistisch in den Blick genommen werden, sondern gerade auch im Lichte der buddhistischen und shintoistischen Geistigkeit (*Lama Anagarika Govinda* 1991, 1993; *Dalai Lama* 1996; *Muraoka* 1964; *Hori* 1968).

Der Codex war in seiner Umsetzung in äußerst starre, aus heutiger Sicht z. T. grausame soziale Regeln einer feudalistischen Gesellschaft gegossen, und so sind romantisierende Samurai-Schwärmereien - man findet sie zuweilen u.a. in der Kampfsportszene und in Leinwand-Epen vom Typus „Der letzte Samurai“ - keineswegs angebracht. Wie bei den meisten traditionalistischen Systemen aus „Ritterzeiten“ (zum europäischen Rittersystem und seiner Sozialgeschichte bestehen viele Parallelen, vgl. *Keen* 1991) – müssen deshalb *Transformierungen* erfolgen, um zeitgebundene Konzepte und Phänomene zu betrachten, auszuwerten und in einer Weise umzugestalten, die für unsere Gegenwart, für Menschen von heute bedeutsam werden kann und um nicht „*verdeckte Diskurse*“ (sensu *Foucault*, vgl. *Dauk* 1989) der Gewaltverherrlichung und der blinden Unterwerfung unter fragwürdige Autoritäten zu transportieren.

Es können hier nicht die Bedingungen der äußerst komplexen Sozialgeschichte, die Befriedung der Samurai im Reich des Hauses Tokugawa, die Einflüsse des japanischen Neokonfuzianismus nachgezeichnet werden, in denen die Samurai als die „Tugendhaften“, die „Gelehrten“ gesehen wurden (*Bellah* 1970; *Pfulb* 1993), die höfischen Verfeinerungen (*Singer* 1996; *Donath* 1998) der abhängig gewordenen Daimyo, oder die Verfallserscheinungen des Shogunats in der Edozeit mit den Kyoho-, Kansei- und Tempo-Reformen im 18./19. Jahrhundert dargestellt werden, ihre (durchaus auch ökonomisch motivierten) Versuche, die *Tugenden des einfachen Lebens* wieder herzustellen. All das und mehr muß berücksichtigt werden, um die Bushido-Ethik zu verstehen, die – und das steht außer Zweifel - im Kontext der Herrschaftsverhältnisse von Feudalsystemen entstanden und formuliert wurde und deshalb der zeitgemäßen Reformulierung bzw. Reinterpretation bedarf.

In der *Definition III* steht wiederum „Lernen“ zentral. *Übung* („Formen“, japan. „*Katas*“, chines. „*Tao*“) und *Kampf* werden parallel gestellt und als je spezifische Arten von „Lernen“, als differentielle „Lernprozesse“ gekennzeichnet, wobei *Kampf* als „*Auseinandersetzung mit sich selbst*“ verstanden wird im Sinne einer „Arbeit an

sich selbst“ – oft muß man mit sich kämpfen, ringen -, aber auch als „Auseinandersetzung“ mit dem anderen Menschen - dieses wesentlich Moment wird von den slawischen Traditionen stärker betont: Ringen mit dem Freund, dem Gegner und mit den Lehrenden (plur. weil nicht nur ein Meister gesehen wird) als Menschen, die „auf dem Weg Erfahrene“ sind. Der Weg ist kein einsamer, geschweige denn solipsistischer. Hier ist der Akzent anders gesetzt als im klassischen Budo/Bushido (Newman 1989), der den „Weg des Kriegers“ betont, der auch im Westen „archetypelnd“ und im romantischen Geiste (Berlin 1998) zum „way of the hero“ stilisiert wird. Das muß mit Blick auf die angesprochene äußerst blutige Geschichte (etwa zwischen den Samuraifamilien im Gempai-Krieg 1180-1185, in den ersten Shogunaten, man denke an die Liquidierung der Ninja in der Tokugawazeit bis zum Niedergang des Schwertadels, vgl. Morris 1999; Inoue 1995) auf den Boden einer realistischen Sicht der Historie und ihrer kulturellen Umbrüche gestellt werden. Dann kann die „geistige Substanz“ in einer für die Gegenwart relevanten Weise fruchtbar werden und es wird auch deutlich, welche enormen Entwicklungen Budo in seinen modernen Formen durchgemacht hat (vgl. die Rede von Chojun Miyagi 1888 - 1953, Gründer des Okinawan Goju Ryu, 1938 bei Higaonna 1998 und das Gesamtwerk von Morihei Ueshiba 1938). Diese Entwicklung bezieht sich auf eine Verschiebung von der Perfektionierung der Fähigkeiten und Fertigkeiten des Kampfes zum Streben nach persönlicher und geistiger Entwicklung mit Hilfe des „Übens“ von Kampf*kunst*. Budo verwirklicht diese Zielsetzungen durch einen speziellen Lernprozeß, in dem die **Beziehung** zwischen den an diesem Prozeß Beteiligten zentral steht. Es ist neben dem Lernen motorischer Fertigkeiten **Beziehungslernen**. Das wurde voranstehend (6.3) ja ausführlich dargestellt. Es ist gleichzeitig auch „Beziehungslernen in Bewegung“: durch Partnerübungen, auch von Katas oder – darin liegt ein besonderes Moment - durch „Prozessbewegungen“ im Kolo bzw. ROSS oder in der Kernpraxis des Wing Tsun: im „Chi-Sau“, den „klebenden Armen“. Hier nun liegt wiederum eine Schnittstelle, an der über Anschlußfähigkeiten zwischen Ost und West nachgedacht werden muß und „Problematisierungen“ (sensu Foucault 1996) erfolgen müssen, etwa entlang scheinbar belangloser Fragen wie den nachstehenden:

Ist der 40jährige Geschäftsführer eines mittelständischen Unternehmens mit 450 Mitarbeitern, der bei einem 32jährigen mit dem 3. Dan in einer Budo-Sportschule sein Training durchführt „Schüler“, ist der Dan-Träger Lehrer, Meister gar? Ist die Beziehung kooperativ oder subordinativ, von Unterwerfung oder von Respekt oder gar von Ehrerbietung gekennzeichnet? Im slawischem Kolo oder ROSS ist die Antwort klar, man geht unmittelbar in eine Kollegialität, fordert den Schüler/Lernenden heraus in seiner Fähigkeit, sich selbst eine Lehrer zu sein, herauszufinden, wie er am besten - unterstützt von seinem Trainer, Lehrer, Coach – lernt (Sonnon 2002, 2003)

Das alles sollten indes keine Fragen der Beliebigkeit oder der Besonderheit eines Stils sein, sondern das erfordert differentielles Nachdenken und theoretische Arbeit, um fundierte Positionen zu gewinnen, in denen sich Traditionelles und Innovation verbinden können: Nachdenken über Beziehungen (Petzold 2003a, 784f) und Kontexte, z. B. den „Raum des Dojos“ als einem besonderen Raum (Amari 2004), und den „Räumen des Alltagslebens“, in die idealiter die Dojo-Erfahrung hineinwirken soll, etwa durch den Transfer einer *grundsätzlichen Haltung des Respekts* in allen Lebensbeziehungen. In einer Zeit, in der ethische bzw. charakterliche Erziehung/Bildung auf allen Alterstufen Mangelware zu werden scheint, Respekt zunehmend zum Fremdwort wird (vgl. auch Sennett 2000), kommt dem Budo eine höchst bedeutsame Rolle zu, wenn es sich seiner Werte besinnt, sie kritisch reflektiert und sie „*anschlußfähig*“ in die westliche Lebenswelt transportiert. Gelingt das nicht, bleibt nicht viel mehr als der leistungsorientierte Kampfsport und

ein „sonderweltlicher“ Traditionalismus einer mehr oder minder isolierten „*life style community*“ (Petzold 2001j), der nicht fruchtbar werden kann.

Wir haben in unserer Definition das **Beziehungslernen** unterstrichen³⁸ und reden hier von älteren Jugendlichen, von jungen und älteren Erwachsenen, die sich aus selbstbestimmter Entscheidung auf einen „Weg“ begeben wollen, der sie zu größerer *Souveränität* (Petzold/Orth 1998) führen soll. Deshalb schien es uns sinnvoll, in diesem Kontext - das sei nochmals herausgehoben, denn es ging nicht nur darum, einen altersgruppenübergreifenden Term zu haben - von *Lehrenden* und *Lernenden* von *Lehrender/Lehrer* bzw. *Lehrende/Lehrerin* und *Lernender/Schüler* bzw. *Lernende/Schülerin* zu sprechen, dazu gerade im männerbestimmten Budo-Kontext auch *genderdifferentiell*, von Frauen und Männern³⁹ mit Begrifflichkeiten jenseits von Meister- oder Gurugehabe und Schüler/Lernenderadmiration. Bei jüngeren Menschen kann es ja durchaus um eine Lehrer/Schüler/Lernender- bzw.

Lehrerin/Schüler/Lernender-Relation gehen. Bei wirklichen Meistern, und denen begegnet man sehr selten (denn das ist nicht unbedingt eine Frage des rotweißen oder rosaroten Gürtels), kann es auch um eine „Meister-Schüler-Relation“ gehen, ja kann auch ein *Weg* möglich werden, in dem ein erfahrener Budoka, erfahren genug, einen Lehrer mit Meisterschaft zu erkennen, sich entscheidet, „auf Zeit“ in den Stand eines Schülers/Lernenden zu treten, nicht als „*pupil*“, „*student*“ sondern als „*disciple*“ und eine vertiefte Lehrzeit in der Entwicklung seiner eigenen *Person* und seiner eigenen *Kunst* unter Anleitung und Begleitung zu durchlaufen. Hier wird deutlich: es ist ein *differentielles Verständnis von Beziehung und Beziehungslernen* auch im Budo erforderlich und in seinen eigenen Strukturen (vgl. 6.3) vorgesehen, die allerdings auch als Fortschreibungen von familialen Traditionsweitergaben erkannt werden müssen (im chinesischen Bereich ist das noch stärker ausgeprägt) und deshalb wird weiteres Nachdenken über die agogischen Aspekte im Budo erforderlich. Neben der vertikalen Lehr-/Lernbeziehung „Meister/Schüler“ laufen natürlich auch laterale Lernvorgänge zwischen den Lernenden/Schülern auf Dyaden-, Triaden-, Kleingruppenebenen, die in einer teamorientierten Kultur kooperativer Lernprozesse in modernen Gesellschaften stärker berücksichtigt werden müssen als in den prinzipiell hierarchischen (Kyu- und Dan-Hierarchie) Budo-Strukturen.

Während dieser Lernprozesse – besonders in der Lehrzeit der unteren Ränge - wird der Lernende mit einer Anzahl traditioneller Trainingsmethoden *praktisch* bekannt gemacht durch das Praktizieren von *Fertigkeiten* (*Können, Performanzen*) und in der Regel erst später mit Budo-spezifischem Gedankengut, intellektuellen oder geistigen *Fähigkeiten* (*Wissen, Kompetenzen*, vgl. Sieper, Petzold 2002). Diese u. E. leider verbreitete Praxis wäre durchaus zu *problematisieren* (Foucault 1996).

Weiterhin sind gleichfalls die zwei großen Elemente der Budo-Praxis – nicht als solche – sondern in der häufigen Art ihrer Vermittlung zu *problematisieren*: Der Lernende ist lange auf das **Üben von Form**, Grundformen der Bewegung fokussiert, denn die *Form* (*kata, tao*) muß erarbeitet werden, um Sicherheit zu geben. Sie grenzt aber auch ein, schränkt ein. Die „hohe Form“ der vollendeten *Kata*, die „transparent“ wird – fest und durchscheinend, statisch und dynamisch, ritualisiert und improvisatorisch zugleich - braucht jahrelangen Weg, daran ist kein Zweifel. Und

³⁸ Wir haben in dieser Arbeit nicht vertiefend bzw. nur am Rande über Kindergruppen, „Pubers“, Adoleszente, über Rängen und Rabauken, gewaltgefährdete und -bereite Jugendliche geschrieben, sonst würden pädagogische Lernkonzepte darzustellen, ggf. heilpädagogische, sozialpädagogische Überlegungen anzustellen sein, ja sie wären unverzichtbar. Wir wollten aber hier keine spezifischen Ausführungen zu einer modernen Budopädagogik machen.

³⁹ Siehe Anmerkung 1 und 8.

doch kann schon in den ersten Versuchen, die *Form* auszuführen, sich eine „Anmutung ihrer vollkommenen Gestalt“ einstellen (in sofern ist es höchst sinnvoll im Wing Tsun, daß das zentrale Prozeßlernen im Chi-Sau von Anfang an vermittelt wird, vgl. *Kernspecht* 1981, 36f). Die **Praxis von Kampf** bietet die Möglichkeiten des Improvisatorischen, Spontanen, der kreativen Gestaltung, des Tänzerischen, und auch das will gepflegt und entwickelt sein. Bestimmte Stile haben darauf besonderen Wert gelegt wie Choy Lee Fut Kung Fu oder Wing Tsun. Das „T'ai Chi- bzw. Kung Fu dancing“ (*Chee Soo* 1976, 35 ff), die Bewegungen der *Kata/Tao*, Budoformen und Budo-Haltung haben in zahllose künstlerische Performances von TänzerInnen Eingang gefunden (*Charles* 2000; *Meredieu* 1994 – durchaus auch im Butho, was sich erst auf den „zweiten Blick“ erweist, siehe *Haerther, Kawei* 1986). Ihre Kraft und Eleganz faszinieren im improvisatorischen Fluß, im „flow“ (*Csikszentmihalyi* 1985), in der kreativen „fluency“ (*Rogers* 1990), im Zusammenfließen, im „Konflux“ der sich Bewegenden (*Petzold, Orth* 1996b). Im **Kampf** können Struktur/Bewegungsform und Prozeß/Bewegungsfluß die ästhetische Qualität entfalten, die das *wuwei*, die „mühevolle Mühe“, die „bewegte Ruhe“, ein Kreisen von Ying und Yang kennzeichnet, eine Dynamik, wie sie sich in den Kunstformen des Zen immer wieder findet. Auch der **Kampf** in dieser Qualität braucht Jahre der Praxis, aber Ahnungen, von dem, was möglich sein kann, ereignen sich immer wieder – vielleicht schon mit dem ersten Schritt, den ein Lernbereiter auf dem *Weg* der Budoerfahrung macht. Das Verhältnis von *Form* und *Fluß*, von Ruhe und Bewegung, ist eines der tiefgründigsten Geheimnisse der Zenpraxis und eine der bedeutendsten Erfahrungsmöglichkeiten des Budos, denn es ist die Öffnung hin zum *do*, zum *dao*. Das Verhältnis von geduldiger **Übung** von **Formen** und improvisatorischem **Freiraum** im **Kampf** und die Fragen, wann, zu welchem Zeitpunkt der beginnende Budoka an beides herangeführt werden sollte, bedarf neuen, frischen Nachdenkens zwischen „Tradition und lebendigem Weg“, denn das ist *Budo* im Geiste des Zen und im Geiste des Dao (*Watts* 1981; *Szuki* 1987) und in der Frische des Shinto - an jedem Morgen neu mit dem Blick in die Natur, auf Berg, See, Wolken, die Kirschblüte ihre Ruhe und Bewegtheit und natürlich auch im Geiste der slawischen Kampfkünste und ihrer Philosophie der Naturverbundenheit. Hier kommt allerdings noch ein Moment hinzu, das gegenüber der in den asiatischen Traditionen vorrangig stehenden Selbstvervollkommnung auf eine besondere Gemeinschaftsorientierung verweist, wie dies auch in unserer Definition zum Ausdruck kommt und hier kann vielleicht die Tradition der slawischen Kampfkunst Beiträge zum Budo insgesamt leisten. Bei den slawischen Waldbauern war in ihrem Überlebenskampf das „Führer-Gefolge-Prinzip“ nicht ausgeprägt, vielmehr war die Solidarität untereinander gefragt und wurde zum Leitprinzip. Es wurde gemeinsam trainiert, was auch in späteren Zeiten beibehalten wurde in Faustkampfclubs, die 1652 vom Patriarchen Nikon verboten wurden. *Sonnon* (2002b, 1) zitiert *A. I. Retuinskij* „Dein Leben gehört dir nicht alleine, es gehört auch deinen Freunden, deiner Familie und Gemeinschaft“, und fährt selbst fort: „This is the crux and cornerstone of Russian Martial Art: the preservation and harmony with the community of life.“ Er trifft hier einen Nerv slawischen Denkens: Brüderlichkeit, Mitmenschlichkeit, Altruismus (vgl. *Koropotkin, Tolstoi, Gogols* Mitleidsethik) wie es im Konzept von *соборность, sobornost'* der allumfassende Gemeinschaft⁴⁰ (*Iljine* 1933) der slavophilen Philosophie (for better and worse) zum Ausdruck kommt.

⁴⁰ *Sobornost'* ist ein Ideal, wie es in der Philosophie der „Slavophilen Schule“ (*A.S. Chomjakov, V. S. Solovyov, I. Kirejevsky*) unter idealisierendem-romantisierendem Bezug auf die altbäuerliche russische Kultur und die orthodoxe Theologie vertreten wurde. Insgesamt ist für die russische Philosophie –

In der *Definition III* sind all diese aufgeführten Dimensionen mit aufgenommen worden, weil sie auch für ein zeitgemäßes, westliches Verständnis von Übung, Budo, Therapie zentral sind und den Horizont hin zur „ästhetischen Erfahrung“ öffnen (*Petzold*, dieser Band).

Die Trainingsmethoden des Budo richten sich jeweils auf das Erreichen spezieller *körperlicher, psychisch-emotionaler, volitiver, sozialer* und letztlich *geistiger* Wirkungen mit ihren *ethischen* Konsequenzen, die wiederum den Zielen des *Budo* dienen sollen, wobei das Erfassen der letzteren, der geistigen, ethischen schwer zu objektivieren ist. Sie müssen auch im Kontext der „rituellen Dimension“ des *Budo* gesehen werden, ein wichtiges Thema, dass wir hier nicht vertiefen können. Nur so viel: Haltungen, Mimik und Gesten haben eine immense Wirkung auf das seelische Empfinden. Ein Lächeln, das man „aufsetzt“, verändert die traurige Stimmung, ein meditatives Atmen, bingt zu innerem Frieden und zur Freude. „Der vollendete Mensch wird vom Atem des Ursprungs bewegt und zeichnet sich dadurch aus, das er die Traurigkeit in Gesang verwandelt“ (*Meng Jiao*, Tang Dynastie, *Cheng* 2002, 20). „Ein Wutanfall ist ein Schlag, des Alterns, Ausbrechen in Lachen hingegen, ein Aufbrechen der Jugend“ (*Qian Daxin*, Qing Dynastie, *Cheng* 2002, 56). Emotionale Mimik und Gestik wirkt als „bewegungsproduzierte Information“, wie wir heute als Neuromotoriker wissen. Die asiatischen Bewegungsmeditationen und -rituale wußten davon. Im slawischen Kolo nutzt man gleichfalls dieses Wissen (*Kolowrat* 2004, 13f). Die Geste spielt im spirituellen Budo (*Coquet* 1991, 240ff), im Ninjutsu (*Haynes* 1987) und natürlich im kulturellen Hintergrund der Kampfkünste, der chinesischen und vor allem der indischen Tradition, eine große Rolle etwa in den *Mudra* (Handstellungen, zu *Mudras* im Ninjutsu vgl. *ibid.* 154f) und *Asana* (Körperhaltungen), wie sie auch ein zentrales Moment im *yogā* (Weg) als spirituellem System und methodischer (asketischer) Übung zur Vervollkommnung des Menschen darstellen. Der Yoga wird bereits in der Veda erwähnt und von *Patanjali* im „Yogasutra“ etwa im 2. Jahrhundert v. Chr. als Regelwerk und philosophisch-religiöses System ausgearbeitet (*Varenne* 1989; *Masson-Oursel* 1976). Einflüsse dieser indischen Tradition sind auch nach China und Japan gekommen und haben besonders im Ninjutsu Niederschlag gefunden (*Haynes* 1987, 1988). Die Gesten, Finger- und Handstellungen, z. B. die Haltungen Shivas, Buddhas, der verschiedenen Bodhisattvas (*Kana-Devilee, Uterwijk* 2001) werden im Yoga und spirituellen Budo (*Cocquet* 1991) zur Beeinflussung leiblicher Befindlichkeit eingesetzt und haben auch durchaus leibtherapeutische Wirkungen. Im Rahmen der Arbeit mit Mimik und Gestik als „movement produced information“ (*Petzold* 2002j) haben wir mit diesen rituellen Gesten – ohne ihren spirituellen Hintergrund in den Behandlungen zu thematisieren und einzubeziehen, also allein über die „motorische Perfomanz“ - mit interessanten Ergebnissen gearbeitet. In Seminaren zu „Herzenerfahrungen“ für PatientInnen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen hatten die „Gesten der Versicherung“ (*abhayamudra*) und des Gebens (*varadamudra*) eine starke, beruhigende Wirkung, Bewegungen des „Herzöffnens“ und Atmung der „Herzweitung“ hatten lindernde Effekte bei retrosternalen Enge- und Schmerzgefühlen. Langsame „Shiva-Tanzbewegungen“ lösten Freude und Trauer aus. Das alles verdient vertieftes Studium.

theistischer, idealistischer wie materialistischer Orientierung, selbst bei den *Sapadniki*, den „Westlern“ (*Belinsky, Herzen*) - charakteristisch, daß das Gemeinschaftliche, das Soziale, das Gemeinwesen, etwa im Unterschied zur westlichen Philosophie, eine viel bedeutendere, ja die zentrale Stellung einnimmt. Das hat sich auch in der Qualität der russischen Kampfkunst niedergeschlagen.

Im Budo dienen die rituellen Gesten auch als Zeichen der Zugehörigkeit. Gruß, Gesten der Ehrerbietung zeigen, dass die Budoka - bei aller Verschiedenheit der Künste - zu einer bestimmten sozialen Gruppe gehören und damit bestimmte gemeinschaftliche Ideale haben - soziologisch sprechen wir von einer „*social world*“, einer mentalen Welt gemeinsamer Auffassungen und Werte (Moscovici 2001; Petzold 2003b), und hier gewährleistet das rituelle Moment eine Synchronisierung dieser Zugehörigkeit. In diesem Fall kann das Praktizieren von *Budo* auch in der rituellen Dimension als eine Art „*outen*“ interpretiert werden, zur Gemeinschaft der „*Budoka*“ zu gehören (Donohue 1993), und das ist zugleich auch ein Mittel, eine persönliche und soziale „*Identität*“ zu erreichen (van Wijnen, Petzold 2003; Petzold 2001j). Unserer Meinung nach kann gerade dieser Aspekt sehr bedeutsam für den psychotherapeutischen und pädagogischen Aspekt im Budo sein.

In einer Zeit der Verknappung der Möglichkeiten der „*Sinnerfahrung*“, von „*sinnenhaftem*“, *leibnahem* Sinn zumal (Petzold, Orth 2004), einem Mangel an sinntragender Gemeinschaftlichkeit, in der *Vereinzlung* wächst (Sennett 1987) und *Zugehörigkeit* schwer zu finden und zu realisieren ist, bietet Budo in seiner traditionellen Form mit dem festen Ort des *Dojo*, mit seiner „*rituellen Hierarchie*“ wenn sie als eine Ordnung geistiger Prinzipien gelebt wird, mit ritualisierten Formen des Grußes und der Beziehung als Möglichkeiten, zu denen man sich *entscheidet* und die keine tote Form sind, *Erfahrungen*, in denen Chancen liegen, dass der moderne „*Mensch der Zerstretheit*“ sich sammeln kann, eine Offenheit des Geistes gewinnt (Tulku 1978), einen *Weg* findet zu sich, zu Anderen, zu den Tiefendimensionen des Lebens. Budo bietet ihm Dimensionen, die er entdecken kann, zu denen er auf dem *Weg* der Übung und der Kunst irgendwann „*aufwacht*“ (Dumolin 1976; Suzuki 1959; Watts 1981) – und über solches „*Erwachen*“ ist nicht viel zu reden oder zu schreiben, es ist einfach da, wenn man erwacht - *év κάρω*. *Das alles* gehört zu Qualitäten, die sich im Budo finden lassen (und natürlich nicht nur dort) und wohl auch in vom Budo geprägten Therapieformen, wie in der Integrativen Bewegungstherapie, wenn sie in diesem Geiste praktiziert wird. *Das alles* ist in der *Definition III* im Begriff der „**fundamentalen Budoerfahrung**“ gemeint, als „*Berührung durch das Wesentliche*“ (s.o. 9), als „*ontologische Erfahrung*“ (Orth 1993). Das ist keine *uniforme Erfahrung*, sie kann weder erzwungen noch erübt werden, sie hat nicht *eine* Form und nicht *einen* Zugang. Sie ist ein „*Torloses Tor*“ (Hübner 2001) oder eine einfache Haustüre, die man öffnet – und man ist erwacht.

Wir hatten uns mit diesem Artikel zum Ziel gesetzt, einerseits die „*Übungspraxis*“ des „*Budo*“ in einen psychosozialen Kontext zu stellen und andererseits diese Praxis unter transversaler Perspektive zu betrachten. Wir versuchten, dieses Ziel zu erreichen, indem wir den Leser in Prinzipien des Budo eingeführt haben, so dass die Trainingsmethoden in einem Zusammenhang gesehen werden können. Wir haben immer wieder Aspekte der Budo-Philosophie einfließen lassen. Wir haben *problematisiert*, wo uns das notwendig erschien, denn wir sind der Tradition *und* der Frische des Budo verpflichtet. Wir haben versucht, Brücken zwischen den Gedankenwegen des Westen und des Osten aufzuzeigen.

Wenn nun körperorientiert arbeitende Psychotherapeuten zum Beispiel ihre Ziele mit denen des Budo vergleichen, dann werden sie wahrscheinlich in so manchem Übereinstimmungen finden. Der nächst folgende Schritt könnte dann sein, selbst auf

den *Weg* zu gehen und eine systematischere Integration von Budomethoden und einer *Budohaltung* in Behandlungsprozesse anzustreben⁴¹.

Der therapeutische Wert fernöstlicher und östlicher (slawischen) Methoden der Selbstverteidigung und Kampfkunst (Budo) sollte angesichts des positiven Einflusses auf das Wohlbefinden der Menschen, die sie praktizieren, breitere Anerkennung im Gesundheitswesen finden. Dieser Artikel hat deshalb versucht, eine kompakte Übersicht zur historischen Entwicklung, den theoretischen/philosophischen Hintergründen und der Praxis des „Budo“ unter breiten Literaturverweisen zu geben, mit dem Ziel, eventuell bestehende pauschalisierende Vorurteile gegenüber den Kampfkünsten abzubauen und die Integration dieser Bewegungsdisziplinen in das psychologische Gesundheitssystem anzuregen sowie zur Weiterlektüre zu motivieren. Er vertritt engagiert die Position, dass Patienten *und* Therapeuten aus dem Kontakt mit dem Budo, aus den Möglichkeiten der „*fundamentalen Budoerfahrung*“, der „*Berührung durch das Wesentliche*“, für ihre Gesundheit, ihr Wohlbefinden, ihre Leistungsfähigkeit und ihre Lebensführung, für ihre *Souveränität* und ihren *Seelenfrieden* großen Gewinn haben können.

Zusammenfassung: Budokünste als „Weg“ und therapeutisches Mittel in der körper- und bewegungsorientierten Psychotherapie, Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung – transversale und integrative Perspektiven

Der vorliegende Artikel beschreibt Grundkonzepte der asiatischen und slawischen Kampfkünste, des „Budo“ vor dem Hintergrund seiner historischen und ideengeschichtlichen Quellen und Prinzipien. Es wird gezeigt, dass die Praxis des Budo viele therapeutisch fruchtbare und offenbar auch wirksame Prinzipien hat, die im Begriff einer „fundamentalen Budoerfahrung“ zusammengefaßt sind und im einzelnen auch beschrieben werden, so dass Budokünste in der Therapie und als Therapie – ggf. in Kombination mit Psychotherapie - eingesetzt werden können.

Schlüsselwörter: Budo, Kampfsport, Psychotherapie, Körpertherapie, persönliche Entwicklung, Integrative Therapie

Summary: Budo „path“and therapeutic tool in body oriented psychotherapy and psychomotoric treatment – transversal and integrative perspectives

The article describes basic concepts of asian and slavic martial arts, of „budo“ on the ground of its historical and ideological sources and principles. It can be shown, that the practice of budo disposes of many fruitful and apparently effective principles, condensed in the concept of a „fundamental budo experience“ some of them are described here. Thus the arts of budo can be used in therapy but also as therapy – event. in combination with psychotherapy.

Keywords: Budo, martial arts, psychotherapy, body therapy, personality development
Integrative therapy

Adresse der Autoren:

Drs. Jan Bloem, Boven Westerdiep 57 9641 LB Veendam e-mail: jan.bloem@datmovement.nl

Drs. Petra Moget, Boven Westerdiep 57 9641 LB Veendam e-mail: petra.moget@datmovement.nl

Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold, c/o EAG – FPI, Wefelsen 5, 42499 Hückeswagen, e-mail: forschung.eag@t-online.de

⁴¹ Es ist durchaus möglich und fruchtbar, die therapeutische Alltagsarbeit in Einzel- und Gruppensetting mit PatientInnen und AusbildungskandidatInnen und auch in der Seminararbeit in einer inneren Ruhe, Gelassenheit und Spontaneität zu tun, die von der Qualität des Budo bestimmt ist und sie nutzt, wie ich das in meiner Praxis (*Petzold*) erlebe und zu verwirklichen suche.

Literatur:

- Albert, K. (1972): Die ontologische Erfahrung, Heidelberg: Academia.
- Alexander, H., Chambers, Q., Draeger, D.F. (1970): Pentjak Silat. The Indonesian Fighting Art. Kodansha International. Japan.
- Allman, W. F. (1994): The stone age present. How evolution has shaped modern life. New York: Simon & Schuster.
- Amari, A. (2004): Ritorno al dojo. Le arti marziali e il tempo presente. *Arti d'Oriente*(Milano) XVIII, 28-31.
- Ammann, G., Wipplinger, R. (1998): Gesundheitsförderung, Tübingen: dgvt-Verlag.
- Anders, F. (1985): Tai Chi Chuan. München: O.W. Barth.
- Archer, J. (1988): The behavioral biology of aggression. Cambridge: Cambridge Univ. Press.
- Archer, J. (1994): Male violence. London: Routledge.
- Arendt, H. (1970): Macht und Gewalt. München: Hanser.
- Armari, A. (2004): Ritorno al dojo. *Arti d'Oriente* XVIII, 26-31 (Milano).
- Aron, R. (1980): Clausewitz, den Krieg denken. Berlin.
- Aron, R. (1984⁸): Paix et guerre entre les nations. Paris: Clamann-Lévy.
- Baer, J. (1976). How to be an assertive (not aggressive) woman in life, in love, and on the job: A total guide to self-assertiveness. New York: New American Library.
- Bandura, A. (1969): Social learning theory of identification processes, in: *D.A. Goslin*, Handbook of socialisation theory, Chicago: Rand McNally, S. 213-263.
- Batchelor, S. (2002): Nagarjuna — Verse aus der Mitte. Eine buddhistische Vision des Lebens. Zürich: Theseus.
- Baumgarner, H. M. (1986): Die innere Unmöglichkeit einer evolutionären Erklärung der menschlichen Vernunft. In: *Spaemann et al.* (1986) 55-71.
- Bellah, R. N. (1970): Tokugawa religion. The values of pre-industrial Japan. Boston, Mass.
- Benamou, M., Caramello, C. (1978): Performance in Postmodern Culture, Madison, Wis.: Coda Press.
- Bettinaglio, A. (1992): Integrative Bewegungstherapie und Aikido in der Behandlung psychiatrischer Patienten.(Vortrag auf der Tagung "Der Weg ist das Ziel". Psychotherapie und die Kampfkünste, in Berlingen, Schweiz vom 17.9.-19.9.1993). *Integrative Bewegungstherapie* 2, 10 – 22.
- Becker, C.B. (1982). Philosophical perspectives on the martial arts. *Journal of Philosophy of Sport*, IX, 19- 29.
- Beckstrom, J. H. (1985): Sociobiology and the law. The biology of altruism in the courtroom of the future. Urbana II: University of Illinois Press.
- Beckstrom, J. H. (1993): Daewinism applied. Evolutionary paths to social controls. Westport, CT: Greenwood.
- Benl, O. (1951): Die Entwicklung der japanischen Poetik bis zum 16.Jahrhundert. Hamburg.
- Berlin, I. (1996): The sense of reality, London: Chatto, Windus, 1996; dtsh. Wirklichkeitssinn. Ideengeschichtliche Untersuchungen, Berlin: Berlin Verlag, 1998.
- Berning, V. (1973): Das Wagnis der Treue. Gabriel Marcells Weg zu einer konkreten Philosophie des Schöpferischen, Freiburg: Alber.
- Bernstein, N.A. (1967a): The co-ordination and regulation of movements. Oxford: Pergamon Press.
- Bernstein, N.A. (1988): Biodynamik der Lokomotionen: Genese, Struktur, Veränderungen. In: *L. Pickenhain, G. Schnabel* (eds.) *Bewegungsphysiologie von N.A. Bernstein* (2 Aufl. 21-66). Leipzig: Johann Ambrosius Barth. (Original 1940).
- Bernstein, N.A. (1988): Bewegungsphysiologie. In: *L. Pickenhain, G. Schnabel* (eds.). Leipzig: Johann Ambrosius Barth. Original 1967.
- Berthoz, A. (2000): The brain's sense of movement: London: Havard Unuversity Press.
- Blasius, R. (2004): Kalkül des Schreckens. Die Strategie der Wehrmachtsausstellung ist aufgegangen. FAZ 71, 45.
- Blyth, R. H. (1964): A history of haiku. 2 Bde. Tokyo.
- Bishop, M. (1989): Okinawan Karate. London: A & C Black Ltd.,
- Boersma, W. & Edel, M. den. (1987). *Jiu Jitsu Do*. Rijswijk: Elmar B.V.
- Bongaardt, R. (1996): Shifting focus. The Bernstein tradition in movement science. Amsterdam: Druk 80.
- Bongers, D. (2000): Erfahrungen mit Gewalttätern. *Gestalt* (Schweiz) 39, 2000, 18-24.
- Borchmeyer, D. (1998²): Weimarer Klassik. Portrait einer Epoche. Weinheim: Beltz.
- Bosscher, R.J. (1992): Runningtherapie bij depressie, Amsterdam: Thesis.
- Bosscher, R.J. (1991): Runningtherapie bij depressive: een experiment, *Bewegen & Hulpverlening* 4, 234-260.
- Bosscher, R.J., (1993): Running and mixed physical exercises with depressed psychiatric patients, *Int. J. Sport Psychol.* 24 (1993) 170-184.
- Botton, de, A. (2000): Les consolations de la philosophie. Paris. Mercure de France.
- Bracy, J., Liu Xing-Han (1998): Ba Gua: Hidden Knowledge in the Taoist Internal Martial Art. Berkeley: North Atlantic Books
- Bradie, M. (1994): The secret chain. Evolution and ethics. Albany NY: State Univ. of New York Press,
- Bräuer, G. (1992): Vom Puzzle zum Bild. Fossile Dokumente der Menschwerdung, in: *Funkkolleg Der Mensch. Anthropologie heute*. Tübingen: Deutsches Institut für Fernstudienforschung an der Universität Tübingen, Heft 2.
- Bräuer, G. (1997): Die Entstehungsgeschichte des Menschen, in: Brockhaus. Die Bibliothek. *Grzimeks* Enzyklopädie Säugetiere, Band 2. Leipzig: Brockhaus. S. 490-520.
- Brelet, C. (2003): Médecines du monde. Paris: Éditions Robert Laffont.
- Brosse, J. (1992): Zen et occident. Paris. Albin Michel.
- Brower, R. H., Miner, E. (1961): Japanese Court Poetry. Stanford. Stanford Univ. Press.
- Brown, D. E. (2002): The great disruption. *Human Nature Review* 2, 274-276.

- Brunon, G., Molinari, P. (1980): *Le geste créateur et l'aikido*. Monaco: Éditions du Rocher.
- Bublitz, H. Bührmann, A.D., Hanke, C., Seier, A. (1999): *Das Wuchern der Diskurse. Perspektiven der Diskursanalyse Foucaults*, Frankfurt am Main: Campus.
- Bunce, W. K. (1964): *Religions in Japan*, Tokyo.
- Buruma, I. (1994): *The wages of guilty*, New York.
- Buss, D.M. (1999): *Evolutionary psychology. The new science of the mind*. Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Butler, P. (1992): *Self-assertion for women*. New York, NY : Harper, San Francisco.
- Cage, J. (1961): *AGE, Silence*, Middletown, Conn.: Wesleyan Univ. Press.
- Cage, J. (1980): *Empty Words*, London/New York: Calder and Boyars.
- Cage, J. (1976): *For the Birds, Pour les Oiseaux*, Paris: Belfond.
- Campbell, A. (1998): *Altruism and aggression*. Leicester: British Psychological Society.
- Campbell, A. (2002): *A mind of her own. The evolutionary psychology of women*. Oxford: Oxford Univ. Press.
- Canhépé, J.-D., Kuang, A. (1998): *Métamorphose de la violence par l'Aikido de Sumikiri*. Paris: Guy Trédaniel Éditeur.
- Capelle, W. (1968): *Die Vorsokratiker*. Stuttgart: Kröner.
- Castell, M. (2002): *Das Informationszeitalter*, 3 Bd., Opladen: Leske + Budrich.
- Chang G. C. C. (1989): *Das holistische Weltbild der buddhistischen Philosophie*. München: Barth.
- Charles, D. (2000): *Esthétiques de la Performance*. Encyclopædia Universalis France, CD-Rom.
- Charles, G. (2004): *Les armes du Wushu. Dragon 2* [Paris] 58-65.
- Chang Chung-Yyang (1975): *Tao, Zen und schöpferische Kraft*. Düsseldorf: Diederichs.
- Charles, G. (2004): *Les armes du Wushu. Dragon 2* [Paris] 58-65.
- Chau Phaon Toan (2003): *Contes des Arts Martiaux Vietnamiens*. Paris: Éditions You Feng.
- Chee Soo (1976): *The Chinese Art of T'ai Chi Ch'uan*. London: Gordon & Cremonsi.
- Cheng, F. (2002): *Sagesse millénaire en quelques caractères*. Paris: Éditions You Feng.
- Cheng Man-ch'ing, Smith, R. W. (1967): *T'ai-Chi. The „Supreme Unlitimate“ Exercise for Health, Spaort, and Self-Defense*. Rutland, Vermont: Charles Tuttle.
- Chia, M. (2003): *Guérison par le Chi Kung Taoïste*. Paris: Guy Trédaniel.
- Chia, M. (2004): *Guérison par les énergies cosmiques*. Paris: Guy Trédaniel.
- Chu, L. (1976): *Seeds of Choy Lee Fut*. In: Choy Lee Fut. *The World's First Authoritative Presentation of Choy Lee Fut Kung Fu in Publication*. Hong Kong Kuen-Way Publications. S. 33-52.
- Clausewitz, C. v. (1968): *Vom Kriege*. Berlin: Dümler.
- Cognard, A. (2003): *Aikido. Il corpo cosciente*. Milano: Lune Editrice.
- Cognard, A. (2004): *Aikido. Il corpo filosofo*. Milano: Lune Editrice.
- Coquet, M. (1985): *Budo ésotérique*. Saint-Martin-le Vinoux: Les Éditions de l'Or du Temps.
- Coquet, M. (2003): *Budo, l'esprit des arts martiaux*. Paris: Editions Guy Trédaniel.
- Creel, H. G. (1949): *Confucius. The Man and the Myth*, New York.
- Crompton, P. (1989). *The complete martial arts*. New York: McGraw-Hill Publishing Company.
- Crook, P. (1994): *Darwinism, war and history. The debate over the biology of war from ‚Origin of Species‘ to the First World War*. Cambridge: Cambridge Univ. Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1985): *Das Flow-Erlebnis: jenseits von Angst und Langeweile: im Tun aufgehen*, Stuttgart: Klett.
- Daeke, S.M., Bresch, C. (1995): *Gut und Böse in der Evolution*. Stuttgart: Universitas.
- Dalai Lama (1993): *Einführung in den Buddhismus. Die Harvard-Vorlesungen*. Freiburg: Herder-Spektrum.
- Daly, M., Wilson, (1988): *Homicide*. Hawthorne NY: Aldine de Gruyter.
- Damasio, A.R. (2003): *Der Spinoza-Effekt*. München: List.
- Daniele, F. (2004): *Dao - Visualizzazione, concentrazione, meditazione. Arti d'Oriente XVIII*, 54-57 (Milano).
- Darby, J., Young, E. W. (2001): *Secrets of the Russian Martial Arts. Blackbelt Magazine Sept.*
<http://w3.blachbeltmag.com/featurecontent/view.asp?article=199>.
- Dauk, E. (1989): *Denken als Ethos und Methode. Foucault lesen*, Berlin: Reimer.
- Debes, P. (1982). *Meisterung der Existenz durch die Lehre des Buddha (Bd. 1 und 2)*. Ebern: Eberner Druck GmbH.
- Deegener, G. (1999): *Sexuelle und körperliche Gewalt, Therapie jugendlicher und erwachsener Täter*. Weinheim: Beltz.
- Delbrück, H. (1920): *Geschichte der Kriegskunst im Rahmen der politischen Geschichte*, 7 Bände Berlin 1920-36. Band 1-4 Nachdruck, Berlin 1962-66.
- Degore, S. (1998): *Les sabres shinto*. Paris: Édition du Portail.
- Dennett, D. C. (1995): *Darwin's dangerous idea. Evolution and the meaning of life*. New York: Simon & Schuster.
- Deshimaru, Roshi Th. (1977; 1987): *Zen in den Kampfkünsten Japans*. München: Knaur.
- Dettmer, H.A. (1992⁵): *Grundzüge der Geschichte Japans*. Darmstadt: WBG.
- Donnert, E. (1983): *Das Kiewer Rußland. Kultur und Geistesleben vom 9. bis zum beginnenden 13. Jahrhundert*. Leipzig.
- Donohue, J.J. (1991). *The dimensions of of discipleship. Et Kodansha International Ltd. Japan. Hmos. 56 (1-2)*, 19-38
- Donohue, J.J. (1990). *Training halls of the Japanese martial tradition: A symbolic analysis of budo dojo in New York. Anthropolos*, 85, 55 – 63
- Donohue, J.J. (1993). *Ritual dimensions of karatedo. Journal of ritual studies*, 7, 105-125.
- Donohue, J.J. (1997). *Ideological elasticity: enduring form and changing function in the Japanese martial tradition*.

- Journal of asian martial arts*, 6, 110-125.
- Donohue J.J. (1999a). Complete Kendo. Boston: Charles E. Tuttle.
- Donohue J.J. (1999b). Pedagogical structure in modern Japanese martial arts forms: a consideration. Buffalo, NY: Medaille College.
- Dower, J. W. (1993): War without mercy: race and power in the Pacific. New York.
- Dumolin, H. (1976): Der Erleuchtungsweg des Zen-Buddhismus, Freiburg: Herder.
- Draeger, D.F. & Smith, R.W. (1969). Asian Fighting Arts. Tokyo, Japan: Kodansha International Ltd.
- Draeger, D.F. (1973a). Classical Bujutsu. New York: John Weatherhill Inc.
- Draeger, D.F. (1973b). Classical Budo New York: John Weatherhill Inc
- Draeger, D.F. (1974). Modern Bujutsu and Budo. New York: John Weatherhill Inc.
- Dürckheim, K. v. (1964): Der Alltag als Übung, Bern: Huber.
- Dürckheim, K. v. (1973): Hara. Die Erdmitte des Menschen, München: O.W. Barth.
- Eibl-Eibesfeldt, I. (1979): Krieg und Frieden aus der Sicht der Verhaltensforschung. München: Piper. Trad. Engl. (1979): The biology of peace and war. London:
- Eibl-Eibesfeldt, I., Salter, F. K. (1998): Indoctrinability, ideology and warfare. Evolutionary perspectives
- Eliade, M. (1956): Le Sacré et le Profane. Paris: Gallimard; dtsh.: Das Heilige und das Profane. Aus dem Französischen. Neuausgabe. Frankfurt: Suhrkamp 1995³
- Eliade, M. (1970): La Nostalgie des Origines. Paris: Gallimard.
- Epstein, M. (1996): Das Wechselspiel von Buddhismus und Psychotherapie. Frankfurt: Wolfgang Krüger Verlag. Fischer Taschenbuch 1998.
- Etiemble, R. (1980): Philosophes taoïstes, Lao-tseu, Tchouang-tseu, Lie-tseu. Paris: Bibliothèque de la Pléiade.
- Etiemble, R. (1986): Confucius: Maître K'ong, Paris: Gallimard
- Farber, P.L. (1999): The temptations of evolutionary ethics. Berkeley: Univ. of California Press.
- Ferencz, B. B. (1975): Defining International Aggression, 2 Bde. New York: Oceana.
- Ferenczi, S (1932): Ohne Sympathie keine Heilung. Das klinische Tagebuch von 1932, Frankfurt: S. Fischer, 1988.
- Fiedler, S. (1976-80): Grundriß der Militär- und Kriegsgeschichte, 3 Bände. München.
- Florenski, P. (1995)Leben und Denken. 2 Bde. Ostfildern: edition tertium.
- Fong, L. (1971): Sil Lum Kung Fu. Burbank, Ca.: Ohara Publications.
- Foucault, M. (1978): Dispositive der Macht. Berlin: Merve.
- Foucault, M. (1984a): Von der Freundschaft. Michel Foucault im Gespräch, Berlin: Merve.
- Foucault, M. (1984b): Eine Ästhetik der Existenz, in: *Foucault* (1984a) 133-41..
- Foucault, M. (1986a): Die Sorge um sich. Sexualität und Wahrheit 3, Frankfurt: Suhrkamp.
- Foucault, M. (1986b): Der Gebrauch der Lüste. Sexualität und Wahrheit 2, Frankfurt: Suhrkamp.
- Foucault, M. (1996): Diskurs und Wahrheit. Die Berkely Vorlesungen, Berlin: Merve.
- Frantzis, B.K. (1998): The power of the internal martial arts. Combat secrets of Ba gua, tai chi and hsing i. North Atlantic Books, Berkely, California.
- Freymond, B. (2000): Le guerrier du troisième millénaire. Paris: Les Éditions de l'Éveil.
- Friedrich Ebert Stiftung (2003,Hrsg.): The Japan Foundation, Sharing the burden of the past: Legacies of war in Europe, America and Asia,Tokyo.
- Fromm, E., Suzuki, T., Martino, R. (2002²⁰): Zen-Buddhismus und Psychoanalyse. Frankfurt: Suhrkamp.
- Fuller, J.R. (1988): Martial arts and psychological health. *British Journal of Medical Psychology*, December, Vol 61 (4) 317-328.
- Fung Yu-Lan (1952/53): A History of Chinese Philosophy, Übers. D. Bodde, 2 vol., Princeton.
- Funakoshi, Gichin (1922): Ryukyu Kempo Tode. Tokyo: Bukyo-Sha.
- Funakoshi, G. (1975): Karate-do: my way of life. Tokyo: Kodansha Int.
- Funakoshi, K. (2004): Interview mit dem Erben Gichin's. *Kampfkunst International* 03 / 04, 28-31.
- Gadd, C. J. (1965): Hammurabi and the End of His Dynasty Cambridge Ancient History, rev. ed., vol. 2, c. 5. Cambridge.
- Gagnon, G., Girard, F., Inoue, E. (1997): Proverbes Japonais. Paris: Éditions YOU-FENG.
- Garfield, J. L. (1995): The fundamental Wisdom of the middle way. Nagarjuna's Mulamadhyamakakarika. Oxford: Oxford University Press.
- Garfield, S.L.(1973): Basic ingredients or common factors in psychotherapy? *J. Consult. & Clinical. Psychol.* 41, 9-12.
- Garfield, S.L. (1992): Eclectic Psychotherapy: A common factors approach, in: *Norcross, J.C., Goldfried, M.R.* (eds.): Handbook of psychotherapy integration, Basic Books, New York. S. 162-195.
- Gehlen, A. (1956): Urmensch und Spätkultur: Philosophische Ergebnisse und Aussagen, Wiesbaden: Aula, 1986⁵.
- Gehlen, A. (1961): Anthropologische Forschung, Reinbek: Rowohlt.
- Geier, M. (2003): Kants Welt. Eine Biografie. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt-Verlag.
- Ghiglieri, M. P. (1999): The dark side of man. Thacing the origins of male violence. Cambridge, MA: Perseus Books.
- Gia-Fu-Feng, L. (1970): Tai Chi: A way of centering and I Ching. London: Collier Macmillan.
- Glassmann, B. (2000): L'art de la paix. Paris: Albin Michel.
- Gluck, J. (1962): Zen Combat. New York: Ballantine Books.
- Glucksmann, A. (2004): Gegen Terror muß Europa einig sein. FAZ 7. April 83, 38.
- Goldner, C. (1992): Fernöstliche Kampfkunst. München: AHP Verlag.
- Goodman, P. (1986): Einige Bemerkungen zur Kriegsmentalität, in: *Petzold* (1986a) 11-20.

- Goodwin, M. J. (1995): Shobun: a forgotten war crime in the Pacific. Mechanicsburg, PA.
- Govinda, Lama Anagarika (1991): Buddhistische Reflexionen, München: O.W.Barth Verlag.
- Govinda, Lama Anagarika (1993): Die Dynamik des Geistes . Die psychologische Haltung der frühbuddhistischen Philosophie (Überarbeitete Neuausgabe). München: O. W. Barth.
- Granet, M. (1980): La Pensée chinoise, Paris: Albin Michel.
- Grawe, K. (1998): Psychologische Therapie, Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K., Donati, R., Bernauer, P. (1994): Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession, Göttingen: Hogrefe.
- Gröper, K. (1994): Die Geschichte der Kosaken. Wilder Osten 1500 □1700.. Bindlach.
- Grosser, A. (1990): Die Ermordung der Menschheit. Der Genocid im Gedächtnis der Völker. München.
- Guénon, R. (1969): Le théosophisme. Histoire d'une pseudo-religion. Paris.
- Habersetzer, R. (1976): Kung Fu. Paris: Amphora.
- Habersetzer, R. (2004): Sunzi bingfa ... L'art de la guerre, *Dragon* [Paris] 2, 32-39.
- Habersetzer, R. (2004a): Im 21. Jahrhundert die Kampfkunst überdenken –Tengu no michi, *Budoworld* 2-3, 3, 73-
- Habersetzer, R., Habersetzer, G. (1986): Encyclopédie des Arts Martiaux. Paris: Éditions Amphora.
- Hadot, I. (1969): Seneca und die griechisch-römische Tradition der Seelenleitung, Berlin: de Gruyter.
- Hadot, P. (1991): Philosophie als Lebensform. Geistige Übungen in der Antike, Berlin: Gatzka.
- Haerther, M., Kawai, S. (1986): Butho. Die Rebellion des Körpers. Berlin: Alexander
- Haesendonck, F.M., van (1989). Ju-Jitsu-do. Standaard Uitgeverij n.v. Antwerpen
- Haines, B. A. (1968): Karate's History. Rutland, Vermont: Charles E. Tuttle.
- Halperin, Ch. J.(1987): Russia and the Golden Horde. The Mongol impact on medieval Russian history. London.
- Hamilton, W. D. (1971): Altruism and related phenomena, mainly in social insects. *Annual Review of Ecology and Systematics* 3, 193-232.
- Hamilton, W.D. (1996, 2001): Narrow Roads of Gene Land. The collected Papers of W.D. Hamilton. Oxford: Freeman. (vol. 1, 1996, vol. II, 2001)
- Hamitzsch, H. (1958): Cha-Do – Der Teeweg. München: Barth.
- Harrison, E.J. (1913): The fighting spirit of Japan. London: W. Foulsham & Co.
- Hass, W., Petzold, H.G. (1999): Die Bedeutung der Forschung über soziale Netzwerke, Netzwerktherapie und soziale Unterstützung für die Psychotherapie - diagnostische und therapeutische Perspektiven. In: Petzold, Märtens (1999a) 193-272.
- Hatsumi, M. (1981); Ninjutsu. History and Tradition. Hollywood. Unique Publications.
- Hausherr, I. 1927): La méthode d'oraison hésychaste. Rom.
- Hausmann, B., Neddermeyer, R. (1996): Bewegt sein, Paderborn: Junfermann.
- Hayes, S. K. (1987): Ninja 2. Die Wege zum Shoshin. Niedernhausen: Falken Verlag.
- Hayes, S. K. (1988): Ninja 4. Das Vermächtnis der Schattenkämpfer. Niedernhausen: Falken Verlag.
- Hein, L., Selden, M. (2000): Censoring history, Citizenship and Memory in Japan, Germany and the United States, London: Armonk.
- Herbert, J. (1967): Shintō: At the fountainhead of Japan. London: Allen & Unwin.
- Herbert, J. (1983): Aux sources du Japon, le shinto et les dieux nationales du Japon: Paris: Albin Michel.
- Herbert, U., Groehler, O. (1992): Zweierlei Bewältigung. Vier Beiträge über den Umgang mit der NS-Vergangenheit in den beiden deutschen Staaten. Hamburg.
- Higaonna, M. (1984). Traditional karate-do (vol.2: performance of kata). Monato Publications.
- Hirai, N. (1966), Japanese Shinto. London.
- Hirai, N. (2002): Shinto. Encyclopædia Britannica. De Luxe 2002 CD-Rom-Ausgabe.
- Ho Ngau (1976): Wooden Dummy Techniques. In: Choy Lee Fut. The World's First Authoritative Presentation of Choy Lee Fut Kung Fu in Publication. Hong Kong Kuen-Way Publications. S. 19- 31.
- Höhmman-Kost, A. (2002): Bewegung ist Leben. Integrative Leib- und Bewegungstherapie – eine Einführung. Bern: Hans Huber.
- Höhmman-Kost, A. Siegele, F. (2004): Arbeit an sich selbst“ – der „Weg der Übung“. Kampfkünste in der Integrativen Therapie und Supervision Suchtkranker, *Integrative Therapie* 1-2, dieser Band.
- Hösch, E. (1996): Geschichte Rußlands. Von den Anfängen des Kiever Reiches bis zum Zerfall des Sowjetimperiums. Stuttgart
- Honma, Y., N. Kosuge, Towle, Ph. (2003): Senso no kioku to horyo-mondai, Tokyo: University of Tokyo Press.
- Hori, I. (1968): Folk Religion in Japan. Chicago/London.
- Huang, Al Chung-Liang (1973): Embrace Tiger, return to mountain. Moab: Real People Press.
- Höffe, O. (1995): Eine Weltrepublik als Minimalstaatsstaat. *Universitas* 6003, 885-899.
- Höffe, O. (2004): Kants Kritik der Reinen Vernunft. Die Grundlegung der modernen Philosophie. München. Beck.
- Horwitz, T., Kimmelman, S., Lui, H.H. (1976): Tai Chi Ch'uan. The technique of Power. Chicago: Chicago Review Press.
- Hübner, S. (2002): Das torlose Tor. Teisho über die 48 Koan des Mumonkan. Berlin: Kristkeitz.
- Hüther, G. (1997): Biologie der Angst. Wie aus Stress Gefühle werden. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Huf, A. (1992): Psychotherapeutische Wirkfaktoren. Weinheim: Psychologie-Verlagsunion.
- Hyams, J. (1998): Der Weg der leeren Hand. Zen in den Kampfkünsten. München: Knauer Verlag.
- Ilijine, V. N. (1933): Was ist Sobornost? *Orient und Okzident* 13, 1-9.
- Inosanto, D. (2004): Jun Fan Gung Fu vs. Jeet Kune Do. *Kampfkunst International* 03 / 04, 4-10.
- Inoue, K. (1995²): Geschichte Japans. Aus dem Japanischen, Frankfurt: Insel. Jaspers, K. (1963): Lebensfragen der deutschen Politik. München.

- Izutso, T., Izutsu, T. (1988): Die Theorie des Schönen in Japan. Beiträge zur klassischen japanischen Ästhetik. Köln: Dumont.
- Jones, O. D. (1999a): Sex, culture, and the biology of rape: Toward explanation and prevention. *California Law Review* 87, 827-941.
- Jones, O. D. (1999b): Law, emotions, and behavioral biology, *Jurimetrics* 39, 283-289.
- Jones, O. D. (2000): On the nature of norms: Biology, morality, and the disruption of order. *Michigan Law Review* 2073-2103.
- Jones, O. D. (2001): Evolutionary analysis in law: Some objections considered. *Brooklyn Law Review* 67, 207-232.
- Jugendhof Vlotho (2001): Praxis Konkret: Kampfkunst – Heilkunst – Kunst der Erziehung. Vlotho.
- Julien, F. (2000): La grande image n'a pas de forme. Paris: Le Seuil.
- Jung, M. (2002): Seneca – Wege zur inneren Freiheit, Lahnstein: emu.
- Jung, M. (2002): Montaigne. Das Leben als Meisterstück. Lahnstein: emu.
- Kallenbach, J.H. (1976). Het Budo-onderwijs. *Richting, maandblad voor Lichamelijke Opvoeding, Sport en Gezondheidszorg*, 11, pp.212-215; 12, pp. 236-239.
- Kallenbach, J.H. (1981). Vechtsporten. *Richting, maandblad voor Lichamelijke Opvoeding, Sport en Gezondheidszorg*, 1, pp. 10-13; 2, pp. 37-39.
- Kallenbach, J.H. (1993). Tai-ki-kenpo als budodiscipline. *Budo no kokoro*, 4, 2-8. Groningen: Stichting Japanse en Okinawaanse Krijgskunsten.
- Kana-Devilee, P., Uterwijk, R. (2001): A Divine Gesture. Amsterdam. Department of Education and Public Affairs, Rijksmuseum.
- Kant, I. v (1795): Zum ewigen Frieden: Ein philosophischer Entwurf. Königsberg: Nicolovius.
- Kant, I. (1900ff): Gesammelte Schriften. Hrsg. Königlich Preußische Akademie der Wissenschaften. Berlin: Georg Reimer (jetzt de Gruyter)
- Kapleau, P. (1965): The three pillars of Zen; dtsch. o.J. *Die drei Pfeiler des Zen. Lehre — Übung — Erleuchtung* (B. Stuttgart: Deutscher Bücherbund.
- Kastl, E. (1992): Kampfkunst und Gesundheitsspädagogik - eine Herausforderung, Dipl.Arb. Sozialpädagogik. 85617 Assling Kreuzfeldweg 22. sifu-kastl@freenet.de
- Katchmer, G.A. (1993): The Tao of bioenergetics. Jamaica Plain: YMAA Publication Center.
- Katchmer, G.A. (1995): Professional Budo. Jamaica Plain: YMAA Publication Center.
- Keeley, L. H. (1996): War before civilization. The myth of the peaceful savage. New York: Oxford University Press.
- Keen, M. (1991): Das Rittertum. Reinbek: Rowohlt.
- Kernspecht, K. (2000, 2004⁶): BlitzDefence. Angriff ist die beste Verteidigung. Burg/Fehmarn: Wu Shu-Verlag Kernspecht.
- Kernspecht, K. (1987, 2004¹²): Vom Zweikampf. Burg/Fehmarn: Wu Shu-Verlag Kernspecht.
- Kernspecht, K. (2004a): Von Salzstreuern, Ellenbogenmenschen und Solchen, die Andere mit Gewalt überreden wollen, *Kampfkunst International* 03 / 04, 68-69.
- Kim, R. (1974): The weaponless warriors. Burbank, C.: Ohara Publ.
- King, W. (1993). Zen and the way of the sword: Arming the samurai psyche. Oxford: Oxford University Press.
- Kirby, E. T. (1965): *Happenings*, New York: Dutton.
- Kirby, E. T. (1969): Total Theater, New York: Dutton.
- Kirby, E. T. (1971): Futurist Performance, New York: Dutton.
- Kisa, Y. (2001): Senso-sekinin to wa nanika. Tokyo: Chukoshinsho 1597.
- Kitagawa, J. M. (1966, 1990): Religion in Japanese History, New York.
- Klengel, H. (1991): König Hammurapi und der Alltag Babylons. Zürich.
- Koei-li, S. (2003): Qi Gong. Storia e metodo dell'arte del respiro. Ilano uni
- Kolanko, P. (2004): Japanische Flaggen verbrannt. Chinas Volkszorn entlädt sich. FAZ 73, 6.
- Kolowrat, O. (2004): Il sole et la luna. Combat kolo yar. *Arti d'Oriente* XVIII, 8-17 (Milano).
- König, H. et al. (1999): Vergangenheitsbewältigung am Ende des zwanzigsten Jahrhunderts, Opladen: Leske + Budrich.
- Komito, D. R. (1987): Nagarjuna's "Seventy Stanzas". A buddhist psychology of emptiness. Ithaca: Snow Lion Publications.
- Konfuzius (1950): *Chou King*, franz. Übers. mit chinesischem Originaltext von S. Couvreur, Paris.
- Korn, S. (1996): Dilemma des Gedenkens. Holocaust-Mahnmal und „Nationale Pietät“. *Universitas* 603, 876-884.
- Kou, J. (2003): Tai Chi Chuan. Armonia del corpo e dello spirito. Milano: Lune Editrice.
- Kovalevsky, P. (1964): Bildatlas der Kultur und Geschichte der slawischen Welt: München BLV Verlagsanstalt.
- Kozak, I.G. (1964): Sambo: The Russian's Judo. <http://www.blackbeltmag.com/archives/blackbet/1964/novdec/sambo/sambo.html>.
- Kramer, J. (1991). Judo als Mittel zur Persönlichkeitserforschung junger Untersuchungsgefangener in der Justizvollzugsanstalt. *Zeitschrift für Strafvollzug und Strafvollzugsreform: Für Praxis und Wissenschaft*. 223 – 225.
- Krause, D. (1995): Sun-Tzu, the art of war for executives. London: Nicolas Bradley Publ.
- Kühn, M. (2003): Kant. Eine Biografie. München: Beck Verlag.
- Küpper, M. (1983): Psychologie und Meditation im Hesychismus. In: *Petzold* (1983d) 311-344.
- Kumar, K. P. (1996): Die theosophische Bewegung. Wermelskirchen.
- Kwon, J.H. (1976): Zen-Kunst der Selbstverteidigung. München: O.W. Barth.
- Langre, de S. (1974): Do-In 2. Magalia, Ca.: Happyness Press.

- Lassere, R. (1954): Judo. Paris: Edition Chiron.
- LeDoux, J. (2003): Das Netz der Persönlichkeit. Wie unser Selbst entsteht. Düsseldorf: Walter Verlag.
- Lee Kam Wing (2001): The Secret of Northern Shaolin Seven Star Praying Mantis Kung Fu. London.
- Legget, T. (1978). Zen the ways. Rutland, Vermont: Charles E. Tuttle.
- Lew, J. (1981): The Art of Stretching & kicking. Hollywood: Unique Publications.
- Lewontin, R. G. (2000): It ain't necessarily so. The dream of the human Genom and other illusions. London: Granta Book.
- Lewontin, R.G., Rose, S., Kamin, L.J. (1988): Die Gene sind es nicht. München: Psychologie Verlags Union.
- Leyenhorst, S. (1995). Kaki, the close combat practise of Goju Ryu karatedo. Wageningen. IOGKF.
- Li, P. (2003): Japanese war crimes: the search for justice, New Brunswick, N.J.
- Lialine, C. (1935): Le Débat sophologique, *Irénikon*
- Liang, T. T. (1974): T'ai Chi Ch'uan. For Health and Self-Defence. Philosophy and Practice. New York: Vintage 1977²
- Liebrecht, E. (1993): Geist-Technik-Körper. Schriften zu den Hintergründen der Budoikünste. Landau: Universitätsverlag.
- Littig, B. (1998): Ökologie und soziale Krise. Wie Zukunftsfähig ist die Nachhaltigkeit. Wien: Verband Wiener Volksbildung
- Lokowandt, E. (2001): Shinto: Eine Einführung. München: Indicium.
- Lombardo, P. (1993): Kenpo. Fragements d'une histoire inconnue. Paris: Éditions Budostore.
- Lorenz, F. (2004): Salutogenese. München: Reinhard (im Druck).
- Lorenz, K. (1963): Das sogenannte Böse. Zur Naturgeschichte der Aggression. Wien: Borotha-Schoeler; München: Piper 1995.
- Lloyd, S. R. (1995): Developing positive assertiveness. Menlo Park, Calif. : Crisp Publications.
- Lubich, F. A. (2001): Seine tiefste Lust ist der Gehorsam. *FAZ* 249, 55.
- Luhmann, N. (1992): Beobachtungen der Moderne, Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Lurija, A. R. (1963): Restoration of Brain Functions after War Trauma. Oxford.
- Lurija, A. R. (1976): The working brain: An introduction to neuropsychology. Harmondsworth: Penguin Books.
- Lurija, A. R. (1998): Das Gehirn in Aktion. Einführung in die Neuropsychologie. Reinbek
- Lytard, J.-F. (1979): La condition postmoderne. Rapport sur le savoir, Paris. Dtsch, Das postmoderne Wissen. Ein Bericht, Bremen 1982, 2. Aufl., Passagen Verlag, Graz-Wien 1986.
- Lytard, J.-F. (1983): La différence, Paris.
- Märtens, M., Petzold, H.G. (1998b): Wer und was wirkt wie in der Psychotherapie? Mythos "Wirkfaktoren" oder hilfreiches Konstrukt? *Integrative Therapie* 1, 98-110.
- Malmberg, I. (1980): Human territoriality. Den Haag: Mouton.
- Maltese, M. (1999): Pencak Silat. Die alte indonesische Kampfkunst. Berlin: Weinmann.
- Marcel, G. (1961): Schöpferische Treue, Zürich.
- Marsh, P. (1978): Aggro. The illusion of violence. London: Dent & Sons.
- Maspéro, H. (1971): La taoïsme et les religions chinoises. Paris: Gallimard.
- Masson-Oursel, P. (1976⁷): Philosophie du yoga, Paris: P.U.F.
- Masters, R. D., Gruter, M. (1992): The sense of justice. Biological foundations of Law. Newbury Park CA: Sage.
- Mattern, J. (1996) Paul Ricœur zur Einführung. Hamburg: Junius
- McBride, P. (1998): The assertive social worker. Brookfield, VT : Arena.
- McCarthy, P. (1994). The world within Kinjo Hiroshi and karatedo. *Journal of asian martial arts*, 3, 91-99.
- McCarthy, P. (1995a). Bubishi. The bible of karate. Rutland, Vermont & Tokio: Charles E. Tuttle company.
- McCarthy, P. (1995b). Karatedo. Development, essence and aims. International Ryukyu Karate Research Society (Europe), Wageningen.
- Mitchell, D. (1990). Alles over vechtsporten. Kosmos B.V., Utrecht. 2de editie.
- Meyer, P. (1981): Evolution und Gewalt. Berlin.
- Mei, S. van der, Petzold, H.G., Bosscher, R. (1997): Runningtherapie, Stress, Depression - ein übungszentrierter Ansatz in der Integrativen leib- und bewegungsorientierten Psychotherapie, *Integrative Therapie* 3 374-428.
- Meredieu, F. de (1994): Histoire matérielle et immatérielle de l'art moderne, Paris: Bordas.
- Milošević, P. (1989): Sveti radnici (Boriackne vestine u Srba). Gornij Milanovac/Priština: Decje & Milanovać.
- Milošević, P. (2001): Svetbor. Beograd: PRED.
- Mishima, Y. (1966): Death in Midsummer, and Other Stories. London: Doubledy-Anchor.
- Mitscherlich, A., Mitscherlich, M. (1998¹⁵): Die Unfähigkeit zu trauern. München.
- Moegling, B., Moegling, K. (1991): Handbuch für Tai Chi Cuan und Körperarbeit. Aachen: Meyer & Meyer.
- Mongin, O. (1998) Paul Ricœur. Paris: Seuil.
- Morris, D.B. (2000): Krankheit und Kultur. Plädoyer für ein neues Körperverständnis. München: Kunstmann.
- Morris, I. (1999): Samurai oder von der Würde des Scheiterns. Tragische Helden in der Geschichte Japans. Frankfurt am Main: Insel.
- Moscovici, S. (2001): Social representations: Explorations in social Psychology, New York: Universitas Press.
- Muraoka, T. (1964): Studies in Shinto Thought. London
- Mysterud, I. (2003): Mennesket og moderne evolusjonsteorie. Oslo: Gyldendal.
- Nagamine, S. (1976). The essence of Okinawan karatedo. Tokyo: Charles E. Tuttle.
- Naumann, N. (1988): Die einheimische Religion Japans, Bd.1. Leiden.
- Nakayama, M. (1986). Karate: grondbeginselen. Amsterdam: Omega Boek.

- Needham, J.* (1973): La science chinoise et l'occident. Paris: Seuil.
- Nelson, R.* (1989): The martial arts reader. Classic writings on philosophy and technique. Woodstock: the Overlook Press.
- Neumann, U.* et al. (2004): Der friedliche Krieger. Budo als Methode der Gewaltprävention. Marburg: Schüren.
- Newman, J.* (1989): Bushido: the way of the warrior. A new perspective on the Japanese military tradition. London: Magna Books.
- Nisbett, A.* (1976): Konrad Lorenz. London: Dent & Sons.
- Nisbett, A.* (1990): Evolutionary psychology, biology, and cultural evolution, *Motivation and Emotion* 14, 255-263.
- Nisbett, A.* (1993): Violence and U.S. regional culture, *American Psychologist* 48, 441- 449.
- Nishio, K.* (1995): Kotonaru higeki, Nihon do itsu. Tokyo.
- Nishiyama, H., Brown, R. C.* (1960): Karate: The Art of Empty-Hand-Fighting. Tokyo: Charles E. Tuttle.
- Nitobe, I.* (1931): Japan. London: Ernest Benn.
- Nitobe, I.* (2000): Bushido. L'âme du Japon. Paris: Les Éditions de l'Éveil; dtsh.(2003): Bushido. Die Seele Japans. Frankfurt: Ancor. Orig. 1899 verfaßt, vom Autor direkt Englisch geschrieben „Bushidô, Soul of Japan“.
- Nitsch-Berg, H., Kühn, H.* (2000): Kreative Medien und die Suche nach Identität: Methoden Integrativer Therapie und Gestaltpädagogik für psychosoziale Praxisfelder. Band II. Köln: Edition Humanistische Psychologie.
- Nocquet, A.* (1985): Der Weg des Aikido, Berlin: Kristkeitz.
- Nocquet, A.* (2002): Le Cœur-épée. Chateau de Germain. Saint-Coutant.
- Nyanaponika Mahathera* (1993): Geistestraining durch Achtsamkeit. Die buddhistische Satipatthana-Methode. Stammbach: Beyerlein & Steinschulte.
- Nyanatiloka Mahathera* (1996): Handbuch der buddhistischen Philosophie Abhidhammattha-Sanghaha. Oy-Mittelberg: Jhana.
- Nyiri, N.* (1989): The United Nations' Search for a Definition of Aggression, New York: Lang.
- Oeltze, H.-J.* (1997): Intermediale Arbeit, in: *Müller, L., Petzold, H.G.* (1997): Musiktherapie in der klinischen Arbeit. Integrative Modelle und Methoden. Stuttgart: Gustav Fischer Verlag.
- Oldstone-Moore, J.* (2003): Understanding Taoism. London.
- Orth, I.* (1993): Integration als persönliche Lebensaufgabe, in: *Petzold, Sieper* (1993a).
- Orth, I.* (2000): Weibliche Identität und Leiblichkeit – Prozesse „konvivialer“ Veränderung und Entwicklung – Überlegungen für die Praxis, *Integrative Therapie* 4, 2002, 303-324.
- Orth, I., Petzold, H.G.* (1998a). Heilende Bewegung - die Perspektive der Integrativen Leib- und Bewegungstherapie. In: *Illli, U. Breithecker, D., Mundigler, S.* (Hrsg.). (1998): Bewegte Schule. Gesunde Schule. Zürich: Internationales Forum für Bewegung (IFB), S. 183-199.
- Orth, I. Petzold, H.G.* (2003): Theoriearbeit, Praxeologie und „Therapeutische Grundregel“. Zum transversalen Theoriegebrauch, kreativen Medien und methodischer und „sinnlicher Reflexivität“ in der Integrativen Therapie mit suchtkranken Menschen. In: *Petzold, Schay, Ebert* (2003).
- Orth, I., Petzold, H.G. & Sieper, J.* (1999a): Ideologeme der Macht in der Psychotherapie - Reflexionen zu Problemen und Anregungen für alternative Formen der Praxis. In: *Petzold, Orth* (1999a) S. 269.334.
- Ostweg* (2004): The Inner Force of „Kolo“, http://www.ostweg.de/kolo/whatis_en.htm
- Otake, R.* (2002): Le sabre et le divin. Paris: Édition de l'Éveil.
- Otto, R.* (1991): Das Heilige. (Neuausgabe) München.
- Ottomeyer, K., Peltzer, K.* (Hg.) (2002): Überleben am Abgrund. Psychotrauma und Menschenrechte. Klagenfurt: Drava Verlag.
- Perls, F.S.* (1942): Ego, hunger and aggression, Durban 1942; 2. Aufl., London: Allen & Unwin 1947; 3. Aufl. New York: Random House 1969.
- Perls, F.S.* (1969): Gestalt Therapy Verbatim. Lafayette: Real People Press; dtsh. Gestalttherapie in Aktion, Stuttgart: Klett 1974.
- Perls, F.S., Hefferline, R.F., Goodman, P.* (1951): Gestalt Therapy. New York: Julian Press; 2. Aufl. New York: Dell 1965.
- Petrinovich, I.* (2000): The cannibal within. Hawthorne: Aldine de Gruyter.
- Petzold, Hilarion G.* (1966IIId): Das Wesen der Orthodoxie nach der Auffassung der Serbischen Kirche des Mittelalters. *Concilium* 7, 1966, 515-519.
- Petzold, H. G.* (1967 II h): La mystique séculier d'Omar Khayyam. *Cahiers Persannes* 4, 19-25.
- Petzold, H.G.* (1969 II d): Weltvollendung und Verklärung der Schöpfung. Zur Theologie des Eschatons aus der Sicht der Ostkirche. *Ostkirchliche Studien* 4, 309-319.
- Petzold, H.G.* (1969IIE): Das Bild des Menschen im Lichte der orthodoxen Anthropologie, (mit *B. Zenkovsky*), Marburg: Verlag R.F. Edel.
- Petzold, H.G.* (1969c): Les Quatre Pas. Concept d'une communauté thérapeutique. Inst. St. Denis, Semin. Psychol. Prof. Vladimir Iljine Paris, mimeogr.; teilweise dtsh. in: (1974b).
- Petzold, H.G.* (1970II): Die Kerzen sind verlöscht vor den Ikonen. Christliche Elemente im russischen Totenbrauchtum. *Kirche im Osten*, Bd. 13, 18-52.
- Petzold, H. G.* (1971): „Philosophie Clinique, Thérapeutique philosophique, Philopraxie“, Antrittsvorlesung anlässlich der Berufung zum Professor für „Psychologie Pastorale“ am Institut St. Denis, Etablissement d'Enseignement Supérieur Libre des Sciences Théologiques et Philosophiques, Paris.
- Petzold, H.G.* (1971b): Psychodramatisch gelenkte Aggression in der Therapie mit Alkoholikern, *Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik* 3, 268-281.

- Petzold, H.G. (1972IIa): Die eschatologische Dimension der Liturgie in Schöpfung, Inkarnation und Mysterium pascale. *Kyrios* 1/2, 67-95.
- Petzold, H.G. (1974b): Drogentherapie - Methoden, Modelle, Erfahrungen. Paderborn: Junfermann/Hoheneck; 3.Aufl. Fachbuchhandlung für Psychologie, D. Klotz, Frankfurt 1983.
- Petzold, H.G. (1974j): (Hrsg.) Psychotherapie und Körperdynamik, Paderborn: Junfermann, 3. Aufl.1979.
- Petzold, H.G. (1977f): Behaviourdrama als verhaltensmodifizierende Phase des tetradischen Psychodramas. *Integrative Therapie* 1, 20-39.
- Petzold, H.G. (1977n): Die neuen Körpertherapien. Paderborn: Junfermann; dtv, München 1992, 2. Aufl. 1993.
- Petzold, H.G. (1979f): Die Technik der Zukunftsprojektion - Zur Zeitstrukturierung im Psychodrama. In: *Petzold* (1979k) 198-250.
- Petzold, H.G. (1979k): Psychodrama-Therapie. Paderborn: Junfermann, 2. Aufl. 1985.
- Petzold, H.G. (1983d): (Hrsg.). Psychotherapie, Meditation, Gestalt, Paderborn: Junfermann.,
- Petzold, H.G. (1986a): Psychotherapie und Friedensarbeit, Paderborn: Junfermann.
- Petzold, H.G. (1986h): Zur Psychodynamik der Devolution, *Gestalt-Bulletin* 1, 75-101.
- Petzold, H.G. (1988n): Integrative Bewegungs- und Leibtherapie. Ausgewählte Werke Bd. I, 1 und I, 2, Paderborn: Junfermann, 3. revid. und überarbeitete Auflage 1996a.
- Petzold, H.G. (1989h): "Leben ist Bewegung" - Überlegungen zum "komplexen Bewegungsbegriff" und zum Konzept der "Kommotilität" in der Integrativen Bewegungstherapie, Vortrag auf der Studentagung "Klinische Bewegungstherapie", 6. Juni 1989, Freie Universität Amsterdam; repr. als: "Leben ist Bewegung" - Überlegungen zu einem integrativen Bewegungsbegriff und zur Kommotilität, in: Bd. Idem (2003a) S. 977-1050.
- Petzold, H.G. (1990b): "Form und Metamorphose" als fundierende Konzepte für die Integrative Therapie mit kreativen Medien - Wege intermedialer Kunstpsychotherapie, in: *Petzold, Orth* (1990a) II, 639-720
- Petzold, H.G. (1996k): Der „Anderer“ - das Fremde und das Selbst. Tentative, grundsätzliche und persönliche Überlegungen für die Psychotherapie anlässlich des Todes von *Emmanuel Lévinas* (1906-1995). *Integrative Therapie* 2-3, 319-349.
- Petzold, H.G. (1998a): Integrative Supervision, Meta-Consulting & Organisationsentwicklung. Modelle und Methoden reflexiver Praxis. Ein Handbuch. Band I. Paderborn: Junfermann.
- Petzold, H.G. (1993): Abschlußbericht der Tagung "Der Weg ist das Ziel. Psychotherapie und die Kampfkünste", in Berlingen, Schweiz vom 17.9.-19.9.1993). Tagungsdokumentation. Düsseldorf. Fritz Perls Institut.
- Petzold, H.G. (1993p): Integrative fokale Kurzzeittherapie (IFK) und Fokaldiagnostik - Prinzipien, Methoden, Techniken, in: *Petzold, Sieper* (1993a) 267-340.
- Petzold, H.G. (1994f): Jugend und Gewaltprobleme - Gedanken unter einer longitudinalen Entwicklungsperspektive, Vortrag gehalten auf der Tagung der Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung, Hamburg 10.12.1993, Dokumentation 1994 und in *Gestalt* (Schweiz) 24, 1995, 4-21.
- Petzold, H.G. (1996j): Identitätsvernichtung, Identitätsarbeit, "Kulturarbeit" - Werkstattbericht mit persönlichen und prinzipiellen Überlegungen aus Anlaß der Tagebücher von *Victor Klemperer*, dem hundertsten Geburtstag von *Wilhelm Reich* und anderer Anstöße. *Integrative Therapie* 4, 371-450.
- Petzold, H.G. (1998a): Integrative Supervision, Meta-Consulting & Organisationsentwicklung. Modelle und Methoden reflexiver Praxis. Ein Handbuch. Band I. Paderborn: Junfermann.
- Petzold, H.G. (2000a): Eine „Grundregel“ für die Integrative Therapie als Verpflichtung zur Transparenz und Anstoß, „riskanter Therapie“, Fehlern und Ungerechtigkeiten in der Psychotherapie entgegenzuwirken. Vortrag an der EAG, Düsseldorf/Hückeswagen Mai 2000. Bei www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm – *POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* – 12/2001.
- Petzold, H.G. „et al.“ (2001b): „Lebensgeschichten verstehen, Selbstverstehen, Andere verstehen lernen“ – Polyloge collagierender Hermeneutik und narrative „Biographiearbeit“ bei Traumabelastungen und Behinderungen. Düsseldorf/Hückeswagen. Düsseldorf/Hückeswagen. Bei www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm - *POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für Psychosoziale Gesundheit* - 04/2001 auch in: *Integrative Therapie* 4/2002, 332-416.
- Petzold, H.G. (2001c): Überlegungen zu Praxeologien körper- und bewegungsorientierter Arbeit mit Menschen aus integrativer Perspektive. In: *W. Steinmüller et al.: Gesundheit – Lernen – Kreativität. Methoden zur Gestaltung somatopsychischer Lernprozesse.* Bern: Huber. 225-243.
- Petzold, H.G. (2001d): "Goodmansche" Gestalttherapie als „klinische Soziologie“ konstruktiver Aggression? – 50 Jahre „Goodman et al. 1951“ mit kritischen Anmerkungen zu Blankertz "Gestalt begreifen" - ein Beitrag aus integrativer Perspektive, *Gestalt* (Schweiz) Teil I 40, 48-66; Teil II, 43, 2001, S. 35-58; Teil III, 44, 2002, S. 19-57. Auch als: „Konstruktive Aggression?“ - Goodmansche" Gestalttherapie als „klinische Soziologie“– 50 Jahre „Goodman et al. 1951“ - kritische Reflexionen aus integrativer Perspektive und alternative Konzepte zu einer „Integrativen Aggressionstheorie“, bei www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm, Düsseldorf/Hückeswagen - *POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* - 11/2001.
- Petzold, H.G. (2001i) (Hrsg.): Wille und Wollen. Psychologische Modelle und Konzepte. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Petzold, H.G. (2001j): Der Wille und das „andere“ Wollen – Überlegungen (nicht nur) für die Arbeit von Psychotherapeuten. In: *Petzold* (2001i) 235-256.
- Petzold, H.G. (2001m): Trauma und „Überwindung“ – Menschenrechte, Integrative Traumatherapie und „philosophische Therapeutik“, *Integrative Therapie*, 4, 344-412

- Petzold, H.G. (2001p): „Transversale Identität und Identitätsarbeit“. Die Integrative Identitätstheorie als Grundlage für eine entwicklungspsychologisch und sozialisationstheoretisch begründete Persönlichkeitstheorie und Psychotherapie. Düsseldorf/Hückeswagen, bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) - POLYLOGE: *Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* - 10/2001.
- Petzold, H. G. (2002b): Zentrale Modelle und KERNKONZEPTE der „INTEGRATIVEN THERAPIE“. Düsseldorf/Hückeswagen. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) - POLYLOGE: *Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* - 03/2002.
- Petzold, H.G. (2002c): POLYLOGE: die Dialogzentrierung in der Psychotherapie überschreiten. Perspektiven „Integrativer Therapie“ und „klinischer Philosophie“. Düsseldorf/Hückeswagen. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) - POLYLOGE: *Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* - 04/2002.
- Petzold, H.G. (2002j): Das Leibsobjekt als „informierter Leib“ – embodied and embedded. Leibgedächtnis und performative Synchronisationen. Düsseldorf/Hückeswagen. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) - POLYLOGE: *Materialien aus der Europäischen Akademie für Psychosoziale Gesundheit* 07/2002.
- Petzold, H.G. (2002m): Balkanski konflikt je poebna vrsta trauma, *Reporter-Weekly*, Belgrade, 28.05. 2002, 70-72 (serb.).
- Petzold, H.G. (2002o): Vi ste defanzivni, *NIN-Weekly* 6.6.2002, 29-30 (serb.)
- Petzold, H. (2003a): Integrative Therapie. 3 Bde. Paderborn: Junfermann, überarb. und ergänzte Neuauflage von 1991a/1992a/1993a.
- Petzold, H.G. (2003b): Integrative Beratung, differentielle Konflikttheorie und „komplexe soziale Repräsentationen“. Düsseldorf/Hückeswagen. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) - SUPERVISION: *Theorie - Praxis – Forschung*. Eine interdisziplinäre Internet-Zeitschrift 01/2003
- Petzold, H.G. (2003c): Aggression. Perspektiven Integrativer Therapie – Impulse zu Diskursen. Düsseldorf/Hückeswagen. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) - POLYLOGE: *Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* - 01/2002
- Petzold, H.G. (2003d): Unrecht und Gerechtigkeit, Schuld und Schuldfähigkeit, Menschenwürde - der „Polylog“ klinischer Philosophie zu vernachlässigten Themen in der Psychotherapie. *Integrative Therapie* 1/2003, 27 - 64.
- Petzold (2003e): Menschenbilder und Praxeologie. 30 Jahre Theorie- und Praxisentwicklung am „Fritz Perls Institut für Integrative Therapie, Gestalttherapie und Kreativitätsförderung“ (1972-2002) Teil I, *Gestalt* 46 (Schweiz) 3-50.
- Petzold; H.G. (2004d): Paul Ricœur - ein Referenztheoretiker der Integrativen Therapie. In: *Stumm, G. et al.* (2004): *Personenlexikon der Psychotherapie*. Wien: Springer.
- Petzold, H.G., Märten, M. (Hrsg.) (1999a): Wege zu effektiven Psychotherapien. Psychotherapieforschung und Praxis. Band 1: Modelle, Konzepte, Settings. Opladen: Leske + Budrich.
- Petzold, H.G., Orth, I. (1998): Wege zu "fundierter Kollegialität" - innerer Ort und äußerer Raum der Souveränität, in: *Slembek, E., Geissner, H.* (1998): *Feedback. Das Selbstbild im Spiegel der Fremdbilder*. St. Ingbert: Röhrig Universitätsverlag. 107-126.
- Petzold, H.G., Orth, I. (1990a): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie, 2 Bde., Paderborn: Junfermann.
- Petzold, H.G., Orth, I. (1996b): Das Konflux-Modell und die Arbeit mit kokreativen Prozessen in Teamsupervision und Organisationsberatung. Düsseldorf :Fritz Perls Institut. Erw. in: *Petzold* (1998a) 255-304.
- Petzold, H.G., Orth, I. (1998): Wege zu "fundierter Kollegialität" - innerer Ort und äußerer Raum der Souveränität:In: *Slembek, E., Geissner, H.* (1998): *Feedback. Das Selbstbild im Spiegel der Fremdbilder*. St. Ingbert: Röhrig Universitätsverlag. 107-126.
- Petzold, H.G., Orth, I. (1999a): Die Mythen der Psychotherapie. Ideologien, Machtstrukturen und Wege kritischer Praxis. Paderborn: Junfermann.
- Petzold, H. G., Orth, I. (2004): Sinn, Sinnerfahrung, Lebensinn in Psychologie und Psychotherapie (Aisthesis, Bielefeld, in Vorber.).
- Petzold, H.G., Schay, P., Ebert, W. (2003): Integrative Suchttherapie. 2 Bde. Opladen: Leske + Budrich.
- Petzold, H.G., Sieper, J. (1988b): Die FPI-Spirale - Symbol des "heraklitischen Weges", *Gestalttherapie & Integration, Gestalt-Bulletin* 2, 5-33. Repr. in (2003a).
- Petzold, H.G., Sieper, J. (1993a): Integration und Kreation, 2 Bde., Paderborn: Junfermann, 2. Aufl. 1996.
- Petzold, H.G., Sieper, J. (1998): Einige Überlegungen zur geschlechtsspezifischen Betrachtung von Identitätsprozessen. *Gestalt und Integration* (1998h) 265-299.
- Petzold, H.G., Sieper, J. (2003) (Hrsg.): *Wille und Wollen in der Psychotherapie*. 2 Bde. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Petzold, H.G., Sieper, J. (2003a): Der Wille und das Wollen, Volition und Kovolition – Überlegungen, Konzepte und Perspektiven aus Sicht der Integrativen Therapie. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm). POLYLOGE: *Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* - 04/2002
- Petzold, Hugo (1935): Die Quellen der Kraft des russischen Volkes. Seeheim, Bergstraße: Rosenkreuzer-Zentrale.
- Petzold, Hugo (1936): Leiden und Zeugnis des russischen Volkes, *Rosenkreuzer-Zeitschrift* 4, 1936, Seeheim.
- Pfulb, G. (1993): Soziale Ordnung als Problem. Auffassungen über soziale Ordnung im japanischen Konfuzianismus 1660-1750. Bochum
- Philippi, D. L. (1968): *Kojiki* (übers. Von Donald I. Philippi). Tokio; Neuauflage 1992.

- Pieter, W. (1993). Body and mind in medieval and pre-modern Japanese martial arts. *Journal of asian martial arts*, 2, 10-27.
- Pinker, S. (1994): Is there a gene for compassion? *The New York Times Book Review* 3, (25. September) 34
- Pinker, S. (1997): How the mind works. New York, NY: Norton.
- Pinker, S. (2002): The blank state. The modern denial of human nature. New York, NY: Allen Lane.
- Plack, A. (1980): Der Mythos vom Aggressionstrieb. Frankfurt: Ullstein.
- Plack, A. (1992): Die Gesellschaft und das Böse. München: List.
- Popović Radović M. (1989): Srpski viteski kodeks. Beograd: Narodna Knjiga Alfa.
- Protin, A. (1991): Aikido. Die Kampfkunst ohne Gewalt: ein Weg der Selbstfindung. - 4. Aufl. - München: Kösel.
- Pujadas, J. M. K. (2004): Sib Pal Ki – Koreanisches Kung Fu. *Kampfkunst International* 03 / 04, 22-27.
- Quittmann, H. (1985): Humanistische Psychologie. Göttingen: Hogrefe.
- Ram Dass (1976): Alles Leben ist Tanz. Berlin: Frank Schickler Verlag
- Ramachandran, V.S., (2000): MIRROR NEURONS and imitation learning as the driving force behind “the great leap forward” in human evolution, *EDGE* 69 – June 1
- Reagan, C. E. (1998) Paul Ricoeur: His life and his work. Chicago, University of Chicago Press.
- Reichel, P. (1996): Nationale Pietät – ein deutsches Politikum. Zum Streit um das zentrale Holocaust-Mahnmal in Berlin. *Universitas* 603, 867-876.
- Reid, H. & Croucher, M. (1987). Oosterse vechtkunst: de paradox van de martial arts. Techniek, filosofie, rituelen. Uitgeverij Rostrum b.v., Haarlem.
- Ricœur, P. (1990): Liebe und Gerechtigkeit. Tübingen: Mohr.
- Rispens, J. (1994). Pedagogische preventie: doelstelling en werkwijze. In: J. Rispens, P.P. Goudena & Groenendaal, J.J.M (Hrsg.): Preventie van psychosociale problemen bij kinderen en jeugdigen. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Rizzolatti, G, Fogassi, L., Gallese, V. (2000): Neurophysiological mechanisms underlying the understanding and imitation of action, *Nature Review Neurosciences* 2, 661-670.
- Robinet, I. (2002): Méditation Taoïste. Paris: Albin Michel.
- Rogers, C. (1970): Encounter-Gruppen. Das Erleben der menschlichen Begegnung, München: Kindler.
- Rogers, C. (1990): Auf dem Wege zu einer Theorie der Kreativität, in: *Petzold, Orth* (1990) 237-256.
- Rosenberg, A. (1957): Das Herzensgebet. Mystik und Yoga der Ostkirche. München: Barth.
- Roth, S. (1990): Aikido – eine Auseinandersetzung auf dem Hintergrund der Integrativen Therapie. Graduirungsarbeit FPI, Hückeswagen.
- Ryckmans, P. (1989): Les Entretiens de Confucius, Paris: Gallimard.
- Sachs, W. (1993): Wie im Westen so auf Erden. Reibek: Rowohlt.
- Sadler, A.L. (1962): Cha-No-You. The Japanese Tea Ceremony. Rutlan: Cheres E. Tuttle.
- Saiko, F., Plée, H. (1998): L’art sublime et ultime des points vitaux. Paris: Budo éditions.
- Salter, A. (1949): Conditioned reflex therapy. New York: Capricorn.
- Salter, A. (1964): Conditionaes Reflex therapy. In: *Wolpe, J., Salter, A., Reyna, L. J.* (1964): The Conditioning Therapies. New York: Holt, Rinehart, Winston, S. 21-34.
- Schipper, K. (1982): Le Corps taoïste, Paris.
- Schlag, O., Kalle, E. (1999): Yoga, Mudras, buddhistische Psychologie. Würzburg: Ergon Verlag.
- Schmid, W. (1998): Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Die Frage nach dem Grund und die Neubegründung der Ethik bei Foucault, Frankfurt: Suhrkamp.
- Schmid, W. (1999): Philosophie der Lebenskunst. Frankfurt: Suhrkamp.
- Schmidt-Glitzner, H. (1990): Geschichte der chinesischen Literatur. Die 3000jährige Entwicklung der poetischen, erzählenden und philosophisch-religiösen Literatur Chinas von den Anfängen bis zur Gegenwart. Bern.
- Schneider, U. (1980): Einführung in den Buddhismus, Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Schultz, L.E. (1999): La sagesse du guerrier. Paris: Les Éditions de l’Éveil.
- Schulz, A. (1976): Schuriken, Tonfa, Sai. Niedernhausen: Falken.
- Schumann, H. W (2001⁷): Buddhismus. Stifter, Schulen und Systeme. Düsseldorf: Diederichs Gelbe Reihe.
- Schwan, G. (1997): Politik und Schuld. Die zerstörerische Macht des Schweigens. Frankfurt.
- Schwarz, W. (1992): Kosaken. Kampf und Untergang eines Reitervolkes. Frankfurt.
- Scott-Stokes, H. (2000): The life and death of Yukio Mishima. New York. NAT.
- Seitz, F.C., Olson, G.D., Locke, B., & Quam, R. (1990). The martial arts and mental health: The challenge of managing energy. *Perceptual & Motor Skills*, Vol. 70 (2) 459-469.
- Sen, S. (1979): Chado. The Japanese eay of tea. New York.
- Senghaas, D. (1993): Global Governance: How it could be conceived? *Security Dialogue* 3, 247-256.
- Sennett, R. (1987³): Verfall und Ende des öffentlichen Lebens. Die Tyrannei der Intimität, Frankfurt/M.: Fischer;; orig. The fall of public man, Alfred Knopf, New York 1974.
- Sennett, R. (2002): Respekt im Zeitalter der Ungleichheit. Berlin: Berlin Verlag.
- Serizawa, M. (1972): Massage. The Oriental Method. New York: Japan Publications.
- Shaw, R.P., Wong, Y. (1989): Genetic Seeds of Warfare. Evolution, nationalism, patriotism. Boston: Unwin Hyman.
- Sieffert, R. (1968): *Les Religions du Japon*, Paris, 1968.
- Sieper, J., Petzold, H.G. (2002): Der Begriff des „Komplexen Lernens“ und seine neurowissenschaftlichen und psychologischen Grundlagen – Dimensionen eines „behavioralen Paradigmas“ in der Integrativen Therapie. Lernen und Performanzorientierung, Behaviourdrama, Imaginationstechniken und

- Transfertraining. Düsseldorf/Hückeswagen. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) - *POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit* - 10/2002 und gekürzt in *Leitner, A. (2003): Entwicklungsdynamiken der Psychotherapie*. Wien: Kramer, Edition Donau-Universität. S. 183-251.
- Silverberg, J., Gray, J.P. (1992): Aggression and Peacefulness in humans and other primates*. New York: Oxford Univ. Press.
- Smith, E., Grawe, K. (1999): Wirkfaktoren, Psychotherapeuten Forum* 6, 5-8.
- Smith, R.W. (1974). Chinese boxing: Masters and methods*. Berkley: CA: North Atlantic Books.
- Sober, E., Wilson, D.S. (1998): Unto others. The evolution and psychology of unselfish behavior*. Cambridge MA: Havard Uivv. Press.
- Sofsky, W. (1996): Traktat über die Gewalt*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Sonnon, S. (2001): Sambo. Sovjet System of Sport ans Combat*. <http://www.shoto.com/menue.php3>
- Sonnon, S. (2002b): History Part of Russian Martial Arts. Russian Martial Art, The Art of Survival, A Way of Natural Living*. <http://www.completemartialarts.com/information/styles/russianhistory.htm>
- Sonnon, S. (2003a): Characteristics of Russian Martial Arts ROSS*, <http://www.rmax.tv/character.htm>
- Sonnon, S. (2003b): History Part I [Russian Martial Arts]*. <http://www.rmax.tv/history.html>
- Sonnon, S. (2003c): History Part II*. <http://www.rmax.tv/history.htm2>
- Sonnon, S. (2003d): Beyond Aliveness Part I*. <http://www.rmax.tv/nature.html>
- Spa, H. de (1995). De pedagogische waarde van karate*. Doctoraalscriptie Katholieke Universiteit Nijmegen.
- Spaemann, R., Koslowski, P., Löw, R. (1986): Evolutionstheorie und menschliches Selbstverständnis*. Weinheim: Acta Humaniora.
- Spuler, B. (1965): Die Goldene Horde. Die Mongolen in Rußland 1223-1502*. Wiesbaden.
- Sri Dinesh (2004): Der Pfad des inneren Wissens. Kampfkunst International* 03 /04, 56-58.
- Stamenov, M.I., Gallese, V. (2002): Mirror Neurons and the Evolution of Brain and Language*. Amsterdam, the Netherlands: John Benjamins Publishing Co.
- Steffan, A. (2002): Integrative Therapie in der Praxis. Ergebnisse einer Psychotherapie-Evaluation im ambulanten Setting*. Berlin: Logos.
- Sterkenburgh, P.G.J. van (1996). Van Dalen, handwoordenboek van hedendaagse Nederlands*. Utrecht. Van Dale Lexicografie.
- Stevens, J. (1984). Abundant peace: the life of Morihei Ueshiba, the founder of aikido*. Boulder: Shambhala.
- Stevens, J. (1997): Les trois maîtres du Budo*. Paris: Les Édition de l'Éveil.
- Stevens, J. (2001): Les secrets de l'Aikido*. Noisy-sur-École: Budo Éditions.
- Stevens, J. (2003): Lo Zen e la Spada*. Milano: Lune Editrice.
- Sun-Tzu (1972): L'art de la guerre. Eingeleitet von B.H. Lidell Hart*. Paris: Flammarion; dtsh. Sun-Tzu: Über die Kriegskunst. Karlsruhe: Info Verlag 1989.
- Suzuki, T.D. (1959; 1961): Der Weg der Erleuchtung. Die Übung als Mittel, Satori zu verwirklichen*. Holle: Baden-Baden,
- Suzuki, D.T. (1987): Leben aus Zen*, München: Barth.
- Takuan Soho (2001): L'esprit indomptable. Écrits d'un maître de zen à un maître de sabre*. Paris: Les Éditions de l'Éveil.
- Tanaka, F. (2004): Samurai Fighting Arts. The Spirit and the practice*. New York: Kodansha International.
- Tanaka, Y. (1996): Hidden horrors: Japanese war crimes in World War II*. Boulder, Colo.
- Tattersall, I. (1997): Puzzle Menschwerdung. Auf der Spur der menschlichen Evolution. Aus dem Englischen*. Springer: Heidelberg.
- Tawm, K. (2003): Gli esercizi superiori di Monaci Taoisti*. Milano: Luni Editrice.
- Tschouzar Pa (2004): Senguei Ngaro. L'art martial du Tibet*. Paris: Édition Châtelet.
- The Seville Statement on Violence (1990), American Psychologist* 45, 1167-1168
- Thorpe, G. L., Olson, S. L. (1997): Behavior Therapy: Concepts, Procedures, and Applications*. Boston: Allyn & Bacon.
- Tibi, B. (1995): Kampf der Zivilisationen*. Hamburg: Hoffmann & Kampe.
- Ting, L. (1980): Fife-Pattern Hung Kuen*. Hong Kong: International Wing Tsung Leung Ting Martial-Art Association.
- Ting, L. (1981): Seven Star Praying Mantis Kung Fu*. Hong Kong: International Wing Tsung Leung Ting Martial-Art Association.
- Tiwald, H. (1981): Psycho-Training im Kampf- und Budo-Sport*, Ahrensburg: Czwalina Verlag.
- Tohei, K. (1976): The book of ki: Co-ordinating Mind and Body in Dayly Life*. New York: Japan Publications.
- Tokitsu, K. (2003): Miamoto Musashi maître de sabre japonais du XVII^e siècle*. Paris: Edition Desiris.
- Tokitsu, K. (2004): Shaolin Mon. Verso l'arte marziale del futuro*. Milano: Lune Editrice.
- Tönnies, S. (2004): Altes Spiel*. FAZ 7. April 83, N 3.
- Tooby, J., Cosmides, L. (2003): Evolutionary psychology*. Cambridge: MIT Press.
- Trautmann, R. (1931): Die altrussische Nestorchronik*, hrsg. von Reinhold Trautmann. Leipzig.
- Travkin N. (2003): About Russian Martial Arts*. <http://www.usadojo.com/aboutrussianma.htm>
- Trédaniel, G. (2004): Energie. Der Motor des Körpers*. *Karate* 3-4, 20-36.
- Troschka, P. (2000): Die Gewaltgruppe Arxhof. Gestalt (Schweiz)* 39, 2000, 14-17.
- Trudeau, L., Lillehoj, C., Spoth, R., Redmond, C. (2003): The role of assertiveness and decision making in early adolescent substance initiation: Mediating processes*. *Journal of Research on Adolescence* 3, 301.
- Tsunetsugu, M. (1964): Studies in Shinto Thought*. London.

- Tulku, T. (1978): Kum Nye Relaxation. Berkeley: Dharma Publishing.
- Tulku, T. (1978a): Openess Mind. Berkeley: Dharma Publishing.
- Ueshiba, K. (1998): L'Esprit de l'Aikido. Paris: Budo Editions.
- Ueshiba, K. (1998): La Pratique de l'Aikido. Budo Editions.
- Ueshiba, Morihei (1938). Budo. Übers.: Stevens, J. (1990). Budo: Teachings of the Founder of Aikido. Kodansha International, Tokyo.
- Ueshiba, M. (1984): The way of peace. Boston: Shambala Publ.
- Ueshiba, M. (1991): Budo, les enseignements du Fondateur de l'Aikido. Paris: Budo Editions.
- Ueshiba, M. (1998): L'essence de l'Aikido: l'enseignement spirituel de Maître Ueshiba. Paris: Budo Éditions.
- Ueshiba, Moriteru (2004): Qu'est-ce que l'Aikido? *Dragon* [Paris] 2, 27-31.
- Ukhtomsky A.A. (1950): Dominanta als Faktoren des Verhaltens. Gesammelte Werke. Leningrad (russ.) Vol.1, pp.293-315.
- Ukhtomsky, A. A. (1978): Izbrannye Trudy. Moscow: Nauka.
- Ullrich de Muynck, R., Forster, T. (1974): Selbstsicherheitstraining. In: Kraiker, Ch. (1974): Handbuch der Verhaltenstherapie. München: Kindler. S. 351- 368.
- Unsel, S. (1998): Goethe und der Ginkgo. Frankfurt: Insel.
- Van der Dennen, J. (1995): The origin of war. The3 evolution of male-coalitional reproductive strategy. Groningen: Origin Press.
- Varenne, R. (1989): Aux sources du yoga, Paris: Renard.
- Vendette, M. (2003): Le chemin qui mène à soi. Outremont Québec: Les Éditions Quebechor.
- Vigil, W. (1996). Wisdom from the East: Asian Porverbs and the Martial Arts. *Karate & Kungfu Illustrated*, April, 64-69.
- Vogel, C. (1989): Vom Töten zum Mord. Das wirkliche Böse in der Evolutionsgeschichte. München.
- Vyscheslavtsev, B. (1929): Le coeur de l'homme dans la mystique hindoe et chrétienne. Paris.
- Wachtmann, H. G. (2000): Daisen-In. München: Hirmer.
- Walter, R. V. (1959, Hrsg.): Aufrichtige Erzählinegen eines russischen Pilgers. Freiburg: Herder.
- Watson, L. (1995): Dark nature. A natural history of evil. London: Hodder & Stoughton.
- Watts, A.W. (1981): Zen. Tradition und lebendiger Weg, Rheinberg: Zero.
- Webb, H. (1968): The Japanese Imperial Institution in the Tokugawa Period. New York: Columbia Univ. Press.
- Weidner, J., Kilb, R., Kreft, D. (1997): Gewalt im Griff. Neue Formen des Anti-Aggressivitäts-Trainings. Weinheim: Beltz.
- Weiser, M., Kutz, I., Kutz, S.J. & Weiser, D. (1995). Psychotherapeutic aspects of the martial arts. *American Journal of Psychotherapy*, Vol. 49 (1), 118-127.
- Weizsäcker, E. U. (1992): Erdpolitik.Ökologische Realpolitik an der Schwelle zum Jahrhundert der Umwelt, Darmstadt.
- Wilson, E.O. (1975): Sociobiology: The new synthesis, Harvard Univ. Press, Cambrigde.
- Wisser, R. (1999): Vom Weg-Charakter philosophischen Denkens. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- Welsch, W. (1988): Unsere postmoderne Gesellschaft, Weinheim: Acta Humaniora.
- Welsch, W. (1996): Vernunft, Frankfurt: Suhrkamp.
- Werner, E.T.C. (1972): Chinese Weapons. Burbank, Ca.: Ohara Publ.
- Whiting, H.T.A., Meijer, O.G., van Wieringen, P.C.W. (eds.) (1990): The natural-physical approach to movement control. Amsterdam: Free University Press.
- Wijnen, H. van, Petzold, H.G. (2003):Moderne Identitätstheorien und ihre Bedeutung für die Supervision. Bei [www. FPI-Publikationen.de/materialien.htm](http://www.FPI-Publikationen.de/materialien.htm) – SUPERVISION 10/2003
- Willke, E., Hölter, G., Petzold, H.G. (1991): Tanztherapie - Theorie und Praxis. Ein Handbuch. Paderborn: Junfermann.
- Wilson, K., Gallois, C. (1993): Assertion and its social context. Oxford, New York: Pergamon Press.
- Wolters, J.-M. (1992a, 2002³): Kampfkunst als Therapie, Frankfurt: Verlag Peter Lang
- Wolters, J.-M. (1992b): Shorinji-Ryu – Sportpraktisches Soziales Lernen zum Abbau der Gewaltbereitschaft. Eine Behandlungsmaßnahme für Körperverletzer im Jugendstrafvollzug. *Soziale Arbeit* 7, 335-338.
- Wolters, J.-M. (1992c): Kampfkunst als Therapie - Ein sporttherapeutisches Anti-Aggressivitäts-Training im Jugendstrafvollzug. In: Nickolai, W., Rieder, H., Walter, J.: Sport im Strafvollzug.Pädagogische Modelle. Freiburg: Lambertus. S. 23-31.
- Wolters, J.-M. (1992d): Budo und Gewalt: Durch Karate-Do Aggressivität verlernen. *Budo-International* 5, 58-60.
- Wolters, J.-M. (1993): Der Kampf gegen sich selbst im Karate-Do. *Budo-International* 8, 8-11.
- Wolters, J.M. (1994): Modelle der Behandlung von Gewalttätern im Jugendstrafvollzug: Darstellung der Theorie und Praxis eines sporttherapeutischen Anti-Gewalt-Trainings. *Zeitschrift für Strafvollzug und Straffälligenhilfe: für Praxis und Wissenschaft*. 20 – 24.
- Wolters, J.M. (1994a): Kampfkunst als Therapie? (Eine kritische Stellungnahme zu angeblichen "Therapie-Projekten). *Taekwondo-actuell* 8, 29-30.
- Wolters, J.-M. (1998): Friedvolle Krieger. Kurse für Gewalttäter. Das praktische Anti-Aggressivitäts-Training im Hamburger Jugendstrafvollzug. *Sozialmagazin* 6, 48-56.
- Wolters, J.-M. (2003): Das friedfertige Wesen des Budo. Über den Einsatz von Budo in Pädagogik und Therapie. *Judo-Magazin* 2, 38-40.
- Wolters, J.-M. (2004a): Budo –Die wahren Hintergründe der Kampfkunst. *Shogun* 1, 42-44.

- Wolters, J.-M. (2004b): Budo-Pädagogik: Von der Kampfkunst, ihrer erzieherischen Bedeutung und der Professionalisierung einer neuen Methode. In: *Neumann et al.* (2004) 100-120.
- Wolters, J.-M., Weidner, J. (1991): Aggression und Delinquenz: Ein spezialpräventives Training für gewalttätige Wiederholungstäter. *Monatsschrift für Kriminologie und Strafrechtsreform* 4, 210-223.
- Wong, D. L. (1975): Kung-Fu. The way of life. Hollywood: Unique Publications.
- Wong Kiew Kit (2002): The Art of Shaolin Kung Fu. Boston: Tuttle Publ.
- Wong Tun Ken (1996): Le tigre noir de Shaolin. Shanghei. ÉditionsWei Run Zhi.
- Wong Tun Ken (1998): Ba Gua Zhang ou la boxe des huit trigrammes. Paris: Guy Trédaniel Éditeur.
- Wrangham, R., Peterson, D. (1996): *Demonic Males. Apes and the origins of human violence.* Boston: Houghton & Mifflin.
- Wuketits, F. M. (1993): *Verdammt zur Unmoral? Zur Naturgeschichte von Gut und Böse.* München.
- Yamamoto, T. (2000, 2003³): *Hagakure. Der Weg des Samurai.* München: Pieper.
- Yamamoto, T. (2003³): *Hagakure II.* München: Pieper.
- Yang Jwing-Ming (1991): *Advanced Yang style Tai Chi Chuan. Bd I / II: Jamaica Plain: YMAA Publication Center.*
- Young, R.W. (1994). *Bushido: The twenty-one precepts of Hojo Soun. Karate & Kungfu Illustrated*, Febr. , 16-18.
- Yuzan, D. (1994): *Budo Shoshin Shu.* Paris: Jean-Pierre Reniez.
- Zhao Min Hua (2004a): *Il segreto del Gong.* Milano: Budo Market.
- Zhao Min Hua (2004b): *ing yi quan della provincia dello Hebei.* Milano: Budo Market.
- Zhao Min Hua (2004c): *L'arte della longevità. Arti d'Oriente XVIII, 24-77 (Milano).*
- Zürn, M. (1992): *Jenseits von Staatlichkeit, Leviathan* 4, 490-513.
- Zundel, E., Fittkau, B. (1989) *Spirituelle Wege und transpersonale Psychotherapie.* Paderborn: Junfermann.
-