

# 剛柔流形

## 三戦



### Sanchin: Drei Schlachten

Ist zweifelsohne die wichtigste Kata im Gojuryu Karate. Das erste Kanji ist „SAN“ und bedeutet die Zahl drei. Das zweite Kanji, „CHIN“ bedeutet kämpfen, Schlacht oder Konflikt. Die ursprüngliche chinesische Bedeutung ist „Speerhand oder Speerkopf“. Kanryo Higashionna führte die Kata ursprünglich mit offenen Händen aus, so wie sie im Uechi-Ryu noch heute ausgeführt wird. Miyagi Chojun veränderte die Kata zu einer Kata mit geschlossener Hand, wohingegen in Kanbun Uechi's, Uechi-Ryu, sie noch immer in ihrer ursprünglichen Form mit offenen Händen ausgeführt wird. Heutzutage übersetzen Gojuryu Übende SANCHIN mit „drei Schlachten“ – die Schlacht der Seele, des Körpers und des Geistes zu einer Einheit zu kommen. Durch die richtige Ausführung dieser Kata stärkt man die Gesundheit, erhöht die Vitalität und kräftigt Körper und Geist, so daß man u.a. auch in der Lage ist, harte Angriffe zu überstehen. Miagi Sensei überprüfte den Fortschritt seiner Schüler an der Ausführung der Sanchin- Kata insbesondere durch Shime Waza.

Man berichtet, daß Kanryo Higshionna seine Schüler im ersten Monat ausschließlich die Fußbewegungen der Sanchin üben ließ. Im zweiten Monat lehrte er den korrekten Stand, indem er sie mit Nigiri-game Sanchin-dachi einnehmen ließ. Erst im dritten Monat lehrte er die Atmung und die Technik.

*Ohtsuka Sensei: Was Sanchin betrifft, beschreibt der Name Angriff und Verteidigung auf der oberen, mittleren und unteren Stufe (Himmel, Erde, Mensch), das heißt die drei entscheidenden Punkte des Kampfes. Diese Kata existiert auch im Báihèquán.*

## 撃碎 1 / 2



### Gekisai: Zerstören und demolieren Nr. 1/2

Die Übersetzung dieser Zeichen bedeutet „zerstören, demolieren“. Diese beiden Kata wurden von Chojun Miyagi Sensei zusammen mit Nagamine Shoshin Sensei entwickelt, um Anfänger in der Kunst einen ersten Einstieg zu liefern. Sie entstanden um das Jahr 1940 herum, das deutlich vom II. Weltkrieg auf Okinawa geprägt war. In den ursprünglichen Versionen der Kata wurde der erste Fauststoß auch sehr hoch (über das eigene Jodan hinaus) ausgeführt, was einen Konter gegen einen sehr großen (amerikanischen) Gegner symbolisiert. Gekisai 1 wurde zusammen mit der Fukyugata 1 von Nagamine Sensei auf Anweisung des Gouverneurs von Okinawa Hayakawa Gen kreiert, um leichtere Grundkata für Kinder an den Schulen zu haben. Der Gouverneur von Okinawa Hayakawa Gen hatte 1940 ein angesehenes Karate-do-Sonderkomitee zusammengestellt, um den Bedarf an einfacheren Grundkata für Kinder zu decken.

## 擊破



### Gekiha: Zerstören und zerfetzen

Toguchi Sensei schuf die Gekiha Kata, um fortgeschrittenere Goju-Ryu Techniken und Konzepte einzubeziehen. Er änderte die Kake Uke in drehende Kake Tori Uke und fügte Elemente aus den klassischen Koryu-Kata Saifa, Seisan und Kururunfa hinzu.

*Toguchi Sensei sagte in einem Interview, daß er diese Kata nach Gesprächen mit Miyagi Sensei entwickelt hätte und so die Ideen von Miyagi Sensei weitergeben möchte.*

## 碎破



### Saifa: Zerreißen oder zerfetzen

Das selbe Kanji „SAI“, „zerstören“ wie in der Kata „Gekisai“. Das zweite Kanji wird traditionell als „HA“ ausgesprochen, aber durch den Einfluß von Okinawa wird es als „FA“ oder „FUWA“ gesprochen und ergibt so den Namen „SAIFA“ oder „SAIFUWA“. Zusammen bedeuten die beiden Kanji „zerreißen“ oder „zerfetzen“. Der Bunkai der Kata offenbart Grifftechniken, bei denen die Hände buchstäblich vom Griff des Angreifers weggerissen werden.

*Ohtsuka Sensei: Das Sai von Saifā, stammt wohl von dem auch Suwai ausgesprochenen „shuāi“ 摔 welches als als Shuāifǎ 摔法 = Saifā möglicherweise eine Methode des Heranziehens beschreibt. Als ich die Katanamen untersuchte, hinterließ Saifā das größte Fragezeichen. Heute werden oft die chin. Schriftzeichen Zuipò 最破 und Sàipò 塞破 verwendet.*

## 制引戰



### Seienchin: Das Gleichgewicht brechen

„Kämpfen über die Distanz“, oder „Das Gleichgewicht brechen“. Seienchin ist eine der Ju Kata und gilt als „die Gojuryu Kata“. Sie entstammt dem sog. chinesischen „Weißer Kranich“-Stil. Seienchin ist geprägt von tiefen Ständen – Shiko dachi und Neko Ashi dachi, sowie von Grifftechniken und Würfen. Seienchin erarbeitet vor allem die tiefen Stände, die auf das Naha-Te zurückgehen. Wenn man die Kata praktiziert, stärkt und vergrößert man die Flexibilität der Beine und der Hüfte. Sie ist die erste der beiden Übungskata des Gojuryu.

*Ohtsuka Sensei: Was Seienchin betrifft, muß man sich daran erinnern, dass die Kata auf Okinawa Seiyunchin genannt wird. Desweiteren enthält der Name der Shisōchin genannten Kata denselben Wortteil chin, welcher sich von chin. jín 勁 ableitet. Im Taijiquan gibt es Hakkei (Auslösen der inneren Energie), Kakei (Huàjín: Transformieren der inneren Energie) und Kei (jín: innere Energie/Kraft), die in der Terminologie der Kampfkunst (Budō) weitverbreitet und –verwendet sind. Dieses jín ausgesprochene Schriftzeichen ist mit dem japanischen Chikara (Kraft, Macht, Stärke) gleichzusetzen. Die erste Silbe Sei stammt von chin Suí (zu folgen; sich anzupassen; zu erlauben; jap. Zui: folgen, gehorchen), die zweite Silbe „en“ oder „yun“ kommt von chin. Yùn (Bewegung; tragen; transportieren; gebrauchen; verwenden. Jap. Un: sich bewegen; transportieren; Fortschritte machen, gut vonstatten gehen). Dies ergibt zusammen Suí Yùn Jín 隨運動, das bedeutet „den Umständen gemäß die Kraft verändern/transferieren“, und genau diese Eigenschaft soll die Kata kultivieren. Seyunchin kennt keine Fußstritte. Handtechniken bilden den Kern des Ganzen, was genau zu dem Namen paßt.*

## 四向戦



## Shisochin: Kampf in vier Richtungen

Das letzte Zeichen ist dasselbe wie auch in Sanchin. Hier wird es kombiniert mit dem Kanji „SHI“ (vier) und dem Kanji „SO“ (Richtung), was den Namen Shi-so-chin, also den „Kampf in vier Richtungen“ ergibt. Sie ist geprägt durch viele offene Handtechniken, die dem chinesischen „Tiger“-Stil entstammen, wie z.B. der „zornige Tiger durchstreift den Wald“.

*Ohtsuka Sensei: Wenn man Shisōchin betrachtet, erscheint die Kata als ob “etwas an eine Kette gelegt” wird oder “etwas von der Kette gelassen wird”. Die zweite Silbe: „Suō“ 鎖 oder „Sō“ (Kette, jap. Kusari), ist – wie man zu sagen pflegt wenn man mit einem Angriff jemanden unter Druck setzen oder bedrängen will, – die Kette anlegen; die Verteidigung im Gegensatz dazu gibt eher den Eindruck des Abnehmens, Entfernehmens, Zerlegens: und findet sich in der ersten Silbe „shī“, d.h. stark oder kräftig, welches von dem chin. „shí“ 実 her stammt (real, solide, wahr, aufrichtig. Jap. Jitsu: tatsächlich, real). Die zweite Silbe: „Suō“ 鎖 oder (Kette, jap. Kusari) bedeutet hier also mglw. Zubinden/umbinden/ festschnüren/ zusammenschnüren; Bedrängen, Überwältigen, unter Druck setzen. Die Kata soll also diese beschriebene Kraft des “Anlegens und Loslassens der Kette” als Angriffs- und Verteidigungstechniken kultivieren, was durch den Namen Shisōchin 実鎖勁 ausgedrückt wird.*

## 三六手



## Sanseiru: 36

Sanseiru bedeutet „36“. Die erste „6“ repräsentiert die Augen, Ohren, Nase, Zunge, Körper und Geist und die zweite „6“ Farbe, Stimme, Geschmack, Geruch, Berührung und Gerechtigkeit. Diese Kata entwickelt die tiefen Tritte (Kansetsu-Geri, Gedan Mae-Geri), sowie Doppelhandtechniken. Die charakteristische Bewegung dieser Gojuryu Kata ist der Tobi Nidan Geri. Eine andere Erklärung für die Zahl 36 ist die, daß sie auf die 36 Familien aus Kumemura hinweist.

*Ohtsuka Sensei: Was Sansêru betrifft, beschreibt der Name die Anzahl der Vitalpunkte nach der Wissenschaft der Akupunkturpunkte des Orients.*

## 十八手



## Seipai: 18

$3 \times 6 = „18“$  – Die „6“ repräsentiert die Augen, Ohren, Nase, Zunge, Körper und Geist und ist das Gleiche wie in Sanseiru, während die „3“ gut, böse und für Frieden steht. Meitoku Yagi wies stets darauf hin, daß die Stände des Seipai aus dem Stil des „weißen Kranichs“ stammen, welche man in den Angriffs- und Abwehrkombinationen in (Furi-Uchi, Bensoku-Dachi, Tai-Sabaki (Fußarbeit)) sehen kann.

*Ohtsuka Sensei: Was Sêpai (18) angeht, ist der Name 18 aus 18 “Hände” (oder besser “der Stil der 18”) und dieses wiederum aus Shîbâlûôhànquán abgeleitet.*

## 久留頓破



### Kururunfa: Lange Zeit festhalten, dann plötzlich zerreißen

Die Übersetzung von Kururunfa ist „lange Zeit festhalten, dann plötzlich zerreißen“. Diese Kata wurde Kanryo Higaonna vom chinesischen Meister Ryuryu Ko gelehrt, wobei der ursprüngliche Entwickler dieser Kata unbekannt ist. Kururunfa enthält viele Variationen von Techniken der offenen Hand und spezielle Hand-Hüft-Kombinationen. Genauso wie Seisan hat diese Kata weiche Bewegungen, denen sehr harte Techniken folgen. Jedoch ist der Unterschied nicht so markant. Langsam ausziehenden Bewegungen folgen nach einer Pause vernichtende explosive Techniken. Dies wird ähnlich einem Kreislauf wiederholt.

*Ohtsuka Sensei: Kururunfā: hier waren wir wirklich nicht in der Lage, uns einen Grund für den Namen vorzustellen. Saifā und Kururunfā besitzen beide die Endsilbe fā, was möglicherweise für Methode (fǎ 法) steht. Wenn die Kata ausgeführt wird, sieht man die Person in Yama-kamae stehen, der „Berghaltung.“ Deshalb wäre es möglich, dass sich Kururunfā von Kūnlúnfǎ 崑崙法 ableitet (Methode der Berge Kūnlún). Letztendlich bleibt diese Frage aber ungelöst.*

## 十三手



### Seisan: 13

Seisan bedeutet „13“. 13 ist eine Primzahl und in China eine Glückszahl, die Gesundheit und Wohlstand verheißt. Seisan ist eine ästhetische Kata, die die Ideale, die Kombination von harten und weichen Techniken, von Gojuryu widerspiegelt. Sie ist eine der beiden Übungskata des Gojuryu. Es wird gesagt, daß sie Miyagis Lieblingskata war.

*Ohtsuka Sensei: Sēsān (13). Die am weitesten verbreitete Meinung zu diesem Namen ist die Bedeutung 13 Gebärden aus dem „I Ging“ (Buch der Wandlungen, 13 Gebärden = Ursprung des Universums [Taikyoku 太極]). Auch eine Erwägung wert sind die Kihon des Tàijíquán, genannt Shīsān Shìzhǎng 十三勢掌 (13 Handbewegungen oder Krafthände). Es scheint dass Sēsān nach den 13 Gebärden des I Ging benannt ist, insbesondere im Sinne von*

1. Geistesgegenwart; innere Ruhe; Ausgeglichenheit; Fassung; Gelassenheit.
2. Sicherheit; Stabilität; Frieden.

## 壹百零八手



### Suparinpei: 108

Suparinpei (Pechurin) bedeutet „108“.  $3 \times 36 = 108$ . 108 hat eine spezielle Bedeutung im Buddhismus. Es heißt, der Mensch hat 108 böse Eigenschaften. Am 31. Dezember werden in buddhistischen Tempeln um Mitternacht die Tempelglocke 108mal geschlagen, um diese bösen Eigenschaften zu vertreiben. 108 wird errechnet aus  $3 \times 36$ . Die Symbolik von 36 ist wie in Sanseiru, Augen, Ohren, Nase, Zunge, Körper, Geist, Farbe, Stimme, Geschmack, Geruch, Berührung und Gerechtigkeit. Suparinpei ist die längste der Gojuryu Kata. Sie beinhaltet eine große Anzahl von Techniken, besonders die Atemkontrolle und enthält die größte Anzahl von Anwendungen (Bunkai) und von tiefen Bedeutungen.

*Ohtsuka Sensei: Was Sūpārinpai (108) betrifft, deutet dies ohne große Debatte direkt auf die buddhistische Zahl 108 hin. 8 steht dabei für die 8 großen irdischen Wünsche oder die 8 großen Höllen. 100 steht für die Unendlichkeit. Um diese zu beseitigen dient nach dem Glauben des Buddhismus das Glockenläuten am Silvesterabend, wobei die Glocke 108 mal geschlagen wird um die 108 irdischen Wünsche zu beseitigen.*

## 轉掌



## Tensho: Drehende Hände

Tensho bedeutet soviel wie „Drehende Hände“. Diese Kata wurde von Miyagi Chojun Sensei aus der chinesischen „Rokkishu“ entwickelt. Rokkishu heißt „6 Hände“ und bezieht sich auf die verschiedenen Handstellungen während der Ausführung der Kata. Tensho ist die zweite Atemkata im Gojuryu und bildet das Gegenstück zur Sanchin und betont die weichen Bewegungen des Stils. Ebenso wie die Sanchin wird durch die Tensho die geistige und körperliche Konzentration gefördert. Die für Gojuryu typische Flexibilität in den Handgelenken wird durch diese Kata ebenfalls geschult. Sie verbindet Elemente aus dem Sanchin mit größerer Weichheit aus dem „Weißer Kranich Stil“ (der Happoren) des Quan'fa.

## 八步連



## Happoren: Acht Schritte

Die Happoren gilt als Grundlage des Baihequan und wird im Bubishi erläutert. Sie wurde bereits am Anfang des Stils als Qigong gegründet und sollte eine innere Kraft (Qi) im Üben entwickeln, durch die er die Vitalpunkte des Gegners negativ stimulieren konnte. Zur Zeit der Überlieferung spielte sie sicher eine der Hauptrollen in der Gründung der okinawanischen Stile. Auf Okinawa unterrichtet sie Tokashiki Iken in seiner Schule Gohaku-kai. In Japan übt sie nur das Gôjûkensha unter der Leitung von Otsuka Tadahiko, der sie von Tokashiki Iken gelernt und durch Eigenstudium in China vertieft hat.

**Otsuka Tadahiko. Chûgoku, Ryûkyû Bugeishi. Bêsubôru Magajin-sha, Tôkyô 1998:** Bei der Suche nach dem Ursprung des Gôjû-ryû ergab sich einerseits der eminente Hinweis, daß das Shîbâluôhànquán (Boxen der 18 Arhat-Jünger) zusammen 18 Grundtechniken besitzt, und ich habe keinen Zweifel daran, daß das Shîbâluôhànquán einer der Ursprünge des Gôjû-ryû ist.