



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## INHALTSVERZEICHNIS

<b>VOR 2005</b> .....	<b>3</b>
Der Ziegelstein Gottes.....	3
Ein Schüler zu sein.....	3
Gautama Buddha und der Buddhismus.....	5
Kein kämpfen in den Kampfkünsten.....	10
Krankhafter und gesunder Ehrgeiz im Tang Soo Do.....	10
Träume, die in Erfüllung gingen.....	12
Was macht einen guten Kampfkunstlehrer aus.....	12
Zum Nachdenken #1.....	15
Zum Nachdenken #2.....	15
<b>2005</b> .....	<b>16</b>
Respekt und Achtung.....	16
Ehrgeiz.....	16
Denkungsart und Gesinnung vor technischen Fähigkeiten.....	17
Eine wahre Geschichte zur Besinnung.....	17
<b>2006</b> .....	<b>18</b>
Ansichten zu Verantwortung und Ansehen eines Schwarzgurtes.....	18
Gedanken über Anwartschaften zu den einzelnen Schwarzgurtgraduierungen.....	19
Freundschaft.....	21
<b>2007</b> .....	<b>22</b>
Ego.....	22
Verantwortungsbewusstsein und Verlässlichkeit.....	23
Eine Geschichte über Einsicht, Vertrauen und Engagement.....	23
<b>2008</b> .....	<b>24</b>
Die aufklärende Ernüchterung um eine IDM Organisation.....	24
Loyalität und Zusammenhalt.....	26
Unterstützung und Zusammenarbeit bei DTSDV Gup- und Dan-Prüfungen.....	27
<b>2009</b> .....	<b>29</b>
Ehrgeiz.....	29
Gedanken zum Thema Notwehr.....	30
<b>2010</b> .....	<b>32</b>
Titelsucht und Phantasie-Graduierungen in der Kampfsportwelt.....	32
Gedanken zu Sinn und Zweck einer Verbandszeitschrift bzw. eines Newsletters.....	35
Gedanken über die eigentliche Bedeutung ein Dan-Träger zu sein.....	36
Der Sinn von Verbänden und deren gemeinschaftlichen Interessen.....	37
<b>2011</b> .....	<b>38</b>
Aggressionen und Gewalt.....	38
Manieren und Benehmen in der Kampfkunst.....	45
Sinn und Zweck von Lehrgängen im Tang Soo Do.....	47
Betrachtungen zum Thema ‚Moo Shim‘ – Klarer Verstand.....	49
<b>2012</b> .....	<b>51</b>
Entwicklung eines Kampfkünstlers unter einem ostasiatischen Meister.....	51
Martial Art is not knowing any kind of fancy techniques.....	52
Dreißig Jahre Martial Art - Kampfkunst Tang Soo Do Trainer.....	53
<b>2013</b> .....	<b>56</b>
Betrachtungen zum Stil-Denken in den Kampfkünsten.....	56
Ein wichtiger Grundsatz in den traditionellen Kampfkünsten.....	58
Endstation 1. Dan oder die Entwicklungsmöglichkeiten eines Schwarzgurtträgers und Meisters.....	62
Erfahrungsbericht aus über 45 Jahren Trainer Dasein.....	64
Verfahrensabläufe bei Budo-Veranstaltungen.....	66



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

<b>2014</b> .....	<b>58</b>
Kontinuität in der WTSDA.....	68
Die Sieben Wege einen Mobber zu besiegen.....	68
Übertriebener Individualismus in der Kampfkunst verbunden mit übersteigertem Ego.....	74
<b>2015</b> .....	<b>77</b>
Eine Betrachtung zur Titelsucht, Verleihungshysterie und Anerkennungshascherei.....	77
Wesen, Sinn und Zweck der Etikette in den traditionellen Kampfkünsten insbesondere dem Tang Soo Do in der WTSDA.....	79
Kampfkunst und Kommerz.....	82
Werdegang eines Tang Soo Do Schülers.....	83
<b>2016</b> .....	<b>86</b>
Lokomotive und Kampfkunst.....	86
Übernahme von Ämtern.....	89
Geltungssucht im Kampfsport und in den Kampfkünsten.....	90
<b>2017</b> .....	<b>92</b>
Nicht sofort erfüllte Erwartungen.....	92
Ungereimtheiten bei Prüfungen.....	93
Etikette in den Kampfkünsten.....	94
<b>2018</b> .....	<b>95</b>
Fitness in der Kampfkunst und im Kampfsport!.....	95
Anerkennungs- und Verleihungs-Ritis (Krankheit) im heutigen Kampfsport!.....	96
Forderungen im heutigen Kampfsport ohne Prüfungen!.....	98
Der unschätzbare Wert der Verlässlichkeit.....	100
<b>2019</b> .....	<b>101</b>
Ein nachdenkliches Feedback eines langjährig – über 50 Jahre - tätigen Trainers.....	101



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

VOR 2005

## DER ZIEGELSTEIN GOTTES

Ein junger und erfolgreicher Geschäftsführer fuhr stolz mit seinem neuen Jaguar ein bisschen zu schnell eine Straße in seiner Nachbarschaft hinunter. Er hielt nach Kindern Ausschau, die zwischen den geparkten Autos hervorschießen könnten und verlangsamte das Tempo, wenn er dachte, dass er etwas wahrgenommen hätte. Wie er so mit seinem Auto entlang fuhr, tauchten jedoch keine Kinder auf. Stattdessen schlug plötzlich ein Ziegelstein gegen die Seitentür seines brandneuen Jaguars! Er stieg voll auf die Bremse und fuhr sein Auto zurück an die Stelle, wo der Ziegelstein geworfen wurde. Der wütende Fahrer sprang dann aus seinem Auto, ergriff das nächste, dort stehende Kind und stieß es gegen ein geparktes Auto dabei brüllend: „Was hat das alles zu bedeuten und wer bist Du? Was um Himmelswillen machst Du? Dies ist ein nagelneues Auto und jener Ziegelstein, den Du geworfen hast, wird mich jetzt viel Geld kosten. Warum hast Du das gemacht?“ Der junge Knabe entschuldigte sich. „Bitte mein Herr, ich bitte Sie vielmals um Entschuldigung. Ich wusste nicht, was ich sonst hätte tun sollen“, bat er. „Ich habe den Ziegelstein geworfen, weil sonst niemand anhalten wollte.“

Unter Tränen, die an seinen Wangen hinunter bis zu seinem Kinn rollten, deutete der Junge auf eine Stelle neben einem geparktem Auto. „Es ist mein Bruder“, sagte er. „Er ist über den Randstein gerollt und ist aus seinem Rollstuhl gefallen. Ich kann ihn nicht aufheben.“ Noch schluchzend fragte der Junge den verutzten Geschäftsführer: „Würden Sie die Güte haben und mir helfen, ihn zurück in seinen Rollstuhl zu setzen? Er hat sich verletzt und er ist zu schwer für mich.“

Wortlos der Rührung versuchte der Fahrer den schnell anschwellenden Kloß in seine Kehle hinunterzuschlucken. Er beeilte sich den behinderten Jungen zurück in seinen Rollstuhl zu hieven. Dann nahm er sein verziertes Taschentuch heraus und tupfte über die frischen Kratzer und Dellen. Ein schneller Blick sagte ihm, dass alles in Ordnung zu bringen sei.

„Vielen Dank und möge der Herr Sie segnen“, sagte das dankbare Kind zum Fremden. Zu aufgewühlt für Worte, beobachtete der Mann nur einfach den Jungen, wie dieser, seinen am Rollstuhl gefesselten Bruder, auf dem Bürgersteig entlang zu deren Zuhause fuhr. Es war ein langer und langsamer Spaziergang zurück zu seinem Jaguar. Der Schaden fiel erkennbar auf, aber der Fahrer hat sich sich nie damit belästigt, die eingebeulte Seitentür reparieren zu lassen. Er ließ die Beule dort, damit sie ihn an die Botschaft erinnere: „Eile nicht so einfach und unbewusst durchs Leben, dass jemand erst einen Ziegelstein auf Dich werfen muss, um Deine Aufmerksamkeit zu erregen!“

Der Herr flüstert in unsere Seelen und spricht zu unseren Herzen. Manchmal, wenn wir keine Zeit haben zuzuhören, muss Er erst einen Ziegelstein auf uns werfen. Wir haben die Wahl.

Von Adam Britton, GB

## EIN SCHÜLER ZU SEIN

Viele Praktizierende der Kampfkünste sind der Ansicht, dass ein Schüler eine Person ist, die für das Trainieren in einer Schule zahlt. Sie denken, dass ein Schüler eine Person ist (solange sie noch kein Dan-Träger ist), die alles ausführt, was der Lehrer ihr anschafft. Dies passt zu einem weißen, orangen, grünen, braunen oder roten Gurt, also alle Farbgurte jedoch nicht mehr für Schwarzgurte. Von dem Moment der bestandenen Cho-Dan-Prüfung an beginnt sich etwas in ihm zu ändern. Wenn auch dieser Schüler zu lehren beginnt. Diese Änderung sieht man an vielen kleinen Dingen (manchmal sind sie nicht mehr so klein), in seinem Verhalten während des Unterrichts und in der Art und Weise wie er mit den Schülern umgeht und in seinem Umgang mit den anderen Dan-Mitgliedern.

Auch erkennt man in der Ausübung seiner Pflichten wie ernst er seine Verantwortung nimmt. Bevor seinem Cho Dan vollführte er die Pflicht, sich der harten Ausbildung im Unterricht zu widmen, jetzt muss er beweisen zu lehren. Jetzt muss er seine Schüler ausbilden. Deshalb ist er ein Dan-Träger geworden. Er ist nun auf einem anderen Niveau. Jetzt glaubt er, dass seine einzige Verantwortung darin besteht, sich selbst ein bisschen weiterzubilden und seine Schüler zu lehren. Und er wartet nur die Mindestzeit für die Prüfung zum nächsten Dan-Grad ab.

Diese Einstellung ist ein großer Fehler. In einer ernsthaften Kampfkunst ist der einzige Lehrer, die einzige Person die sagen kann „Ich bin kein Schüler“ der Großmeister, das Oberhaupt der Stilart, der Kwan Chang Nim. Alle anderen sind Übende/Lernende, vom 8. Dan abwärts bis zu den Weißgurten sind wirklich nur Schüler. Alle Dan-Träger sind und bleiben Schüler. Die Seniorenmeister (7. und 8. Dan) sind Schüler des Großmeisters, der Sah Bum Nim ist ein Schüler eines Seniorenmeisters, der Kyo Sah Nim ein Schüler eines Sah Bum Nim oder Meisters, der Yu Dan Ja (Junior Dan) ist Schüler eines Meisters, Sah Bum Nim oder Kyo Sah Nim usw.

Man bleibt immer ein Schüler. Jemand, der dies vergisst, weicht vom wahren Geist des Moo Do (Kampfkunst) ab. Er vergisst die Kyum Sohn (Demut) und die Selbstdisziplin, den die Leute vorzeigen sollten, die den wahren Weg von Moo Do gehen wollen. Wenn wir von der



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

geistigen und inneren Entwicklung der Schüler (dem Shim Gong & Neh Gong) sprechen, müssen wir dies durch unser Beispiel lehren. Wenn wir unseren Schülern von der Wichtigkeit der Demut erzählen, müssen wir dies durch unsere Aussagen und Handlungen auch zeigen, sonst werden wir von unseren Schülern als Heuchler und Betrüger angesehen.

Der beste Weg um Demut und Menschlichkeit zu zeigen ist anzuerkennen, dass auch andere Personen mehr Kenntnisse besitzen können als man selbst oder sie können bestimmte Dinge etwas besser als wir ausführen. Dieser Akzeptanz muss durch Handlungen demonstriert werden. Es genügt nicht „Jawohl Sah Bum Nim“ zu sagen und eine Verbeugung gegenüber unserem Ranghöheren auszuführen. Man muss sich selbst an den Platz eines Schülers in eine Klasse für Senioren setzen und ernsthaft unter deren Anleitung trainieren und lernen. Es sind alle notwendigen Reisen zu unternehmen, um mit ihnen zu lernen und sie in allen notwendigen Aufgaben und Arbeiten unterstützen, die zum notwendigem Wachstum der eigenen Kampfkunstorganisation erforderlich sind. Aller Dan-Träger haben eine höhere Pflicht, den Unterricht Ihres Trainers zu unterstützen und härter zu trainieren als jeder andere normale Schülergrad. Deswegen müssen sie ihren nachfolgenden Schülern ein Beispiel geben. Wenn irgendein Dan-Mitglied beginnt zu lehren, muss diese Pflicht zu seinen anderen Pflichten als Dan-Träger hinzugefügt werden und kann nicht als Ersatz für Nichterfüllung seiner früheren Pflichten benutzt werden. Es ist inakzeptabel, dass ein Dan-Mitglied seine eigene Ausbildung vernachlässigt, ohne das für ihn Mögliche zu versuchen, dies ist zu vermeiden. Alle Kenntnisse und Fertigkeiten, die man als Gup-Mitglied erworben hatte, dürfen nicht verloren gehen. Jeder, der nicht trainiert, fällt zurück. Jede Person, die nicht trainiert und behauptet „Ich behalte meine Fähigkeiten bei“ irrt. So wie alle es sehen können, wie langsam aber sicher seine Fähigkeiten und Fertigkeiten abnehmen.

Wenn irgendein Dan-Träger sagt „Ich trainiere mich selbst während ich meine Schüler trainiere“, der täuscht nur sich selbst. So wie seine Schüler nicht verlangen können, sich auf seinem Niveau zu bewegen, kann er dies auch nicht für sich selbst gegenüber höheren Dan-Graden verlangen. Auch kann jeder, ihm seine eigenen Fehler aufzeigen, die wir alle haben, denn niemand ist perfekt.

Jeder kann ihm neue Techniken oder andere Verfahren lehren um Techniken besser auszuführen als er sie kennt. Am besten ist es, wenn er als Lehrer den Rhythmus setzt und die Techniken auswählt, die zu üben sind. Und es kommt immer der Zeitpunkt, wenn man von sich selbst weniger verlangt, als von einem selbst unter der Führung eines anderen Lehrers verlangt wird.

Um zu Ende zu kommen, wenn ein Dan-Mitglied sich daran gewöhnt hat, nur noch der Lehrer zu sein, die Person, die immer das Sagen im Studio hat und alle Dinge entscheidet, dieses Dan-Mitglied beginnt seine Demut/Bescheidenheit zu verlieren. Er versucht alle Orte, wo er nicht der Lehrer ist zu vermeiden. Er fängt an, das Üben mit seinen Senioren abubrechen, weil er nicht mehr als Schüler behandelt zu werden möchte. Dies führt zwangsläufig zur Folge, dass das Niveau seiner eigenen Fachkenntnisse schwindet. Dieser Mangel an Demut hat den Verlust all dessen zur Folge, was er in all den Jahren während seiner Gup-Zeit aufgebaut hat. Nach all den vorhergehend betrachteten Aspekten sollten alle Dan-Mitglieder ihr Verhalten überdenken. Manchmal macht jeder einen Fehler, ohne ihn zu erkennen oder zu sehen. Jedes Dan-Mitglied, welches nicht sich selbst trainiert, soll sich darüber im Klaren sein, dass er einen großen Schaden seiner Kampfkunst zufügt, welches auch in einem Schaden gegenüber allen anderen Praktizierenden resultiert.

Von Ricardo Alberto Longinotti/ Argentinien



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## GAUTAMA BUDDHA UND DER BUDDHISMUS

Nach der Überlieferung brachte ein indischer Mönch, Boddi-Dharma der buddhistischen Chan-Sekte, der auf Einladung des chinesischen Kaisers den Buddhismus in China lehren sollte, unter anderem die Grundlagen der Kampfkünste im fünften Jahrhundert von Indien nach China, wo er das Shaolin-Kloster gründete, das als Wiege aller traditionellen Kampfkünste gilt. Nachdem sich in der Philosophie des traditionellen Tang Soo Do auch unter anderem der Einfluss dieser Weltanschauung widerspiegelt, ist es sinnvoll auch etwas über diese Weltreligion und deren Begründer zu wissen.

### Der buddhistische Feiertag, Ullambana Buddhismus, Tag des glücklichen Buddhas

Dies ist der Tag, an dem dem dreifachen Juwel „dem Buddha, dem Dharma und der Sangha“ Opfergaben dargebracht werden. Der Buddha ist kein Gott. Er ist ein menschliches Wesen, Siddhartha Gautama genannt, welcher vollendete Erleuchtung erlangte. Er glaubte daran, anderen Leuten den Weg zu zeigen. Buddhisten glauben, dass das Dharma der Pfad oder der Weg zu Gerechtigkeit und Erleuchtung ist, repräsentiert durch die Niederschriften Buddhas. Die Mönchsgemeinschaft, die von Buddha gegründet wurde, wird die „Sangha“ genannt.

Opfergaben dem dreifachen Juwels des Buddhismus darzubringen bedeutet, Dinge wie, frische Blumen, Kerzen und Räucherstäbchen mit süßriechender Essenz vor der Statue des Buddhas hinstellen. Buddhisten tun dies, um sich dreier Dinge zu erinnern:

1. **Weisheit** - symbolisiert durch das Licht der Kerzen.
2. **Kürze des Lebens** - die Blumen sind lieblich wenn frisch, werden aber bald verwelken und sterben.
3. **Gutes Betragen** - es breitet sich von Person zu Person aus, wie ein süßer Duft aus Weihrauch, der die Luft erfüllt, wenn er angezündet wird.

### Der Buddhismus

Begründer:	<b>Buddha</b>
Ort:	<b>Indien</b>
Zeit:	<b>ungefähr 500 v. Chr.</b>
Ursprüngliche Schrift:	<b>Tipitaka (Tripitaka)</b>
Hauptziel:	<b>erzielen, erreichen des Nirvanas</b>

### Die Geschichte Buddhas

Siddhartha (Buddha) wurde um 563 v.Chr. in der Stadt Kapilavastu im heutigen Nepal geboren. Siddharthas Eltern waren König Shuddhodana und Königin Maya, welche die Sakyas regierten. Seine Geschichte ist geheimnisvoll. Eines Nacht träumte Königin Maya, dass ein Elefant mit sechs Stoßzähnen, eine Lotusblume in seinem Körper tragend, ihre rechte Seite berührte. In diesem Moment empfing sie ihren Sohn. Brahmanen (gelehrte Männer) kamen und deuteten den Traum. Das Kind würde entweder der größte König der Welt oder der größte Asket (ein heiliger Mann, der Selbstverzicht übt). Das zukünftige Kind würde Siddhartha genannt, was „der der Vervollkommnung erstrebt“ bedeutet.

Später als die Königin Maya sich zum Haus ihres Vaters begab, um sich auf die Geburt vorzubereiten, stieg sie in den Lumbini Gärten aus ihrer Kutsche aus und hielt sich zur Rast am Ast eines Salzbaumes fest. In diesem Augenblick kam Siddhartha aus ihrer rechten Seite ohne irgendwelche Hilfe hervor. Das kleine Kind ging jeweils sieben Schritte in jede der vier Himmelsrichtungen und Lotusblumen sprossen hervor, wo sein Fuß die Erde berührte.

Dann sagte das kleine Kind: „Keine weitere Geburt habe ich zu erdulden, denn dies ist mein letzter Körper. Nun werde ich die Sorgen vernichten und sie bei den Wurzeln herausreißen, die durch Geburt und Tod verursacht wurden.“ Sieben Tage später verstarb Königin Maya. Mahaprajapati, Mayas Schwester, kümmerte sich um Siddhartha. König Shuddhodana schirmte Siddhartha von allen Arten des Leids und der Mühsal ab. Als Siddhartha ungefähr 20 Jahre alt war, heiratete er Yasodhara, die Tochter eines der Minister des Königs, und ein Jahr später bekamen sie ein Kind genannt Rahula (was „Fessel“ oder „Behinderung“ bedeutet).



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Im Alter von 29 Jahren bat Siddhartha seinen Kutscher Channa, ihn ohne Zustimmung des Königs zweimal aus der Stadt herauszubringen. Während dieser zwei Ausflüge gewann Siddhartha Einblicke, die sein Leben veränderten. Beim ersten Ausflug sah er hohes Alter, Krankheit und Tod. Beim zweiten Ausflug sah er einen wandernden heiligen Mann, einen Asketen ohne Besitztümer. Siddhartha begann diesen heiligen Mann, der einen geschorenen Kopf hatte und nur einen zerlumpte gelben Umhang und einen Wanderstab trug, zu befragen. Der Mann sagte: „Ich bin verängstigt durch Geburt und Tod und habe deshalb ein heimatloses Leben angenommen, um Erlösung zu erlangen. Ich suche nach dem am meist gesegneten Zustand, in dem Leiden, hohes Alter und Tod unbekannt sind.“ In dieser Nacht küsste Siddhartha leise sein schlafendes Weib und seinen Sohn und befahl Channa ihn hinaus in den Wald zu fahren. Am Rande des Waldes nahm Siddhartha sein Juwelschwert ab und schnitt seine Haare sowie seinen Bart ab. Dann entledigte er sich all seiner Prinzen gewänder und legte den gelben Umhang eines heiligen Mannes an. Sodann befahl er Channa, seinen Besitz seinem Vater zurückzubringen.

Siddhartha wanderte dann durch das nordöstliche Indien, suchte heilige Männer auf und lernte über Samsara (Wiedergeburt), Karma (Schicksal) und Moksha (Vorsehung). Angezogen von der Idee Moksha ließ sich Siddhartha am Ufer des Flusses Nairanjana nieder und nahm das Leben unter fortwährender Meditation von extremen Selbstverzicht und Buße an. Nach sechs Jahren unter genügend Essen und Trinken, um am Leben zu bleiben, war sein Körper ausgezehrt und er war sehr schwach. Fünf andere heilige Männer schlossen sich ihm an, um von seinem Beispiel zu lernen.

Eines Tages, wurde Siddhartha klar, dass die Jahre der Buße seinen Körper nur schwächten. Er konnte nicht weiter fortfahren, angemessen zu meditieren. Wenn er in den Fluss zum Baden stieg, war er zu schwach, um herauszukommen und Bäume ließen ihre Äste herunter, um ihm zu helfen. In diesem Augenblick kam eine Milchmaid mit dem Namen Nandabala und bot ihm eine Schale mit Milch und Reis an, welche er annahm. Die fünf heiligen Männer verließen daraufhin Siddhartha, nachdem sie davon Zeuge wurden. Erfrischt durch das Mal, setzte sich Siddhartha unter einem Feigenbaum nieder (oft bezeichnet als Bo-Baum oder Baum der Erleuchtung) und versuchte durch Analyse eine Antwort auf das Leben und Leiden zu finden. Während er meditierte, sandte Mara (ein böser Gott) seine drei Söhne und Töchter, um Siddhartha mit Durst, Lust, Unzufriedenheit und vergnüglichen Ablenkungen in Versuchung zu bringen.

Siddhartha beherrschte sich und trat in tiefe Meditation ein und erinnerte sich an all seine vorherigen Wiedergeburten, gewann Wissen über den Zyklus von Geburt und Tod und mit Gewissheit schwor er die Beschränktheit und die Leidenschaft seines Egos, das ihn an diese Welt fesselte, ab. Daraufhin hatte Siddhartha Erleuchtung erlangt und wurde der „Buddha“. Er erfuhr Nirvana - dies ist eine Sphäre welche weder Erde, noch Wasser, noch Feuer, noch Luft ist - welche weder diese Welt noch eine andere Welt, weder Sonne noch Mond ist. Ich verneine, dass es kommen oder gehen ist, fortdauernd Tod oder Geburt. Es ist nur das Ende der Leiden. Anstelle seinen Körper und seine Existenz weiterhin zu geißeln, brachte Buddha ein großes Selbstopfer. Er kehrte zurück, entschlossen seine Erleuchtung mit anderen zu teilen, dass alle lebenden Seelen den Zyklus ihrer eigenen Wiedergeburt und Leidens beenden konnten.

Buddha ging zur Stadt Sarnath und fand fünf heiligen Männer von früher wieder, die ihn zuvor in einem Hirschpark verlassen hatten. Als sie dieses mal Buddha sahen, erkannten sie, dass er einen höheren Zustand der Seligkeit erklommen hatte. Buddha begann sie zu lehren, was er gelernt hatte. Er zeichnete auf dem Boden mit Reiskörnern einen Kreis, der das Rad des Lebens repräsentierte, welches von Existenz zu Existenz weiterfährt. Diese Predigt wurde sein „Hirschpark Sermon“ oder „das in Gang setzen des Rads der Lehre“ genannt. Siddhartha offenbarte, dass er „der Buddha“ wurde, und er beschrieb das Vergnügen, dass er als Prinz kannte und das Leben, dass er als strenger Asket praktizierte. Keiner dieser war der wahre Weg zum Nirvana. Der wahre Weg war der Mittelweg, welcher sich von beiden Extremen fern hält.

„Die Notwendigkeiten des Lebens zu befriedigen ist nicht von Übel.“, sagte der Buddha. „Den Körper gesund zu erhalten ist eine Pflicht, weil wir sonst nicht in der Lage sind, die Lampe der Weisheit zu schüren und unseren Geist stark und klar zu halten.“ Buddha lehrte sie dann das Dharma, welches aus den „Vier Edlen Wahrheiten“ und dem „Achtfachen Weg“ besteht. Die fünf heiligen Männer und andere schlossen sich bald Buddha an und begleiteten ihn überall hin. Als immer mehr sich anschlossen, gründete Buddha die „Sangha“, eine Gemeinschaft von „Bhikkus“ (engagierten Mönchen und Nonnen). Die Sangha bewahrten das Dharma und ermöglichten der Bhikkus sich auf das Ziel des Nirvanas zu konzentrieren. In der Regenzeit ließen sie sich in „Viharas“ (Rastplätzen in Felsbehauungen) nieder. „Upasaka“ (Anhänger) die an Buddhas Lehren glaubten, aber nicht in der Lage waren die strengen Regeln zu befolgen, wurden gelehrt, die „Fünf Gebote“ zu befolgen. Buddha kehrte zu seinem Geburtsort Kapilavastu zurück und sein Vater fühlte sich gedemütigt, dass sein Sohn ihn um Nahrung anbettelte. Buddha küsste seines Vaters Fuß und sagte: „Du gehörst zu der edlen Reihe von Königen. Aber ich gehöre zu der Reihe von Buddhas und Tausende von ihnen haben in Armut gelebt.“ König Shuddhadana erinnerte sich daraufhin der Prophezeiung der Brahmanen und söhnte sich mit seinem Sohn aus. Buddhas Weib, sein Sohn und sein Cousin (Ananda) schlossen sich später der Sangha an.

Als Buddha um die achtzig war, gab ihm ein Schmied, Cuanda genannt, eine Mahlzeit, die ihn erkranken lies. Buddha zwang sich nach Kushinagara zu reisen und lagerte sich dort in einem Hain von Shala-Bäumen auf seine rechte Seite nieder. Als die Menge der Anhänger sich dort versammelten, sprossen Blüten aus den Bäumen und fielen auf Buddha hernieder. Buddha sagte zu Ananda: „Ich bin alt und mei-



# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

*- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

ne Reise ist nahe dem Ende. Mein Körper ist wie ein abgenutzter Karren, der nur noch von ein paar Lederriemen zusammengehalten wird“. Dreimal fragte Buddha die Leute ob sie irgendwelche Fragen hätten, aber sie blieben stumm. Schließlich sagte Buddha: „Alles was erschaffen wurde ist Gegenstand von Verfall und Tod. Alles ist Übergang. Erarbeite Dir dein eigenes Seelenheil mit Fleiß.“ Nachdem er mehrere Stadien der Meditation durchmachte, starb der Buddha und erreichte Parinirvana (das Ende, die Erkenntnis und die Wahrnehmung).

## Die Hauptreligionsgemeinschaften des Buddhismus

### **Theravada (Hinayana) Buddhismus**

Wörtlich: Schule der Älteren (kleines Fahrzeug)  
Hauptausrichtung: Vier edlen Wahrheiten  
Meditation  
Weiser Buddha  
Hauptverbreitung: Südost Asien

### **Mahayana Buddhismus**

Wörtlich: langes Fahrzeug  
Hauptausrichtung: Vier edlen Wahrheiten  
Meditation  
göttlicher Buddha  
Bodhisattvas  
Hauptverbreitung: China, Japan und Korea

### **Unterabteilung**

Wörtlich: Arme Landschule  
Hauptausrichtung: Meditation  
Gebetsgesang  
Lehrer-Schüler Dialog  
Hauptverbreitung: Tian Dai (China) oder Tendai (Japan) Buddhismus; Konfuzianischer Einfluss  
Chan (China) oder Zen (Japan) Buddhismus; Daoistischer Einfluss



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## Vajrayana Buddhismus

Wörtlich:	Diamant-Fahrzeug
Hauptausrichtung:	Meditation Gebetsgesang Erleuchtung während des Lebens Tibetanische Götter und Dämonen Religiöse Vergegenwärtigung Philosophische Debatte Ritual Yoga Tantrik Sex
Hauptverbreitung:	Tibet

## Vier edlen Wahrheiten

1. **Leben ist leiden - Dukkha**  
Geburtstrauma  
Krankheit  
Alter  
Furcht vor dem Nahen des Todes  
Trennung von denen, die man liebt  
Gefesselt an das, was man hasst
2. **Die Ursache des Leidens ist das Wünschen - Tanha**
3. **Die Heilung vom Leiden ist das Wünschen zu entfernen**
4. **Um das Wünschen zu entfernen, folge dem achtfachen Weg**





# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

*- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

## **Achtfacher Weg**

**1. Das rechte Wissen**

Verstehe die vier edlen Wahrheiten

**2. Das rechte Denken**

Entscheide das Leben auf den richtigen Pfad zu setzen

**3. Die rechte Rede**

Lüge nicht

Kritisiere andere nicht ungerecht

Verwende keine schroffe Sprache

Tratsche nicht

**4. Das rechte Betragen**

Befolge die fünf Regeln

**5. Der rechte Lebensunterhalt**

Betreib deinen Lebensunterhalt ohne lebendige Dinge zu verletzen

**6. Das rechte Bemühen**

Besiege alle bösen Gedanken

Bemühe dich gute Gedanken zu erhalten

**7. Die rechte Aufmerksamkeit**

Werde Dir aller Stadien des Körpers, der Gefühle und des Geistes intensiv bewusst

**8. Die rechte Konzentration**

Tiefe Meditation, die zu einem höherem Stadium des Bewusstseins (Erleuchtung) führt

## **Fünf Regeln**

1. Nicht töten

2. Nicht stehlen

3. Nicht lügen

4. Sei nicht unkeusch

5. Nimm keine Drogen und berauschende Getränke zu Dir



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## KEIN KÄMPFEN IN DEN KAMPFKÜNSTEN

Auch wenn wir viel Zeit damit verbringen, darüber zu reden, dass die wahren Kampfkünste nichts mit dem Kämpfen zu tun haben, bleibt die Tatsache, dass wir eine Menge Zeit damit verbringen, für den Kampf zu üben. Wir dehnen unsere Körper, damit sie besser und geübter funktionieren, wenn wir Tritt-, Stoß- und Blocktechniken überprüfen. Wir üben Einschritt- und Selbstverteidigungstechniken sowie Freikampfmanöver und wiederholen die Formen, die ein hochstilisiertes System von choreographierten Zweikampfbewegungen sind. Dann, wenn wir gut in all diesen Kampffähigkeiten sind, arrangieren wir Übungskämpfe, in denen wir uns in einem kontrollierten Wettkampf gegenseitig angreifen und verteidigen. Dies alles als „nicht kämpfen“ zu bezeichnen, erscheint etwas naiv.

Vor nicht all zu langer Zeit diskutierten wir über eigene gleichartige Erfahrungen mit Problempersonen. Wir wurden beleidigt, schikaniert und bedroht von Individuen, welche den Hang zu Gewalttätigkeiten haben. Während dieser Unterhaltung, wurde folgende Ansicht geäußert, die es wert ist, wiederholt zu werden. Wir verbringen so viel Zeit mit dem Lernen zu kämpfen und der Vorbereitung für eine Zweikampfsituation, dass hoffentlich am Ende, wenn immer wir fühlen in eine Schlägerei verwickelt zu werden, können wir uns einfach in dem Wissen entfernen, jede Art eines Schaden der verursacht werden kann, wenn man in einen physischen Konflikt gezwungen wird, damit zu vermeiden.

Die Schüler im Kampfkunstunterricht hören von Zeit zu Zeit „Geh weg, verlass die Situation, verwende deinen Kopf, kämpfen macht die Sache nur schlimmer!“

Die Gefahr liegt nicht darin, auf eine bekannte „Botschaft“ aufzupassen. In eine Schlägerei hineinzugeraten ist leicht, aber aus einer wieder heraus zu kommen ist viel schwerer. Nachdem eine feindselige Situation zu Schlägen und Verletzungen führt, sind weitere Komplikationen unvermeidlich.

Der ernsthafte Kampfkünstler lernt früh darauf aufzupassen, dass „nicht kämpfen“ der bessere Weg der Aktion, die klügere Form einzuschlagen ist. Durch das Lernen wie man kämpft, werden wir weniger darin verwickelt. Wir haben unseren Verstand diszipliniert, mit Körper und Geist durch harte Arbeit und physischer Übung den emotionalen Ärger und die Wut unterdrückt, manchmal mit Stürmen in uns, wenn wir uns beleidigt, bedroht oder in Furcht fühlen.

Wir lernen durch das Üben von Kämpfen, dass wir fähig sind, selbstsicher sind und haben durch einen wirklichen Kampf mit anderen Individuen, die keine Kontrolle über sich haben, nichts unter Beweis zu stellen.

Wir müssen beständig daran erinnert werden, dass der beste Weg einen Kampf zu vermeiden ist, sich auf einen vorzubereiten und der einzige sichere Weg dies zu tun, ist durch das Üben von Freikampf im Unterricht.

Übersetzt aus einem Artikel von Meister Morgan Becker aus 'The Dragon's Breath' des Lake-House Tang Soo Do in San Antonio Florida

## KRANKHAFTER UND GESUNDER EHERGEIZ IM TANG SOO DO

Aus Beobachtungen in den vergangenen letzten 40 Jahren als Trainer reifte in mir der Gedanke, einmal Betrachtungen zu diesem Thema anzustellen. Natürlich ist dies ein weites Feld, aber es sollten hier Betrachtungen nur im Zusammenhang mit dem Erlernen und praktizieren der Kampfkunst des Tang Soo Do angestellt werden.

Der Ehrgeiz ist allgemein ein wichtiger Motivationsträger und -initiator, der einen zum Erreichen von vielen Zielen beflügeln kann, sei es eine solide Schul- und Ausbildung, ein erfüllter Beruf, das Beherrschen einer Kunst oder sportliche Erfolge. Wenn man eine Kampfkunst - wie z.B. Tang Soo Do - erlernen möchte, so ist auch hier ein gewisses Maß an Ehrgeiz erforderlich, um in ihr voranzukommen. Jedoch ist hier, wie auch in anderen Fällen, zwischen dem gesunden und förderlichen Ehrgeiz sowie dem ungesunden und hinderlichen Ehrgeiz zu unterscheiden.

Der gesunde Ehrgeiz motiviert einen, sich immer wieder den täglichen Strapazen des Tang Soo Do Trainings zu stellen. Ein sich selbst gestecktes Ziel zu erreichen, wie z.B. eines Tages den TSD Schwarzgurt zu erwerben. Auf dem Weg dahin mit all seinen Tiefen und Höhen nicht aufzugeben und weiterzumachen, und wenn es noch so schwer fällt. Die Zeit dazu spielt keine Rolle, denn wichtig ist das gesteckte Ziel, eines Tages den Schwarzgurt zu erwerben. Wichtig ist es dabei, dass der gesunde Ehrgeiz einen in positiver Hinsicht motiviert, weiter zu machen, auch wenn es auf dem Weg noch so viele Widerstände gibt. Ferner ist es wichtig zu akzeptieren, dass nicht alles so seinen Gang gehen muss, wie man es sich erwünscht, da vielleicht die Ausbildung, eine Krankheit, private Lebensumstände oder sonstige Schwierigkeiten einen auf dem Weg dahin temporär aufhalten. Entscheidend ist nur, man verliert sein Ziel nicht aus den Augen und akzeptiert auch sporadische Hindernisse, die auf dem Weg dahin von einem selbst beseitigt werden müssen. Ebenso wichtig ist die Geduld, die Formen der erforderlichen Zeit gemäß gründlich und exakt zu erlernen und immer wieder zu üben, bis sie dann als ein Bild selbst dem Außenstehenden er-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

kennbar werden und nicht nur eine blinde Aneinanderreihung von nicht verstandenen Techniken darstellen, deren Sinn auch nach außen hin nicht erkennbar ist.

Das Üben, der mit dem höher werdenden Grade immer komplexer werdenden Formen, dient nicht nur alleine der körperlichen Ertüchtigung, sondern auch der Entwicklung der mentalen und der geistigen Reife. Man sollte die Philosophie, die hinter der jeweiligen Form steht, eingehend studieren, um so einen tieferen Einblick in deren gedachten Ablauf zu gewinnen. Dies dient auch dem eigentlichen Entwicklungsprozess eines Kampfkünstlers, der sich durch die einzelnen Ränge bzw. Graduierungen nach oben arbeitet. Deshalb sollte man nicht aus falschem Ehrgeiz einfach Ränge überspringen, weil man so nicht die erforderliche Zeit für sich selbst spendiert, die aber notwendig ist, die jeweiligen Lektionen in jedem Rang zu würdigen und schätzen zu lernen. Dieses erforderliche Studium einfach zu umgehen, beraubt den Schüler wie auch den Trainer, um die wertvolle Erkenntnis, was wohl die alten Meister gefühlt haben mögen, als sie diese Formen erschufen. Das heißt, alles braucht seine notwendige Zeit und kann nicht im blinden Ehrgeiz einfach im darüber Eilen wirklich erfasst werden. Den wirklichen Könnensgrad eines Kampfkünstlers zeigt die Ausführung einer Form und nicht die Anzahl der vermeintlich erlernten Formen. Nur durch eigene Anstrengung und Bemühungen erfährt man das Wissen und die Weisheit, die man nicht in den Büchern findet.

Dies kann man ebenso an einigen anderen Beispielen erläutern.

Beim Beginn des Skifahrens wird der Neuling auf der Piste sehr schnell mit Könnern in ihren elegant beherrschten Schwüngen konfrontiert. Ihnen möchte er es natürlich möglichst schnell gleich tun, doch hierzu ist nun mal ein mehr oder weniger fleißiges Üben erforderlich, bis die Muskulatur einen zu solch kontrollierten Bewegungen befähigt.

Mit dem Praktizieren von Fremdsprachen ist es nicht anders. Gerne würde man möglichst schnell mit den Fortgeschrittenen gleichziehen und sich fließend verständigen können. Aber auch hier kommt man nicht an der Arbeit des Vokabelnpaukens und des Grammatiklernens vorbei, was nun mal die unabdingbare Voraussetzung zur Beherrschung von Sprachen ist.

Selbst beim Erlernen eines Musikinstrumentes ist zeitintensives Üben, Üben und nochmals Üben von Läufern, Etüden und Fingerfertigkeiten usw. unerlässlich, wenn man eines Tages anspruchsvolle Musikstücke beherrschen und mühelos spielen möchte.

In all diesen oben aufgeführten Beispielen beflügelt einen der gesunde Ehrgeiz, dieses machbare Ziel eines Tages mit Geduld und viel Fleiß zu erreichen. Man erkennt es daran, dass derjenige, der sich Zeit nimmt und geduldig und beharrlich sein Ziel verfolgt, erst dann zufrieden ist, wenn das Ergebnis auch nach außen hin erkennbar erreicht ist.

Dies ist dann ebenfalls aus gelegentlichen bewundernden und anerkennenden Kommentaren als positives Feedback aus dem eigenen Umfeld zu erkennen. Der krankhafte Ehrgeiz jedoch, entsprungen dem primitiven Geltungsdrang und dem eigenen übersteigerten Ego, treibt und verleitet einen, sich zu wenig Zeit zu nehmen, um gesteckte Ziele solide zu erreichen. Ständig muss sich einer mit anderen vergleichen. Die anderen werden allerdings dauernd kritisiert, anstatt dass man auf sich selbst kritisch schaut. Man traut sich selbst immer mehr zu und setzt sich in Selbstüberschätzung Ziele, die in der Kürze der sich selbst zugestandenen Zeit unrealistisch und nicht solide machbar sind. Dabei bringt man sich nur um den wirklichen auch nach außen hin erkennbaren Erfolg.

Im Tang Soo Do zum Beispiel ist der krankhafte Ehrgeiz besonders signifikant beim voreiligen Erlernen wollen von neuen Formen zu erkennen. Obwohl die zuvor angefangenen Formen noch nicht sauber sitzen, kaum beherrscht werden und noch nicht verstanden sind, giert man schon auf die nächste, weil man damit sein Selbstwertgefühl heben möchte. Obgleich das Umfeld nur unverständlich den Kopf schüttelt, glaubt derjenige selbst verblendet, in den Augen der anderen höher angesehen zu sein. Auch die vorschnelle Jagd nach dem nächsten Gürtel, schnellere Prüfungsintervalle als angedacht, ist ein typisches Erscheinungsbild, das nur so von Selbstüberschätzung trieft. Das Rennen durch die Gürtelränge ist typisch dafür, dass jene verblendet den Stellenwert eines Kampfkunstschülers an dessen Gürtelfarbe und nicht an dem Wert der Person selbst messen.

Die Reife eines Kampfkunst Betreibenden ist unabhängig von der ausgeübten Kunst nicht einfach mit einem Rennen auf der Rennbahn zu vergleichen. Der Reifeprozess ist ein lebenslanges Bemühen um Verbesserung. Es ist nicht der Sprinter mit den vorschnellen brüchigen Erfolgen auf der Kurzstrecke gefragt, sondern der Steher mit seinen soliden, fundierten und bleibenden Errungenschaften auf der Langstrecke. Hier kann man deutlich den Unterschied sehen, zwischen dem auf kurzfristigen, scheinbaren Erfolg ausgerichteten krankhaft Ehrgeizigen und dem auf langfristiges solides Können ausgelegten gesunden Ehrgeizigen.

Kampfkunst ist keine Spielwiese für eitle Selbstdarsteller, sondern ein Betätigungsfeld für ernsthafte, strebsame auf langfristig solide Entwicklung ausgerichtete Persönlichkeiten.

Meister Klaus Trogemann  
TSD Studio Esting



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## TRÄUME, DIE IN ERFÜLLUNG GINGEN

Vor über 50 Jahren hatte ein kleiner Junge den Traum, eines Tages ein Schwarzgurt zu werden. Man sagt „Wenn man etwas träumt und fest daran glaubt, kann man es verwirklichen.“ Viele Menschen träumen, aber versagen darin, dies zu verwirklichen. Sie versagen, weil sie nicht genug Mut dazu aufbringen und genügend Ausdauer hierzu haben, es in die Tat umzusetzen. Jener kleine Junge hatte die notwendige Energie und die erforderliche Tatkraft dazu.

Vor über 30 Jahren träumte derselbe, nun ein Mann, davon, seine erlernte Kunst, sein Können und sein Wissen mit anderen zu teilen. Dies führte zu einer neuen Herausforderung, für die er wieder den Mut aufbrachte, dies in die Tat umzusetzen. Er verließ seine Heimat, um in ein für ihn fremdes und unbekanntes Land zu ziehen. Er kämpfte sehr hart, um dort zu überleben, während er seine Kunst lehrte und fortfuhr weiter zu träumen.

Vor 20 Jahren träumte er von einem neuen Verband. Einem neuen Verband, welcher die Notwendigkeiten und die Voraussetzungen der neuen Zeit Rechnung tragen und gleichzeitig die Geschichte und die Tradition dieser Kampfkunst bewahren sollte. Nicht wissend wohin diese neue Herausforderung ihn führen würde, hatte er dennoch den Mut zu agieren. Heute feiern wir die Verwirklichung seines Traumes und feiern seinen Couragiertheit.

Die Botschaft nun von heute ist „Trau Dich zu träumen!“ Träume ein Champion zu sein. Nicht nur hier und heute, sondern in allen Aspekten Deines Lebens. Und tue mehr als nur träumen. So wie Du heute willst, habe auch den Mut, dies in die Tat umzusetzen. Deine Träume bleiben Träume, es sei denn, Du setzt sie auch in die Wirklichkeit um. Heute tust Du mehr als nur träumen. Heute bist Du Teil der Wirklichkeit, als Zeuge dieser 20-Jahrfeier unserer „Welt Tang Soo Do Vereinigung“ sowie den Träumen und dem Mut eines besonderen Mannes, unserem Großmeister Jae Chul Shin.

Eine Laudatio von Meister Nate Gordon zur WTSDA Weltmeisterschaft 2002 in Orlando, Florence/USA

## WAS MACHT EINEN GUTEN KAMPFKUNSTLEHRER AUS

„Der wahre Wert der Kampfkünste widerspiegelt sich nicht in hunderten von Siegen, sondern in der Vollkommenheit des Charakters der Schüler.“ Zitat von Gichin Funakoshi.

Was ist es, dass einen Lehrer bedeutend macht? Kampfkunst-Training ist nicht so einfach wie es aussieht. Es lehrt nicht wie man kämpft, jemanden kampfunfähig macht oder besiegt. Das wäre zu einfach. Stattdessen ist die Unterweisung in den Kampfkünsten das Lehren von Disziplin, Durchhaltevermögen und Ehre. Ob man nun ein zukünftiger Schüler der Kampfkünste, ein Lehrer in Ausbildung, ein Lehrer oder ein Meister ist, dieser Artikel soll demjenigen von Wert sein. Es gibt unendlich viele Eigenschaften, die einen erfolgreiche Lehrer ausmachen. Diese Zusammenstellung erläutert ein paar von ihnen. Dieser Artikel ist eine Übersetzung eines Aufsatzes, der den Lehrern, Meister Dan King und Dr. Ying King gewidmet ist. Deren wunderbare Beispiele vermitteln Wissen über das Lehren von Kampfkünsten.

### Eigenschaften eines ausgezeichneten Lehrers

#### **Nehmen Sie die Verantwortung ernst.**

Die deutsche Sprache kennt kein Wort, das treffend genug beschreibt, was es heißt, das ehrfurchtgebietende Privileg zu haben, ein Lehrer der Kampfkünste zu sein. Die Disziplin, Rechtschaffenheit und Vortrefflichkeit der Kampfkünste haben Tausende von Jahren überdauert, Dank der vielen Generationen an eifrigen Lehrern vor uns, die sie fortgeführt haben. Das Blut, der Schweiß und die Tränen dieser Tausenden von ungewöhnlichen Menschen ruhen auf unseren Schultern, gesammelt in unseren Gedanken und leben weiter durch uns. Genauso wie die Kampfkünste an uns herangetragen wurden, ist es unsere Verpflichtung sicherzustellen, dass die Kampfkünste jetzt an die nächste Generation weitergegeben werden. Dies erfordert Ernsthaftigkeit, Leidenschaft und Reife auf der Seite des Lehrers.

#### **Seien Sie zur Vortrefflichkeit und Qualität der Schüler verpflichtet.**

Viele Lehrer sind so eingebunden im Schaffen einer großen Anzahl von Schwarzgurten, dass sie darüber die Qualität dieser Schwarzgurte vergessen. Die Lehrer müssen bereit sein, ihre Schüler zu kritisieren und ihnen zu erklären, wie sie sich verbessern können, statt nur die Technik zu zeigen und sie dann ziehen zu lassen. Schüler sind keine Küken, die man aus dem Nest wirft. Die Qualität dieser Schüler von heute wird die Qualität der Kampfkünste von morgen sein. Als Lehrer ist es unsere Verantwortung, die Kampfkünste in einer besseren Verfassung zu hinterlassen, als zu dem Zeitpunkt als wir uns ihnen angeschlossen haben. Dies geschieht dadurch indem man sich der nicht endenden Unterweisung in Vollkommenheit bedient.



# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

**- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -**

## **Haben Sie Geduld.**

Jeder Schüler ist einzigartig und jeder Schüler hat sein eigenes Lerntempo. Einigen Schülern muss man eine Technik nur einmal zeigen, während andere mehrere Unterrichtsstunden benötigen, nur um die Aktion ausführen und verstehen zu können. Ungeachtet dessen ist es die Aufgabe eines Lehrers, den Schüler von seinem eigenen individuellen Ausgangspunkt aufzunehmen und ihn dann behutsam nach oben zu führen. Fortschritt ist gewöhnlich langsam und es ist nicht unbedingt sichtbar. Dennoch sollen Lehrer bedenken das alles was sie sagen und tun sich im Verstand ihre Schüler für den Rest ihres Lebens widerspiegelt. In diesem Fall ist Geduld jenseits einer Tugend, sie ist nun wesentlich.

## **Seien Sie ein gutes Vorbild.**

Sportler, Filmschauspieler und musikalische Künstler sind unter den obersten Leitbildern für Kinder heutzutage. Leider gehören einige von diesen Leuten zu der Gruppe der moralisch verdorbenen Leuten auf diesem Erdball. Zusätzlich sehnen sich die Kinder nach Vorbildern, die sie sehen und sie wie im wirklichen Leben ansprechen können. Als Lehrer der Kampfkünste sind wir die Vorbilder für diese Kinder, ob wir es sein wollen oder nicht. Die Kinder schauen zu uns im Kampfkunsterunterricht herauf und sie sollen ebenso auch auf unser Leben aufschauen können.

## **Haben Sie Zuversicht in ich selbst und in die Lehre der Kampfkunst.**

Damit ein Schüler Rücksicht und Vertrauen in einen Lehrer hat, muss der Lehrer zuerst Vertrauen in sich selbst und in was gelehrt wird haben. Es ist eine Kombination aus persönlichen und beruflichen Vertrauens, das Respekt unter den Schülern für einen Lehrer schafft. Dieser Respekt ist für eine Lehrer-Schüler-Beziehung unabdingbar.

## **Seien Sie ein guter Motivator.**

Lehrer mögen es, motivierte und energiegeladene Schüler zu haben, die bereit sind zu lernen. Einige Schüler jedoch brauchen aber irgendeine Motivation und Anreiz. Der beste Weg für den Lehrer, um Schüler zu motivieren ist, zuerst selbst motiviert zu sein. Motivation wird von Interesse angefangen, gelenkt durch unzählige Ziele und aufgetankt mit Erreichen dieser Ziele. Nur wenn die Lehrer motiviert sind können sie Kraftstoff zu den Funken des Interesses in den Schülern hinzufügen und aus diesem Interesse motivierende Ziele und Zwecke erzeugen.

## **Seien Sie begeistert und tatkräftig.**

Es gibt nur wenige Dinge in der Welt der Unterweisung, die schlimmer sind, als einem gefühllosen, deprimierten Lehrer bei der Arbeit mit seinen Schüler zuzuschauen. Dies gibt dem Schüler ein Gefühl von Bedeutungslosigkeit und Unbehaglichkeit. Dies zeigt auch dem Schüler, dass wenn der Lehrer nicht begeistert ist von dem was er lehrt, vielleicht hat die Unterweisung keinen Wert davon begeistert zu sein. Mit anderen Worten, eines Lehrers träge Persönlichkeit stumpft die Unterweisung, die er gibt, ab. Aber wenn der Schüler einen positiven, agilen Lehrer sieht, der begeistert ist, von dem was er lehrt, gibt es der Ausbildung einen höheren Wert für den Schüler und dies gibt dem Schüler das Gefühl sich wichtiger zu fühlen.

## **Besitzen Sie umfangreiche Kenntnisse.**

Der mitleiderregendste Schauplatz in der Welt der Kampfkünste ist der, einem Lehrer beim Versuch einem Schüler etwas beizubringen, zuzuschauen und entweder macht er es inkorrekt oder er hat alles insgesamt vergessen. Selbstverständlich hat jeder seine Stärken und Schwächen. Ein Lehrer, der geschickt im Lehren einer bestimmten Sache ist, muss nicht geschickt im Lehren von etwas anderem sein. Der beste Rat hier ist der, wenn sich ein Lehrer nicht sicher im Lehren einer bestimmten Sache fühlt, dann sollte er an der Perfektion seiner Fähigkeiten arbeiten, bevor er sie seinen Schüler lehrt.

## **Zeigen Sie großes Können.**

Seien wir ehrlich, wenn der Lehrer die Techniken nicht gut ausführen kann, wie sollen dann die Schüler die richtige Technik von einem solchen schlechten Beispiel lernen? Mindestens die grundlegenden Techniken sollten gemeistert werden, die nächste Ebene nahezu beherrscht werden und die Fortgeschrittenen sollten in der richtigen Art und Weise mit Finesse gemacht werden.

## **Seien Sie geschickt in der Herausforderung der Schüler und auch im Heranführen an ihre Ziele.**

Schüler müssen ständig herausgefordert werden. Ohne Herausforderung gibt es keinen Fortschritt und ohne Fortschritt gibt es keinen Erfolg. Herausforderung ist, was die Welt daran hindert, verharrend und schläfrig zu werden und dies ist es nicht, wo ein Lehrer seinem Schülern erlauben soll, darin gefangen zu sein. Andererseits muss ein Lehrer vorsichtig sein, seine Schüler bis zu dem Punkt zu überfordern an dem der Schüler alle Hoffnung auf Fortschritte verliert. Jeder Schüler ist einmalig und erfordert seinen eigenen Beitrag und Art der Herausforderung.



# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

## **- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -**

### **Seien Sie ein guter Vermittler.**

Vermittlung ist der Schlüssel! Ob im Beschreiben der Details einer Technik oder im Korrigieren von Fehlern eines Schülers. Gute Fachkenntnisse in der Vermittlung sind Voraussetzung zum Erreichen eines gegenseitigen Verstehens. Schüler können die Gedanken des Lehrers nicht lesen. Erinnern Sie sich, es ist nicht, was der Lehrer sagt, sondern was der Schüler versteht, was tatsächlich gelernt und aufgenommen wird.

### **Besitzen Sie ein bestimmtes Maß an Menschlichkeit.**

Der Lehrer sollte den Schüler ebenso achten, wie umgekehrt. Ohne es besonders zu erwähnen, ohne Schüler ist ein Lehrer ohne Arbeit. Wichtiger aber ist es, ohne Schüler hören die Kampfkünste auf zu existieren. Ein Lehrer sollte seine Schüler immer mit dem allerhöchsten Respekt behandeln, sie nie erniedrigen oder sie ausnützen. Jeder Schüler in einer jeden Klasse hat das Potential, einen einmaligen und wesentlichen Beitrag zur Zukunft der Kampfkünste zu leisten. Das erschreckende an der Existenz eines Lehrers ist, dass es sein Einfluss sein könnte, entweder den Beitrag eines Schülers zu Nichte zu machen oder alles möglich zu machen.

### **Haben Sie die Fähigkeit sich an den Lernstil des einzelnen Schülers und an dessen Bedürfnisse anzupassen.**

Nicht alle Schüler lernen in der gleichen Weise. Einige Schüler lernen schnell, andere langsam. Einige lernen besser durch Beobachten, andere durch selber Machen, einige durch Hören und einige durch Sehen. Die Liste ist endlos. Als Lehrer sollten wir lernen, eines jeden Schülers Stärken und Schwächen steuern zu können und um sie herum dem Schüler helfen zu lernen.

### **Das Interesse eines Lehrers in seine Schüler sollten authentisch sein und sollte keine Bevorzugung zeigen.**

Unaufrichtigkeit kann augenblicklich vom Schüler erspürt werden und trübt des Schülers Blicke für den Lehrer. Es gibt nichts schlimmeres wie das Gefühl, dass jemand nur die Sorge um Sie „vorgibt“. Und wenn ein Lehrer einen Schüler gegenüber einem anderen bevorzugt, bringt dies Konflikte in die Schule und baut nur Barrieren zwischen den Schülern und dem Lehrer auf.

### **Seien Sie ein guter Ratgeber und Wegweiser.**

Die Aufgabe eines Lehrers der Kampfkünste geht über das Lehren von Fuß- und Fauststößen hinaus. Sehr oft brauchen Schüler zusätzliche Hilfe in der Form von Rat oder Ermutigung, besonders Teenager und Kinder. Gerade weil Lehrer Vorbilder sind, werden ihre Schüler die Notwendigkeit fühlen sich ihnen anzuvertrauen. Lehrer müssen bereit sein, zuzuhören und geistig vorbereitet zu sein, alles Mögliche zu hören, was Schüler sagen müssen. Obwohl eine einzelne Person die Welt nicht ändern kann, kann eine einzelne Person eine Welt des Unterschieds im Leben vom miteinander machen.

### **Seien Sie gerecht und angemessen in Disziplin und Strafe.**

Disziplinarmaßnahmen sind manchmal notwendig, besonders beim Lehren von Kindern und Jugendlichen. Bei der Bestrafung eines Schülers für ein Fehlverhalten sollte der Lehrer vorsichtig sein und weder unter- noch überbestrafen. Unterbestrafung wird sein schlechtes Benehmen nicht korrigieren und verursachen, dass der Lehrer Kontrolle über den Schüler verliert. Überbestrafung wird den Schüler zu einem Punkt zwingen, bei dem er gleichgültig wird für sowohl Disziplin als auch für schlechtes Verhalten. Selbstverständlich ist der Aufwand an Disziplin, der erforderlich ist, um unannehmbares Verhalten zu stoppen für jeden Schüler verschieden. Zusätzlich zu diesen Unterschieden in der Bestrafung ist es wichtig, sich daran zu erinnern, dass Bestätigung eine wichtige Rolle in disziplinarischen Taktiken spielt. Statt Schülern zu erzählen, was sie nicht machen können, soll man ihnen sagen, was sie machen können. Und anstatt sie nur zu bestrafen für das, was sie falsch gemacht haben, erinnern Sie sich daran sie fürs Richtigmachen zu belohnen. Beide dieser Extreme, Strafe und Belohnung, schaffen ein ausgewogenes disziplinarisches System.

### **Seien Sie gut in Organisation und Planung.**

Eine gut strukturierte Klasse reflektiert viel besser auf einen Lehrer als eine Klasse in der man „durch den Sitz seiner Hose geflogen ist.“ Es ist wichtig, bevor man beginnt, sich hinzusetzen und Pläne und Ziele für jede Klasse auszuarbeiten. Zusätzlich zu den Unterrichtseinheiten müssen die Lehrer auch Prüfungen, Schulturniere, und andere Veranstaltungen bzw. Aktivitäten organisieren. Gut strukturierte Veranstaltungen tragen wesentlich zur Erhaltung eines professionellen Erscheinungsbildes bei.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## ZUM NACHDENKEN #1

Eines Tages nahm der Vater einer begüterten Familie seinen Sohn mit auf eine Reise aufs Land, mit der festen Absicht seinem Sohn zu zeigen, wie arme Leute leben. Sie verbrachten einige Tage und Nächte auf dem Bauernhof einer Familie, welche man als sehr arm bezeichnen konnte.

Bei der Rückkehr von ihrer Reise fragte der Vater seinen Sohn:

„Wie war der Ausflug?“

„Er war großartig, Papa.“

„Sahst du wie arme Leute leben?“, fragte der Vater.

„Oh ja“, sagte der Sohn.

„Was hast du bei diesem Ausflug gelernt?“, fragte der Vater

Der Sohn antwortete:

„Ich sah, wir haben einen Hund und sie haben vier. Wir haben einen Teich, der bis in die Mitte unseres Garten reicht und sie haben einen Bach, der ohne Ende ist. Wir haben importierte Laternen in unserem Garten und sie haben die Sterne bei Nacht. Unsere Veranda reicht bis zum Vorgarten und sie haben den ganzen Horizont. Wir haben ein kleines Stück Land, um darauf zu leben und sie haben Felder, die bis jenseits unseres Blickfeldes gehen. Wir haben Diener, die uns bedienen, aber sie bedienen andere. Wir kaufen unsere Lebensmittel, aber sie stellen ihre her. Wir haben Mauern um unseren Besitz, um uns zu schützen, sie haben Freunde, die sie beschützen.“

Mit dieser Erwiderung des Jungen war der Vater sprachlos.

Danach fügte der Junge hinzu: „Danke Papa, dass mir gezeigt hast, wie arm wir sind.“

Zu oft vergessen wir, was wir haben und konzentrieren uns auf das, was wir nicht haben. Was der einen Person ein wertloser Gegenstand ist, ist des anderen der höchste Besitz. Alles basiert auf jemandes Perspektive. Es lässt einen verwundern, was würde passieren, wenn man für all die erhaltenen Gaben danksagen würde, anstelle sich darüber zu beunruhigen, mehr zu wollen. Erfreue dich und weis jede einzelne Sache, die du hast, zu schätzen, besonders Freunde.

## ZUM NACHDENKEN #2

Ein Philosophieprofessor stand vor seiner Klasse und hatte einige Gegenstände vor sich aufgestellt. Als der Unterricht begann, nahm er stillschweigend ein großes Glasgefäß und begann es mit Flusststeinen - über 5 cm Durchmesser - bis zur Oberkante zu füllen. Anschließend fragte er die Studenten, ob das Glasgefäß jetzt voll sei. Sie stimmten überein, dass es gefüllt war.

Sodann holte der Professor eine Kiste mit Kieselsteinen hervor und schüttete sie in das Glasgefäß. Er rüttelte das Glasgefäß leicht. Die Kieselsteine kullerten natürlich in die freien Bereiche zwischen den Felsbrocken. Die Studenten lachten. Er fragte seine Studenten wieder, ob das Glasgefäß jetzt voll sei. Sie stimmten ihm nochmals zu.

Der Professor nahm dann eine Kiste mit Sand und schüttete ihn in das Glasgefäß. Der Sand rieselte in alle Ritzen und füllte alle noch vorhandenen Zwischenräume auf.

„Jetzt“, sagte der Professor „möchte ich, dass Sie dies auf Ihr Leben übertragen:

Die Flusststeine sind die wichtigen Sachen im Leben – Ihre Familie, Ihr Partner, Ihre Gesundheit, Ihre Kinder – alles das, was Ihnen wertvoll ist und das Sie sehr treffen würde, wenn es verloren ginge. Die Kieselsteine sind die anderen Dinge im Leben, die zwar eine Bedeutung haben, aber in einem geringeren Ausmaße. Sie stellen Dinge wie Ihre Arbeit, Ihr Haus, Ihr Auto, usw. dar.

Der Sand ist alles übrige, das Kleinzeug. Wenn Sie den Sand oder die Kieselsteine zuerst in das Glas geben, ist kein Platz mehr für die Flusststeine. Dasselbe gilt für Ihr Leben. Wenn Sie all Ihre Zeit und Energie für Nebensächlichkeiten und die materiellen Dinge einsetzen, dann haben Sie niemals Raum für die Dinge, die wirklich wichtig sind im Leben. Geben Sie Acht auf die Dinge, die in Ihrem Leben entscheidend sind. Spielen Sie mit Ihren Kindern, gehen Sie mit Ihrem Partner zum Tanzen. Es wird immer Zeit geben, um zu arbeiten, das Haus zu säubern, eine Party zu veranstalten und seine Angelegenheiten zu erledigen.

Vergessen Sie die Flusststeine nicht – die Dinge die wirklich von Bedeutung sind. Legen Sie Prioritäten fest. Der Rest sind nur Kieselsteine und Sand.“



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

2005

## RESPEKT UND ACHTUNG

Es ist immer leicht von anderen Respekt bzw. Achtung zu erwarten und einzufordern. Es ist einfach andere für nicht respektvolles oder ungebührliches Benehmen oder nicht die gebührende Würdigung erwiesen zu haben zu kritisieren. Es ist aber schwer, von sich selbst Respekt einzufordern. Ohne Respekt gegen sich selbst kann man niemals Respekt für andere aufbringen. Ohne Respekt zu sich selbst wird man nur selbstzerstörerische Aktionen ausführen. Ohne Selbstrespekt wird man nur aus sich selbst nach außen ständig auf die Marotten und Grillen anderer Leute Wesensart schauen. Man erhält keinen Respekt indem man darum ersucht. Man erhält es nur dadurch, in dem man ihn sich selbst und den anderen erweist.

**Zitat:** „Der, der wirklich etwas erreichen bzw. bewegen will findet einen Weg; die anderen finden nur eine Ausrede bzw. Entschuldigung.“

**Weisheit:** „Reden kommt aus der Natur heraus; Ruhe und Stille durch Weisheit.“

**Sich bewusst sein:** Das Fundament allem mentalen Wachstums und der persönlichen Entwicklung ist das Erwachen des Selbstbewusstseins. Die meisten Menschen jedoch sind sich nicht ihrer selbst bewusst und die Mehrheit dieser sind sich nicht bewusst, dass sie sich nicht ihrer selbst bewusst sind. Selbstbewusstsein bzw. Selbsterkenntnis ist an und für sich leicht. Es beginnt einfach damit selbst einen Schritt zurück zu tun und die eigenen Gedanken und Gefühle zu analysieren bzw. das eigene Benehmen und die eigenen Aktionen zu beobachten. Wann immer möglich, sollte man über sich selbst lernen. Die Basis der persönlichen Veränderung und Entwicklung ist Lernen. Nach einem Schritt zurück, erfährt man, was einem in sein Bewusstsein eintritt. Was sagt es einem? Was zeigt es einem über sich selbst? Beurteile es nicht nur, sondern beobachte es auch. Laufe nicht vor dem was Du siehst davon, sondern beobachte es nur. Akzeptiere es, was immer auch passiert innerhalb Deiner Gedanken und Gefühle, lass es zu. Sei einfach nur Du selbst und ganz plötzlich wird man den inneren Frieden finden, der alle einem bisher bekannten Freuden übertrifft.

Übersetzte Aussagen unbekannter alter asiatischer Meister

## EHRGEIZ

Anlässlich einer erst kurz zurückliegenden Gup-Prüfung, bei der zum Teil gravierende Leistungsunterschiede zu Tage traten, kamen mir, einige von Großmeister Shin anlässlich einer Dan-Prüfung vor über 23 Jahren in Philadelphia/USA gemachten, Äußerungen zum Thema Ehrgeiz wieder in Erinnerung. Man kann den Ehrgeiz eines Menschen allgemein zwischen den zwei Extremen krankhaft/übertrieben und gesund/motivierend ansiedeln. Dazwischen gibt es ein weites Feld der Erscheinung desselben. Der Ehrgeiz ist eine Triebfeder des Menschen, um etwas zu erreichen, was für ihn wichtig und erstrebenswert ist. Mit seiner Hilfe können selbst- oder fremdgesetzte Ziele, was auch immer sie sein mögen, erreicht bzw. verwirklicht werden. Es taucht hierbei immer die Frage auf, ist es ein realistisch und machbares mit den eigenen Möglichkeiten zu verwirklichendes bzw. zu erreichendes Ziel oder eine unrealistische Utopie. Um dies herauszufinden, muss jeder sich selbst und seine momentanen Möglichkeiten bzw. Fähigkeiten realistisch und ehrlich einschätzen. Dabei darf man ruhig Träume haben, denn diese beflügeln die Phantasie und die Motivation. Aber die reale Wirklichkeit, sollte man dabei nicht außer Acht lassen, sonst erleidet man zwangsläufig nur Schiffbruch. Was hat dies eigentlich nun mit dem Erlernen einer Kampfkunst zu tun! Wie die Erfahrung zeigt, neigen viele Schüler der Kampfkünste zu übertriebenen Ehrgeiz, welcher der Entwicklung einer guten soliden Basis nicht dienlich ist, sondern mehr schadet als wirklich nützt. Bevor man eine neue Form oder Technik erlernt, sollte man die zuvor gelernte solide beherrschen, weil auf deren Fundament erst die nächst schwierigere aufbauen kann. Der Schüler unterliegt nur einer Täuschung seines blinden Ehrgeizes, wenn er glaubt, dass sein Ansehen bei den Anderen dadurch steigt, dass er möglichst viele Formen bzw. Techniken recht und schlecht laufen kann. Selbst jeder Außenstehende einer Kampfkunst kann erkennen, ob eine Form nur abgestolpert oder sie wirklich beherrscht und mit Leben sowie Ausstrahlung erfüllt wird. Das heißt, lieber seinen ungesunden Ehrgeiz in einen gesunden umwandeln und das bisher Gelernte solide festigen, bevor man sich neuen Herausforderungen stellt, sonst macht er sich nur lächerlich. Auch der Außenstehende erkennt die Fortschritte in der Ausführung einer soliden und geübten Form.

„Besser weniger und das richtig, als zu viel und das aber schlecht. Gut Ding will Weile haben.“ Die Natur hat nun mal Grenzen gesetzt und jeder Mensch braucht nun mal seine Zeit für genügend Wiederholungen, um das Erlernte zu festigen und zu verbessern. Erzwingen lässt sich nichts. Um ein guter Kampfkünstler zu werden, sollte man im eigenen Interesse mehr zum gesunden als zum übertriebenen Ehrgeiz tendieren. Tang Soo!

Betrachtungen von Klaus Trogemann zum Thema Ehrgeiz in der Kampfkunst





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## DENKUNGSART UND GESINNING VOR TECHNISCHEN FÄHIGKEITEN

Eines Tages entschied sich der berühmte Schwertmeister Tsukahara Bokuden, der im 16. Jahrhundert lebte, die Fähigkeiten seiner Söhne zu testen. Zuerst rief er seinen ältesten Sohn, Hikoshiro zu sich ins Zimmer. Als Hikoshiro die Tür aufdrückte, bemerkte er, dass sie sich schwerer als gewöhnlich anfühlte. Mit seiner Hand entlang der Tür-Oberkante fühlend, entdeckte und entfernte er eine schwere hölzerne Kopfstütze, die dort platziert worden war. Sorgfältig stellte er sie, nach betreten des

Zimmers, an ihren Platz zurück. Bokuden ließ nun seinen zweiten Sohn Hikogoro zu sich kommen. Als der nichts ahnende Hikogoro die Tür aufstieß, fiel die Kopfstütze herunter, er fing sie jedoch in der Luft auf und stellte sie ebenfalls an ihren ursprünglichen Platz zurück. Danach rief nun Bokuden nach seinem jüngsten Sohn Hikoroku. Als Hikoroku, der seine beiden älteren Brüder mit seinen überragenden technischen Fähigkeiten weit in den Schatten stellte, energisch die Tür aufstieß, fiel die Kopfstütze herunter und traf seinen Haarknoten. In einer reflexartigen Bewegung zog Hikoroku sein Kurzsword an seiner Hüfte und zerteilte die Kopfstütze, bevor sie auf den mit Matten ausgelegten Boden fiel. Bokuden sagte daraufhin zu seinen Söhnen: „Hikoshiro, Du wirst der sein, der unsere Methode der Schwertkunst weitergeben wird. Hikogoro, wenn Du dich anstrengst und nicht aufgibst, wirst Du eines Tages vielleicht das Niveau deines Bruders erreichen. Hikoroku, Du wirst sicherlich in der Zukunft den Ruin dieses Hauses verursachen und Schande auf den Namen deines Vaters bringen. Es ist nicht gut jemanden, der so unklug wie Du bist, in diesem Hause zu haben!“ Und verstieß hiermit Hikoroku.

Diese Geschichte veranschaulicht das Prinzip, dass in den Kampfkünsten geistige Fähigkeiten weitaus wichtiger als technische sind. Der Formende muss sich über den Nachfolgenden erheben!

Eine weitere bekannte Geschichte kann in diesem Rahmen zur Veranschaulichung des Prinzips „Geistige Fähigkeiten über technisches Können“ herangezogen werden. Unter Bokudens Schülern gab es einen mit außergewöhnlichen technischen Fähigkeiten. Als dieser eine Straße entlang schritt, passierte dieser Schüler ein scheues Pferd, das plötzlich nach ihm austrat. Aber gewandt drehte er seinen Körper ab, um diesem Tritt auszuweichen und entkam so einer Verletzung. Umstehende, die dies beobachtet hatten, sagten: „Er verdient es wirklich, einer von Bokudens besten Schülern genannt zu werden. Bokuden wird sicherlich die Geheimnisse seiner Kunst an ihn weitergeben, an wen denn sonst!“ Aber als Bokuden von diesem Zwischenfall hörte, war er enttäuscht und sagte: „Ich habe ihn falsch eingeschätzt“ und verwies ihn von seiner Schule. Die Leute konnten Bokudens Gründe nicht verstehen und entschieden, dass nichts anderes getan werden konnte, als Bokuden zu beobachten, wie er sich in ähnlichen Situationen verhalten würde. Um dies zu bewerkstelligen, spannten sie ein äußerst übellauliges Pferd vor ein Fuhrwerk auf einer Straße, wo sie wussten, dass Bokuden auf ihr vorbeikommen würde. Heimlich beobachteten sie ihn aus der Entfernung. Sie waren überrascht zu sehen, wie Bokuden einen weiten Bogen um das Pferd machte, indem er auf die andere Seite der Straße kreuzte. Sie wurden von diesem unerwarteten Ausgang überrascht und später, ihm ihre List beichtend, fragten sie nach Bokudens Grund für seinen plötzlichen Schülerauswurf. Bokuden erwiderte: „Eine Person mit einer geistigen Einstellung, die es ihm erlaubt, sorglos an ein Pferd vorbeizugehen, ohne in Betracht zu ziehen, dass dieses nach hinten ausschlägt, ist eine verlorener Fall, egal wie gut er seine Techniken erlernt hat. Ich dachte er wäre eine Person mit besserem Beurteilungsvermögen, aber ich habe mich geirrt!“

Übersetzt aus 'Guiding Principles of Karate' von Gichin Funakoshi

## EINE WAHRE GESCHICHTE ZUR BESINNING

Nachdem dieser ‚Newsletter‘ so kurz vor den Festtagen erscheint, hier nachfolgend eine gekürzte Geschichte über Geduld, Ausdauer, Beharrlichkeit, Bescheidenheit usw. – Die 7 Tugenden des TSD.

Frau Hondorf war über 30 Jahre Musiklehrerin an einer Grundschule in Iowa. In dieser Zeit gab sie sich redlich Mühe begabten wie unbegabten Schülern das Klavierspiel zu lehren. Einer ihrer größten Herausforderungen war der für sie total unbegabte elfjährige Robbie. Er wurde eines Tages von seiner alleinerziehenden Mutter zu ihr gebracht. Normalerweise sollten Jungens viel früher mit dem Klavierspiel anfangen, aber Robbie erwiderte, dass seiner Mutter größter Traum, sei ihn eines Tages am Klavier zu hören.

Also fing man mit den Klavierstunden an. Von Anfang an war es für Frau Hondorf ein hoffnungsloses Unterfangen. So sehr sich Robbie auch bemühte, es fehlte ihm am notwendigen Gefühl für die Töne und Grundrhythmen. Aber eifrig und pflichtbewusst übte er immer wieder die Tonleitern und Elementarstücke, die für einen Anfänger zu erlernen notwendig sind. Über die Monate hinweg versuchte er es immer wieder und wieder, während Frau Hondorf zusammengezuckt zuhörte und versuchte ihn zu ermutigen. Am Ende jeder Stunde sagte er: „Eines Tages wird meine Mutter mich spielen hören.“ Aber es erschien hoffnungslos. Er hatte keinerlei angeborene Begabung. Seine Mutter kannte Frau Hondorf nur aus der Entfernung, wenn sie winkend ihren Sohn abholte. Eines Tages erschien Robbie nicht mehr zur Klavierstunde. Zuerst wollte Frau Hondorf ihn anrufen, aber dann ließ sie es sein, weil sie glaubte, er bliebe aufgrund seiner mangelnden Fähigkeiten fern. Außerdem war er auch keine gute Empfehlung für sie als Klavierlehrerin.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Einige Wochen später lud sie alle ihre Schüler schriftlich zu einem öffentlichen Vorspiel ein. Zu ihrer Überraschung rief unerwartet auch Robbie an und bat darum, bei diesem Vorspiel dabei sein zu dürfen. Sie erklärte ihm, dass dieses Vorspiel nur für laufend regelmäßig üben - de Schüler gedacht sei, und er jedoch aufgehört hätte. Er erwiderte jedoch, dass seine Mutter erkrankt sei und ihn deshalb nicht zum Klavierunterricht hätte bringen können. Er habe jedoch regelmäßig weiter geübt und bestehe darauf, dass er vorspielen müsste. Frau Hondorf konnte nicht sagen, was sie bewog ihn trotzdem zu diesem Vorspiel zu zulassen. War es seine Beharrlichkeit oder ein Gefühl, es wird schon gut gehen.

Am Abend des Vorspiels war die Aula des Gymnasiums überfüllt mit Eltern, Freunden und Verwandten. Robbie wurde an die letzte Stelle des Vorspiels gesetzt. Nachdem alle Schüler ihr Vorspiel abgeleistet hätten, würde Frau Hondorf zur Rettung zum Schluss noch selbst etwas zum Besten geben und damit alles überspielen, was Robbie eventuell zuvor angerichtet haben würde.

Das Vorspiel lief wie am Schnürchen. Alle zeigten, was sie eingeübt hatten. Dann kam Robbie auf die Bühne. Seine Kleidung war zerknit - tert, seine Haare ungekämmt und strähmig. Warum hatte seine Mutter ihn für diesen besonderen Abend nicht besser hergerichtet, wie die anderen? Robbie setzte sich auf die Klavierbank und begann sein Vorspiel. Frau Hondorf war überrascht, als er ankündigte, dass er Mozarts Klavierkonzert #21 in C-Dur gewählt hatte. Sie war darauf nicht vorbereitet gewesen, was sie nun zu hören bekam. Seine Finger lagen federleicht auf den Tasten, sie tanzten auf dem Elfenbein. Er ging von Pianissimo zum Fortissimo, vom Allegro zum Virtuoso. Seine hängenden Akkorde, wie Mozart sie verlangt, waren ausgezeichnet. Niemals hatte Frau Hondorf Mozart von Leuten seines Alters so spielen hören. Nach ca. 6½ Minuten endete er in einem Crescendo, und jedermann war auf den Beinen und zollte rauschenden Beifall. Überwältigt und in Tränen lief Frau Hondorf die Bühne hinauf und umarmte Robbie vor Freude. Sie hatte ihn niemals so spielen hören.

Wie hatte er dies nur bewerkstelligt? Über das Mikrofon erklärte Robbie: „Frau Hondorf wie ich bereits schon zuvor sagte, war meine Mutter krank. Nun ja sie hatte Krebs und verstarb heute Morgen. Außerdem war sie von Geburt an taub, deshalb war es heute Abend das erste mal, dass sie mich jemals spielen hörte. Ich wollte es als etwas besonderes machen.“ Da gab es kein trockenes Auge an diesem Abend in dem Saal. Als die Herrschaften vom Sozialdienst Robbie von der Bühne führten, um ihn ins Waisenhaus zu bringen, bemerkte Frau Hondorf, dass auch deren Augen vor Rührung feucht waren. Frau Hondorf dachte für sich selbst, wie viel reicher ihr Leben sei, einen Schüler wie Robbie zu haben. Sie hatte niemals ein Wunderkind als Schüler. Von heute an war er es. Er war der Lehrer, sie die Schülerin. Dafür, dass er sie die Bedeutung von Ausdauer und Beharrlichkeit, Liebe und Glaube an sich selbst lehrte, und jemanden eine Chance zu geben ohne zu wissen warum!

Robbie wurde in dem sinnlosen Bombenattentat im Alfred P. Murrah Gebäude von Oklahoma City im April 1995 getötet. Viele scheinbare triviale Wechselwirkungen zwischen zwei Menschen konfrontieren uns mit der Wahl: Agieren wir mit Verständnis oder lassen wir die Gelegenheit vorbei streichen und lassen die Welt etwas kälter in ihrem Fortschritt?

Eine gekürzte Fassung einer wahren Begebenheit von Frau Mildred Hondorf.

**2006**

### ANSICHTEN ZU VERANTWORTUNG UND ANSEHEN EINES SCHWARZGURTES

Ein Schwarzgurt zu sein hat viele unterschiedliche Bedeutungen, da es eigenständige Individuen sind, die diesen Grad an Können erreicht haben. Im wesentlichen hat ein Schwarzgurt einen bestimmten Umfang an Kampfkunsthfähigkeiten in seinem gewählten Stil gemeistert. Das heißt z.B. im TSD, die Fähigkeiten des waffenlosen Zweikampfes wurden geschärft. Jedoch es bedeutet ungemein mehr als nur die Beherrschung der reinen technischen Fähigkeiten. Der Rang eines Schwarzgurträgers, den man in einer Kampfkunst erreichen kann, ist umfassend anerkannt. Als Schwarzgurt muss man das Bestmögliche tun, um physische Konfrontation zu vermeiden, die höchste Zurückhaltung praktizieren, dabei selbstsicher beim Gegenüberstehen einer bevorstehenden Bedrohung bzw. Angriff auf einen selbst oder andere bleiben. Man muss die Verantwortung bei ihm voraussetzen, andere davor zu beschützen, dass ihnen von anderen kein Schaden zugefügt wird.

Bedauerlicherweise gibt es Personen, besonders in der westlichen Gesellschaft, die tun, was sie tun können, um andere zu provozieren, damit sie ihre Fähigkeiten als Schwarzgurt unter Beweis stellen müssen. Deshalb muss man als Schwarzgurt zurückhaltend sein und Besonnenheit praktizieren, was die eigenen Fähigkeiten in den Kampfkünsten anbetrifft. Er sollte die notwendige philosophische Sicht innerhalb seines erlernten Stils entwickeln. Wenn man sich mit einem Schwarzgurt unterhält, könnte der Uneingeweihte dessen freundliches und angepasstes Verhalten als Schwäche missverstehen. Schwarzgurte sollten dazu tendieren, mehr ein zurückhaltendes Wesen an den Tag zu legen. Die überwiegende Mehrheit der westlichen Gesellschaft hat durch Fernsehen und Kino nur einen beschränkten Zugang zu den Kampfkünsten, wo mehr deren Techniken und nur wenig deren Philosophie, wenn es eine gibt, beschrieben wird bzw. zum Ausdruck kommt. Aus diesem Grund dient in diesem Fall ein Schwarzgurt auch als Botschafter der Kampfkünste für diejenigen, die uneingeweiht in den Kampfkünsten sind.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Unter der Voraussetzung, dass ein Schwarzgurt eine nicht übliche Erscheinung in der westlichen Gesellschaft ist, bedeutet es, dass alles was er innerhalb oder außerhalb des Dojangs sagt oder tut, ein Thema der Überprüfung ist und so im Umfeld in Erinnerung bleiben wird. Während einige den Namen eines Schwarzgurtes vergessen mögen, die Tatsache aber dass er ein Schwarzgurt ist, und die Art seines Auftretens als solcher wird nicht so schnell vergessen werden. Ein Schwarzgurt zu sein bedeutet, dass man nach Vortrefflichkeit in allem streben sollte, was man sagt und tut, sowie sie auch alle Schüler in den Kampfkünsten unabhängig des ausgeübten Stils repräsentieren. Als Schwarzgurt muss man sowohl als Lehrer als auch als Schüler für andere innerhalb der Kampfkünste zur Verfügung stehen. Man muss empfänglich für Fragen anderer Schüler sein und einen großen Bereich von Techniken und Wissen abdecken. Ein Schwarzgurt zu sein ist sicherlich ein Meilenstein in den eigenen Studien der Kampfkünste. Es bedeutet aber nur, dass man eine bestimmte Anzahl von Techniken gemeistert und die persönliche Sicht, in der man lebt erweitert hat.

Nachdem man mit dem Studium des TSD beginnt, lernt man, dass ein Schwarzgurt zu werden die Möglichkeit erweitert, durch die Einführung wie man sauber und effektiv sowohl Waffen als auch Philosophien und Techniken aus anderen bereits erlernten Kampfkunststilen integriert, umfassend zu lernen. Ebenfalls zusätzlich und wichtiger als die technischen Fähigkeiten in den Kampfkünsten ist deren Philosophie, die man auf der Reise, um ein Schwarzgurt zu werden, entwickelt. Sowie sich ebenfalls der Horizont dieser Philosophie erweitert, nachdem man ein Schwarzgurt wurde. Ironischerweise ein Schwarzgurt zu sein heißt, dass man Fähigkeiten gemeistert hat, welche man ehrlich hofft, niemals außerhalb des Dojangs anwenden zu müssen.

Um ein guter Schwarzgurt zu werden, ist es wichtig auf einer persönlichen Ebene einen Lehrer zu finden, bei dem man sich wohl fühlt, von ihm zu lernen und der gewillt ist, einen so wie man ist, als Schüler zu akzeptieren. Auch wenn man anfangs nicht die notwendigen körperlichen Voraussetzungen für ein TSD Training mitbringt, sollte man nicht durch unnötige ungeduldige, neugierige Fragen, die Möglichkeiten, die sich in den ersten Stunden des Lernens bieten, durch das eigene Ego verseuchen. Von der ersten Stunde an und mit jeder weiteren Stunde, die man seitdem dem Training beiwohnt, unabhängig bei welchem Trainer, sollte einem die uneingeschränkte Unterstützung und Zuversicht durch den jeweiligen Trainer zu Teil werden. Jedes mal wenn man zum Unterricht geht, unabhängig wer unterrichtet, sollte der Trainer mit dem individuellen Bedarf (Notwendigkeit) eines jeden Schülers im Dojang im Gleichklang scheinen. Beobachtet man einen Trainer, der gleichzeitig mit einer Anzahl von Schülern arbeitet, die gewöhnlich jeder für sich verschiedene Formen oder Techniken zur gleichen Zeit üben, zeigt es sich, was es bedeutet, ein Schwarzgurt zu sein. Ein Schwarzgurt sollte sich selbst bewusst sein und in Übereinstimmung mit der Umgebung leben, während er gleichzeitig unterschwellig die Zuversicht und das Vertrauen in solche stärken sollte, welche nicht so stark und selbstsicher wie er selbst sind.

Eine gekürzte Fassung eines Dan-Aufsatzes von Rick Williamson

### GEDANKEN ÜBER ANWARTSCHAFTEN ZU DEN EINZELNEN SCHWARZGURTGRADUIERUNGEN

In den traditionellen Kampfkünsten ist es auch heute noch üblich, dass der Meister seinen Schüler zu einer Überprüfung seiner Fähigkeiten vorschlägt, wenn und wann er es immer für sinnvoll hält, da nur er es ist, der aufgrund seiner langjährigen Erfahrung beurteilen kann, ob sein Schüler in seiner Reife so weit ist den nächsten Grad zu erlangen und nicht der Schüler sich selbst vorschlägt!

Früher hatte ein Meister über einen langen Zeitraum nur wenige Schüler zu betreuen, was überschaubar war. In der heutigen Zeit, in der auch traditionelle Kampfkünste über eine, selbst für einen Meister nicht mehr allein überschaubare Schülerzahl anwachsen, ist es erforderlich geworden, sich organisatorischer Konzepte zu bedienen, um eine nach wie vor qualitativ sinnvolle Entwicklung und Ausbildung der Schüler zu gewährleisten.

Die ersten neueren Graduierungssysteme kamen Anfang des 20. Jahrhunderts aus dem traditionellen Judo und wurden, nach und nach entsprechend modifiziert, von den anderen Kampfkunstsystemen übernommen. Grundgedanke all dieser Graduierungssysteme war, neben der Einteilung in technische Anforderungen mit steigendem Schwierigkeitsgrad vor allem auch vermehrte Anwartschaftszeiten. Diese waren notwendig, um die geforderten neuen technischen Anforderungen zu meistern. Ein wichtiger Punkt war aber auch die notwendige Zeit zur geistigen Reife, die nicht immer mit den jeweiligen technischen Fertigkeiten einhergeht. Schließlich steigt auch die Verantwortung des Einzelnen im Umgang mit seinem gewachsenen Können. Ein weiterer wichtiger Aspekt zur Anwartschaft, war die Bereitschaft, sich selbst zur Kampfkunst einzubringen, was am Grad seines Engagements, seinen Beiträgen, seiner Opferbereitschaft usw. gemessen wurde. Denn für das Überleben einer Kampfkunststilart ist es von grundsätzlicher Bedeutung, Schüler als zukünftige Dan-Träger und Meister heranzubilden, die einmal das Überleben des spezifischen Kampfkunststils, in der von dessen Begründer des Stils gedachten Form und Geist, sicherstellen werden. Meister werden nicht geboren, sie werden durch viel Mühsal, uneigennützig Arbeit und Beiträge für die jeweilige Kunst geformt. Da haben Egos, Selbstsüchtige und Selbstüberschätzende keinen Platz im System, da diese aufgrund ihrer Einstellung nicht zum Überleben der Stilart beitragen. Es ist keine Spielwiese für Eitle, Ehrgeizige, Machtbesessene usw. Diese richten nur letztendlich mit ihrem Egoismus den eigenen Stil zu Grunde.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Im Gup- und Dan-Manual der DTSDV/WTSDA ist unter anderem auch die Prüfungsordnung unseres Verbandes hinterlegt, in der sich die über 60jährige Kampfkunsterfahrung des Großmeisters im Umgang mit Aspiranten niederschlägt. Es soll hier nicht auf die technischen Anforderungen eingegangen werden, sondern nur auf den Sinn und Zweck der Anwartschaften zur Erlangung des nächsthöheren Grades, insbesondere bei den Dan- und Meistergraduierungen. In dem Dan-Manual sind unter anderem die jeweiligen Mindestanwartschaften zur Prüfungszulassung zum nächsthöheren Grad niedergelegt. Eine Mindestanwartschaft bedeutet kein Automatismus sofort innerhalb dieser Zeit das Recht zur Prüfungszulassung für den nächsten Grad zu haben. Mit wachsendem Rang gehört zur Mindestanwartschaft neben der Trainerverpflichtung zusätzlich die erfolgreiche Übernahme von organisatorischen Aufgaben, Funktionen und Pflichten entsprechend dem jeweilig angestrebten Rang. Um es einmal an einem Beispiel innerhalb unseres Verbandes zu verdeutlichen:

- Ein **Cho Dan Bo** muss unter Beweis gestellt haben, dass er ein Jahr lang eine Schülergruppe unterrichten konnte.
- Ein **Cho Dan** muss über drei bis vier Jahre regelmäßig wöchentlich ein bis zwei Trainingseinheiten in einem Studio übernehmen können.
- Ein **Ih Dan** muss erfolgreich mindestens über drei bis vier Jahre ein Studio, Club, Verein, Abteilung aufgebaut und erfolgreich weitergeführt haben.
- Ein **Sam Dan** muss über mindestens fünf Jahren bewiesen haben, dass er in der Lage ist, TSD-Lehrgänge abzuhalten und sie zu organisieren sowie TSD-Meisterschaften durchführen zu können.

Zusätzlich werden von allen Aspiranten, auf höhere Ränge, dem angestrebten Rang entsprechend ein höheres bis außergewöhnliches Maß an uneigennützigem Engagement für den Verband eingefordert.

Zur Sah Dan- und später Meisterprüfung wird man vom Dachverband der WTSDA eingeladen, bei dem man sich inzwischen aufgrund seiner bisherigen Beiträge zur DTSDV/WTSDA einen Namen gemacht haben muss. Man kann sich nicht selbst zu diesen Vorbereitungslehrgängen einladen! Trittbrettfahrer und Selbstüberschätzer sowie Egoisten haben hier keine Überlebenschance. Sie werden sehr schnell ausgefiltert.

Natürlich kann nicht jeder aufgrund seiner persönlichen Lebensumstände jedes Mal alle geforderten Bedingungen in der Minimalanwartschaftszeit erfüllen. Jedoch gibt es auch hier für ihn die Möglichkeit weiterzukommen. Denn jeder kann im Rahmen der persönlichen Gegebenheiten mit seinem Engagement zum Verband beitragen. Es verlängert sich nur entsprechend die Anwartschaftszeiten. Und was bedeutet es schon, ob man vom Cho Dan Bo zum Sah Dan/Meister in zehn Jahren oder erst in zwanzig Jahren gelangt. Wenn es einem wirklich ein persönliches Bedürfnis ist, wird er unverdrossen daran und vor allem an sich selbst arbeiten, um das für ihn gewünschte und bedeutende Ziel zu erreichen bzw. den Rang zu erlangen.

Am aller wichtigsten ist die Grundeinstellung dazu. Gibt man aus ehrlicher Überzeugung seine Beiträge und sein Engagement für die Kampfkunst und deren Fortbestehen oder ist es nur für das persönliche Prestige mit den damit einhergehenden Äußerlichkeiten? Im letzteren Fall belügt man sich nur selbst. Der weise Spruch „Man trägt seinen Gürtel nicht um die Hüften sondern im Herzen!“ gilt noch heute. Leider wollen oder können viele Mochtegern-Aspiranten dies nicht verstehen. Deshalb werden von Grad zu Grad die Anwartschaften verlängert, um durch Überprüfung des ehrlichen Engagement die Spreu vom Weizen zu trennen. Nur die, die wirklich ehrlich und uneigennützig ihre Beiträge zum Verband liefern und die Aufgaben für den Verband erfüllen, sind diejenigen, die langfristig das Überleben des Verbandes und des Stils sicherstellen werden. Und auf die kommt es letztendlich an! Jeder sollte auf dem Platz glücklich sein und zufrieden seine Aufgaben erfüllen, die seinen Fähigkeiten entsprechen, weil er sich sonst unnötig dem Spott der Umwelt preisgibt und damit nur sein gewünschtes Ansehen unnötigerweise demontiert und damit letztendlich auch das Ansehen des Verbandes. Viele fühlen sich berufen und nur wenige sind es wirklich! Für einen höheren Meister ist es eine verantwortungsvolle Pflicht, jedem seinen Fähigkeiten entsprechend zu fördern bzw. auf den Platz zu stellen bzw. zu belassen, wo er zu seinem und dem Wohle des Verbandes/Stils hingehört.

Tang Soo!!

Aus jüngst gegebenen Anlässen ein längst fälliger Kommentar von Klaus Trogemann



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## FREUNDSCHAFT

Eines Tages, ich war gerade das erste Jahr auf der High School, sah ich ein Kind aus meiner Klasse nach Hause gehen. Sein Name war Kyle. Es sah so aus, als würde er alle seine Bücher mit sich tragen. Ich dachte mir: "Warum bringt wohl jemand seine ganzen Bücher an einem Freitag nach Hause? Das muss ja ein richtiger Dummkopf sein." Mein Wochenende hatte ich schon verplant (Partys und ein Fußballspiel mit meinen Freunden morgen Nachmittag), also zuckte ich mit den Schultern und ging weiter.

Als ich weiter ging, sah ich eine Gruppe Kinder in seine Richtung laufen. Sie rempelten ihn an, schlugen ihm seine Bücher aus den Armen und schubsten ihn, so dass er in den Schmutz fiel. Seine Brille flog durch die Luft, und ich beobachtete, wie sie etwa drei Meter neben ihm im Gras landete. Er schaute auf und ich sah diese schreckliche Traurigkeit in seinen Augen. Mein Herz wurde weich. Ich ging zu ihm rüber, er kroch am Boden umher und suchte seine Brille, und ich sah Tränen in seinen Augen. Als ich ihm seine Brille gab, sagte ich: "Diese Typen sind Blödmänner."

Er schaute zu mir auf und sagte: "Danke!" Ein großes Lächeln zierte sein Gesicht. Es war eines jener Lächeln, die wirkliche Dankbarkeit zeigten. Ich half ihm seine Bücher aufzuheben und fragte ihn, wo er wohne. Es stellte sich heraus, dass er in meiner Nähe wohnt, also fragte ich ihn, warum ich ihn vorher nie gesehen habe. Er erzählte mir, dass er zuvor auf eine Privatschule gegangen war.

Ich hätte mich nie mit einem Privat-Schul-Kind abgeben. Den ganzen Nachhauseweg unterhielten wir uns; und ich trug seine Bücher. Er war eigentlich ein richtig cooler Kerl. Ich fragte ihn, ob er Lust hätte mit mir und meinen Freunden am Samstag Fußball zu spielen. Er sagte zu. Wir verbrachten das ganze Wochenende zusammen, und je mehr ich Kyle kennen lernte, desto mehr mochte ich ihn. Und meine Freunde dachten genauso über ihn.

Es begann der Montagmorgen, und auch Kyle mit dem riesigen Bücherstapel war wieder da. Ich stoppte ihn und sagte: "Oh man, mit diesen ganzen Büchern wirst du eines Tages noch mal richtige Muskeln bekommen." Er lachte und gab mir einen Teil der Bücher. Während der nächsten vier Jahre wurden Kyle und ich richtig gute Freunde.

Als wir älter wurden, dachten wir übers College nach. Kyle entschied sich für Georgetown, und ich mich für Duke. Ich wusste, dass wir immer Freunde sein werden, und diese Kilometer zwischen uns niemals ein Problem darstellen würden. Er wollte Arzt werden und ich hatte vor eine Fußballer-Karriere zu machen.

Kyle war Abschiedsredner unserer Klasse. Ich neckte ihn die ganze Zeit, indem ich sagte, er sei ein Dummkopf. Er musste eine Rede für den Schulabschluss vorbereiten. Ich war so froh, dass ich nicht derjenige war, der sprechen musste. Am Abschlusstag sah ich Kyle. Er sah großartig aus. Er war einer von denen, die während der High School zu sich selber finden und ihren eigenen Stil entwickeln. Er hatte mehr Verabredungen als ich und alle Mädchen mochten ihn. Manchmal war ich richtig neidisch auf ihn. Heute war einer dieser Tage. Ich konnte sehen, dass er wegen seiner Rede sehr nervös war. Ich gab ihm einen Klaps auf den Rücken und sagte: "Hey, großer Junge, du wirst großartig sein." Er sah mich mit einem jener Blicke (die wirklich dankbaren) an und er lächelte. "Danke!", sagte er.

Als er seine Rede begann, räusperte er sich kurz und fing an: "Der Abschluss ist eine Zeit, um denen zu danken, die dir halfen, diese schweren Jahre zu überstehen. Deinen Eltern, Deinen Lehrern, Deinen Geschwistern, vielleicht einem Trainer, aber am meisten Deinen Freunden. Ich sage euch, das beste Geschenk, das ihr jemandem geben könnt, ist eure ehrliche Freundschaft. Lasst mich euch eine Geschichte erzählen." Ich schaute meinen Freund etwas ungläubig an, als er von dem Tag erzählte, an dem wir uns das erste Mal trafen. Er hatte geplant, sich an diesem Wochenende umzubringen. Er erzählte weiter, dass er seinen Schrank in der Schule ausgeräumt hat, so dass seine Mutter es später nicht tun müsste, und trug sein Zeug nach Hause. Er schaute mich an und lächelte. "Gott sei Dank, ich wurde gerettet. Mein Freund hat mich von dieser unsäglichen Sache bewahrt." Ich konnte spüren, wie die Masse den Atem anhielt als dieser gut aussehende, beliebte Junge uns von seinem schwächsten Augenblick im Leben erzählte. Ich bemerkte wie seine Mutter und sein Vater lächelnd zu mir herüber sahen, genau dasselbe, dankbare Lächeln. Niemals zuvor spürte ich solch eine tiefe Verbundenheit.

Unterschätze niemals die Macht Deines Handelns. Durch eine kleine Geste kannst du das Leben einer Person ändern. Zum Guten oder zum Bösen. Die Schöpfung setzt uns alle ins Leben des anderen, um uns gegenseitig zu beeinflussen, auf jede Art und Weise. Sieh' das Gute in anderen.

***» Freunde sind Engel, die uns wieder auf die Beine helfen, wenn unsere Flügel vergessen haben, wie man fliegt «***

Eine gekürzte Fassung einer amerikanischen Kurzgeschichte, die mir von einer guten Freundin zur Weitergabe übermitteln wurde, was ich hiermit dankbar für einen nun größeren Kreis tue. Sie passt zu dieser Jahreszeit, zur Besinnung und zum Nachdenken auch im Umgang mit unseren Mitmenschen. !! Tang Soo !!



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

2007

## Ego

Anlässlich eines Dan-Lehrganges wurde die Frage gestellt: "Was ist der Totschläger Nummer 1 für gute Tang Soo Do Schwarzgurte?" Zum großen Erstaunen, kam als überwiegende Antwort: "Ego."

Somit dürfte dies ein für alle Mitglieder unserer DTSDV ein ergiebiges Diskussionsthema sein. Wir sollten uns alle die Zeit nehmen, den Effekt des "Ego" auf das Training und die Entwicklung der Kampfkunst zu betrachten.

Im Koreanischen wird Ego "Ah Jip" genannt. "Ah" bedeutet selbst, "Jip" bedeutet Liebe, Zuneigung. Im Lexikon ist es als "das Selbst als Kontrast zu einem anderen Selbst oder zur Welt" beschrieben. Wenn wir von "Ego" sprechen, sprechen wir davon, wie jemand sich selbst im Vergleich zu anderen oder seine Wichtigkeit wahrnimmt. Ego ist ein sehr wichtiges Konzept. Wie alle Dinge des Universums, hat es sowohl positive als auch negative Funktionen, die von dem empfindlichen Gleichgewicht des Wohlbefindens und der Fortentwicklung des einzelnen abhängt.

An uns selbst zu glauben und an das, was wir tun, hilft uns stark zu machen. Dies gibt uns eine positive Visualisierung unserer Fähigkeiten, um unsere Ziele sowohl im Do-Jang als auch außerhalb zu erreichen. Ohne geeignete Ego-Entwicklung wäre der Ausübende schwach und wäre unausgewogen.

Im Biologieunterricht lernt man, dass jedes menschliche Lebewesen verschiedene Sorten von Viren in seinem Körper hat. Diese Viren haben gute und schlechte Auswirkungen auf den einzelnen und müssen zusammenarbeiten, um die Gesundheit des Körpers zu garantieren. Wenn aus irgend einem Grund ein Ungleichgewicht eintritt, wo ein Virus dominiert, beginnt sich der Gesundheitszustand dieses einzelnen zu verschlechtern.

Wenn das Ego einer Person zu stark wird und die Wahrnehmung eines Menschen von sich selbst und seiner Wichtigkeit die Wirklichkeit verdreht, dann droht die Verschlechterung genauso, wie wenn ein Virus vom Wege abkommt. Im Laufe von Jahrzehnten Kampfkunst sah man, wie zahlreiche gute Schwarzgurte von diesem "Ego-Virus" zerstört wurden, obwohl unser Tang Soo Do Geist und Haltung von uns darauf trainiert wird, diesem Ausbruch zu widerstehen.

Die ersten Symptome der Krankheit zeigen sich durch den Schüler selbst, der plötzlich anfängt ständig zu widersprechen, zu fragen und sich gegen die Methoden und Werte aufzulehnen, die während Jahrtausenden, in denen unsere Kunst existiert, wieder und wieder erprobt sind. Der Schüler baut dann eine Burg um sich herum auf und erlaubt keinem anderen hineinzugehen. Nur das "Selbst" existiert. Nur das "Selbst" ist richtig. Nur das "Selbst" kann den wahren Weg sehen. Keine anderen Ideen sind annehmbar. In diesem Stadium erfährt der Schüler Enttäuschung, Zorn, Widerspruch und Unglück. Die Worte "aber" und "weil" werden Hauptbestandteile seines Vokabulars. Die verdrehte Ansicht vom "Selbst" verschlingt die schwachen Versuche der Person, wieder ein Teil des ganzen zu werden, und zwingt ihn, die Beziehungen zu seinem Körper, die ihm die Geburt gab, abzurechnen. Sie beginnen eine endlose Reise auf der Suche nach Anbetern, die ihnen folgen und ihre verdrehten Ansichten als Lehre akzeptieren. Schließlich verschwinden sie.

Man verliere nie sein Ziel aus den Augen! Wenn das Ziel die Mittel rechtfertigt, wenn die Ziele des "Selbst" größer werden als das Wohl des Ganzen, wenn die ganze Welt unrecht und man selbst nur recht hat, besteht die Möglichkeit, dass der "Ego-Virus" in einem überhand genommen hat.

Man sollte in den Spiegel schauen. Sich zwingen herauszufinden, wer man wirklich ist. Das Tang Soo Do Training dazu benutzen, seinen Weg neu auszurichten. Man kann überleben und einen unbezwingbaren Geist entwickeln. Dabei darf man aber nicht vergessen, dass man auch Bescheidenheit gelernt hat. Es gibt zehn Schwarzgurtgrade in unserem System, und dennoch kann man nur neun erreichen.

Ein erfahrener Meister sagte einmal während eines frühen Tang Soo Do Trainings: „Welche Energie man auch immer abgibt, sie wird einem durch die Kräfte des Universums, die die Oberhand gewinnen, zurückgegeben.“ Falls man negative Energie abgibt, dann wird diese zurückgegeben. Falls man positive Energie abgibt, wird diese zurückgegeben. Nur wenn man sich darauf konzentriert, anderen zu helfen, wird man Hilfe finden, um vorwärts zu kommen. Nur wenn es seine Ziele sind, seine Schule und unsere Organisation zur bestmöglichen zu machen, wird man plötzlich finden, dass man der Beste wurde, der man sein kann.

Eine modifizierte Fassung eines früheren Kurzartikels von GM Shin zum Nachdenken über uns selbst und unserer Ziele.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## VERANTWORTUNGSBESWUSSTSEIN UND VERLÄSSLICHKEIT

Im Zusammenhang mit den Vorbereitungen und der Durchführung der verschiedenen Veranstaltungen während der EM 2007 in Isma - ning konnte ich als federführender Organisator viele neue Erfahrungen sammeln, davon überwiegend positive aber leider auch einige nega - tive. Gerade die letzten veranlassen mich dazu, einmal die Themen Verantwortungsbewusstsein und Verlässlichkeit anzuschneiden.

Zu aller erst möchte ich hier meinen Dank an all jene aussprechen, die zum erfolgreichen Gelingen all dieser einzelnen Veranstaltungen, belegt durch die übergroße ausschließlich positive Resonanz, beigetragen haben. Wer je auf einer großen internationalen Meisterschaft un - serer WTSDA dabei war, weiß, wie viel uneigennütziges Engagement und Unterstützung dort zum Gelingen der jeweiligen Veranstaltung von den Beteiligten geleistet und erbracht wird. Ohne das tatkräftige Zuarbeiten Einzelner sind solche Veranstaltungen nicht so ohne weiteres durchzuführen. Wie die Erfahrungen aus der Vergangenheit zeigen, sind es immer dieselben wenigen Engagierten innerhalb der DTSDV so - wie außerhalb, die die notwendige Bereitschaft zur Unterstützung aufbringen und immer wieder dieselbe große schweigende Mehrheit, die durch dezente Abwesenheit außer bei der dann zu zelebrierenden eigenen Selbstdarstellung glänzen.

Im Vorfeld der Planungen und Vorbereitungen zu diesen Veranstaltungen haben sich einige Herrschaften angeboten bzw. auch auf An - frage hierzu bereit erklärt, wichtige Aufgaben zur Organisationsabwicklung zu übernehmen. Es wurden sehr viele gute Ideen herangetragen, die auf Grund der Unerfahrenheit der Vorschlagenden, leider nicht alle der geforderten Praxis gerecht und deshalb realisiert wurden. Dazu kam auch der, von denjenigen unterschätzte Zeitfaktor und Realisierungsaufwand, der ihnen dann im Endeffekt gravierende Probleme verur - sachte. Man kann jungen Herrschaften die Unerfahrenheit ihrer Jugend zu Gute rechnen, dass sie in ihrer Naivität den benötigten Arbeitsauf - wand und den dazu erforderlichen Zeitfaktor unterschätzt haben. Was aber sehr schwer zu akzeptieren und zu verstehen ist, wenn erst zu den vereinbarten Terminen von den Beteiligten ohne rechtzeitige Vorwarnung die Aufgaben einfach hingeworfen und die Verantwortlichen einfach im letzten Moment vor einem Scherbenhaufen im Stich gelassen werden! Es scheint sich in der heutigen Zeit ein Geist entwickelt zu haben, in dem Verlässlichkeit und Verantwortungsbewusstsein keine tragende Säule der eigenen Persönlichkeit oder auch wichtige Tugend mehr zu sein scheint.

Ich möchte hiermit an alle Dan-Träger und zukünftige der DTSDV appellieren, sich darüber im klaren zu sein, dass das Vorhandensein dieser so wichtiger Eigenschaften für einen Schwarzgurt in der DTSDV/WTSDA unabdingbar ist. Ein Dan-Träger ist ein Vorbild und eine tra - gende Säule des Vereins, des Verbandes. Auf ihn müssen sich die Schüler absolut verlassen können.

In der berechtigten Hoffnung, dass dieser Appell an die Ehre und Verpflichtung unserer Dan-Träger nicht sinnlos verhallt, verbleibe ich.

! Tang Soo !

Klaus Trogemann  
Vorsitzender der DTSDV

## EINE GESCHICHTE ÜBER EINSICHT, VERTRAUEN UND ENGAGEMENT

Als sie am ersten Schultag vor der fünften Klasse stand, sagte sie den Kindern eine Unwahrheit. Wie die meisten Lehrer schaute sie auf ihre Schüler und sagte, dass sie sie alle gleich möge. Jedoch war dies unmöglich, weil in der ersten Reihe ein Junge namens Teddy Stoddard in seinem Sitz hinein gelümmelt saß. Frau Thompson hatte das Jahr zuvor beobachtet und bemerkt, dass er nicht gut mit Kindern spielen konnte, dass seine Kleidung schmutzig war und er andauernd ein Bad benötigte. Zusätzlich konnte Teddy sehr unfreundlich sein. Es kam zu Punkt, wo Fr. Thompson ein Vergnügen hatte, seine Unterlagen mit einem breiten roten Stift mit einem fetten 'X' zu markieren und um dann ein großes 'F' für falsch oben auf seine Papiere zu schreiben. An der Schule wo Fr. Thompson unterrichtete, gab es die Anweisung, die Auf - zeichnungen, die über jedes Kind gemacht wurden, jährlich zu überprüfen. Sie wartete mit denen von Teddys bis zu Letzt. Jedoch als sie sei - ne Akte durchsah, wurde sie überrascht.

Teddys erster Lehrer schrieb: "Teddy ist ein aufgeweckter Junge mit einem offenen Lächeln. Er macht seine Arbeiten ordentlich und hat gute Manieren. Er ist eine Freude für seine Umgebung." Sein Lehrer in der zweiten Klasse schrieb: „Teddy ist ein ausgezeichnete Schüler, sehr beliebt bei seinen Klassenkameraden, aber er hat Probleme, da seine Mutter eine tödliche Krankheit hat und das Leben zu Hause ein ständiger Kampf sein muss.“ Sein Lehrer aus der dritten Klasse schrieb: „Der Tod seiner Mutter hat ihn hart getroffen. Er versucht sein Bes - tes, aber sein Vater zeigt nicht viel Interesse. Sein Leben zu Hause wird ihn bald in Mitleidenschaft ziehen, wenn nicht entsprechende Schrit - te dagegen unternommen werden.“ Teddys Lehrer aus der vierten Klasse schrieb: „Teddy wirkt zurückgezogen in sich gekehrt und zeigt nicht viel Interesse an der Schule. Er hat nicht viele Freunde und manchmal schläft er im Unterricht.“

Von diesem Moment an realisierte Fr. Thompson das Problem und war beschämt über sich selbst. Sie fühlte sich noch schlechter, als ihr die Schüler ihre Weihnachtsgeschenke brachten, eingewickelt in wunderschönen Schleifen und glänzenden Papier, außer das von Teddy.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Sein Geschenk war plump eingewickelt in schweren, braunen Packpapier, das von einer Einkaufsstüte eines Supermarktes stammte. Es verursachte Fr. Thompson Unbehagen, es zwischen den anderen Geschenken zu öffnen. Einige der Kinder begannen zu lachen, als sie ein Bergkristallarmband, dem einige Steine fehlten, so wie eine zu einem Viertel gefüllte Parfümflasche vorfand. Aber sie unterdrückte das Gelächter der Kinder, als sie kundtat, wie schön das Armband sei, als sie es anlegte und etwas Parfüm auf ihr Handgelenk stäubte. An diesem Tag blieb Teddy Stoddard länger, um zu sagen: „Frau Thompson, heute dufteten Sie so, wie es meine Mutter tat“. Nachdem alle Kinder verschwunden waren, weinte sie über eine Stunde. An diesem Tag hörte sie auf Lesen, Schreiben und Rechnen zu unterrichten. Stattdessen begann sie Kinder zu lehren. Fr. Thompson schenkte von nun an besonders Teddy ihre Aufmerksamkeit. Als sie mit ihm arbeitete schien es, dass er auflebte. Je mehr sie ihn ermutigte, um so mehr erwiderte er. Bis zum Ende des Jahres wurde Teddy eines der klügsten Kinder in der Klasse und ungeachtet ihrer Lüge, sie würde alle Kinder gleich mögen, wurde Teddy einer ihrer Lehrerlieblinge.

Ein Jahr später fand sie einen Zettel unter ihrer Tür auf dem stand, dass sie der beste Lehrer war, den er je in seinem ganzen Leben hatte. Sechs Jahre vergingen, bevor sie eine andere Notiz von Teddy erhielt. Er schrieb, dass er die High School als Drittbester beendete und sie war immer noch sein bester Lehrer, den er je hatte. Vier Jahre danach, bekam sie einen weiteren Brief, der besagte, dass es eine sehr harte Zeit gewesen war, in der Schule zu bleiben, aber er hielt durch und würde bald seinen Abschluss auf dem College mit den höchsten Auszeichnungen machen. Er versicherte Fr. Thompson, dass sie noch immer der beste Lehrer sei, den er je in seinem Leben hatte. Dann vergingen vier weitere Jahre und es kam ein weiterer Brief. Diesmal erklärte er, dass er nach seiner Graduierung sich entschlossen hatte, noch etwas weiter zu gehen. Und sie sei noch immer der beste Lehrer, den er je hatte. Aber diesmal war der Name etwas länger. Denn diesmal war der Brief jetzt mit Dr. Theodore F. Stoddard unterschrieben.

Die Geschichte endet nicht hier. Wie man sieht, gab es wenig später einen weiteren Brief. Teddy hatte ein Mädchen kennen und lieben gelernt und würde sie bald heiraten. Er erklärte, dass sein Vater einige Jahre zuvor verstorben war und er lässt nun anfragen, ob sie netterweise den Platz der Mutter des Bräutigams übernehmen würde. Natürlich tat sie dies. Und nun rate man was? Sie trug das Armband, an dem einige Bergkristalle fehlten. Zusätzlich verwendete sie dasselbe Parfüm, das Teddy an seine letzten Weihnachten mit seiner Mutter erinnerte.

Sie umarmten sich und Dr. Stoddard flüsterte in Fr. Thompsons Ohr: „Danke vielmals dafür, mir das Gefühl gegeben zu haben, wichtig zu sein und mir zu zeigen, dass ich den Unterschied machen konnte.“ Fr. Thompson flüsterte mit Tränen in den Augen zurück: „Teddy Du hast es falsch verstanden. Du warst derjenige, der mich den Unterschied lehrte. Ich wusste nicht zu lehren, bis ich Dich traf.“

Für die, die es nicht wissen können. Dr. Teddy Stoddard ist heute ein erfolgreicher Leiter einer bekannten Krebsklinik, die seinen Namen trägt.

In der berechtigten Hoffnung, dass diese wahre Geschichte auch zum Nachdenken an die, oft leider verborgenen guten Eigenschaften in unseren Mitmenschen, anregt, verbleibe ich mit den besten Wünschen für ein Frohes Fest und ein erfolgreiches und gesundes Neues Jahr an alle Mitglieder der DTSDV.

Klaus Trogemann

**2008**

## DIE AUFKLÄRENDE ERNÜCHTERUNG UM EINE IDM ORGANISATION

Vor gut 8 Jahren, am 13.11.1999, sollte mein Verein die Internationale Deutsche Tang Soo Do Meisterschaft in München ausrichten. Einerseits war es eine große Ehre für uns aber andererseits auch eine große Herausforderung. Wir waren damals zwar drei erste Dan- und zwei Cho Dan Bo-Träger und haben alle bereits an einigen Meisterschaften teilgenommen, jedoch die Organisation einer solchen Veranstaltung war für uns gänzlich neu.

Unsere Trainingshalle war für ein Ereignis dieser Größenordnung in keiner Weise geeignet. Der Vater eines Schülers unseres Studios war uns glücklicherweise bei der Hallensuche behilflich, so dass wir recht bald eine Halle, die fast mitten in München zu finden war, besichtigen konnten. Vor Ort konnten wir uns ebenfalls von der für unsere Belange durchaus brauchbaren Infrastruktur überzeugen. Die Halle war für die Teilnehmer und die Zuschauer groß genug, in unmittelbarer Nähe gab es ausreichend Parkplätze und man konnte die Teilnehmer im selben Gebäude verpflegen. Die Halle konnte ferner für uns für den vorgesehenen Termin reserviert werden. So war die erste Hürde genommen. Es sollte allerdings noch viele andere Hürden geben, von denen wir damals nichts ahnten.

Ich gehe davon aus, dass fast jedem Teilnehmer einer Deutschen Tang Soo Do Meisterschaft mindestens einmal oder gar schon mehrmals folgender Gedanke in den Sinn gekommen ist: "Insgesamt war die Meisterschaft schön, aber die Organisation! Ja die Organisation! Man hätte doch vieles besser machen können! Es hat doch eine Ewigkeit gedauert, bis die Leute sich aufgestellt haben! Und die langen Wartezei-





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

ten, bis man überhaupt an der Reihe war!" Auch wir waren nicht frei davon und haben untereinander darüber diskutiert, dass wir wohl zumindest einiges anders gestalten würden, wenn wir mal eine solche Meisterschaft organisieren sollten. Auf jeden Fall würden wir einen straffen Zeitplan aufstellen, der dann – wie sollte es anders sein – auch bis auf die Minute einzuhalten ist. Wir würden riesige Pokale für die ersten, zweiten, dritten und auch die vierten Plätze besorgen, und für diejenigen Teilnehmer, die mit leeren Händen nach Hause gehen sollten, würden wir phantastische Trost-Trophäen vorsehen. Alles in allem würde sich die von uns organisierte Meisterschaft von allen bisher stattgefundenen deutlich abheben. Und alle Teilnehmer und Zuschauer wären sichtlich begeistert und würden noch Jahre später von dem gelungenen und glanzvollen Ereignis schwärmen.

Eines Tages haben uns dann unsere Träumereien eingeholt und wir sollten also tatsächlich eine Meisterschaft mitorganisieren. Nach und nach sind unsere Wunschvorstellungen wie Seifenblasen zerplatzt. Wir haben versucht, die voraussichtlichen Einnahmen den aus unserer damaligen Sicht notwendigen Ausgaben gegenüberzustellen. Die Rechnung war insofern schwierig, da wir nicht hundertprozentig sicher sein konnten, ob wir mit 100 oder mit 200 Teilnehmern rechnen sollten. Sollten wir das Schwarzgurt-Essen für 20 oder 30 Schwarzgurte und Funktionäre vorsehen? Wo gibt es preiswerte Pokale, die nach was ausschauen, aber günstig sind? Und was sollte geschehen, wenn unsere Kalkulation in Bezug auf die Teilnehmerzahl nicht stimmen sollte und wir zu wenige oder zu viele Pokale bestellen würden? Wie viele Ringe sollten wir wohl vorsehen und wie sollten wir die Teilnehmer sinnvoll und gerecht zu Gruppen zusammenfügen? Kommen überhaupt genügend Ringrichter zusammen, damit das Wettbewerbsgeschehen nicht ins Stocken gerät? Sponsoren hätten wir auch gerne gehabt, konnten aber keine finden. Trotz all dieser ungeklärten Fragen war die Stimmung nach wie vor revolutionär und wir waren immer noch fest davon überzeugt, dass wir irgendwie eine phantastische Meisterschaft auf die Beine stellen würden. Bis zur Meisterschaft war ja Gott sei Dank noch reichlich Zeit.

Die Erlösung ist recht schnell gekommen. Wir haben uns mit unserem Meister getroffen, um die prinzipielle Organisation, die grobe Aufgabenverteilung und die noch vorab zu erledigenden Hausaufgaben zu besprechen. Die Gespräche sind sehr konstruktiv verlaufen. Statt unsere frisch geborenen Ideen einfach auf den Tisch zu knallen, haben wir uns stattdessen erst einmal erzählen lassen, wie die vergangenen Meisterschaften bisher organisatorisch angegangen worden sind. Und schön der Reihe nach haben wir Antworten auf unsere ungeklärten Fragen bekommen. Darüber hinaus haben wir auch viel über Probleme erfahren, die mit der Organisation einer Meisterschaft fast untrennbar verbunden sind. All dies hat sich übrigens weder phantastisch noch revolutionär angehört, sondern nur sachlich. Durch die Gespräche und die unmittelbare Beteiligung an allen Arbeiten vor, während und auch nach der Meisterschaft ist uns vieles klar geworden, dass wir ohne diesen praxisnahen Bezug nicht verstanden hätten.

Wenn man als Unbeteiligter sich eine unserer Meisterschaften von außen anschaut, so entsteht leicht der Eindruck, dass es doch ganz einfach sein müsste, eine solche Meisterschaft zu organisieren: "Die Leute kommen zusammen, zeigen, was sie können, gewinnen ihre Medaillen oder Pokale, und anschließend gehen sie wieder glücklich und zufrieden nach Hause. Ist doch simpel." Schön wär's, wenn's so wäre. Denn kann man ernsthaft darauf bauen, dass alle Teilnehmer sich rechtzeitig anmelden und die Startgelder ohne Anmahnung termingerecht überweisen? Kann man sich darauf verlassen, dass die Teilnehmer zum Beispiel ausnahmsweise allesamt pünktlich zur Meisterschaft kommen? Kann man wirklich hundertprozentig damit rechnen, dass alle, die sich angemeldet haben, auch tatsächlich kommen und überall dort auftauchen, wo sie auftreten sollten, ohne dass man sie mehrmals ausrufen oder gar überall suchen muss? Kann man sich auf alle Mithelfenden verlassen? Findet man überhaupt noch Sponsoren heutzutage, oder haben alle Sportförderer sich ausschließlich für Fußballsponsoring entschieden? Sind all diese Fragen nicht ein wenig naiv? Sie wären naiv und sogar gänzlich überflüssig, wenn eine Tang Soo Do Meisterschaft wunderbarerweise von alleine funktionieren würde. Das tut sie aber nicht. Ohne die umfangreiche Vorarbeit, die meist sozusagen im Verborgenen noch lange vor dem bekannt gegebenen Meisterschaftstermin begonnen wird, und ohne das flexible Agieren der Organisatoren während der Meisterschaft, wäre keine erfolgreiche Meisterschaft durchführbar. Ich lasse mich selbstverständlich jeder Zeit gerne eines Besseren belehren, wenn einer es beispielsweise schaffen sollte, einfach so und ohne Vorbereitung eine tolle Meisterschaft aus dem Boden zu stampfen, nach der die Teilnehmer und die Zuschauer gleichermaßen freudestrahlend und begeistert wären.

Die Startgelder sind vielleicht nicht ganz günstig, wenn wir indes die immense unentgeltliche Arbeit der Organisatoren und das ehrenamtliche Engagement der vielen Helfer leistungsgerecht entlohnen sollten, dann könnte sich tatsächlich kaum einer mehr einen Auftritt bei unseren Meisterschaften leisten. Eine Meisterschaft ist aber nun mal mit Kosten verbunden, die leider nicht zu hundert Prozent von Sponsoren getragen werden.

Unsere Meisterschaft ist damals vor über 8 Jahren übrigens ganz toll gewesen. Bestimmt haben nicht alle Teilnehmer einen Pokal gewonnen und nicht alle konnten dann auftreten, wann es ihnen lieb gewesen wäre. Aber was im Bereich des Machbaren gewesen ist, haben wir so gut, wie es uns möglich war, getan. Wir haben sehr viel dazu gelernt. Jetzt wissen wir, dass eine gelungene Meisterschaft nur dann zustande kommen kann, wenn alle Organisatoren und Helfer ein gemeinsames Ziel vor Augen haben und auch die kleinsten Aufgaben Hand in Hand zuverlässig erledigen. Das gemeinsame Zupacken als Gruppe bringt mehr, als die fleißige Arbeit vieler Einzelkämpfer, die ihre Aufga-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

ben nicht wirklich koordinieren. An dieser Stelle möchte ich mich nachträglich nochmals bei unserem Meister Klaus Trogemann für die konstruktive Zusammenarbeit und für die gelungene Meisterschaft bedanken.

### Die Geschichte lässt sich auch kurz auf den Punkt bringen:

1. Bevor wir eine Tang Soo Do Meisterschaft aktiv mitorganisiert haben, haben wir große Töne gespuckt, denn wir waren überzeugt, dass wir ohne weiteres in der Lage wären, eine mustergültige Meisterschaft zu organisieren.
2. Als wir 1999 eine Meisterschaft ausrichten sollten, haben wir viele Fragen, aber keine eindeutigen Antworten, viele Ideen, aber kein Konzept gehabt.
3. Am Ende waren wir heilfroh, dass Meister Trogemann uns mit seinem Wissen und vor allem mit seiner unschätzbaren Erfahrung beigestanden hat. Ohne sein wohl wollendes Mitwirken und behutsames Lenken hätten wir höchstwahrscheinlich eine chaotische Veranstaltung auf die Beine gestellt, für die wir kaum Lob geerntet hätten.

Ich habe das damalige Geschehen zu einer kleinen Erzählung ausgebaut, die allerdings meine Gedanken widerspiegelt. Andere, die damals an der Organisation und der Durchführung der Meisterschaft mit beteiligt waren, haben unter Umständen eine eigene Version, die von meiner wie auch immer etwas abweicht.

Diese retrospektiven Überlegungen widme ich allen Tang Soo Do Schülern, die noch keine Meisterschaft mitorganisiert haben und die glauben, dass sie eine Meisterschaft viel besser organisieren könnten, als jene, die es bereits einmal oder mehrmals gemacht haben. Jedem Tang Soo Do Schüler steht es frei, bei der nächsten in seiner Nähe stattfindenden Meisterschaft helfend mitzuwirken, seine Zeit und seine Arbeitskraft einzusetzen, um so zum besten Gelingen beizutragen.

Tang Sool

Richard Auer, Sam Dan Tang Soo Do  
Chief Instructor Sunrise Helios

## LOYALITÄT UND ZUSAMMENHALT

Das erste der fünf Gebote im TSD, geschrieben von einem buddhistischen Mönch Won Kwang im 5. Jahrhundert, lautet "Treue Deiner Heimat" und seiner gewählten Führung. Das Wort Treue steht auch für Loyalität. Die Begriffe Treue und Loyalität sind sehr wichtige Eigenschaften in der traditionellen Kampfkunst. Ohne diese Eigenschaften bei ihren Mitgliedern können traditionelle Kampfkunstverbände auf die Dauer nicht bestehen bzw. nicht überleben. Ein funktionierender Zusammenhalt in einem Verband geht mit diesen Eigenschaften einher. Nun braucht man nicht erst die fernöstliche Philosophie als Beispiel heranzuziehen, wie z.B. das Corp der Edelleute der "Hwa Rang Dan". Auch hier im westlichen Teil des Globus gibt es genügend Anschauungsbeispiele aus fast 3 Jahrtausend Geschichte, wie z.B. der Treueschwur/-eid eines Gefolgsmanns seinem Lehnsherren gegenüber. Treue und der daraus geschweißte Zusammenhalt war unabdinglich für das dauerhafte Überleben und erfolgreiche Fortbestehen einer Gruppierung (Freimaurer), Ordens (Templer), Staatsgebildes (Preußen), usw. Der Spruch "Nur gemeinsam ist man stark" hat Jahrhunderte überdauert. Bereits vielen Generationen zuvor war die Bedeutung dieses Spruches bekannt. Sicherte doch die Umsetzung dieses Spruches den Erfolg und das Überleben einer Gruppe. Hier soll nicht auf die Gruppierung Monarchie, die ihre Existenz aufgrund der Weitervererbung ihrer Führung herleitet, eingegangen werden. Vielmehr wird hier nur auf das Wesen der traditionellen Kampfkunstverbände eingegangen.

### Nur ein Beispiel aus Japan hierzu:

Jiro Kano gründete vor über 100 Jahren das Kodo-Kan als Schule des Judo. Gichin Funakoshi gründete vor fast 100 Jahren das Shoto-Kan als Schule des Karate. Ihr noch heute aktuelles Existieren, wie auch das von noch vielen anderen nicht erwähnten Schulen, zeigt, was Treue und Loyalität und daraus resultierend der Zusammenhalt bewirken können.

Die Kenntnisse in den jeweiligen Kampfkünsten haben sich über viele Jahrhunderte entwickelt. In der Vergangenheit waren es einzelne herausragende Persönlichkeiten, die in der Lage waren, ihre erworbenen Kenntnisse und gesammelten Erfahrungen an ihre Nachfolger weiterzugeben. Dies geschah früher in der Regel über Generationen nur im engsten Familien- und Freundeskreis. Somit blieb letztendlich nur ein eingeschränkter Kreis der Eingeweihten übrig, der aber leider nicht auf die Dauer den qualitativen Erhalt der gesammelt erworbenen Kenntnisse sicherte. Erst wenn sich mehrere Meister zusammenschlossen und gemeinsam eine Schule "ihres Stils" gründeten und somit einen Zusammenhalt Gleichgesinnter bildeten, war auf die Dauer der qualitative Fortbestand dieser Schule/des Stils gewährleistet, da ja nun genügend Träger des gemeinsamen Wissens/der Kenntnisse vorhanden waren. Aus ihrer Mitte wählte man einen Meister, der von allen als tadellose Persönlichkeit überragender Wissensträger und Führungsautorität angesehen wurde, zum Großmeister, dem man auch Treue und



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Loyalität schwor, was wiederum unabdingbar für den Zusammenhalt untereinander in dieser Schule und zum Überleben des Stils war. Er galt als uneingeschränkte Autorität innerhalb dieser Kampfkunst. Nach seinem Rücktritt bzw. Ableben wurde wieder ein neuer Großmeister aus ihren Reihen gewählt. Es konnte aber nur ein Großmeister als Führungsinstitution existieren und alle anderen Meister, die ihn gewählt hatten, waren ihm gegenüber zur absoluten Loyalität verpflichtet. Deren eigenes Ego hatte gegenüber dem Weiterbestehen dieser Schule zurückzustehen. Natürlich gab es und gibt es auch noch heute Mitglieder innerhalb der jeweiligen Schule, deren Ego größer war/ist, und die mit der Loyalität brachen/brechen und sich absplatteten/absplatteten. Dies führte/führt auf die Dauer zu einer Schwächung des Ursprungsverbandes. Verbände, die nicht qualitativ stark genug in sich selbst sind, überleben auf die Dauer nicht einen permanenten Aderlass und versinken in die Bedeutungslosigkeit oder verschwinden ganz. In der Regel überleben diese sich abgesplatteten Gruppierungen nur, so lange ihre Führung in Amt und Würden ist. Danach verschwinden sie von der Bildfläche, wenn es der Führung nicht gelang einen entsprechenden potenziellen Nachfolger bei Zeiten aufzubauen. Dies entpuppt sich bei der geringen Anzahl an qualitativen Mitgliedern aus Erfahrung natürlich als äußerst schwierig, wenn nicht sogar als unmöglich, zu bewerkstelligen. Loyalität in der Kampfkunst darf nicht eine erzwungene sondern muss eine aus Überzeugung gelebte sein, denn nur so hat sie einen dauerhaften Bestand. Treue, Zusammenhalt und Loyalität müssen natürlich auch gerade von den Senior Dan-Trägern als Vorbild gelebt sein. Denn gerade sie sind es, die mit ihrem Wissen und ihrer Erfahrung den Großmeister unterstützen, damit er den Verband erfolgreich führen und dauerhaft stärken kann.

Diese Art der Unterstützung verlangt nun auch ein gehöriges Maß an gelebter Demut und Bescheidenheit, diesen Gemeinschaftsgeist allen Mitgliedern vorzuleben. Sie sind gefordert, von sich aus gerne Aufgaben und Pflichten innerhalb des Verbandes zu übernehmen, ohne extra dazu aufgefordert worden zu sein. Dabei sollten sie sich auch nicht unnötig in den Vordergrund spielen. Denn sie müssen niemanden mehr etwas beweisen oder von ihrem Können überzeugen. Die überwiegende Mehrheit der Mitglieder weiß auch so, was sie leisten und lassen dies auch von Zeit zu Zeit durch respektvolle Äußerungen erkennen. Diese Art der Anerkennung sollte Lob genug für die uneigennützigste Arbeit und Beiträge für höhere Dan-Träger sein.

Es existiert auch eine Verpflichtung, dass derjenige, dem man die Treue und Loyalität zollt, sie nicht zweckentfremdet oder missbraucht. Sondern er ist auch zu Treue und Fürsorge gegenüber diesem verpflichtet, da er sie sonst auch nicht verdient! Dies gilt auch innerhalb den Generationen eines Familienverbandes, wie Großeltern, Eltern und Kinder.

Wer sich zu übertriebener Titelsucht wie Großmeister, Oberster Großmeister, Groß-Trainer, 14. Dan usw. verleiten lässt, begibt sich nur verblendet in ein falsches Fahrwasser, was ihn über kurz oder lang nur zum Scheitern verurteilt. Bescheidenheit erwächst aus der eigenen erworbenen Qualität und dem Können. Es ist eine Ehrensache, bei einem Weggang/einer Abspaltung nicht der bisherigen Schule/dem Stil zu schaden bzw. abfällige Äußerungen über sie zu tätigen, wie dies nach so manchem Weggang leider häufig praktiziert wird. Zeigt es doch nur, dass man eigentlich nie zur Gruppe der kompetenten Meister gehörte. Jeder Verband ist nur froh über den Abgang solcher Herrschaften, die so oder so niemals in ihm etwas verloren hätten. Diese Art des Verhaltens ist mit einem schmachvollen Verrat an dem bisher praktizierten Stil gleich zu setzen und ist, wie die Erfahrung immer wieder zeigt, langfristig auch nie von Erfolg gekrönt. "Man liebt den Verrat, aber man verachtet den Verräter." Ein Kampfkünstler, der es in seinem Stil weiterbringen möchte, muss sich bemühen zu erlernen, was Recht und was Unrecht an seinen Verhaltensweisen ist und nicht primitive Effekthascherei und egoistische Selbstdarstellung betreiben, wie es leider so häufig anzutreffen ist.

Meister Klaus Trogemann  
TSD Studio Esting

### UNTERSTÜTZUNG UND ZUSAMMENARBEIT BEI DTSDV GUP- UND DAN-PRÜFUNGEN

Wenn ein Kampfkünstler das Tor vom Schüler zum Lehrer, das heißt vom Farbgurt-Träger zum Schwarzgurt-Träger, passiert, ist dies immer ein großer und entscheidender Schritt. Entsprechend seiner Bedeutung sollte dieses Ereignis auch in einem würdigen Rahmen stattfinden. Das Prüfungsgremium hat schon Monate vorher die in Frage kommenden Anwärter ausgewählt. Die Kriterien hierzu sind die zeitliche Anwartschaft, das Engagement innerhalb des eigenen Vereins aber auch in unserem Verband, die technische Reife gemessen an den jeweiligen individuellen Gegebenheiten und Möglichkeiten, sowie die persönliche Reife bei jüngeren Anwärtern. Zwei Monate vor der Prüfung soll dann nur noch ein Aufsatz eingereicht und die Prüfungsgebühr überwiesen werden. Die Auswertung der eingesandten Aufsätze nimmt gemäß der angewandten Sorgfalt einige Zeit in Anspruch.

Auch die Vorbereitung der zur Durchführung der Prüfung notwendigen Unterlagen nimmt erhebliche Zeit in Anspruch. Selbst entsprechende Räumlichkeiten, Gerätschaften und Bruchmaterialien sind rechtzeitig bereitzustellen. Von all diesen vorbereitenden Notwendigkeiten nimmt der Prüfling in der Regel nichts wahr. Er/sie erscheint bloß und erwartet, dass alles reibungslos abläuft und somit sein/ihr besonderes Ereignis am Prüfungstag einen würdigen Rahmen erfährt. Mit der Entrichtung der Prüfungsgebühr setzt man einfach voraus, dass auch ein



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

qualifiziertes Prüfungsgremium - bestehend aus erfahrenen, ranghohen Senior Dan-Trägern als Prüfer, sowie selbstverständlich aus versierten Junior Dan-Trägern, die das technische Geschehen auf der Matte reibungslos managen - gestellt wird.

Wie die Erfahrungen der letzten Jahre indessen zeigen, hapert es aber leider gerade an den Junior Dan-Trägern, die sich für diese ehrenvolle Aufgabe freiwillig und unaufgefordert melden sollten. Diese Angelegenheit ist keine lästige Pflicht, sondern vielmehr eine Frage der Ehre, dass man seine Zeit den anderen gerne zur Verfügung stellt, wenn es darum geht, durch eigene Unterstützung zum Erfolg der durchgeführten Prüfung beizutragen. Scheinbar habe viele von dem in Frage kommenden Kreis vergessen, dass auch sie einmal sehr froh waren, wenn ein erfahrener Dan-Träger ihnen half, über die Klippen und Hürden während der Prüfung hinweg zu gelangen. Es spricht nicht für den Kampfkunstgeist, wenn der Prüfungsleiter vorher erst herum telefonieren muss, um für diverse Aufgaben eventuell gewillte Dan-Träger zu finden.

Da die Prüfungstermine immer rechtzeitig bekannt gegeben werden, sollte es eher so sein, dass die Herrschaften aus dem in Frage kommenden Kreis sich aus eigenem Antrieb melden und nachfragen sollten, ob ihre Unterstützung an diesem Tag benötigt wird. An so einem Tag ist die Demonstration des Gemeinschaftsgeistes angesagt und nicht dezentes Fernbleiben mit dem Gedanken im Hintergrund, dass irgendein Depp sich schon dafür finden lassen wird. Jedenfalls zeugt eine solche Geisteshaltung nicht von besonderem Engagement der jungen Dan-Träger. Sie dürfen allerdings nicht vergessen, dass sie auch daran gemessen werden, wenn sie selbst eines Tages für die nächsthöhere Graduierung in Frage kommen sollten.

Ein weiteres Thema zur Betrachtung sind die Prüflinge selbst. Normalerweise wird ein Prüfungsanwärter von seinem Trainer vorgeschlagen, wenn dieser der Ansicht ist, dass sein Schüler/seine Schülerin so weit ist und alle übrigen Voraussetzungen erfüllt hat. Ein Anwärter kann sich nicht selbst vorschlagen oder gar fordern, zur Prüfung zugelassen zu werden. Dies würde absolut gegen die gültigen Regeln und den traditionellen Kampfkunstgeist verstoßen. Normalerweise ist einem Anwärter 6 bis 9 Monate im Voraus bekannt, dass er/sie für die kommende Prüfung vorgesehen ist. Er/sie hätte also unter normalen Umständen wirklich genügend Zeit, den geforderten Aufsatz von mindestens 3 bis 5 Seiten anzufertigen und auch den 2-seitigen Fragebogen auszufüllen.

Aber leider gibt es jedes Mal einige Herrschaften, die es tatsächlich schaffen, den festgelegten Meldeschluss bzw. Abgabetermin zum Teil bei weitem erheblich zu überziehen. Sie finden es noch nicht einmal für notwendig, sich rechtzeitig zu melden und unter Angabe von Gründen, um eine Fristverlängerung zu ersuchen. Derartiges Verhalten wirft die Frage auf, in wie weit er/sie die Prüfung zur nächsthöheren Graduierung überhaupt ernst nimmt. Es gibt sogar Herrschaften, die angemeldet sind und es noch nicht einmal für notwendig finden, sich mit Angabe von Gründen abzumelden, wenn sie doch nicht an der Prüfung teilnehmen können. Was für einen Schluss in der Beurteilung einer Person soll man bei so einer Verhaltensweise ziehen?!

Zum Schluss noch eine kurze Betrachtung zu den Farbgurt-Prüfungen. So wie die Schwarzgurt-Prüfungen ausschließlich vereinsübergreifend stattzufinden haben, so ist dies laut Gup-Manual auch für die Farbgurt-Prüfungen gedacht bzw. gefordert. Die meisten Vereine halten sich an diese Regelung. Jedoch tanzen leider immer wieder einige mit gewisser Regelmäßigkeit aus der Reihe.

Sinn und Zweck des vereinsübergreifenden Zusammenkommens ist, den möglichen Vergleich untereinander zuzulassen, damit man im Laufe der Zeit auch nicht all zu sehr von der vorgegebenen Linie abdriftet. Es spricht nichts dagegen, mal hier und da in einer kleinen vereinsinternen Prüfung ein paar Weiß- und Orangegurte zu prüfen. Aber vom 6. Gup aufwärts ist verbindlich den vereinsübergreifenden Modus anzuwenden. Über einen eventuellen finanziellen Ausgleich kann man jederzeit einen Konsens finden.

Meister Klaus Trogemann  
TSD Studio Esting



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

2009

## EHRGEIZ

### Gedanken zum Thema „krankhafter und gesunder Ehrgeiz im Tang Soo Do“:

Aus Beobachtungen in den vergangenen letzten 40 Jahren als Trainer reifte in mir der Gedanke, einmal Betrachtungen zu diesem Thema anzustellen. Natürlich ist dies ein weites Feld, aber es sollten hier Betrachtungen nur im Zusammenhang mit dem Erlernen und praktizieren der Kampfkunst des Tang Soo Do angestellt werden.

Der Ehrgeiz ist allgemein ein wichtiger Motivationsträger und -initiator, der einen zum Erreichen von vielen Zielen beflügeln kann, sei es eine solide Schul- und Ausbildung, ein erfüllter Beruf, das Beherrschen einer Kunst oder sportliche Erfolge. Wenn man eine Kampfkunst - wie z.B. TSD - erlernen möchte, so ist auch hier ein gewisses Maß an Ehrgeiz erforderlich, um in ihr voranzukommen. Jedoch ist hier, wie auch in anderen Fällen, zwischen dem gesunden und förderlichen Ehrgeiz sowie dem ungesunden und hinderlichen Ehrgeiz zu unterscheiden.

Der gesunde Ehrgeiz motiviert einen, sich immer wieder den täglichen Strapazen des TSD Trainings zu stellen. Ein sich selbst gestecktes Ziel zu erreichen, wie z.B. eines Tages den TSD Schwarzgurt zu erwerben. Auf dem Weg dahin mit all seinen Tiefen und Höhen nicht aufzugeben und weiterzumachen, und wenn es noch so schwer fällt. Die Zeit dazu spielt keine Rolle, denn wichtig ist das gesteckte Ziel, eines Tages den Schwarzgurt zu erwerben. Wichtig ist es dabei, dass der gesunde Ehrgeiz einen in positiver Hinsicht motiviert, weiter zu machen, auch wenn es auf dem Weg noch so viele Widerstände gibt. Ferner ist es wichtig zu akzeptieren, dass nicht alles so seinen Gang gehen muss, wie man es sich erwünscht, da vielleicht die Ausbildung, eine Krankheit, private Lebensumstände oder sonstige Schwierigkeiten einen auf dem Weg dahin temporär aufhalten. Entscheidend ist nur, man verliert sein Ziel nicht aus den Augen und akzeptiert auch sporadische Hindernisse, die auf dem Weg dahin von einem selbst beseitigt werden müssen. Ebenso wichtig ist die Geduld, die Formen der erforderlichen Zeit gemäß gründlich und exakt zu erlernen und immer wieder zu üben, bis sie dann als ein Bild selbst dem Außenstehenden erkennbar werden und nicht nur eine blinde Aneinanderreihung von nicht verstandenen Techniken darstellen, deren Sinn auch nach außen hin nicht erkennbar ist.

Das Üben, der mit dem höher werdenden Grade immer komplexer werdenden Formen, dient nicht nur alleine der körperlichen Ertüchtigung, sondern auch der Entwicklung der mentalen und der geistigen Reife. Man sollte die Philosophie, die hinter der jeweiligen Form steht, eingehend studieren, um so einen tieferen Einblick in deren gedachten Ablauf zu gewinnen. Dies dient auch dem eigentlichen Entwicklungsprozess eines Kampfkünstlers, der sich durch die einzelnen Ränge bzw. Graduierungen nach oben arbeitet. Deshalb sollte man nicht aus falschem Ehrgeiz einfach Ränge überspringen, weil man so nicht die erforderliche Zeit für sich selbst spendiert, die aber notwendig ist, die jeweiligen Lektionen in jedem Rang zu würdigen und schätzen zu lernen. Dieses erforderliche Studium einfach zu umgehen, beraubt den Schüler wie auch den Trainer, um die wertvolle Erkenntnis, was wohl die alten Meister gefühlt haben mögen, als sie diese Formen erschufen. Das heißt, alles braucht seine notwendige Zeit und kann nicht im blinden Ehrgeiz einfach im darüber Eilen wirklich erfasst werden. Den wirklichen Könnensgrad eines Kampfkünstlers zeigt die Ausführung einer Form und nicht die Anzahl der vermeintlich erlernten Formen. Nur durch eigene Anstrengung und Bemühungen erfährt man das Wissen und die Weisheit, die man nicht in den Büchern findet.

### Dies kann man ebenso an einigen anderen Beispielen erläutern:

Beim Beginn des Skifahrens wird der Neuling auf der Piste sehr schnell mit Könnern in ihren elegant beherrschten Schwüngen konfrontiert. Ihnen möchte er es natürlich möglichst schnell gleich tun, doch hierzu ist nun mal ein mehr oder weniger fleißiges Üben erforderlich, bis die Muskulatur einen zu solch kontrollierten Bewegungen befähigt.

Mit dem Praktizieren von Fremdsprachen ist es nicht anders. Gerne würde man möglichst schnell mit den Fortgeschrittenen gleichziehen und sich fließend verständigen können. Aber auch hier kommt man nicht an der Arbeit des Vokabelnpaukens und des Grammatiklernens vorbei, was nun mal die unabdingbare Voraussetzung zur Beherrschung von Sprachen ist. Selbst beim Erlernen eines Musikinstrumentes ist zeitintensives Üben, Üben und nochmals Üben von Läufern, Etüden und Fingerfertigkeiten usw. unerlässlich, wenn man eines Tages anspruchsvolle Musikstücke beherrschen und mühelos spielen möchte.

In all diesen oben aufgeführten Beispielen beflügelt einen der gesunde Ehrgeiz, dieses machbare Ziel eines Tages mit Geduld und viel Fleiß zu erreichen. Man erkennt es daran, dass derjenige, der sich Zeit nimmt und geduldig und beharrlich sein Ziel verfolgt, erst dann zufrieden ist, wenn das Ergebnis auch nach außen hin erkennbar erreicht ist. Dies ist dann ebenfalls aus gelegentlichen bewundernden und anerkennenden Kommentaren als positives Feedback aus dem eigenen Umfeld zu erkennen.

Der krankhafte Ehrgeiz jedoch, entsprungen dem primitiven Geltungsdrang und dem eigenen übersteigerten Ego, treibt und verleitet einen, sich zu wenig Zeit zu nehmen, um gesteckte Ziele solide zu erreichen. Ständig muss sich einer mit anderen vergleichen. Die anderen



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

werden allerdings dauernd kritisiert, anstatt dass man auf sich selbst kritisch schaut. Man traut sich selbst immer mehr zu und setzt sich in Selbstüberschätzung Ziele, die in der Kürze der sich selbst zugestandenen Zeit unrealistisch und nicht solide machbar sind. Dabei bringt man sich nur um den wirklichen auch nach außen hin erkennbaren Erfolg.

Im Tang Soo Do zum Beispiel ist der krankhafte Ehrgeiz besonders signifikant beim voreiligen Erlernen wollen von neuen Formen zu erkennen. Obwohl die zuvor angefangenen Formen noch nicht sauber sitzen, kaum beherrscht werden und noch nicht verstanden sind, giert man schon auf die nächste, weil man damit sein Selbstwertgefühl heben möchte. Obgleich das Umfeld nur unverständlich den Kopf schüttelt, glaubt derjenige selbst verblendet, in den Augen der anderen höher angesehen zu sein. Auch die vorschnelle Jagd nach dem nächsten Gürtel, schnellere Prüfungsintervalle als angedacht, ist ein typisches Erscheinungsbild, das nur so von Selbstüberschätzung trieft. Das Rennen durch die Gürtelränge ist typisch dafür, dass jene verblendet den Stellenwert eines Kampfkunstschülers an dessen Gürtelfarbe und nicht an dem Wert der Person selbst messen.

Die Reife eines Kampfkunst Betreibenden ist unabhängig von der ausgeübten Kunst nicht einfach mit einem Rennen auf der Rennbahn zu vergleichen. Der Reifeprozess ist ein lebenslanges Bemühen um Verbesserung. Es ist nicht der Sprinter mit den vorschnellen brüchigen Erfolgen auf der Kurzstrecke gefragt, sondern der Steher mit seinen soliden, fundierten und bleibenden Errungenschaften auf der Langstrecke. Hier kann man deutlich den Unterschied sehen, zwischen dem auf kurzfristigen, scheinbaren Erfolg ausgerichteten krankhaft Ehrgeizigen und dem auf langfristiges solides Können ausgelegten gesunden Ehrgeizigen.

Kampfkunst ist keine Spielwiese für eitle Selbstdarsteller, sondern ein Betätigungsfeld für ernsthafte, strebsame auf langfristig solide Entwicklung ausgerichtete Persönlichkeiten.

Klaus Trogemann  
TSD-Esting

### GEDANKEN ZUM THEMA NOTWEHR

Ein Artikel von Herrn Mark Pilz zum Thema Notwehr, der in einer Ausgabe des NRW Karate Magazins stand (siehe PDF-Dokument unter Downloads auf der DTSDV-Webseite), veranlasste mich dazu, mir einmal selbst Gedanken zu diesem für Kampfkünstler sehr wichtigen Thema zu machen. Der Inhalt dieses Artikels ‚Notwehr‘ setzt endlich einmal die vorhandenen verworrenen Ansichten und Meinungen zum Thema Notwehr ins richtige realistische Licht. Er ist in jeder Hinsicht sehr aufschlussreich, besonders in den Aspekten Opfer- und Täterwechsel so wie die Verhältnismäßigkeit der Mittel. Man sollte jedem Kampfsportler wie auch Kampfkünstler, der eine Dan-Graduierung anstrebt, diesen Inhalt zur Pflichtlektüre machen. Denn die meisten Dan-Träger sind sich nicht darüber im Klaren, in was für ein Konfliktumfeld sie unprovoked geraten können und wie sich dann die jeweilige Situation auch noch verselbstständigen kann. Daher ist es äußerst wichtig, solche durchaus auftretende Situationen entsprechend dem Inhalt dieses Artikels von Zeit zu Zeit mental durchzuspielen, um dann im hoffentlich nie auftretenden Ernstfall psychologisch besser gewappnet zu sein.

Da jeder Mensch, auch ein Kampfkünstler, durchaus einmal in eine Situation geraten kann, in der er sich verteidigen muss, ist es wichtig, wie auch der hinzugezogene Artikel zeigt, dass man sich mit der Materie der Selbstverteidigung bis hin zur Notwehr einmal intensiv befasst, um nicht eines Tages von den Folgen und dem Ausgang einer solchen Situation unangenehm überrascht zu werden.

Wie langjährige Erfahrungen zu diesem Thema zeigen, sollte man in einer Konfliktsituation die Bedeutung der momentanen mentalen persönlichen Verfassung nicht außer Acht lassen. Es gibt Momente, da ist man voll gefasst und ruhig und hat auch solch eine Situation gut im Griff und man ist durchaus in der Lage, durch deeskalierendes Verhalten diese ruhig und besonnen zu entschärfen. Ein vermiedener Kampf ist ein gewonnener Kampf. In manchen Momenten wird man allerdings voll auf dem falschen Fuß erwischt und der eigene Adrenalin - spiegel (Ursache durchaus aus Furcht, die ja zum Überleben auch sehr wichtig ist) spielt mit einem verrückt und man kann einfach diese spezielle Situation nicht mehr klar einschätzen und ist total mit ihr überfordert. Was übrigens selbst geschulten und versierten Psychologen passieren kann. Nobody is or stays always cool! In solchen Momenten sind oft dann die jahrelang eingeübten Techniksequenzen bzw. -abläufe (einige hundert Male bei zweimal die Woche Training) z.B. aus dem Jiu-Jitsu, Hap Ki Do oder Aikido plötzlich nicht mehr abrufbar - der berühmte Blackout. Hier kann man in der Regel nur noch instinktiv auf so genannte simple aber sehr effiziente Atemi-Techniken (Schlag - Stoß- und Tritttechniken mit Hand und Fuß) automatisch zurückgreifen, da diese ja, sei es z.B. Karate oder Tae Kwon Do, zig tausend mal geübt und inklusive Bruchtest praktiziert wurden und dadurch fest im eigenen Unterbewusstsein verankert sind. Zusätzlich kommt dann auch je nach Persönlichkeit der Selbsterhaltungstrieb zur Geltung, der einen unter Umständen übersteuert reagieren lässt, da er in kritischen Situationen nicht so leicht kontrollierbar ist. Grundsätzlich ist zu bemerken, dass jeder, der über einen längeren Zeitraum sich regelmäßig mit dem Training einer Kampfsportart oder -kunst befasst, mit der Zeit eine Aura der unbewussten Selbstsicherheit bzw. des -vertrauens entwickelt. Was auch nach außen hin potentielle Angreifer unsicher macht und sie in der Regel von einer Aggression abhält. Jedoch dürften de-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

ren Wahrnehmungsfähigkeit sowie deren Schmerzempfinden unter Einfluss von Drogen oder Alkohol z.T. extrem reduziert sein. Hier hilft dann wirklich nur ein entsprechendes hartes Durchgreifen und keine Vernunft mehr.

Ein vor geraumer Zeit mit zivilisierten Türstehern von Discos u.ä., die ja weitaus öfters mit solchen Situationen zu tun haben, durchgeführter realistischer Meinungsaustausch ergab als Konsens, in solchen Situationen, die eskalieren, nicht zu lange zu warten, sondern lieber mit kurzen und wirkungsvollen Atemi-Techniken die Konfliktsituation im Keime zu bereinigen. Bei Angreifern eines bestimmten Typus muss man auf alle unfairen Überraschungen jederzeit gefasst sein, z.B. urplötzlicher Kopfstoß zum eigenen Gesicht. Gemäß des gesammelten Erfahrungsschatzes kann man grob von folgenden Tatsachen ausgehen: Von 100 auftretenden Konfliktfällen lassen sich in der Regel mit einem eigenen, selbstsicheren jedoch nicht provozierendem Erscheinungsbild davon 90% im Vorfeld verbal deeskalieren, wobei man nicht jedes Wort der anderen aggressiven Seite auf die Goldwaage legen darf. Von den restlichen 10% können 7% mit einer entschlossenen Gegenwehr, die dann durchaus verletzen kann, abgewehrt werden. Und die restlichen unbeeindruckbaren 3%, unter Alkohol oder Drogeneinfluss Stehenden, müssen dann mit einer wirklich harten, verletzenden Maßnahme an der Fortführung ihrer Aggression zum eigenen Selbstschutz gehindert werden.

Diese Einschätzung bezüglich der "simplen aber effektiven" Atemi-Techniken wird in Fachkreisen geteilt. Jedoch in dem Moment, in welchem sich der Verteidiger juristisch rechtfertigen muss, sind es allerdings gerade diese Techniken, die für außenstehende Beobachter und "Zeugen" sehr brutal wirken (Blut, Verrenkungen, Knochenbrüche etc.). Da jedoch jede Notwehrsituation die Gefahr in sich birgt, dass man ja selbst erheblich verletzt werden, eine Querschnittslähmung erleiden oder - im schlimmsten Fall - an den Verletzungen sterben kann, sollte der Selbstschutz immer absoluten Vorrang haben.

Gott sei Dank bin ich selbst nur alle 7-9 Jahre in solche Situationen - auch im Ausland - geraten und glücklich bzw. glimpflich und fast wohlbehalten wieder herausgekommen. Deswegen spreche ich dann auch mit meinen über 60 Jahren und ca. 45 Jahren Kampfsport/-kunst aus der Erfahrung.

Um es nur noch einmal zu erwähnen. Aus persönlichen Erlebnissen im Ausland ergab sich die gezogene Lehre. Im Normalfall kommt keiner innerhalb des eigenen Dunstkreises näher, als es ihm gestattet wird. Andernfalls ist man wegen dieser Erfahrungen gezwungen, die Überschreitung einer gewissen Distanz, als einen möglichen tätlichen Angriff zu interpretieren. Dies hängt natürlich auch von der persönlichen Atmosphäre der jeweiligen Situation ab. Folgende Punkte sollte man auf alle Fälle beachten:

1. Traue niemandem und sei immer auf der Hut. Rechne mit allem.
2. Begebe dich nicht unnötig in Situationen, die dann leicht eskalieren können.
3. Versuche die Ruhe zu bewahren, nicht unnötig Konfliktsituationen zu provozieren, sondern versuche zu deeskalieren.
4. Sollte es aber dann doch zu einer Tätlichkeit kommen, dann zeige den notwendigen ernsthaften Willen und das Selbstvertrauen, dich deiner Haut auch wirklich erwehren zu wollen.

Nach eigenen, vor einigen Jahren persönlich gemachten, Erfahrungen reifte in mir die Erkenntnis, dass in einer plötzlich aufgetretenen Notwehrsituation, in seinen zuvor nur wenige Monate lang praktizierten Atemi-Techniken mehr stecken musste, als in den zuvor in fast 20 Jahren Judo und Ju Jutsu erlernten Technikserien. Deshalb entschloss ich mich, die auf Atemi-Techniken spezialisierte koreanische Kampfkunst Tang Soo Do zu erlernen. Diesen Entschluss habe ich bis heute, nach 33 Jahren, nicht bereut.

Abschließend noch eine wichtige Anmerkung. Es wäre durchaus sinnvoll, eine Konfliktschulung - ähnlich der Streitschlichter an Schulen - für Dan-Träger vorzusehen, die einen in die Lage versetzen sollte, von Aggressionen geladene Konfliktsituationen gar nicht erst so schnell eskalieren zu lassen oder mit Hilfe verbaler Mittel gänzlich zu deeskalieren.

Klaus Trogemann, TSD-Esting  
5. Dan Tangs Soo Do, 4. Dan Hap Ki Do  
3. Dan Ju Jutsu, 2. Dan Judo  
Level 4 Instruktor Ki Gong



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

2010

## TITELSUCHT UND PHANTASIE-GRADUIERUNGEN IN DER KAMPFSPORTWELT

In den vergangenen Jahren (3 Dekaden) ist in der Kampfsportszene eine ungewöhnlich vermehrte Zunahme und ein Anstieg von Höhergraduierungen in den oberen Meisterrängen ab dem 6. Dan aufwärts zu erleben. Es mehren sich Titel, wie Großmeister, Obergroßmeister, oberster / Höchst-Großmeister, Stilbegründer bis hin zum 13. Dan. Da gibt es manche Herrschaften, die schimpfen sich mit knapp dreißig bis vierzig Jahren schon mehrfacher Großmeister in verschiedenen Stilarten!

In seriösen weltweit anerkannten Verbänden mit einer Mitgliederzahl von über 100.000 hat der gewählte Großmeister in der Regel den 8. Dan (die Zahl 10 wäre nach asiatischem Verständnis perfekt, und das ist niemand). Der 9. Dan wird erst in einem Alter von über 70 Jahren und das bei einem Training und Studium von mindestens über 50 Jahren in der entsprechenden Kampfkunst verliehen beziehungsweise angenommen.

### In der Insiderszene gibt es 3 mögliche Varianten zur Erlangung des 9. Dan:

1. Ablegung einer Prüfung vor einem Gremium aus 9. Dan-Trägern anderer anerkannt gleichwertiger Verbände. Dies ist üblich in einem Alter von 50 bis 60 Jahren.
2. Antragen zur Annahme des 9. Dan durch die überwiegende Mehrheit der Mitglieder des betroffenen international renommierten Verbandes.
3. Verleihung des 9. Dan aufgrund außergewöhnlicher Leistungen für die allgemeine gemeinsame Kampfkunstszene durch andere gleichrangige Dan-Träger gleichwertiger Verbände.

In den beiden letzten Fällen, also 2 und 3, gilt dies erst ab einem Alter von 70 Jahren.

**Ein Szenario:** Jemand fühlt sich berufen und gründet oder kreiert einen so genannten eigenen Stil und schon ist aus einem vorher niedrigeren Dan-Grad in sehr kurzer Zeit ein selbsternannter Großmeister geworden. Schaut man sich nun diese so plötzlich aus dem Boden gewachsenen Organisationen (Verbände) etwas genauer an, so bemerkt man, dass diese in der Regel nur aus einer bis höchstens 6 Gruppen (Schulen oder Clubs) bestehen, und wenn es hoch kommt, mit vielleicht knapp hundert Mitgliedern und ohne eine seriöse Verbindung zu einer international anerkannten Dachorganisation auskommen. Befasst man sich dann noch etwas näher mit dem einzelnen so genannten neuen Stil, so stellt man zum Erstaunen fest, dass da keine Substanz, dafür aber nur ein zusammengewürfelter und von anderen Stilarten abgekupfelter und dazu meist unverstandener Bodensatz vorhanden ist. Ein ernsthafter Kampfkunstschüler sollte sich daher folgende Situationen durch den Kopf gehen lassen:

- Viele untere Dan-Grade ab 1., 2. Dan fühlen sich schon nach ca. 4 bis 6 Jahren seit deren Trainingsaufnahme dazu berufen, einen eigenen Stil zu gründen, ohne den bisher zu erlernenden Stil überhaupt solide erfasst und verstanden zu haben. Frei nach der Devise, das Ei war schon immer klüger als die Henne.
- Ursprünglich gab es in den traditionellen Stilarten wie zum Beispiel Judo, Jiu Jitsu, Karate als ranghöchsten Dan-Grad den 5. Dan. Ein 3. Dan entsprach dem Können und Ansehen eines heutigen 6. Dan und ein 5. Dan war mit einem heutigen 8. Dan gleichzusetzen.

### Um es einmal an einem westlichen Beispiel zu erläutern:

Farbgarbe, also Schüler, sind wie Lehrlinge anzusehen. Schwarzgarbe, 1. bis 3. Dan sind wie Gesellen, die für viele Jahre auf der Wanderschaft sind. Einen 4. Dan (angehender Meister) kann man schon als Altgesellen betrachten, der während seiner Wanderschaft bei anderen Meistern seines Metiers an Erfahrung und Wissen dazugelernt hat, bevor er sich der Prüfung zum Meister stellt. Träger des 4. Dan aufwärts werden dann als Meister gesehen. Auch diese sollen sich dann mit den Jahren immer weiter zum wirklichen Künstler ihres Stils entwickeln, also einem Kampfkünstler.

Es braucht in der Regel 5 bis 7 Jahre bei einem ernsthaften Trainingsaufwand von mindestens 2mal die Woche, bis aus einem Weißgurt ein Schwarzgurt wird. Weitere 10 bis 12 Jahre bis aus dem Schwarzgurt ein Meister (4. - 5. Dan je nach Stil) wird und nochmals 14 bis 20 Jahre bis aus dem Meister ein höherer allgemein anerkannter Meister (6. - 7. Dan je nach Stil) bzw. Künstler wird. Und nur aus so einem oberen Kreis erwächst eines Tages ein Großmeister. Dies sind alte Erfahrungen aus der fernöstlichen Kampfkunstszene, die man einfach nicht so über den Haufen werfen kann. In einer ernst zu nehmenden seriösen Organisationsstruktur innerhalb der Kampfkunstszene gibt es heutzutage immer nur einen Großmeister, den Bewahrer des jeweiligen Stils, der in der Regel von erfahrenen höheren Meistern aufgrund seines überragenden Könnens, Wissens und seiner herausragenden Persönlichkeit (ähnlich wie bei der Papstwahl, auch nur von Kardinälen,





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

nicht von Bischöfen) gewählt wird (Ausnahme: wahre Stilbegründer wie z.B. Jiro Kano, Gishin Funakoshi, Morehei Ueshiba usw.) mit einigen sehr erfahrenen und anerkannten Seniormeistern an seiner Seite, die gemeinsam das Spezifische des Stils tragen und bewahren, und wenn nötig, auf heutige Zeiten im Rahmen der Tradition etwas anpassen, wie z.B. heute: Hirukazu Kanazawa im Shotokan Karate.

Heutzutage gibt es eine Vielzahl von selbsternannten oder von dubiosen Phantasie Organisationen dazu ernannten Großmeistern und das auch noch gleichzeitig in mehreren Stilarten. Zum Verständnis für solche verblendeten Egomane: Es braucht in der Regel ein bis zwei Generationen, bei einem ernsthaften mindestens 10-stündigen wöchentlichen Training in einem klassischen Stil, neben dem Nachgehen in seinem eigentlichen Beruf, um in seinem praktizierten Stil ein gesetztes solides Niveau zu erreichen, d.h. ein solider und seriöser Kampfkünstler wird in seinem Leben selten über das wirkliche Beherrschen von mehr als 2 Stilarten / Kampfkünsten hinaus kommen. Alles Weitere wird in der einschlägigen Fachwelt als unseriös angesehen.

Es mutet schon sehr seltsam an, wenn man so genannte selbsternannte Kampfsportexperten sieht, die die Wände ihrer Schule mit unzähligen Zertifikaten und Urkunden von Organisationen von Karnickelzuchten von Kampfstilearten, deren wahren Ursprung keiner kennt bzw. nachvollziehen kann, tapezieren können. Jeder seriöse Kampfkunstexperte weiß aus eigener Erfahrung, welche Mühen, Arbeit und welcher Zeitaufwand notwendig ist, sich in einer Kampfkunst / einem Stil sicher und fundiert zu Hause zu fühlen. Da ist man doch leicht verwundert, wie viele sogar ‚Großmeister-Titel‘ solche Herrschaften gleichzeitig mit der Zeit alle erworben haben! Es gilt hierbei immer noch die Devise: Weniger ist mehr!

Die meisten dieser selbsternannten ‚Größen‘ offenbaren dann ihr tatsächliches Können anlässlich eines Lehrganges und führen es vor einem sachkundigem Publikum ad absurdum. Zu Deutsch: Nichts Substantielles, weder in Technik noch im Wissen ist vorhanden. Nur unbedarften Anfängern und Kampfkunsta Laien können diese Herrschaften etwas vorgaukeln. Leider sind diese dann später zwangsläufig Enttäuschten nach ihrem Wachwerden für einen Neubeginn in einer soliden und seriösen Kampfkunst in der Regel verdorben und vergrault. Aber was will man machen, wenn z.B. sogar anerkannte nationale Sportverbände jemanden einen 8. Dan, ihnen in einer auf dem Papier präsentierten Stilart, so einfach anerkennen, ohne dass dessen wahre Kenntnisse vorher eingehend in Theorie und Praxis entsprechend dieser Graduierung von ihnen ernsthaft und eingehend überprüft wurden. Da ist es nicht verwunderlich, wenn alle Arten von Scharlatanen sich selbst in seriösen Verbänden einnisten und herumtummeln.

Graduierungen auch für höhere Meistergrade durch seriöse und nachvollziehbare Prüfungen zu erwerben, zeichnet den Fortschritt eines soliden Kampfkünstlers aus und nicht die Verleihung selbst - insbesondere von höheren Meistergraden - und das auch noch in unverhältnismäßig kurzen und unüblichen Zeitabständen hintereinander. Somit wird auch der dazu notwendige Reifeprozess in der jeweiligen Stilart torpediert. Eine einmalige Verleihung als Anerkennung für außergewöhnliche Beiträge für einen anerkannten Verband ist durchaus zu akzeptieren. Aber eine Fortführung dieser Vorgehensweise stößt dann schon auf Unverständnis, vor allem bei jenen, die alle ihre Graduierungen durch entsprechend nachvollziehbare Prüfungen erworben haben.

Viele wechseln auch mit ihrer Gruppe von Verband zu Verband und jedes Mal wird man, gegen eine entsprechende Gebühr, wieder von dem neuen Verband einen Dan höher graduiert bzw. ernannt. Und so gelangt man in unübliche Ränge, die man mit normaler traditioneller Vorgehensweise nie erreichen würde und dementsprechend auch technisch sowie theoretisch nicht repräsentieren kann.

Des weiteren gibt es heutzutage einen weit verbreiteten Slogan: Wer es nicht mehr mit seinem bisherigen Verband kann, der kommt einfach zu uns, den Stil-Offenen. Wir sind die neue Heimat für alle, die mit ihrem jetzigen Verband unzufrieden sind. Solche merken nicht einmal, dass ihr in dem bisherigen soliden Verband erworbenes, bisheriges Niveau zu ihrem Nachteil auf der Strecke bleibt. Es ist ein vergeblicher Wettstreit um Authentizität der eigenen selbst gestrickten Stilrichtung, ein Mischmasch-Vergleich aller möglichen Stilarten in einem offenen Turnier. Nach der Devise: Wer ist der bessere oder wer betreibt den besseren Stil? Ein Denken dieser Art ist in der seriösen Kampfkunstwelt unter deren Würde.

Wie klingen solche Titel, wie Stilrichtungsreferent mit 3. Dan, Prüfungsbeauftragte mit 3. Dan und schnell einfach nachträglich fürs Prestige noch zum 5. Dan ernannt, oder Bundestrainer für Formen als 2. Dan usw.? Wo soll denn die notwendige Erfahrung und Reife hierfür herkommen?

Gängig sind auch folgende Taktiken wie, kommst Du mit Deinen Leuten zu meinem stiloffenen Turnier, komm ich mit meinen Leuten zu Deinem Turnier. So wird ein reines gegenseitiges geschäftliches Interesse für zusätzliche private Einkünfte auf dem Rücken der unbedarften und unwissenden Schüler bzw. Teilnehmer abgehandelt. Dementsprechend chaotisch geht es auch auf solchen Veranstaltungen zu, wie es viele Außenstehende, ob reine unbedarfte Zuschauer oder Insider der Szene, es immer wieder leider feststellen müssen.

Um einen eigenen neuen Stil zu kreieren, benutzt man als vordergründige Begründung, man möchte einfach zukünftig breitbandiger gehen und möglichst vieles, sogar wenn es geht, von allem etwas zusammen werfen, ohne jemals wirklich auch nur eine Stilart solide erlernt, geschweige denn beherrscht zu haben. Da gibt es z.B. eine Reihe von so genannten Kampfkunst- oder Kampfsportstudios, die dem Namen



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

nach TSD Wurzeln haben sollten (Tang Soo Do ist wie Tae Kwon Do keine geschützte Bezeichnung), die aber mit dem allgemein weltweit anerkannten TSD-Geist und -Weg sehr wenig bis gar nichts mehr zu tun haben, weil man unter anderem ein ganz verkehrtes Verständnis von Härte und Selbstverteidigung besitzt. Selbstverteidigung findet zuerst im Kopf und im eigenen Unterbewusstsein statt und danach erst mit der Ausführung von entsprechenden Techniken in der praktischen Anwendung. In den traditionellen Kampfkünsten gibt es den Begriff ‚Härte‘ in diesem Sinne nicht, sondern man verwendet das Prinzip des Wassers, das Umfließen eines Widerstandes, das Ausweichen und den besten Einsatz der verfügbaren Kräfte. Einem Prinzip, auf das alle traditionellen Kampfkünste, wie Judo, Jiu Jitsu, Aikido, Karate usw. fußen.

Seit längerer Zeit kursiert bei vielen Vereinen der Begriff „Stiloffen“, bloß was soll dies nun bedeuten? Betreibt man nun einen Stil mit einer eindeutig zu zuordnenden Herkunft und erkennbaren Wurzeln wie z.B. Shotokan, Wadu Ryu, Goshu Ryu usw. und dies ohne Abstriche und Modifikation oder aber einen neumodisch kurzfristig zusammen gewürfelten Stil-Mischmasch der hinten und vorne nicht zusammenpasst!?

Wenn man so mehr als 30 Jahre mit dem Erlernen einer Kampfkunst verbracht hat und somit durch entsprechend anerkannte Prüfungen den adäquaten Rang eines allgemein anerkannten 6. Dan erworben hat, ist man in der traditionellen klassischen Kampfkunst berechtigt und in der Lage seinen bis dato erlernten und gereiften Kampfkunststil etwas auf seine persönliche Form zu adaptieren. D.h. aber trotzdem, dass das Grundsätzliche der erlernten Kampfkunst erhalten bleibt und nicht gravierend verändert oder verfälscht wird.

Die Struktur der Meisterränge sollte sich auch in der Mitgliedergröße eines Verbandes widerspiegeln. Wie sagt man so schön, wenn es zu viele ‚Chiefs und zu wenige Indians‘ gibt, dann ist die normale Pyramide auf den Kopf gestellt und somit wirkt so ein Verband unseriös!

### Ein Beispiel zur Veranschaulichung:

Bei einem internationalen Verband mit weltweit über 130.000 Mitgliedern einer allgemein anerkannten Stilart gibt es 1x 9. Dan Großmeister, 1x 8. Dan Vize-Großmeister, 5x 7. Dan- und 12x 6. Dan-Träger als Senioren-Meister, 30x 5. Dan und 80x 4. Dan-Träger als Junio-Meister. Der Rest verteilt sich circa 1 zu 20 auf die Schwarz- und Farbgurte.

### Ein anderes Beispiel:

Ein internationaler Verband mit 10.000 Mitgliedern hat einen 10. Dan Stilgründer, acht 9. Dan-Träger, dreißig 8. Dan-Träger usw. Es ist leicht auszurechnen, wie hier die Verteilungspyramide ist.

Auf der Matte bzw. dem Hallenboden erkennt man den wahren Kampfkünstler an seinem persönlichen Auftreten und seinem Erscheinungsbild und nicht an seinem Gürtel, egal welche Couleur er sich auch immer umgebunden hat. Nichts ist schlimmer für so genannte selbst-ernannte Größen, wenn hinter deren Rücken auf der Matte bzw. Boden hinter vorgehaltener Hand getuschelt wird: Wo hat denn ‚Der‘ seine bzw. diese Graduierung her?

Der eigentliche Sinn und Zweck der Kampfkunst als Way of Life, das ‚Do‘, verkommt leider immer mehr zu einer reinen egomanen Titel- und Geltungssucht im Kampfsport. Eines der wesentlichen Unterscheidungsmerkmale zwischen Kampfsport und Kampfkunst ist das: Der Kampfsportler trainiert ausschließlich für den Wettkampf mit dem reinen Zweikampfgedanken. Er limitiert damit auch sein Technikrepertoire, da man ja nur mit bestimmten Techniken auch Punkte erzielen kann. Für den Kampfkünstler ist das Training eine Art Way of Life, wie es im ‚Do‘ zum Ausdruck kommt. Es steht also nicht ausschließlich das reine körperliche Training im Vordergrund, sondern ebenfalls das Geistige und die lebenslang zu schulende Persönlichkeitsentwicklung ohne einen eigentlichen Wettkampfgedanken, außer dem Kampf mit sich selbst. Wie es auch ursprünglich das eigentliche Anliegen von Jiro Kano, Gishin Funakoshi, Morihei Ueshiba und anderen namhaften Stil- bzw. Kampfkunstbegründern war und von ihnen ebenso vorgelebt wurde, ähnlich dem humanistischen Geiste des antiken griechischen Gymnasiums.

Was auch immer die Motivation des Einzelnen ist, einen Stil zu erlernen und dauerhaft zu betreiben, sei es Ehrgeiz, Besessenheit, Freude, Erfüllung, Sendungsbewusstsein usw., sollte er sich immer fragen, warum mach ich es eigentlich? Mach ich es für mich selbst? Dann brauche ich nicht das Prestigedenken in der ganzen Angelegenheit. Mach ich es aus Geltungsbedürfnis? Dann ist das Äußere, im Grunde genommen, die eigentliche Triebfeder der ganzen Geschichte. Und damit fängt dann die Gürtel- und Titelsucht an, die letztendlich zur eigentlichen Verblendung führt. Die alten Meister brauchten keine Titel und Rangunterschiede, ihnen ging es um die eigene Entwicklung und die ihrer wenigen Schüler, die nicht an einem äußeren Bekleidungsstück oder Titel erkennbar war. Da wo nur noch das äußere Erscheinungsbild aus reiner Eitelkeit und schierem Prestigedenken abgehoben zur Schau getragen wird, ist demjenigen die Bodenhaftung zur eigenen Stilart verloren gegangen. Mit den Jahren hat man so viele „Hochrangige Herrschaften“ kennen gelernt, aber den Meister in ihnen, den konnte man weder erkennen noch finden. Viele wertvolle Dan-Träger unterer Ränge zeigen durch ihr bescheidenes Auftreten und technischem Können mehr Meisterqualifikation, als so viele Mächtetern-Meister, die meinen, die Auswüchse der eigenen Eitelkeit unbedingt nach außen hin zur Schau stellen zu müssen.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

**Fazit:** Es lässt sich nicht verhindern, dass auf jeder Darstellungsbühne schillernde Figuren ihr Unwesen treiben. Jedoch kann man mit der Zeit die Augen eines noch nicht so erfahrenen Kampfkünstlers oder eines, der es werden möchte, für eine distanzierte und differenzierte Betrachtungsweise öffnen, so dass er zu seinem eigenen Interesse kritisch und fundiert die Kampfkunst- und -sportszene mit ihren Darstellern aus einem bestimmten Blickwinkel betrachtet und seine eigenen profunden Schlüsse aus deren Beobachtung für sich ziehen kann.

Klaus Trogemann, April 2010  
Seit 45 Jahre im Kampfsport und  
34 Jahre in der Kampfkunst tätig

## GEDANKEN ZU SINN UND ZWECK EINER VERBANDSZEITSCHRIFT BZW. EINES NEWSLETTERS

In allen Organisationen, Parteien, Behörden, Firmen, Verbänden, Vereinen usw. gibt es ein Informationsbedürfnis sowohl nach Innen wie auch nach Außen. Dies schlägt sich in der Regel in Papierform nieder, wie eine spezielle Zeitung mit einer jeweils entsprechenden Bezeichnung, wie z.B. Behörden-/Verbandsnachrichten, Firmenjournal, Organisationsinformationen oder auch neuerdings aus dem Englischen entlehnt Newsletter (Brief mit Neuigkeiten bzw. Aktuellem). In der Regel wird in diesem Informationsmedium über vergangene Ereignisse, momentane Geschehnisse und zukünftige geplante Aktivitäten (Sammelbegriff Events) berichtet. Beiträge zu diesem Informationsmedium können nicht nur von ‚Oben‘ sondern sollten auch von ‚Unten‘ innerhalb der jeweiligen Organisationsform kommen. Denn die Akzeptanz eines solchen Newsletters steht und fällt mit den Beiträgen, die eben nicht nur aus einer Richtung und nur von Wenigen kommen sollten, um den Eindruck einer Subjektivität zu vermeiden. Ihre Vielfalt beeinflusst wesentlich das objektive Erscheinungsbild dieses Informationsblattes. So ist es sehr wichtig, dass ein möglichst großer Teilnehmerkreis sich mit seinen Beiträgen dort wieder findet und nicht nur wenige und auch immer nur dieselben ihre Beiträge dazu liefern. Was auch mit der Zeit eine sehr einseitige Geschichte wird und unbewusst zu einer einseitigen Schiefzahl der Meinungen in nur eine Richtung führt. Dieser Eindruck sollte für ein ernsthaftes Blatt auf jeden Fall vermieden werden, wenn es nicht den Anschein einer Objektivität letztendlich verlieren möchte. In Behörden, Firmen, Verbänden gibt es selbstverständlich eine Info-Pflicht von oben, die in der Regel einen Großteil des Inhaltes ausmacht. In Vereinen oder Sportverbänden usw. liegt die Pflicht doch im Wesentlichen bei beiden Teilen, dem Vorstand und den Mitgliedern. Da die Vorstände von Sportvereinen usw. in der Regel ihre Tätigkeiten auf freiwilliger Basis ausführen, so sind auch deren Beiträge meist in freiwilliger Form, wie es aber auch für die Mitglieder eines Vereins für ihren Teil der Beiträge gelten sollte. Eine Vorgehensweise dieser Art zu gleichen Teilen verringert erheblich die Arbeitsbelastung der Herausgeber und die Mitglieder eines Vereins finden sich auch wieder und auch repräsentiert mit ihren Beiträgen in diesem Medium. Es gibt sicherlich in jedem Verein einige Herrschaften, die gerne einmal einige Zeilen über ein Ereignis innerhalb des Vereins oder des Verbandes zu Papier bringen können bzw. möchten und sie noch mit einem Schnappschuss versehen an den Editor des Newsletters per E-Mail weiterleiten könnten. Dies muss auch nicht zu jedem Erscheinen des Newsletters von jedem jedes Mal praktiziert werden. Aber mit dieser Vorgehensweise kommen immer einige interessante Beiträge zusammen, die den Newsletter mit Leben erfüllen. Auch sei hier mal angesprochen, dass durchaus auch Vorschläge zur Gestaltung des Newsletters erwünscht sind, denn schließlich möchte man ja auch interessant für den Leserkreis und keine langweilige Lektüre sein. Also auch Kolumnen, Leserbriefe, Meinungen usw. können zur Attraktivität beitragen. Seit langem ist geplant, dass sich jeder Verein bzw. Studio sich selbst einmal mit seinen Trainer und den Schülern im Newsletter vorstellt. Es ist allgemein bekannt, dass nicht jeder ein exzellenter Verfasser von Beiträgen ist. Aber es hilft schon sehr, wenn man einfach ein paar Gedanken zu Papier bringt und an den Editor weiterleitet, der dann in Abstimmung mit dem Verfasser dem Beitrag das gewünschte Gesicht gibt. Somit nimmt der Einsender dem Editor schon ein großes Stück Arbeit zur Artikelwahl ab. Also man soll sich nur trauen, auch wenn der eingesandte Artikelentwurf hinterher etwas anders aussieht, um den Belangen in der Größe des Newsletters gerecht zu werden. Hier sind alle Mitglieder angesprochen, denn es ist Euer Medium und dieses Medium ist auch eine Darstellung nicht nur nach innen sondern auch nach außen, wie man es immer an den vielen Reaktionen und Zuschriften zum jeweiligen Newsletter erkennen kann. Die Seriosität eines Verbandes vor allem auch nach außen steht und fällt mit seinem Darstellungsbild. Und eine gute Darstellung ist nun mal ein gut geführter Newsletter.

Hiermit ermuntere ich alle Mitglieder der DTSDV auf, sich mit ihren Beiträgen, seien sie auch noch so klein, an diesem Newsletter zu beteiligen. Es ist Eure Zeitung, nicht nur die des Vorstandes.

Tang Soo !!

Klaus Trogemann, Juli 2010



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

*- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

## GEDANKEN ÜBER DIE EIGENTLICHE BEDEUTUNG EIN DAN-TRÄGER ZU SEIN

Im Zusammenhang mit der kürzlich stattgefundenen Dan-Prüfung tauchte die Frage auf, was bedeutet es eigentlich, ein Schwarzgurt zu sein? Viele Menschen beginnen aus den verschiedensten Gründen mit einem Kampfsport oder einer Kampfkunst. Die meisten von ihnen stellen dann sehr bald fest, dass ihr Trainer oder Trainerin einen Gürtel aus schwarzer Farbe tragen. Mit der Zeit fangen sie an, sich darüber die unterschiedlichsten Gedanken zu machen und ihren Trainer über die Bewandnis des schwarzen Gürtels zu befragen.

In diesem Zusammenhang soll die folgende Erörterung sich in erster Linie auf die Bedeutung des Schwarzgurtes in der Kampfkunst und nicht auf die im Kampfsport beziehen.

Schwarzgurt bedeutet schwarz gefärbter Gürtel (Dan) und ist bekannt als Yu Dan Ja – niedrigere Schwarzgurtträger. Die schwarze Farbe symbolisiert das Erreichen eines gewissen Reifegrades in den Eigenschaften wie Meisterschaft, Ruhe, Würde, Ernsthaftigkeit usw. Außerdem ist es ein Beginn der Entwicklung durch die Ränge der Ko Dan Ja's, (höhere Dan-Grade) Meistergrade zur wahren Meisterschaft.

### Welche Eigenschaften sollte ein Dan-Grad erwerben bzw. besitzen, um sich zu einem höheren Meistergrad hin zu entwickeln:

- Vom Wesen her sollte er menschliche Ideale anstreben. Rache, Gewalt, Kampf oder Streben nach übertriebenen Reichtum sollten ihm fern liegen. Hierzu sollte er sich stets bekennen und sie in seinem eigenen Lebenslauf mit einbeziehen.
- Der Dan-Träger ist ein beispielhafter Kampfkünstler, der beständig trainiert und somit die Reife von Körper und Geist und die unbeugsame Tatkraft seiner Kampfkunst verwirklicht.
- Für den Dan-Träger ist die Kampfkunst eine Berufung, auch wenn sie nicht sein Beruf ist. Durch ständiges Training um ein höheres Maß an Perfektion von Körper und Geist zu erlangen, steigert er sein Ansehen und seine Würde entsprechend seiner Berufung.
- Es ist für den Dan-Träger eine Ehre, seinem Studio, seinem Trainer, seinem Großmeister, seinem Verband, stets mit Rat und Tat stolz zu unterstützen. Aus dieser Motivation erwächst auch die Treue zu seiner Kampfkunst.
- Der Dan-Träger sollte stets freiwillig alle Aktivitäten seiner Kampfkunst unterstützen und somit auch zum Allgemeinwohl und dessen Verbesserung beitragen.
- Ein Dan-Träger sollte in der Lage sein, zwischen Wahrheit und Unwahrheit, Gerechtigkeit und Ungerechtigkeit klar zu unterscheiden. Auch wenn es manchmal einen bitteren Beigeschmack hat, sollte er immer fest auf der Seite der Wahrheit und der Gerechtigkeit stehen.
- Eine Vorbildfunktion in der Kampfkunst wie auch im Gemeinschaftsleben sollte der Dan-Träger immer durch entsprechende Führerschaft anstreben und einen gerechten und respektablen Lebenswandel führen, womit er sich den Respekt seiner Umgebung erwirbt.
- In der Person eines Dan-Trägers sind auch Brüderlichkeit und Fürsorge für andere Dan-Träger zu finden. Dies trägt auch zum Ansehen der Dan-Träger nach außen hin bei.
- Jeder Dan-Träger ist für das Fortbestehen seiner Kampfkunst mit verantwortlich. Er muss ständig neue Schüler heranbilden und erzieherisch auf sie einwirken, um das Bestehen seiner Kampfkunst zur nächsten Generation sicher zu stellen.
- Der gewissenhafte Dan-Träger sollte beständig sein erworbenes Wissen und sein Können über seine Kampfkunst, auf sich selbst und andere zur Verbesserung der eigenen wie deren Lebensführung anwenden.

### In den Kampfkünsten gibt es zwei Bezeichnungen für die Ränge der Ko Dan Ja's:

- Sensei: steht für Meister aufgrund der technischen Fähigkeiten und Prüfung.
- Sah Bum Nim: steht für Meister aufgrund von technischen Fähigkeiten, Prüfung und Reifegrad der Person als Vorbildfunktion.

Der Zweck des Kampfkunsttrainings für einen Dan-Träger ist nicht der Zweikampf oder der Kampf allgemein, sondern das ständige Bestreben, die Techniken sowie die körperlichen Fähigkeiten zu verbessern und als Ergänzung hierzu, einen klaren Verstand zu entwickeln. Um seine Kampfkunst zu meistern, sind nicht nur technisches Wissen und körperliche Fähigkeiten alleine ausreichend, sondern die Ausbildung eines geschärften und geschulten Verstandes ist ebenso wichtig. Dan-Träger zu sein heißt, sich nicht nur viele Jahre damit zu beschäftigen, die Grundlagen nicht nur für Fertigkeiten und effektive Kraft zu schaffen sondern auch den ganzen Prozess der ständigen gemeinsamen Entwicklung des Verstandes und des Körpers zur Erfüllung von Tugenden, wie Tapferkeit, Weisheit und Güte in Einklang zu bringen.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Früher war die Kampfkunst eine Überlebenskunst. Entsprechend hart war das Training. Später strebte man nach der Entwicklung einer starken Verstandes- und Geisteskraft durch Meditation und Askese mit Verzicht auf jegliche körperliche Bequemlichkeit.

Heutzutage liegt das moderne Konzept der Kampfkünste mehr im privaten Lebensbereich und dient mehr der Gesundheit, Selbstverteidigung und dem Gewinn von Selbstvertrauen und Entwicklung von Geduld. Die Dan-Träger müssen daran arbeiten, dass die reine materielle Weltanschauung nicht überhand nimmt, sondern mehr wieder die ideellen Werte entwickelt werden.

All dies ist keine leichte Aufgabe und Verpflichtung aber ein steiniger Weg zu einem Ziel dem höheren Meistergrad, dessen Erreichen sich für jeden Dan-Träger lohnenswert ist.

Tang Soo !!

Klaus Trogemann, September 2010

### DER SINN VON VERBÄNDEN UND DEREN GEMEINSCHAFTLICHEN INTERESSEN

Aus einem gegebenen Anlass heraus möchte ich einmal meine persönliche Sicht zu diesem o. a. geführten Thema schriftlich niederlegen. Was kann man eigentlich unter einem Verband verstehen? Ein Verband ist eine Interessengemeinschaft von Gleichgesinnten. In der Regel ist es ein Organ, das Gruppen mit gleichen Interessen übergeordnet verbindet und damit auch deren gemeinsamen Interessen intern bündelt und gestärkt nach außen hin vertritt.

Das können:

- politische, wie z. B. Parteien,
- wirtschaftliche, wie z. B. Unternehmer Verbände,
- zweckgebundene wie, z. B. Stuttgart-21,
- oder auch sportliche, wie z. B. DJB,

Interessen sein.

Ihre Strukturen folgen alle der gemeinsamen Absicht, durch einen Zusammenhalt in einem größeren Verbund, sprich Verbandsorganisation, ihren Interessen mehr Geltung, Durchsetzung und Verwirklichung bzw. Realisierung durch Erfolg zu verschaffen. Nun kann so ein Verband als Zusammenschluss einzelner Gruppen mit gleichen Interessen nur seine Ziele verfolgen, wenn alle Interessengruppen intern am gleichen Strang ziehen und somit diesem Zusammenschluss entsprechend die notwendige Geltung nach außen hin verschaffen. Dazu bedarf es Satzungen, Verfahrensordnungen usw. die all dies regeln, damit so ein Zusammenschluss bzw. Verband für seine Interessenmitglieder und Gruppen auch funktionieren kann. An diese gemeinsam erarbeiteten Satzungen usw. muss sich dann auch jeder halten, da sonst die ganze Wirkungskraft eines Verbandes sinnlos verpufft. Dieses gemeinschaftliche Prinzip gilt in seiner Wirkung für alle Arten von wie z. B. o. a. Verbänden.

Nun möchte ich aber im Folgenden nur auf die Kategorie von Sportverbänden eingehen und hier insbesondere gezielt auf die im Kampfsport bzw. in der Kampfkunst aktiv ausgerichtete Verbände. Gerade in diesem Segment gibt es seit ca. 3 Jahrzehnten eine Vielzahl von Gruppierungen.

Öffentliche Großverbände, wie z. B. DJB, DKB, DTU usw., die alle unter dem Dach des Deutschen Olympischen Sportbundes - DOSB - organisiert sind und von dort auch deren Förderung in jeglicher Form erhalten. Jene brauchen sich nicht sehr um ihre finanzielle Situation zu sorgen, da ja diese offiziellen Sportverbände auch neben ihren Mitgliedsbeiträgen zusätzlich vom Vater Staat entsprechend ihrer Mitgliederzahl ihre erweiterte finanzielle Unterstützung erfahren. Mit dieser Unterstützung im Rücken ist es dadurch deren angestellten Funktionären auch möglich, entsprechend im Interesse ihrer Organisation solide und gesetzt zu agieren.

Bei der Vielzahl an kleinen privaten Verbänden, die außer ihrer offiziellen Registrierung beim jeweiligen Amtsgericht als e.V. und evtl. noch beim Finanzamt im Falle einer zusätzlichen Gemeinnützigkeit für eine Steuervergünstigung keine Unterstützung vom Staat erfahren, sieht es dann ganz anders aus. Diese müssen sich ausschließlich aus sich selbst heraus, aus Ihren Mitgliedsbeiträgen und sonstigen Gebühren finanzieren. Diese kleinen privaten Verbände müssen zum Überleben und dem damit verbundenen Anspruch an Seriosität zum notwendigen Erhalt und der Verbesserung des eigenen technischen Niveaus gerecht zu werden, sich unter das Dach von bekannten größeren internationalen ebenfalls privaten Dachverbänden begeben. Sie müssen an sie, dann ebenfalls Gebühren entrichten, deren Satzungen und Regelwerke anerkennen und sich natürlich auch danach entsprechend richten. Um auf die Dauer zu überleben und auch zu wachsen, ist bei diesen ein sehr großer Zusammenhalt der in diesem privaten Verband repräsentierten Gruppen unabdingbar. Hier wird sehr viel ehrenamtliche,



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

zum großen Teil nicht bezahlbare, Arbeit zum Gedeihen eines solchen Verbandes geleistet. Da sind selbstverständlich keine Extravaganzen einzelner Gruppen aus reiner egoistischer Motivation heraus dienlich, sondern nur ein besonderer uneigennütziger Gemeinschaftssinn und Zusammenhalt als eine gesamte Interessengemeinschaft ist hier gefragt. Dies fordert auch selbstverständlich ein offenes kameradschaftliches Verhalten unter- und innerhalb der einzelnen Gruppen zum Wohle des Verbandes. Einzelne aus der Reihe tanzende egoistisch fordernde Gruppen, sei es Quereinsteiger ohne Vorkenntnisse der Verbandshistorie und dessen Philosophie oder auch in der Verbandsphilosophie gewachsene und plötzlich unzufriedene sich verselbstständigende Gruppen, haben in so einem Verbandsgebilde durch ihren selbstsüchtigen Ego-Trip keine Existenzberechtigung. Diese agieren nur zum Schaden des gesamten Verbandes in vielfältiger Weise. Sie stören den besonders wichtigen Gemeinschaftssinn und Zusammenhalt, streuen Zwietracht und Misstrauen unter die einzelnen Gruppen, was letztendlich nur dem agierenden und sonst so solide auf das Vertrauen seiner Mitglieder bauenden Verband nur schadet. Zum Wohle und der positiven Weiterentwicklung des Verbandes ist es zwingend erforderlich, sich rechtzeitig von solchen, nur Zwist fördernden, ständig unzufriedenen und auch keinen wesentlichen Beitrag zum Gedeihen des Verbandes leistenden Gruppen zu trennen. Hier gilt die Devise: Eine faule Tomate infiziert mit der Zeit alle gesunden Tomaten. Als Konsequenz daraus, die faule Tomate rechtzeitig aus dem Gemeinschaftskorb entfernen, bevor ein größerer Schaden entsteht. Kleine, auf funktionierend fußenden Gemeinschaftssinn, Verbände können sich zum eigenen Wohlgedeihen nicht leisten, auf die Dauer solche egoistischen Störenfriede zu tolerieren. Das geht sehr schnell an die Substanz, da ja deren Mitgliederstärke nicht der eines Großverbandes entspricht, der solche Quertreiber innerhalb seiner Organisation einfach leicht in sich selbst auslaufen lassen kann. Wie die Erfahrung zeigt, ist es eine menschliche Tatsache, dass in gewissen Zeitabständen immer wieder solche egoistischen Gruppen innerhalb eines solchen Verbandes zum Teil als Quereinsteiger auftauchen, die meinen, so ein Verband ohne Rücksicht auf die anderen gleichberechtigten Gruppen, nur für ihre eigenen selbstsüchtigen Interessen instrumentalisieren zu können. Kleine Verbände sind mehr denn je gefordert, solchen zerstörerischen Strömungen im eigenen Überlebensinteresse rechtzeitig entschieden entgegen zu wirken und diese schnellstens auszumerzen. Diese sich verselbstständigenden Gruppen finden sich dann in so genannten schmelztiegelartigen Verbänden als gesichtsloses Gemenge wieder, wo jeder seine Regeln für sich selbst aufstellt und auch keinen organisatorischen Zwängen folgt. Hauptsache man ist frei von lästigen eingrenzenden Regeln. Dabei merken diese Gruppen erst zu spät, dass ihre Qualität und Identifikation letztendlich auf der Strecke blieben. Dabei haben sie sich nur selbst zum eigenen Schaden von der Seriosität eines über viele Jahre gewachsenen renommierten Dachverbandes abgenabelt und somit auch von dem dort ausreichend vorhandenen entsprechenden Wissen und der Erfahrung.

**Als Fazit:** durch rechtzeitiges sich Trennen von solchen zerstörerischen Querulanten, den sonst so vorhandenen guten kameradschaftlichen Geist, die friedvolle Einstellung und den praktizierten Gemeinschaftssinn zur Freude aller Mitglieder und zum gedeihlichen Überleben eines Verbandes zu erhalten. Dies gilt insbesondere für Kampfkunstverbände, für die die saubere Einstellung zur Tradition noch wirklich etwas bedeutet. Gelebte Tradition bedeutet auch, vermehrt auf die langjährige Erfahrung der Senioren, gewachsen in Jahrzehnten im Umgang und Erlernen einer Kampfkunst, zu bauen und nicht unerfahrenen Junioren, die erst kurz dabei sind und über keinerlei so wichtige historische Entwicklungskennntnisse verfügen, einfach das Heft, des für ihr egoistisches kurzsichtiges Handeln zum Schaden des gewachsenen Gesamten zu überlassen. Gegen solche unseligen zeitlichen Strömungen muss man jederzeit entschieden entgegen wirken.

Klaus Trogemann, Dezember 2010

2011

## AGGRESSIONEN UND GEWALT

Wie kann man Aggressionen und Gewalt, mit kampfkunstpädagogischen Kenntnissen und Mitteln untermauert, sinnvoll begegnen? In der heutigen Zeit nimmt das Thema 'zunehmende Aggression und Gewalt' insbesondere unter und von Jugendlichen und jüngeren Erwachsenen einen immer breiteren Raum ein. Auch wir, in der traditionellen Kampfkunst Tätigen, können uns diesem Erscheinungsbild nicht mehr ganz verschließen. Für Trainer in den diversen Kampfkünsten ist es unabdingbar geworden, sich nun vermehrt mit dieser Thematik zu befassen und mit ihr intensiver auseinander zu setzen. Es ist sinnvoll, sich dieser Problematik nicht mehr zu entziehen, sondern sich ihr zu stellen. Hiermit wird nachfolgend versucht, dem Dan-Träger einer Kampfkunst einen Einstieg in und eine Hilfe zu diesem komplexen Themenkreis zu geben.

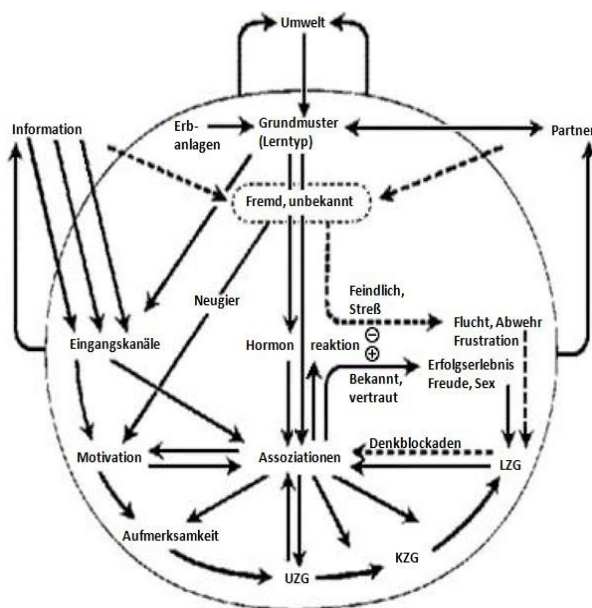
Der Verfasser dieses Artikels, der sich in den letzten Jahren mehrmals in Situationen erfolgreich behaupten musste, in denen Gewalt eskalierte, besitzt selbst keine Ausbildung in Psychologie und Pädagogik. Er bemüht sich nur, aufgrund seiner über 40 Jahren Erfahrung als Trainer in der Kampfkunst diese komplizierten psychologischen und physiologischen Zusammenhänge, so wie er sie verstanden hat, in einer für nicht so bewanderte Laien verständlicheren Form darzustellen. Mit damit gewonnenem Verständnis und einer klarer gewordenen Situationseinschätzung ist es insbesondere für den Kampfkünstler möglich, mit einer entsprechend optimal angemessenen Reaktion zu reagieren. Die Basis hierzu bilden die anschließend angeführten Ausarbeitungen.

Nach einer Ausarbeitung und Zusammenstellung von Dipl. Päd. Günter Neumann werden nun nachfolgend Informationen, wie man sich als Kampfkunsttrainer zu diesem speziellen Themenkreis seine eigenen Gedanken zu machen hat und sich damit befassen sollte, dargestellt bzw. erläutert.

Hierzu sollte man sich zuerst einmal mit seiner Einstellung zu Aggression und Gewalt beschäftigen. Am besten stellt man sich selbst zu-nächst folgende Fragen:

- Was und wie empfinde ich bei bzw. mit diesen beiden Begriffen 'Aggression und Gewalt'?
- Habe ich hierzu selbst eigene Erfahrungen aus meiner persönlichen Vergangenheit?
- Welche emotionalen Assoziationen habe ich selbst hierzu, wie z.B. Impulsivität, Wut, Zorn, Unbeherrschtheit, Angst?
- Wie gehe ich denn selbst mit meinen Ängsten und Befürchtungen um?
- Mit welchem Konzept möchte ich diesen Ängsten und Befürchtungen entgegen?

Um all diese Fragen zu beantworten, sollte man sich hierzu einmal klarmachen, was eigentlich so alles in dem psychisch komplexen Ge-bilde aus Bewusstsein und Unterbewusstsein abläuft.



**Informationsverarbeitung: Das gesamte Netzwerk nach Frederic Vester**

Laut einem Modell zur hirnhypophysären Verarbeitung von bedrohlichen oder unbekanntem Reizen von Dr. A. Dutschmann unterscheidet man in drei verschiedene Reaktionsmuster:

### Der obere Weg, der 'instrumentelle Typ'

Der Reiz, z.B. eine Beschimpfung, wird vom Zwischenhirn, Thalamus und Amygdala (Mandelkern), als eine 'vertraute' Bedrohung identifiziert. Der Beschimpfung wird ggf. ein Gefühl wie Ärger zugeordnet und/oder ähnliche Gefühle aus vorausgegangenen Situationen assoziiert. Emotional bleibt man jedoch relativ ruhig. Diese Art des Ärgers ist einem bekannt und man hat Erfahrungen, damit umzugehen. Die Großhirnrinde holt aus dem Gedächtnis vergleichbare Situationen hervor, erinnert an eigene Handlungsstrategien, bewertet die verschiedenen Verhaltensalternativen und man entscheidet dann weitgehend rational, wie mit der Situation umzugehen ist. Man kann seine Überlegungen und Entscheidungen reflektieren, begründen und sprachlich formulieren. Diese 'coole' Reaktion dauert zwar auch nur einen Augenblick, jedoch ist sie durch die aktive Beteiligung der Großhirnrinde deutlich langsamer als die anderen beiden weiteren Reaktionsmuster. Der Vorteil hierbei ist, dass man überlegt und emotional kontrolliert handelt. Dieses Reaktionsmuster entspricht in der Regel dem üblichen Alltagsleben.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## Der untere Weg, der 'Emotionstyp'

Der Reiz löst beim Betroffenen massive Angst oder Ärger aus. Thalamus und Amygdala erkennen eine massive Bedrohung, die eine schnelle und unmittelbare Reaktion erfordert. Wie aus der Menschheitsgeschichte heraus bekannt ist, gibt es dann nur zwei Alternativen, entweder Kampf oder Flucht. In beiden Fällen bedarf es dabei keiner rationalen sprachlichen Reflexion oder Vermittlung. Als Folge davon erfolgt die Reaktion emotional, heftig und unüberlegt. An einiges von dem was man unvermittelt tut, kann man sich später nur noch bruchstückhaft erinnern, Kontexte werden ausgeschaltet, nicht wahrgenommen, es entsteht eine Art von Tunnelblick. Durch die Ausschüttung von Katecholaminen, Adrenalin und Noradrenalin werden kurzfristige Kraftreserven der Muskulatur bereitgestellt, der Blutdruck und die Herzfrequenz steigen, die Durchblutung und die Energieversorgung der Großhirnrinde nimmt dagegen massiv ab. Nachdenken, diskutieren oder Lösungen zu entwickeln ist fast unmöglich. Vergleiche auch die rationale Einschränkung beim Freikampf/Sparring. Argumente, Erklärungen oder moralische Vorträge erreichen die eigene Rationalität (in der Großhirnrinde) nicht; sie bewirken vielmehr, dass man sich noch mehr überfordert fühlt. Jugendliche würden heute sagen: 'Texte mich nicht tot!' und dadurch steigt das Stressniveau. Das heißt der Erregungsstand im Gehirn hält an, Hormone und Neurotransmitter werden vermehrt ausgeschüttet, die einen kampfbereit oder fluchtbereit halten. Jemand, der oft solche Stresssituationen erlebt, z.B. bei innerfamiliärer Gewalt und Misshandlung, der hat einen permanenten Alarmzustand im Gehirn, d.h. die Grunderregung ist bereits deutlich erhöht. Jeder kleiner als bedrohlich wahrgenommener Reiz kann schon zur 'Stressexplosion' führen.

## Das dritte Reaktionsmuster, der 'Erregungstyp'

ist mit der Metapher 'Klick-Surr-Bang!' am besten beschrieben. Der bedrohliche Auslösereiz lässt existenzielle Angst oder rasende Wut entstehen. Der Reiz 'Klick' löst den Prozess 'Surr' wie einen abgeschossenen Pfeil aus – und 'Bang' es knallt, treten, schlagen, schreien usw. Die Ratio (Vernunft) ist vollkommen ausgeschaltet. Man hat einen totalen Kontrollverlust. Sprachlich ist man nicht mehr erreichbar, reden hilft überhaupt nicht mehr. Selbst die beruhigende Wirkung monotoner Worte wird nicht oder kaum noch wahrgenommen. Diese explosive Körperlichkeit erfordert höchste Vorsicht für alle Umstehenden, da die Person total 'außer sich' ist!

Diese drei Erregungstypen beschreiben nicht Typologien von Personen, wie der oder die ist ein 'instrumenteller Typ', sondern drei verschiedene Modelle von Erregung im Kontext von Aggression und Gewalt. Bei den nachfolgenden Abschnitten 'Gewalt I - IV' sind Erklärungsansätze skizziert und Hintergründe aufgeführt. Sie beleuchten die zunehmende Gewaltbereitschaft bei vor allem männlichen Jugendlichen. Wegen der verschiedenen Quellen und unterschiedlichen theoretischen Erklärungsansätzen wird hier eine Nummerierung vorgenommen.

### Gewalt I

In einem Abschiedsbrief schildert ein jugendlicher Amoktäter seine persönliche Sichtweise. Er hätte sich einfach lautlos aus dem Staub machen können, was aber für ihn noch sinnloser gewesen wäre. Stattdessen ist es für ihn besser, möglichst viele Leute bei seinem Abgang mitzunehmen, die alle seiner Ansicht nach ihm das Leben zur Hölle gemacht hatten. Damit wollte er eine Botschaft herüber bringen. Dass sich evtl. mit seiner Amok-Tat etwas ändern könnte und andere ebenfalls unglücklich und ungerecht behandelte Jugendliche dann zukünftig besser behandelt würden und somit einen Grund hätten, vielleicht noch weiter zu leben.

Auszug aus Garys Abschiedsbrief, aus: Morton Rhue 'Ich knall euch ab'.

### Gewalt II

- Aggression wird in erster Linie von Jugendlichen ausgeübt, die sich als Versager fühlen und sich nicht in ihrem mittelbaren Umfeld akzeptiert empfinden.
- Die Art und Weise der Gewaltausübung weist auf eine Verrohung ihrer sozialen Verhaltensformen und -normen hin.
- Risikofaktoren für Vandalismus und Gewalt sind: Schulunlust, Langeweile, Lärm und Unterforderung im Unterricht.
- Jugendliche zeigen Sehnsucht nach Reaktionen der Erwachsenen, die ihnen Grenzen setzen und diese sie auch erspüren lassen.
- Bei gewalttätigen Jugendlichen ist der Aufbau ihrer eigenen Identität misslungen. Sie können keine konstruktive Kommunikation mehr aufbauen, keine vertrauensvollen Signale senden und empfangen. Ihnen misslingt leider die sozial anerkannte Gestaltung von Beziehungen.





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## Gewalt III

Stattdessen verschaffen sich die Jugendlichen nun eine Identität über:

- rigide Identifikationen, wie Radikalismus oder autoritären Charakter,
- Konsumattribute, wie 'Haben statt Sein',
- über Aggressionen, die Aufmerksamkeit gewähren, welche als Zuneigung verweigert wird,
- den sozialen Rückzug, wodurch die Person das Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten und in sich selbst aber immer mehr verliert, Vgl.: G. Friederichs und R. Eichholz: Der Schrei nach Wärme. Jugend und Gewalt, Frankfurt 1997, Seite 62 f
- Die Schüler betreten heute die Schule mit einer archaisch gebliebenen Wut im Bauch und einer primär orientierten Fernsehsozialisation.
- Die prügeln sich, 'um sich zu spüren, um ihre Körper- und Ich-Grenzen aufrecht zu erhalten'.

## Gewalt IV

- Jugendbanden werden in dem Maße an Bedeutung gewinnen, wie die Gesellschaft die Jugendlichen verstößt; ein Gefühl des eigenen Wertes oder der Realität werden sie nur noch über die Zugehörigkeit zu einer Gruppe Gleichaltriger erlangen können.
- Durch Gewalt lenken die Kinder und Jugendlichen wieder die Aufmerksamkeit auf sich. Siehe o. a. Seite 62.
- „Ich selbst trat und trete stets für eine Erziehung ein, die Kinder zum 'aufrechten Gang', zum Widerstand gegen irrationale Autorität ermutigt. Aber können Kinder Widerstand gegen irrationale Autorität lernen, wenn sie im Elternhaus und in der Schule keine Autorität erfahren? Wie können sie lernen, Grenzen zu überschreiten, wenn ihnen nie welche gesetzt wurden?“  
Aus: Wilfred Gottschalch: 'Männlichkeit und Gewalt', Eine psychoanalytisch und historisch soziologische Reise in die Abgründe der Männlichkeit. Weinheim, München 1997, Seite 145

Welche Konzepte bzw. Hilfen bieten sich nun für gewaltbelastete Kinder und Jugendliche an?

### Hilfen A

#### A) Regelverstöße als Teil des Selbstkonzeptes

Es ist ein Zugang zu den heimlichen Beziehungswünschen zu finden; die Jugendlichen müssen das soziale Umfeld als lebenswerten Ort und die Mitmenschen als attraktive, wohlwollende Gegenüber erfahren. Sie müssen spüren: Ich verliere etwas Bedeutsames, wenn ich weiterhin permanent Regeln durch Gewalt usw. verletze und somit aus der Gemeinschaft ausgegrenzt werde.

#### B) Gewalt als Kompensation eigener Opfer-Erfahrungen (= epiphanisches Erlebnis)

Den psychischen Wendepunkt vom 'Opfer-Sein' zum 'Täter-Werden' herausfinden: Was ist passiert? Beachtung: Dieser Wendepunkt kann auch in einem Kampfkunststudio stattfinden!! Es ist herauszuarbeiten, auf welchen seelischen Lernfeldern Alternativen zu entwickelt sind.

Hiermit wird die Erfahrung eines Menschen bezeichnet, der bisher Opfer war (Gewalt und sexuelle Misshandlung erleiden musste) und nun selber Täter zu sein (jemand der jetzt selbst die Regeln über seinen Gegenüber bestimmt). Dies ist ein prägender Wendepunkt in der Biographie. Jemand, der von seinem Umfeld ständig malträtirt wurde, brennen plötzlich die Sicherungen durch, er vergisst seine Angst (unterer Weg, evtl. sogar Kontrollverlust) und schlägt das erste Mal zurück. Verwundert mit Stolz und Erleichterung registriert jener im Nachhinein, dass der frühere Aggressor jetzt Angst bekommen hat und das Umfeld nun zu einem bewundernd aufschaut. Jetzt ist man selbst der Boss! Jener wird nun diese Erfahrung auch in anderen Situationen suchen, wie auf der Straße, in der Clique sogar gegenüber Außenseitern und Minderheiten. Aus dem früheren Opfer wurde ein Täter, der sich nun stark und unverletzlich fühlt.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

### Hilfen B

#### A) Aggressiver Selbstschutz und 'hypochondrische Vulnerabilität' (eingebildete Verletzlichkeit)

Es ist herauszufinden, auf welche 'Beleidigungen', nonverbale Signale und Situationen der/die Jugendliche besonders verletzlich reagiert bzw. 'getriggert' (ausgelöst) wird: Die Wunden alter Missachtungs- und Misshandlungsereignisse wahrnehmen und sprachfähig machen. Einen Schutz herstellen und respektvollen Umgang einüben!

#### B) Mitleid(en) heißt schwach sein – und Reue haben, bedeutet Opfer werden.

Die Teilnahmslosigkeit mit dem Leid des Opfers hat eine (Schutz)-Funktion für den Täter. Das Gefühl für Mitleid und Reue muss erst wieder bei ihm aufgebaut werden.

Vieles spricht nach Barbara Diepold (1997) dafür, dass im Kontext neuer Erfahrungen für Beziehungen verzerrte Wahrnehmungen der Beziehungspartner korrigiert werden können, so dass vor allem die empathischen (einfühlen, mitfühlen) Fähigkeiten nachreifen können und die Affektregulation neu modelliert wird.

Was folgt daraus (vorherige Abhandlung) letztlich nun für den Kampfkunst Betreibenden?

In der Öffentlichkeit können ihm drei verschiedene Typen von Aggressoren gegenüber stehen:

**Der instrumentelle Typus:** Dieser hat ein Ziel vor Augen, ist verbal ansprechbar und hat ein gutes Gespür für die Angst, das Selbstvertrauen, die Kampfkraft des Gegenübers ('kalte Gewalt').

Mit selbstbewusstem, aber nicht provokantem Auftreten, beruhigendem und geduldigem Ansprechen des Aggressors kann eine Eskalation verhindert werden. Der Aggressor wird wahrscheinlich eher abwägen, wie seine Chancen stehen und wie hoch sein Risiko in einer Eskalation ist. Eine klare Körpersprache, die keine Angst erkennen lässt, jedoch nicht zum Kämpfen auffordert und nicht provokativ ist, kann hier hilfreich sein.

Dieses Auftreten kann im Training geübt werden. Die Gruppe gibt Rückmeldung über die Wirkung unserer Haltung!

**Der Emotionstyp:** Der Aggressor ist aufgebracht, empört oder fühlt sich gedemütigt, verletzt.

Es ist zur eigenen Sicherheit ein Abstand zu gewinnen. Keine verbalen Attacken, wie z.B. 'Du spinnst doch, lass dich mal nicht so auf, usw.' starten bzw. von sich geben, sondern besser beruhigend auf ihn einwirken! Für den erregten Aggressor ist das vorherrschende Gefühl überwältigend, sein Denken ist auch physiologisch temporär eingeschränkt ('heiße Gewalt').

Komplizierte Erklärungen seines Gemütszustandes verstärken eher sein Gefühl der Unterlegenheit und steigern somit nur seine momentane Erregung.

Beispiel: Sich in seiner Ehre verletzt fühlen. Oder eine generalisierte (allgemeine) Ohnmacht erleben gegenüber 'Typen' wie wir sie für ihn (Aggressor) repräsentieren (ethnisch, sozialer Status, Mittelschicht, Bildung usw.).

Das Verhalten des Aggressors ist weniger rational, es kann uns also durchaus auch eine vermeintlich körperlich unterlegene Person angreifen, da sie nicht mehr rational denken kann.

Im Training kann die richtige kompetente Kommunikation geübt und reflektiert werden!

**Der Erregungstyp:** Er manifestiert blinde, rasende Wut und Hass ('heiße Gewalt')! Hier hilft nur, sich in Sicherheit bringen, andere ggf. zu schützen, Hilfe holen! Geht das alles nicht, dann ist hier die Selbstverteidigung im Rahmen des Notwehrparagrafen gerechtfertigt. §32 StGB (1). Wer eine Tat begeht, die durch Notwehr geboten ist, handelt nicht rechtswidrig. (2) Notwehr ist diejenige Verteidigung, welche erforderlich ist, um einen gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwenden.

- Näheres dazu auch in der Urteilsbegründung zum Fall 'Dominik Brunner' in Solln.
- Das Schmerzempfinden des Aggressors kann reduziert oder weitgehend ausgeschaltet sein!
- Sein Verhalten ist nicht vorhersehbar und unkontrollierbar!



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

- Er greift zu allem, was ihm hilfreich erscheint, auch zu Waffen!
- Achtung: Bitte kein falsches Heldentum! Wenn der Aggressor schon nicht mehr denken kann, dann müssen es wenigstens wir tun! Also unter allen Umständen die eigene Ruhe bewahren.
- Durch gutes Training kann man diese Fähigkeiten fördern!

Das klingt natürlich alles recht einfach, aber:

Das Aggressionsniveau einer fremden Person unmittelbar richtig einzuschätzen, ist äußerst schwierig. Wir können bestenfalls typische Situationen in unserem sozialen Umfeld reflektieren und antizipierend (anpassend) das Aggressionsverhalten der Beteiligten einschätzen; also die der Clique, die immer an der U-Bahn rumhängt und ähnliches.

Wir können uns unsere Aggressionen (z.B. Abscheu gegenüber Skins) und Ängste bewusst machen und Auslöserverhalten bzw. -situationen reflektieren.

Wir können unser Verhaltensspektrum erweitern, also über Kampfkunst hinaus, wie sprachliche und nonverbale Kommunikationsmuster im Rollenspiel einüben, die uns dann in der Notsituation hilfreich zur Verfügung stehen.

Hierzu wird nachfolgend auch ein sehr interessantes neues innovatives Konzept von Dipl. Päd. Peter Hummel zum Thema Jugendgewalt Prävention vorgestellt, dessen Ansätze und Erkenntnisse sich ein Kampfkunsttrainer durchaus zu Eigen machen sollte.

### **Grundsätzliche Betrachtungsweise**

Mit einem neuen Konzept 'Pädagogik und Kampfkunst' will man eine effektive Prävention zum Thema Gewalt bei Kindern und Jugendlichen, die nur noch sehr schlecht zu erreichen und zu motivieren sind, bewerkstelligen. Diese spezielle Gruppe der Betroffenen leidet unter Minderwertigkeitskomplexen, Traumatisierungen, mangelhaftem Selbstwertgefühl und unzureichender Sozialkompetenz. Sie ist gewaltbereit, impulsiv-aggressiv, arrogant und hat Ohnmachtsgefühle, Gefühle der Unvollkommenheit und häufig rassistische Überzeugungen. Die Betroffenen durchschauen sehr häufig viele sozialpädagogische Angebote und Interventionen als entmachtend und manipulierend und entziehen sich auch deshalb diesen Bemühungen.

Eigenartiger Weise steht diese Gruppe jedoch der Kampfkunst sehr positiv gegenüber, da sie für diese sehr attraktiv und männlich wirkt. Am Kampf fasziniert sie häufig das Kämpfen lernen, sich dadurch verteidigen zu können und somit ein verlorenes vermehrtes Sicherheitsgefühl zu erlangen. In der Auseinandersetzung mit dem Kämpfen erlernen wird zwangsläufig deren noch vorhandene 'Rambo-Ideologie' durch die traditionellen Werte der Kampfkunst unterwandert. Dieser Ansatz geht inhaltlich und methodisch weit über ein normales Training im üblichen Sportverein hinaus, da er die Entwicklung und Förderung von Selbstbewusstsein, Selbstbeherrschung und positivem Sozialverhalten fördert und somit dies in den Mittelpunkt seines Zweckes stellt.

Dieses Konzept hat einen friedvollen 'Krieger' zum Ziel, der mit einer positiven und selbstbewussten Persönlichkeit es nicht mehr nötig hat, sich und anderen etwas beweisen zu müssen. Es gilt die Devise: Ein vermiedener Kampf ist ein gewonnener Kampf.

In der Beschäftigung mit der Kampfkunst gibt man den kriegerischen Aspekt zugunsten einer Persönlichkeitsförderung und geistigen Selbstentwicklung auf. Die Kampfkunst ist eine Lebens- und Charakterschulung, die kaum noch etwas mit dem allgemeinen Begriff Sport zu tun hat. Nicht die äußere Leistung, sondern das innere Reifen zählt nun als die Weglehre in der Kampfkunst.

### **Die spezielle Zielgruppe ist in erster Linie**

Sämtliche Kinder und heranwachsende Jugendliche in Förderinstitutionen für emotionale und soziale Entwicklung inklusive die mit traumatisierenden Erfahrungen, grenzverletzendem Verhalten und vielfältigen Verhaltensauffälligkeiten. Die hier erwähnten Voraussetzungen gelten natürlich auch für andere tangierende Randgruppen z.B. jugendlichen Erwachsenen mit ähnlichen Merkmalen, die noch nicht so stark nach außen hin in Erscheinung treten.

### **Was für Ziele sollen in erster Linie erreicht werden**

Disziplin und Einhaltung von Regeln sollen wieder erlernt werden. Zu lernen, dass die Konsequenzen bei Regelübertretungen zu akzeptieren sind. Die Ein- und Unterordnungsfähigkeit ist zu fördern. Man entwickelt Respekt vor sich selbst und anderen. Die Selbst- und Fremdwahrnehmung wird verbessert. Eine Senkung des allgemeinen Aggressionspotenzials wird dadurch erzielt. Die eigene Kondition, Koordination und Konzentration wird erheblich verbessert. Man erlebt sich selbst nun neu als eine friedvolle Persönlichkeit. Mit der Kontrolle über den Körper erlangt man auch die Kontrolle über seine Emotionen.



# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

*- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

## **Eine der Methoden hierzu ist die mit Hilfe der angewandten Kampfkunst**

Die traditionelle Kampfkunst ist das Medium zur Vermittlung der oben erwähnten Ziele. Durch klare Regeln und Sanktionen wird ein ritualisierter Ablauf geschaffen. Mit Hilfe von körperlichen Übungen zur Verbesserung der Konzentration (Brain-Gym), Koordination, Kondition, Beweglichkeit und zum Muskelaufbau beitragen. Die daraus resultierenden verhaltenstherapeutischen Elemente sind:

Es wird erwünschtes Verhalten verstärkt und unerwünschtes Verhalten wird konsequent sanktioniert.

Man lernt am Modell des Lehrers, d.h. kein Herauskehren und Missbrauch von Macht, stattdessen wird empathisch (einfühlsam) und eindeutig auf den speziellen Schüler eingegangen.

## **Zusammenfassung**

Im ersten Teil wurde versucht, dem Kampfkunstlehrer, in der Regel ein psychologischer Laie, einen allgemein verständlichen Einblick in die komplexen psychologischen Abläufe eines potenziellen Aggressors zu vermitteln. Ihm damit auch ein verbessertes Verständnis und rasche Einschätzung einer solchen Person und der damit auftretenden aggressiven Situation zu ermöglichen. Und somit ihm ein geeignetes Rüstzeug in die Hand zu geben, um mit einem Aggressor und der damit zwangsläufig verbundenen aggressiven Situation besser umgehen zu können.

Im zweiten Teil wurde versucht, darzustellen wie ein Kampfkunsttrainer mit solchen potenziellen Aggressoren ('High Risk Kids', die mehr oder weniger verhaltensgestört sind) umzugehen hat, damit eine Korrektur, Verbesserung von dessen Persönlichkeit (erhebliche Verminderung der latent vorhandenen Aggression) ermöglicht wird. Wenn diese Arbeit gelingt und diese Kinder und Jugendlichen in Kampfkunstvereine integriert werden können, ist eine gute Gewaltprävention erreicht.

## **Zum Schluss**

Für traditionelle Kampfkunstreiber auch letztendlich für die Nichtverhaltenskonformen gilt grundsätzlich immer als Maxime:

In der Kampfkunst wird grundsätzlich jegliche Art von Gewalt physisch wie psychisch abgelehnt. Konflikte sind nicht mit Gewalt zu lösen, sondern nur friedvoll in verbaler Form. Anwendung von körperlicher Gewalt erzeugt entsprechend nur Gegengewalt und führt zwangsläufig zur unkontrollierten Eskalation eines Konfliktes.

Die Ausübung einer Kampfkunst hilft Aggressionen bei Jugendlichen allgemein gezielt abzubauen. Durch körperliche und geistige Forderung werden aggressive Jugendliche positiv gefördert. Die Fortschritte in der Kampfkunst stärken die Selbstsicherheit und das Selbstbewusstsein sowie das für diese Kategorie der Spezies so wichtige Selbstwertgefühl. Das Betreiben einer Kampfkunst reguliert aufkommende Emotionen und Aggressionen im Ansatz. In der Kampfkunst lernt man, dass es keine ethnische, rassistische, religiöse usw. Ressentiments gibt, sondern nur dauerhafte sozial erfolgreiche Integration in der Gemeinschaft.

Mein herzlicher Dank gilt hiermit den beiden DTSDV e.V. Dan-Trägern und Diplom-Pädagogen Herrn Günter Neumann und Herrn Peter Hummel, die mich mit Ihren fachlichen Ausarbeitungen, Kommentaren und Ratschlägen enorm unterstützt haben und somit diesen Artikel in dieser Form erst möglich gemacht haben.

Klaus Trogemann



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## MANIEREN UND BENEHMEN IN DER KAMPFKUNST

Warum sind eigentlich diese beiden Tugenden so wichtig für die Kampfkunst? Erst einmal widerspiegeln sie grundsätzlich, wie jemand aufwuchs, welche Erziehung und Bildung er/sie erhalten (genossen) hat, und bestimmen so auch sein äußeres Auftreten im Privaten wie in der Öffentlichkeit. Wie sagt schon der Volksmund: „Wie Du kommst gegangen, so wirst Du auch empfangen“ oder: „Wie man in den Wald hinein ruft, so schallt es auch zurück“. Dies gilt nicht nur für die Kleidung, sondern auch in jeder Hinsicht für das gezeigte Benehmen. Natürlich kann niemand sich sein Elternhaus, in das man hinein geboren wurde, heraus suchen. Aber wenn man als heranreifender Jugendlicher evtl. gewisse Defizite, die man bei sich selbstkritisch feststellt, bzw. durch Reflexionen seines Umfeldes in seinem persönlichen Auftreten feststellen sollte, könnte mancher dies durchaus beheben bzw. korrigieren, wenn man es auch wirklich möchte. Manieren und Benehmen sind im Laufe der Jahre immer einem gewissen Wertewandel unterworfen, jedoch ändern sie sich in ihren fundamentalen Regeln nicht. Wer auf Grund von Äußerungen oder Reaktionen seines Umfeldes feststellen muss, dass etwas in seinem persönlichen Auftreten nicht stimmen kann, sollte sich dies im ureigensten Interesse zu Herzen nehmen und sich bemühen, dies abzustellen. Weil er oder sie auf die Dauer sonst nur ständig anecken wird, was im Interesse einer persönlich gedeihlichen Lebensführung sicherlich nicht dienlich ist. In der Regel sollte dieser Erziehungsprozess im Elternhaus stattgefunden haben. Auch in Institutionen wie Kinderdörfer, Waisenhäuser, Kindergärten, sogar Klosterschulen usw. werden die Grundformen von Manieren und Benehmen vermittelt und beigebracht, die erst einen vernünftigen Umgang im Miteinander möglich machen.

Was hat denn das alles jetzt eigentlich mit der Kampfkunst zu tun? Eine der Grundaufgaben und Philosophien der praktizierten Kampfkunst ist es, den Geist und somit die Person selbst durch rigoroses körperliches Training im positiven Sinne zu formen, zu fördern und zu einem positiven Mitglied der Gemeinschaft weiter zu entwickeln. Ähnlich dem Anspruch, der schon an die Edelleute des Hwa Rang, dem Ehren Codex der Samurai oder die mittelalterlichen Ritter und Minnesänger gestellt wurde. Sie alle wurden entsprechend den edlen Tugenden, zu denen auch schon damals gute Manieren und Benehmen gehörten, ausgebildet und erzogen. Also auch in Tugenden wie Menschlichkeit, Gerechtigkeit, Etikette, Weisheit (Wissen) und Vertrauen, oder auch Rechtschaffenheit, Ausdauer, Demut, Respekt und Gehorsam, Selbstbeherrschung, die Eltern ehren, der Heimat und dem Vaterland loyal gegenüberstehen und Freundschaften achten und pflegen, usw. Gegen diese Tugenden zu verstoßen galt schon immer als ehrenrührig. In dieser positiven Entwicklung haben schlechte Manieren und Benehmen nichts verloren. So wie ein Kampfkunst Betreibender in seinem Umfeld auftritt, so widerspiegelt er das Wesen und Bild seiner Kampfkunst, die er betreibt. Deswegen wird auch so viel Wert auf gute Etikette (Manieren) in der Kampfkunst gelegt. Sowie sie immer auf den WTSDA Meisterschaften und Lehrgängen praktiziert werden und zu beobachten sind. Wer sie nicht selbst ständig praktiziert, pflegt und anwendet sondern sie höchstens von anderen einfordert, wird sich auch generell in seinem äußeren Erscheinungsbild so verhalten und aufführen. Wie sagt man so schön: „Wenn Du Dir ein Bild von einem Trainer machen willst, so schau Dir nur seine Schüler an“. Sie reflektieren in ihrem Auftreten und Verhalten die Manieren und das Benehmen, welches im Übungsraum praktiziert wird. Es ist immer ein sehr gutes Zeichen, wenn ein Kampfkunst Betreibender darauf angesprochen wird: „Auf Grund Ihres Erscheinungsbildes und Auftretens hätten wir so ein Steckenpferd nicht bei Ihnen vermutet! Da muss ja ein größerer positiv erzieherischer Wert dahinter stecken!“ Diese Aussage spricht für sich selbst, sollte aber auch durch das Praktizieren von Demut, Bescheidenheit und Respekt zusätzlich untermauert werden!

Dies lässt leider heutzutage bei vielen zu wünschen übrig. Es nimmt geradezu drastische Züge an, wenn das Fehlen von guten Manieren und respektablem Benehmen mit folgenden Eigenschaften oder Aktivitäten einhergeht:

- Die unmögliche an Dummheit grenzende Art, Sachverhalte aufzufassen und darzustellen
- Das permanent vorhandene gesteigerte Bedürfnis, sich ständig unaufgefordert in den Vordergrund zu spielen, und dies noch in einer plumpen, brutalen, primitiven und offensichtlich geltungsgeiler Art und Weise
- Das bewusste Verbreiten von Fehlinformationen
- Das nachträgliche Verändern von Unterlagen
- Das Praktizieren von Intrigantentum und übler Nachrede
- Allgemeine Unzuverlässigkeit
- Verloren gegangene Vertrauenswürdigkeit

Zu oft bemerken solche minderbemittelten Personen leider nicht einmal, wie sie von ihrem höflichen Umfeld nur mitleidig belächelt werden. Dies allerdings sehr zum Schaden des Ansehens der jeweiligen Kampfkunst. Hier gilt es im Interesse der Kampfkunst, an sich selbst zu arbeiten, um die evtl. vorhandenen Defizite bei Einzelnen insbesondere auch bei einigen Trainern entscheidend zu beheben. Diejenigen, die allerdings unbelehrbar, nicht einsichtsfähig und nicht lernfähig sind, muss man im Interesse des Ansehens der jeweiligen Kampfkunst aus deren Umfeld entfernen, da sonst nur größerer Schaden für sie entsteht. Gute ansehnliche Manieren und Benehmen sind nun mal nicht nur



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

Glücksache, sondern harte Arbeit an sich selbst. Wenn der Trainer da mit schlechtem Beispiel voran-geht, wie sollen es dann seine Schüler richtig machen. Sie kopieren in erster Linie nur dessen Verhalten. Für diejenigen, die da einen Nachholbedarf haben, empfehle ich dringend Buchableger des Freiherrn von Knigge über gute Manieren und gutes Benehmen. Höflichkeit schadet nicht und gute Manieren und Benehmen erst recht nicht!

Um solche unverbesserlichen fehl geleiteten Herrschaften letztendlich in den Griff zu bekommen, gilt scheinbar nur der Grundsatz: „Auf einen groben Klotz gehört ein grober Keil.“ Leider verbietet nun einem die gute Erziehung die Anwendung solch einer drastischen Maßnahme. Deswegen können solche Herrschaften so lange ungebremst ihr unverschämtes Unwesen treiben. Bedauerlicherweise ist ein weiterer Bestandteil von schlechten Manieren und Benehmen, das böswillige Intrigieren, übles Nachreden und bewusste Rufschädigung im Hintergrund zu Lasten und Schaden eines Verbandes, von Personen und letztendlich dem Ruf einer ganzen Kampfkunst. Was solche Intriganten nicht beachten, Gott sei Dank, irgendwann früher oder später kommt alles irgendwie ans Tageslicht. Lügen haben bekanntlich kurze Beine. Auch die häufig praktizierte Unsitte, andere entgegen der zuvor gemeinschaftlich getroffenen Abmachungen vor vollendete Tatsachen zu stellen, oder Tatsachen im Nachhinein zu verdrehen, zeugt von sehr schlechtem das Vertrauen untergrabendem Stil.

Das führt dann auch zwangsläufig zur längst fälligen Entfernung solcher Personen aus dem jeweiligen Kampfkunstverband. Unerfreulicher Weise hinterlassen solche endlich ausgesonderten Personen mit ihrem ausgeführten Machwerk sehr viel Schaden am Ansehen eines Verbandes. Dies alles wieder zu bereinigen, verbraucht erfahrungsgemäß viel Zeit und bindet nur unnötig Kapazitäten des Verbandes, die für die eigentlichen Arbeiten des Verbandes nötiger sind.

Natürlich kann man über dieses Thema ganze Bücher an Erörterungen schreiben, was aber den Rahmen eines Artikels in diesem Newsletter sprengen würde. Es sollte nur die Wichtigkeit der Tatsache herausheben, dass ein Kampfkunstreibender sich des besonderen Anspruches seines Erscheinungsbildes in seinem privaten wie auch öffentlichen Umfeld bewusst sein sollte.

Klaus Trogemann  
TSD Esting



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## SINN UND ZWECK VON LEHRGÄNGEN IM TANG SOO DO

Bei diesem Thema soll nachfolgend nur auf den Bereich Lehrgänge in der traditionellen Kampfkunst des Tang Soo Do eingegangen werden.

In der Regel dienen Lehrgänge dazu, neue Dinge wie Techniken, Formen, Partnerübungen, Kombinationen usw., die alle den üblichen Anforderungsrahmen einer regulären Trainingsstunde in einem Verein/Studio überschreiten, zu erlernen und nicht zuletzt Stil spezifische Standards zu vermitteln sowie zu festigen. In einer normalen Trainingsstunde im Verein/Studio muss man sich an die dort üblichen und möglichen Gegebenheiten halten. Dieser eng begrenzte Rahmen lässt selten die Möglichkeit für etwas mehr als nur das regulär vorgegebene Üben bzw. Erlernen der normalen Gymnastik, Grundschule, Formen, Waffenformen, Partnerübungen usw. zu. Die Übungen sind auf das Können- und Wissensniveau des jeweiligen Trainers angewiesen, die z.T. nur über ein begrenztes Wissen verfügen und nicht in der Lage sind, auftauchende Fragen der Schüler befriedigend zu beantworten. Wenn die Schüler darüber hinaus etwas mehr erlernen wollen, müssen sie weiterführende Lehrgänge besuchen, in denen ein breiteres und anspruchsvolleres Niveau vermittelt wird und zwangsläufig ein breiteres Wissen zur Beantwortung offener Fragen vorhanden ist. Das Gleiche gilt selbstverständlich nicht nur für Schüler-, sondern auch Dan- und Meistergrade.

### **Grob unterscheidet man in folgende Arten von Lehrgängen:**

- Vereins/Studio übergreifend regional mit 3 bis 5 Stunden Zeitrahmen an einem Tag und einem Teilnehmerkreis von 20 bis 30 Personen mit 1 Lehrgangs-Trainer. Z.B. auch monatliche Lehrgänge für Trainer/Dan-Träger.
- national überregional mit 4 bis 10 Stunden evtl. auf mehrere Tage verteilt und 1-2 Lehrgangs-Trainern. Teilnehmerkreis 30 bis 80 Personen, für Gup- wie auch Dan-Träger.
- international (z.B. Europa, Südamerika, usw.) mit 50 bis 100 Teilnehmer mit ca. 5 bis 8 Lehrgangs-Trainern, für höhere Dan-Träger und Meister.
- weltweit z.B. in USA mit 100 bis 200 Teilnehmern und ca. 10 bis 15 Lehrgangs-Trainern.  
Beispiele: Meister- und Meisteranwärterlehrgänge, Dan-Träger-Wochenendlager, überregionale Sonderlehrgänge wie für Wettkampfrichter- und Wettkampfgeln

Aus dem Judo, Ju Jutsu, Karate, Tae Kwon Do usw. sind auch die Bezeichnungen wie Vereinslehrgänge, Landeslehrgänge, Bundeslehrgänge sowie Kata/Hyung- und Kaderlehrgänge sowie ÜL-Kurzlehrgänge ein Begriff, die sich jedoch nur exklusiv auf den jeweiligen Stil begrenzen, also keine Randthemen behandeln.

### **Lehrgänge nach jeweiligem Zweck orientiert:**

#### **Stil spezifisch orientiert:**

- Reine Techniklehrgänge: Grundtechniken, fortgeschrittene Techniken, Kombinationstechniken, Partnertechniken wie Einschritt- und Mehrschritttechniken, Selbstverteidigung und Sparring
- Formenlehrgänge unterteilt in Formen ohne Waffen und Formen mit Waffen und diese wiederum gestaffelt nach Schwierigkeitsgrad und Komplexität sowie Graduierungsanforderungen

#### **Personenkreis orientiert:**

- Anfänger und Fortgeschrittene
- spezielle Kinder und Jugend gerechte Lehrgänge
- untere und obere Gup-Grade
- untere und obere Dan-Grade
- untere 4. & 5. Dan und obere 6. & 7. Dan Meister-Grade

#### **Anwendungsorientierte Lehrgänge:**

- bezogen auf Selbstverteidigung mit und ohne Waffen
- bezogen auf Stil verwandte Kampfkünste, wie Hap Ki Do, Ki Gong usw.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

### Stil orientiert erhaltende Lehrgänge:

- Hier werden immer wieder die wesentlichen spezifischen Stil-Merkmale vermittelt, korrigiert und im Sinne des Stil-Verständnisses zur dauerhaften Einprägung geübt.

### Sonderlehrgänge:

- für Wettkampfrichter und deren Ausbilder und Prüfer
- Lehrgänge in denen Randbereiche der eigenen Stil Art bzw. des eigenen Systems vermittelt werden, nach der Devise „über den Tellerrand schauen“. Z.B. Vermittlung der Grundzüge aus dem Judo, Ju Jutsu, Karate, Kendo, Haidong Gumdo usw.

Die Themenkreise müssen in einem vorgesehenen Zeitrahmen verständlich vermittelt und für den Teilnehmerkreis mit dauerhafter Einprägung abgehandelt werden. Ansonsten ist der Lehrgangserfolg für die Teilnehmer gefährdet und führt nur zu unnötigem Unverständnis. Dabei gilt immer der Grundsatz: 'Weniger ist Mehr!' Wenige Beispiele intensive geübt als viele wenig und man nimmt nichts mit.

Ein weiterer sehr wichtiger und nicht zu unterschätzender Aspekt von Lehrgängen allgemein ist die Tatsache, dass die Teilnehmer die Möglichkeit bekommen, sich so früh wie möglich vereins- und regionalübergreifend untereinander kennen zu lernen. Dadurch wird das Netzwerk der Teilnehmer dauerhaft und gestärkt. Ebenfalls ist es wichtig, einmal auch unter einem anderen Trainer zu trainieren. Jeder höhere Trainer hat seinen eigenen Stil der Wissensvermittlung. Davon kann jeder Teilnehmer nur profitieren. Außerdem motiviert es schon sehr früh, sich mit anderen Teilnehmern auszutauschen und voneinander zu lernen. Es ist eine allgemeine Erfahrung, dass in dem regelmäßigen Besuch von Lehrgängen außerhalb des eigenen Vereins der Grundstein von zukünftigen Dan-Trägern und Trainern gelegt wird. Hier ist also schnöder Vereinsegoismus und unerwünschte Abschottung auf Aktivitäten nur innerhalb eines Vereins/Studios für die eigentlich positive Entwicklung zu einem potentiellen Dan-Träger und Trainer nur zum erheblichen Nachteil. Es zeugt von keinem guten Gemeinschaftssinn, wenn Dan-Prüflinge bei Prüfungen sowie Dan-Träger bei Meisterschaften sich das erste Mal sehen. Da stimmt etwas nicht in der Einstellung der jeweiligen Verantwortlichen eines Vereins/Studios zum Nachteil der Dan-Träger und derjenigen, die es werden wollen. Letztendlich ist so eine Handlungsweise nur zum Schaden eines Verbandes, besonders dann, wenn auch die Kommunikation und der Austausch untereinander zwischen den Vereinen und deren Mitgliedern behindert, verhindert oder gar ganz unterbunden wird. Stattdessen sollte man mehr verstärkt auf offene Kommunikation und konstruktive Kooperation untereinander achten. Vereins- und Studioverantwortliche mit einer destruktiven Einstellung und Handlungsweise sollten sich schon ernsthaft fragen, ob sie im richtigen Verband sind! Bei den heutigen Kommunikationsmöglichkeiten wie E-Mail und Telefon kann man einen Nachrichten- und Meinungsaustausch so oder so nicht verhindern, falls einem der verbale Austausch mit anderen interessiert und ihm etwas Wert ist. Aber mit einer Abschottungstaktik schadet man letztendlich nur den eigenen Vereins- und Studio-Mitgliedern sowie dem gesamten eigenen Verein/Studio.

Ein Kampfkünstler, oder der sich dafür hält, sollte nicht nur in seiner eigenen subjektiven Vorstellung tolle Leistungen erbringen, sondern um folgende Sachen bemüht sein:

- Seine körperliche Leistungsfähigkeit sollte besser als der Durchschnitt sein.
- Er sollte um die Weiterbildung seiner theoretischen Kampfkunstkennnisse durch entsprechendes Informationsmaterial, wie z.B. entsprechende Bücher usw. bemüht sein.
- Durch regelmäßiges Training und stetigen Besuch von verbandsinternen Lehrgängen sollte er seine praktischen Kampfkunstkennnisse auf dem Laufenden halten.

Jeder Lehrgang steht und fällt mit dem jeweiligen Lehrgangstrainer, der natürlich über die notwendige Qualifikation verfügen sollte. Je nach vorgegebenem Niveau eines Lehrganges, ist eine entsprechende Qualifikation und Erfahrung des jeweiligen Trainers erforderlich. Dies kann man wie folgt grob unterteilen:

- Dan-Anwärter, 1., 2. und Junior 3. Dan agieren auf der Vereins- und Studioebene
- Senior 3. Dan, 4. Dan und 4. Meistergrad auf regionaler Landesebene
- 5., 6. und 7. Meistergrad auf internationaler Ebene (Europa bis weltweit). Dies setzt auch zusätzliche entsprechende Sprachkenntnisse voraus.
- Das Können und die Erfahrung eines Trainers wachsen mit den Jahren in dieser Tätigkeit. Dies muss natürlich durch zwingend notwendige regelmäßige Besuche der auch für diese Gruppe entsprechend angebotenen qualitativen Lehrgänge solide untermauert werden.





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Für den Besuch von weiterführenden Lehrgängen gibt es natürlich auch entsprechende Graduierungs- und Positionsvoraussetzungen, z.B. wie folgt:

- Auf Dan- und Wettkampfrichterlehrgänge dürfen nur Dan-Träger inklusive Dan-Anwärter.
- Auf Meisterlehrgänge nur Meister und Meisteranwärter
- Auf Wettkampfrichterausbilder und -prüfer dürfen nur höhere Meisterränge.

Erfolgreiche Trainer erkennt man daran, dass sie auf Grund ihres Erscheinungsbildes, Könnens, Wissens und Auftretens immer wieder gefragt sind und eingeladen werden, um Lehrgänge außerhalb ihres eignen Studios/Vereins abzuhalten.

Nur gut ausgebildete Trainer und aktiv tätige Mitglieder (Gup- wie Dan-Träger) sorgen dafür, dass ein Verband erfolgreich und zukunfts-trächtig ist. Dies muss auf einer möglichst breiten Basis in der Aus- und Fortbildung durch entsprechende Lehrgänge für die Mitglieder be-reitstellt und durchgeführt wer-den. Dazu ist auch eine fundierte Ausbildung seiner agierenden Trainer unabdinglich, die sich dafür im Ver-band engagieren. Je breiter dafür die Basis für die Teilnehmer gewählt wird, umso erfolgreicher ist die Wirkung für die Zukunft. Jeder, Trainer wie Mitglied, der gegen diese Maxime kontraproduktiv verstößt, was auch immer dessen Beweggründe sind, stellt den möglich langfristigen Erfolg eines Verbandes von Anfang an in Frage.

Da werden dann Aussprüche wie, „Das lernt man auch bei uns im Studio/Verein, dazu braucht es keinen unnötigen Lehrgangsbesuch“ getätigt. Dann wundert man sich aber doch sehr, wenn Mitglieder eines solchen Studios/Vereins doch letztendlich mal auf einem Lehrgang auftauchen, wie erheblich die Diskrepanz in der Ausführung ihrer Techniken und Formen im Vergleich zu anderen negativ in Erscheinung tritt. Dieses Erscheinungsbild beobachtet man dann auch bei gemeinsamen Prüfungen. Da sieht man auf einmal mehrere extrem veränderte Technikausführungen von ein und derselben Stilart! Welche Ausführung ist nun die richtige? Es können einem nur immer wieder, die in der Diaspora abgeschotteten Mitglieder Leid tun, die nun ganz verwirrt die z. T. gravierend in Erscheinung tretenden Technikvarianten feststel-len, sich dann deplatziert fühlen und nicht wissen, wie sie damit nun umgehen müssen.

**Fazit:** Je eher Gemeinsamkeit durch Besuch von Lehrgängen praktiziert wird, desto seltener passiert später ein unangenehmes Erwa-chen der betroffenen Mitglieder.

Die offiziellen Verbände artverwandter Stile schreiben eine Vielzahl von allen möglichen Lehrgängen mit Verfall- und Ablaufdatum als Zu-lassungsvoraussetzung zu einer weiterführenden Graduierungsprüfung vor. Damit stellen diese Verbände nur sicher, dass das entsprechend notwendige und geforderte Niveau in Hinsicht auf Technik und Wissen beim Prüfungsanwärter auch tatsächlich vorhanden ist. Dahingehend ist z.B. eine von der DTSDV geforderte Mindestanzahl von 2 bis 3 Lehrgängen und Meisterschaftsteilnahmen pro Jahr ohne Verfalls- und Ab-laufdatum wirklich human. Wem demgemäß diese Mindestanforderungen auch noch zu viel sind, sollte für sich erwägen, ob er nicht seine nächst höhere Graduierung woanders einholt. Allerdings diese dann ohne Geltung im bisherigen Verband. Ein Verband, der von sich etwas hält, muss für seiner Mitglieder und sich selbst das erforderliche Niveau wahren!

Klaus Trogemann  
TSD Esting

## BETRACHTUNGEN ZUM THEMA ‚MOO SHIM‘ – KLARER VERSTAND

Bei diesem Thema soll nachfolgend nur auf die Anwendung in der traditionellen Kampfkunst eingegangen werden. Moo Shim bedeutet übersetzt ‚leerer Geist‘. Was möchte man eigentlich damit zum Ausdruck bringen?

Viele Herrschaften, die das erste Mal in ein traditionelles Kampfkunstraining kommen, sind überrascht und verwundert, wenn sie aufge-fordert werden, zu Beginn und zum Ende eines Trainings sich jeweils hinzusetzen, um durch eine kurze Meditation einen ‚leeren Geist‘ zu er-langen.

Mit dem Betreten eines traditionellen Kampfkunstübungsraumes soll man alle seine Gedanken, die den Geist belasten, stören, ablenken und beeinflussen, ablegen. Den Geist bzw. seinen Verstand für das kommende Training freimachen, da es sich sonst nur störend auf die un-geteilte Aufmerksamkeit auswirkt. Dies ist das Ziel von Moo Shim. Im Training sollte man sich nur ganz auf die Ausführung der Techniken und Übungen konzentrieren und sich nicht von störenden Gedanken beeinflussen lassen. Diese Vorgehensweise fördert ein positives Erlernen der geforderten Techniken und des Übungsrepertoires, da man ja voll bei der eigentlichen Sache ist. Dies beugt auch evtl. Verletzungen vor, die oft durch Unaufmerksamkeit und Abgelenktheit passieren. Am Ende des Trainings nach den Entspannungsübungen, wobei der Körper wieder zur Ruhe kommen soll, wird durch das Meditieren, der durch das Training zuvor aufgeputschte Geist wieder entspannt und beruhigt.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Der damit erzeugte leere Geist wird wieder auf die zu erwartende Außenwelt mit all ihren aktuellen Ereignissen und Gegebenheiten vorbereitet. Die Eindrücke des Trainings bleiben im Übungsraum zurück.

„Leerer Geist“ bedeutet, diesen frei von Emotionen, wie Ärger, Wut, Aufregung, negativ belastende Gedanken usw., die einen beim erfolgreichen Training nur stören, zu machen. Auch von überschwänglicher Freude und großer Traurigkeit, da sie nur störende und ablenkende Elemente für einen freien Geist sind, sollte man seinen Geist säubern. Sie behindern das Reaktionsvermögen, da der Geist nicht total frei ist und somit eine ungeteilte Aufmerksamkeit und Konzentration auf das eigentliche Geschehen im Training nicht ermöglicht. Natürlich ist das Erreichen des Zustandes von Moo Shim nicht so ohne weiteres machbar. Es erfordert einen längeren Zeitraum der Übung, sich von störenden und beschäftigenden, positive wie negative Gedanken zu befreien bzw. temporär zu trennen. Außerdem reichen die kurzen Meditationen (hier eher nur Besinnungen) vor und nach dem Training einfach nicht aus, um diesen geistigen Ruhezustand ausreichend zu vertiefen. Dazu bedarf es längerer praktischer Übung, störende und beschäftigende Gedanken so einfach aus seinem Verstand (Geist) ziehen zu lassen und mit ruhiger entspannter Atmung einen körperlichen wie geistigen Ruhe- und Entspannungszustand zu versinken.

Im Wettkampf sorgt Moo Shim für die notwendige Ruhe in der Einschätzung des Gegenübers. Man erkennt leichter mögliche Angriffsformen und deren Techniken und kann darauf besser mit eigenen entsprechenden Gegentechniken kontern oder auch selbst einen gezielten Überraschungsangriff ausführen.

Im Straßenkampf, in der realen Selbstverteidigung hilft Moo Shim die bereits erwähnte innere Ruhe zu gewinnen, damit man den Angreifer und die damit verbundene Gefahrensituation besser wahrnehmen und die evtl. Gefahr, die von einem Angreifer ausgehen kann, besser und realistischer abschätzen kann. Damit versetzt es einen auch besser in die Lage, mit so einer Situation deeskalierend anstelle von eskalierend umzugehen. Die eigenen Ängste, die eine in einer solchen Situation extrem behindern, besser unter Kontrolle zu bringen und adäquat der Situation zu reagieren.

Auch ein Soldat kann während einer kriegerischen Auseinandersetzung mit Moo Shim seine Panik leichter in den Griff bekommen und entsprechend der Gefährlichkeit der Situation angepasster reagieren und agieren. In den klassischen Budo Künsten wie z.B. bei den alten Samurai, welche Moo Shim benutzten, um sich von den Ängsten einer lebensgefährlichen und schmerzhaften Verletzung oder der daraus zu erwartenden fatalen Folge - bis zum Tode - zu befreien. Der mörderische Zweikampf sollte ohne ablenkende Gefühlsbeeinflussung, die ihn am erfolgreichen Agieren hindern konnte, ausgeführt werden. Der Verstand sollte wie ein glatter Spiegel oder die Oberfläche eines ruhigen Sees funktionieren. Nur so konnte auch ein Sieg über einen durchaus stärkeren Gegner davon getragen werden.

Generell kann man Moo Shim auch in allen auftretenden Konfliktsituationen körperlich wie verbal zur Bewahrung oder Rückgewinnung der eigenen Ruhe und Wiedererlangung der Selbstkontrolle anwenden und gebrauchen. Auch zur Überwindung einer lähmenden panischen Angst oder auch einer gefährlichen Selbstüberschätzung der eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten in vielen Situationen ist Moo Shim durchaus hilfreich.

Wie aber kann man Moo Shim erlangen? Dies ist ein langwieriger nicht enden wollender Prozess. Als erstes heißt es, sich einmal selbst über sich und seine Sorgen und Ängste klar zu werden. Diese entsprechend ihrer Wertigkeit versuchen zu relativieren. Sich daraus resultierend einen ‚worst case‘ zu formulieren und versuchen sich mit diesem auseinander zu setzen, nach der Devise: Es wird selten so heiß gegessen, wie es gekocht wird. Dies ist also mehr die verstandorientierte Auseinandersetzung mit Moo Shim. Die wichtigste physische Übung hierzu ist aber die Kontrolle über seinen Geist mit Hilfe von Atemübungen, die z.B. im Ki Gong praktiziert werden, zu erlangen.

Jemand, der mit der Zeit gelernt hat, über das richtige Atmen und die konzentrierte Aufmerksamkeit darauf, den Geist zu entspannen, schafft es allmählich, seine innere Ruhe zu finden. Über die Konzentration auf den eigenen Atem und die Beruhigung dessen, gelingt es auch, mit der Zeit störende Gedanken aus seinem Verstand zu verbannen und sich voll der geistigen Entspannung hinzugeben. Wissenschaftlich nach Silva, einem mexikanischen Ingenieur, der u. a. die Methode ‚Silva mind control‘ entwickelte, ist es ein Prozess, die messbare elektrische Frequenz der eigenen Gehirnwellen von einem aktiven Alpha-Zustand in einen mehr passiven Beta-Zustand zu bringen. Also die Amplitude wie die Frequenz der Gehirnwellen wenigstens zu halbieren, was einem passiven Wachzustand entspricht. Dem ist die erste Meditationsstufe gleichzusetzen. Man nimmt in der Ferne sein Umfeld noch wahr, ruht aber entspannt in sich in einem quasi Einschlafzustand. Diese Form des Entspannungszustandes hilft einem, die Probleme seines temporären Umfeldes, die sich in den unruhigen Alphawellen manifestieren, in den entspannenden Betawellen zu verarbeiten und abzubauen. Nach diesem Prozess wird die eigene Psyche weitgehend entspannter und ein Zustand des Moo Shim, leerer Geist, wird erreicht. Die meisten Menschen brauchen hierzu allerdings – wie bereits erwähnt – längere regelmäßige Übung.

Klaus Trogemann  
TSD Esting



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

2012

## ENTWICKLUNG EINES KAMPFKÜNSTLERS UNTER EINEM OSTASIATISCHEN MEISTER

Heutzutage gibt es nicht mehr viele nicht-asiatische westliche Meister, die von sich behaupten können, sie haben den wesentlichen Teil ihrer Ausbildung unter einem asiatischen Meister erhalten. Ein Eingeweihter erkennt sogleich am Auftreten und dem Verhalten eines Meisters, wo und bei wem er seine Ausbildung erhalten hat. Hierzu sollte man den Begriff ‚Meister‘ kurz erläutern. Der Titel Meister, das sind Dan-Träger je nach Stilart ab 4. oder 5. Dan aufwärts, heißt im Japanischen ‚Sensei‘ was soviel bedeutet, wie ein Lehrer aufgrund seines Alters und seines praktizierenden Zeitraumes zu sein. Im Koreanischen heißt der Meister ‚Sah Bum Nim‘ was soviel bedeutet, wie ein Lehrer aufgrund seiner Erfahrung und seines Wissens zu sein.

Ursprünglich suchte sich ein Meister seine wenigen Schüler danach aus, ob sie seinem jahrelangen Training, das sich nicht nur auf die körperlichen Fähigkeiten alleine beschränkte, sondern auch die Entwicklung der geistigen wie charakterlichen Eigenschaften umfasste, standhalten konnten. Denn er wollte nicht unnützlich seine wertvolle Zeit für die Wissensvermittlung mit einem verschwenden, der nicht in der Lage war, seinem Training zu folgen. Durch diese viele Jahre andauernde Ausbildung entstand zwangsläufig auch eine intensivere Bindung zwischen Lehrer und Schüler. So konnte ein Meister einen Kampfkünstler in seinem Sinne formen. Das geistige und charakterliche Training stand ganz unter dem Einfluss der fernöstlichen Anschauungen und Wertevorstellungen, die durch die Lehren und Denkweisen von Buddha, Konfuzius und Lao Tze geprägt waren. Deren Tugenden und Werte wie: Demut, Respekt, Bescheidenheit, Gehorsam, Treue, Menschlichkeit, Rechtschaffenheit, Benehmen, Anstand, Sitte, Vertrauen, Weisheit und Wissen noch heute gelten und ihren Stellenwert in der Gesellschaft haben. Teilbereiche dieser traditionellen Trainingsform versuchen auch heute noch traditionelle asiatische Meister mehr oder weniger recht und schlecht ihrer nun größeren Anzahl an Schülern herüber zu bringen. Der nicht in dieser asiatisch geprägten Denkweise aufgewachsene westliche Schüler, der diese Denkweise auch nicht beherrscht, versteht in der Regel nicht, was sein asiatischer Trainer ihm vermitteln möchte. Er beschränkt sich zwangsläufig nur auf das Erlernen der Techniken, deren philosophische Hintergründe er selbst nicht erfassen kann. Um es einfacher auszudrücken, dieser Schüler bleibt ein Leben lang ein Handwerker und wird aber aufgrund des fehlenden Hintergrundwissens trotz überragender körperlicher Techniken nie ein Meister in der Kampfkunst werden, auch wenn er sich noch so mit diesem Titel schmückt. Wahre Kampfkunstmeister erkennt man an ihrem Auftreten und nicht an ihrer Kleidung oder ihrem Titel.

Einer der wesentlichen fundamentalen Unterschiede zwischen dem westlichen und östlichen kulturellen Verständnis ist: Der in der westlichen Denkweise aufgewachsene Schüler fragt, hinterfragt und stellt alles in Frage. Der in der fernöstlichen Denkweise aufgewachsene Schüler stellt keine Fragen, hinterfragt nichts und stellt nichts in Frage. Somit ist die Ausbildung unter einem fernöstlichen Meister total verschieden zu derjenigen, die unter einem rein westlich orientierten, ausgebildeten Meister stattfand. So gesehen bilden diejenigen, die unter fernöstlichen Meistern ausgebildet wurden, ein Bindeglied zwischen den reinen fernöstlichen Meistern und den rein westlichen Meistern.

Diejenigen westlichen Meister, die ihre für ihr Verständnis nicht einfache jahrelange Schulung unter einem fernöstlichen Meister durchlaufen haben, sind auch als so genannte Bindegliedmeister in der Lage, das eigentlich wesentliche Verständnis der theoretischen Elemente der Kampfkunst ihren rein westlich orientierten Schülern näher zu bringen. Die japanischen Kampfkunstmeister haben dafür den Begriff ‚Mondo‘. Bei so einem regelmäßig stattfindenden ‚Mondo‘ (Lehrgespräch) erfährt der westlich orientierte Schüler von seinem - fernöstlich ausgebildeten - westlichen Meister über Jahre hinweg das zusätzlich notwendige Hintergrundwissen zum Erlernen der Kampfkunst, was seinem - rein - westlich ausgebildeten Meister fehlt. Dieses in langen Jahren unter einem fernöstlichen Meister erworbene und von diesem ihm vermittelte Wissen, ist in der Regel die Ansammlung von Erfahrungen unter solch einem speziellen Training sowie die Umsetzung in verstandenem Wissen um die philosophischen Hintergründe der Kampfkunst. Hierbei geht es in erster Linie um das ausdauernde geduldige Erlernen der Techniken ohne Fragen zu stellen. Die Erkenntnis und das Verständnis um das Warum, kommt mit der Zeit von alleine, wenn man sie lange genug sorgfältig und ausdauernd übt. Ein fernöstlich ausgebildeter Meister weiß auch aufgrund seines eigenen Werdeganges um das Warum. Da auch er seine eigene Ausbildung nur so durchlaufen hat.

Ein sehr anschauliches Beispiel hierzu findet man in dem Film Karate Kid I: Einwachsen und Streichen als Übung zur Ausführung von kraftvollen Kampfkunsttechniken. Durch diese Art der Ausbildung entsteht über die Jahre eine lebenslang andauernde Bindung zwischen Meister und Schüler, die auf unbedingtes Vertrauen des Schülers in die Anweisungen des Meisters beruht.

Ich selbst mache diese Erfahrung seit über 35 Jahren mit meinem Meister und Lehrer Jae Chul Shin als sein Schüler. Eine Ausbildung, die in der schweigenden Vermittlung von Techniken und Formen mit sehr wenigen aber signifikanten Erläuterungen bestand und auch noch heute besteht. Erst viel später verstand ich, was diese oder jene Handlungsweise oder diese oder jene Anweisung besagte, oder was ein Kommentar bedeutete. Dieses Verständnis kommt aber nur dann, wenn man ohne Wenn und Aber sich jahrelang mit Ausdauer und permanentem Üben der Techniken und Formen abgemüht hatte. Die damit einhergehenden eigenen Fortschritte, Erfahrungen und das erreichte Können lieferten einem dann im Nachhinein von selbst die notwendigen Erkenntnisse und somit zwangsläufig das Verständnis für die durchge-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

laufenen Vorgänge und verarbeiteten Prozesse. Solch ein Entwicklungsprozess geht über Jahrzehnte und endet im Grunde genommen nie! Diese Art der Ausbildung unter einem fernöstlichen Meister formt zwangsläufig einen anderen Typ von Meister aus dem westlichen Kulturkreis als der Typ eines im rein westlichen Kulturkreis geformten Meister, der nicht die Möglichkeit hatte, diese traditionelle fernöstlich geprägte Ausbildung zu durchlaufen. Im Westlichen sind schnelle Erfolge und ungeduldige Fortschritte angesagt. Im Fernöstlichen wird vor allem unheimlich viel Geduld, Ausdauer und nur ja keine Eile mit den eigenen zu erwartenden Fortschritten gefordert.

So eine fernöstliche Ausbildung, die viel Ruhe mit sich selbst fordert, ist einem auf schnellen Erfolg getrimmten westlichen Kampfsportler nicht so einfach vermittelbar. Hier zeigt eigentlich nur ein Zeitraum von über 30 Jahren das eigentlich wahre Ergebnis eines Kampfkünstlers im Vergleich zu einem Kampfsportler.

Der Meister sagt geduldig dem Schüler, ohne dass dieser vorher fragt, wann er soweit ist bzw. Fortschritte erzielt hat, und nicht der Schüler fordert vom Meister ungeduldig seinen erwarteten Fortschritt!

Hier kann man eines der Verständnisse für den Begriff des ‚Do‘ - Weg des Lebens - erkennen. Der Weg ist eine im Endeffekt geistige Schulung durch rigoroses körperliches Training. Dies erkannten auch schon die alten Griechen mit dem Wesen ihres ‚Gymnasion‘ und die Römer mit einem etwas frei interpretierten Spruch: Nur über den Weg eines gesunden und trainierten Körper kann sich auch ein gesunder, freier Geist entwickeln.

Klaus Trogemann  
TSD Esting

### MARTIAL ART IS NOT KNOWING ANY KIND OF FANCY TECHNIQUES

Diesen Satz ‚Kampfkunst ist nicht irgendwelche tollen spektakulären Techniken zu kennen bzw. zu beherrschen, sondern das tägliche Leben miteinander zu teilen und zu meistern‘ habe ich im November 1985 von Großmeister Shin während meines damaligen 5-wöchigen Aufenthaltes gehört. Bei der Rückfahrt anlässlich eines Besuches einer koreanischen Folklore Show von einer Truppe aus der Mandschurei schwärmte ich voll Bewunderung über die tollen technischen Fähigkeiten der koreanischen Meister, die damals noch in unserem WTSDA Verband waren. Nachdem er mir eine Weile zugehört hatte, stoppte er meinen euphorischen Redefluss mit dieser o. a. Bemerkung. Es dauerte viele Jahre an eigener Erfahrung im Kampfkunstgeschehen, bis ich die eigentliche Bedeutung, den Sinn erfasste und verstand.

Damals fügte er noch hinzu, dass über kurz oder lang fast alle koreanischen Meister, auch die, die ich so bewunderte, unseren Verband aus egoistischen Gründen verlassen werden, was ich mir damals einfach nicht vorstellen konnte. Aber leider schon ein Jahr später trat es brutal realistisch ein.

Man ließ einfach eine Organisation, die man gemeinsam einige Jahre zuvor enthusiastisch mit ins Leben gerufen hatte, vor der ersten großen Bewährungsprobe, der 1. Weltmeisterschaft schon im Stich! Gerade hier, wo es so sehr auf den so wichtigen Zusammenhalt ankam. Dass dieses so wichtige Ereignis trotzdem ein bemerkenswerter Erfolg wurde, war nur dem uneigennütigen Einspringen engagierter rangniedriger Dan-Träger zu verdanken, die es sich zur Ehrensache gemacht hatten, diese gewaltige Aufgabe und Arbeit mit dem dazu gehörigen immensen Risiko zu teilen und zu stemmen.

Erfahrungen dieser Art hatten wir alle schon mehr oder weniger im Laufe unseres eigenen Lebens gemacht. Wann immer es darum geht, etwas Größeres zu schaffen, ist man auf das Zusammenwirken von vielen Helfern angewiesen. Der Einzelne vermag unter Umständen schon viel aber alles eben dann doch nicht und dann sind wieder die vielen uneigennütigen Helfer, die eigenartiger Weise bescheiden im Hintergrund tätig sind, die dann mit ihren Beiträgen entscheidend zum Gelingen des Ganzen letztendlich beisteuern.

Vom Tae Kwon Do Großmeister Song Chae-Yong aus München, der die VHS Tae Kwon Do Gruppe in über 40 Jahren unermüdlich mit enormem Aufwand und Fleiß aufgebaut hatte, stammt ein sehr guter Vergleich: „Ein Führer in der Kampfkunst ist wie ein Zug mit einer Lokomotive und vielen angehängten Waggons. Der Meister ist die Lokomotive, die den ganzen Zug zieht. Und bei jeder Station steigen immer Mitreisende ein und wieder welche aus. Manche reisen nur eine kleine Strecke und manche reisen eine sehr lange Zeit mit, einige sogar bis zu irgendeinem Ende.“

Man kann es jetzt so weiter interpretieren. Damit die Lokomotive auch stetig Dampf hat, um den Zug ziehen zu können, braucht sie Wasser und Kohlen zum Heizen. Das kann eben nur von getreuen uneigennütigen Helfern zugeliefert und bereitgestellt werden. Und ohne deren Hilfe geht auch keine einwandfrei funktionierende Zugmaschine. Auch sie braucht von Zeit zu Zeit ihre Wartung und Öl zur Schmierung, welches die Helfer übernehmen müssen, damit der ganze Zug ungehindert weiterfahren kann. So ein funktionierender Zug ist ein komplexes Gebilde. Ein Lokomotivführer muss bei Zeiten dafür sorgen, dass auch geeignetes und kompetentes Personal für die Bedienung des zukünftigen Zuges herangebildet wird. Dabei muss man zwangsläufig nach dem Prinzip „die Spreu vom Weizen trennen“ vorgehen. Die Lokomotive



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

steht sonst am Ende ihrer Reise alleine und verbraucht auf dem Abstellgleis, wenn nicht im Laufe der Zeit entsprechend herangereiftes Personal als Unterstützung für eine erfolgreiche Weiterfahrt herangereift ist, bzw. sich als weitere Lokomotiven zu einem erfolgreichen Zugverband zugesellt hat. Die hierzu erforderlichen Tätigkeiten und Fähigkeiten haben nichts mit der eigentlichen technischen Kunst des Laufens, exzellenten Beherrschen von Techniken an sich, zu tun, sondern eher mit der Befähigung den Bewegungsapparat und fundiertes Wissen um die Funktionsweise der Techniken, am Laufen zu erhalten damit eine Kontinuität für die Zukunft gesichert ist.

Erst das gemeinsame produktive Wirken vieler an einer Sache schafft etwas ganz Großes, wie z.B. eine Organisation, einen Verband usw. Die anstehenden geteilten Probleme gemeinsam angehen, lösen und zu Ende bringen. An der Lösung solcher Aufgaben wächst der eigentliche Kampfkünstler.

Es ist letztendlich nicht die Beherrschung irgendwelchen tollen Technikrepertoires, sondern die Fähigkeiten von Führungseigenschaften die dazu benötigt werden. Mit dem Alter werden oder durch Verletzungen bedingt, lassen die technischen Fähigkeiten mit den Jahren nach. Was dann übrig bleibt, sind die organisatorischen Fähigkeiten sowie entsprechende Persönlichkeiten und erworbene Führungsfähigkeiten, die eine Kontinuität als erfolgreicher Meister, Trainer, Verbandsleiter erst möglich machen und somit auch das Überleben einer Organisation, eines Verbandes usw. ermöglichen. Es gibt ein altes Sprichwort: „Geteiltes Leid ist halbes Leid“. Kann man auch sinngemäß so interpretieren wie, geteilte Probleme sind halb so groß und somit leichter zu lösen.

Alle Kenntnisse und Fähigkeiten müssen im Laufe von Jahren hart und mühselig mit viel Fleiß und Ausdauer erarbeitet werden. Und dabei hilft nicht eine praktizierte Großmüdigkeit mit großspurigem Gehabe und Auftreten. Eigenartigerweise sind es immer jene, die bescheiden, zuverlässig und uneigennützig im Hintergrund tätig sind, wenn es um das Zupacken und Erledigen geht. Und es sind gerade diese, die nicht ständig gelobt werden wollen bzw. sich in den Vordergrund spielen müssen. Hier zeigt sich, was man gemeinsam schaffen kann. Das erreichte, gemeinsame Ergebnis ist, was für die Gemeinschaft dieses Personenkreises wirklich zählt. Denn das nachweisbare erzielte Resultat sticht in den Vordergrund. Das hinter diesem Erfolg auch Personen stehen, die ihn gemeinsam tragen, ist selbstverständlich. Geltungssüchtige primitive Nichtsköner entlarven sich von selbst. Eine Kampfkunstorganisation entsteht und wird getragen vom uneigennützigem gemeinsamen Wirken vieler und nicht von jenen, nur auf ihren finanziellen oder persönlichen Vorteil bedachten Abzockern oder Abstaubern, die nur nach der Devise handeln: „Deins ist selbstverständlich auch meins, aber meins ist noch lange nicht deins!“ Man nimmt gerne die Vorteile einer Gemeinschaft für sich in Anspruch, aber man sieht nicht ein, dass man aus Fairness auch etwas der Gemeinschaft zurückgeben sollte.

Vor gut über einem Jahr erlitt eines unserer aktiven Mitglieder, welches immer äußerst bescheiden agierte, einen bedauerlichen Schlaganfall. Hier zeigte sich nun der so oft besungene Gemeinschaftsgeist in der großen Hilfsbereitschaft der überwiegenden Mehrzahl unserer Mitglieder. Leider zeigten auch einige wenige ihr wahres Gesicht, wie es um ihre wirkliche Hilfsbereitschaft bei Notfällen tatsächlich bestellt ist.

Ein für mich wunderbares Erlebnis erfuhr ich selbst erst kürzlich am eigenen Leibe. Es war für mich einfach großartig zu erleben, wie die Gemeinschaft uneigennützig sich schlagartig kümmerte, als ich temporär aus heiterem Himmel außer Gefecht gesetzt war. Mein herzlicher Dank gilt allen Beteiligten über so viel unerwartete Hilfsbereitschaft, Anteilnahme und erwiesene Fürsorge. Die beiden zuvor geschilderten Aktionen und Reaktionen hatten gezeigt, dass die Überschrift keine banale Äußerung ist. Hiermit hatten die Mitglieder der DTSDV Gemeinschaft unter Beweis gestellt, dass sie den Inhalt nicht nur verstehen sondern vor allem auch leben.

Klaus Trogemann  
TSD Esting

## DREISSIG JAHRE MARTIAL ART - KAMPFKUNST TANG SOO DO TRAINER

Anlässlich der vergangenen WM-12 in Greensboro NC/USA wurden ca. 30 Meister für über dreißig Jahre Trainer Dasein im TSD geehrt. Zu denen gehörte unter anderem auch ich. Nach so vielen Jahren ist es anlässlich eines solchen Jubiläums auch einmal an der Zeit, sich darüber Gedanken zu machen, was es eigentlich für einen selbst und im Allgemeinen bedeutet, über 30 Jahre TSD Trainer zu sein. Wenn ich so nun die Gedanken über diesen Zeitraum Revue passieren lasse, kommen einem so viele Erinnerungen über Erlebnisse, Ereignisse usw. in diesem Zusammenhang in den Kopf.

Vor fast 50 Jahren trat ich als junger Erwachsener einer Judo Schule bei. Eigentlich wollte ich ja Ju Jutsu lernen, um mehr Selbstvertrauen und Selbstsicherheit zu erlangen. Der damalige Schulinhaber, ein ehemaliger Fremdenlegionär, meinte jedoch, ich sei etwas schwächling und sollte erst einmal etwas notwendigen Körperaufbau betreiben. Dazu empfahl er mir erst einmal mit Judo anzufangen und erst nach einer gewissen Zeit parallel dazu, mich auch im Ju Jutsu zu üben. Was ich auch so befolgte und dies nicht zu meinem Schaden. Ich baute also mit dem Betreiben des Judo meinen Körper auf. Das zweimal wöchentlich stattfindende Judo Training wurde sehr bald zu einer Passion für mich,



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

so dass ich im Laufe der Zeit schon fasst das Ju Jutsu vergaß. Denn mit der sich sehr bald einstellenden körperlichen Entwicklung, hatte sich auch wirklich ein gehöriges Maß an Selbstvertrauen und -sicherheit eingestellt.

Nichtsdestotrotz begann ich 3 Jahre später zusätzlich mit dem Ju Jutsu. Hierbei kamen mir schon die bisher erlangten Fertigkeiten im Judo sehr zustatten, so dass ich nur noch den Schlag- und Tritttechnikbereich im Ju Jutsu zusätzlich erlernen musste. Dadurch erlangte ich schon sehr bald auch solide Fertigkeiten in diesem Stil. Nebenbei probierte ich auch Karate, Aikido, Ko Budo und das damals aufkommende Tae Kwon Do aus, was mich jedoch außer dem Aikido, wegen der für mich ungewöhnlichen Bewegungsabläufe, nicht sehr ansprach. Im Judo und Ju Jutsu begann ich auch schon sehr früh mit der Übernahme von Trainerfunktionen und half somit den jeweiligen Schulen, Vereinen und Gruppen eine Kontinuität zu erhalten bzw. baute auch selbst in dieser Funktion neue Gruppen auf, die noch heute unter anderen Trainern weiter existieren. Selbstverständlich blieb es nicht aus, bzw. war es zwangsläufig die Folge, dass ich irgendwann ein Dan-Träger in diesen Stilarten wurde bzw. einen Dan-Grad erlangte. Zu jener Zeit war ich schon 2-3 Mal die Woche regelmäßig als Trainer oder im Training selbst tätig. Zusätzlich besuchte ich noch 1-2 Mal im Monat stattfindende Wochenendlehrgänge zur Fort- und Weiterbildung. In jener Zeit gehörte dies schon zum wöchentlichen und monatlichen Alltag. Ich lebte bereits das ‚Do‘, Way of Life, seit vielen Jahren, ohne dass es mir bewusst war. Ich richtete mein allgemeines Leben inklusive Beruf darum herum aus!

Anlässlich einer längeren beruflichen Versetzung in die USA kam ich dort aus mangelnden Möglichkeiten von Judo oder Ju Jutsu rein zufällig mit Tang Soo Do in Berührung. Es gab in der Nähe meines Aufenthaltsortes eine koreanische Karate Schule, die von einem koreanischen Meister geleitet wurde. Nach anfänglichen Anpassungsschwierigkeiten zog mich dieser Stil voll und ganz in seinen Bann. Es waren nicht nur die Techniken, die meinem Bewegungsgefühl sehr gut lagen und meinem Naturell sehr nahe kamen, sondern auch die ganze Art, Weise und Form des gesamten Trainingsablaufes fesselten mich mehr und mehr. So wurden hier die dreimal die Woche besuchten Trainingseinheiten zu einer neuen Passion. Es blieb natürlich nicht aus, dass ich rasch größere Fortschritte in dieser für mich so neuen Kampfkunst machte. Allmählich dämmerte mir, dass da ein gewaltiger Unterschied von dem Kampfsport, den ich zuvor betrieben hatte und einer Kampfkunst, wie ich sie jetzt mit voller Begeisterung praktizierte, existierte. Diese Erkenntnis zu erfassen, zu begreifen und vor allem zu verstehen, dauerte schon 15 Jahre und war mit der Erlangung des ersten Meistergrades (4.Dan) noch lange nicht abgeschlossen, sondern dauert bis heute nach über 35 Jahren ( 48 mit Judo und Ju Jutsu) immer noch an!

Mit der Erlangung des ersten Dan-Grades in dieser Kampfkunst fing der Weg als eigentlicher Kampfkünstler erst an. Es ist die Verpflichtung eines jeden Dan-Trägers in der Kampfkunst, seine bisher erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten an die nächste Generation weiterzugeben, damit die Kampfkunst auch weiterhin fortbesteht. Er muss aus Überzeugung für den Fortbestand sorgen, indem er seine Kunst unterrichtet und dabei nicht vergisst, dass er sich selbst in dieser Kunst weiterentwickelt, indem er regelmäßig erfahrene fortgeschrittene Meister aufsucht. Durch diese Vorgehensweise stellt er seine Weiterentwicklung als Dan-Träger und späterer Meister sicher und erlangt zwangsläufig eine höhere Qualifikation als Trainer und wird durch seine Erfahrung und Qualifikation zu einem Trainer von Trainern, die wiederum die übernächste Generation heranbilden. Das Durchlaufen aller Höhen und Tiefen des beschrittenen Weges ‚Do‘ bedingt beim Trainer zwangsläufig einen Reifeprozess und einen Reifegrad in der Kampfkunst, der zu einer gewissen Form von Abgeklärtheit und Weisheit verhilft und es einen befähigt, mehr und mehr über den Dingen zu stehen. Dieses Stadium ist es, das es einem ermöglicht, mehr und mehr die erlernte Kampfkunst als ein Gesamtes im Verständnis an die Trainer der nächsten Generation weiterzugeben. Diese Fähigkeit entwickelt sich nun mal erst im Laufe von ca. 30 Jahren und lässt sich nicht beschleunigen. Gut Ding braucht Weile, wie schon der Volksmund seit Jahrhunderten so treffend sagt.

Für mich selbst muss ich in der Rückschau feststellen, dass ich das Beschreiten dieses Weges mit all seinen Höhen und Tiefen nicht bereue oder bedauere, sondern sehr froh bin ihn beschritten zu haben, da er mir auch eine große Erfüllung beschert hatte. Dies umso mehr auf dem ideellen als auf dem leider heutzutage so weit verbreiteten materiellen Sektor!

Ein Kampfkünstler bleibt von Natur aus immer ein Kampfkünstler ein Leben lang, denn er hört nie auf, diese Kunst zu betreiben. Da auch sie zu einem nicht mehr wegzudenkenden Teil bzw. Bestandteil seines Lebens wurde, ist und bleibt, bis er am Ende seines Lebens von der Bildfläche für immer abgerufen wird! In wie weit sein Wirken innerhalb dieser Kunst prägend war, werden seine Schüler, die diese Kunst unterrichten und weiter führen, unter Beweis stellen. Das positive Feedback und Bedanken von vielen ehemaligen Schülern, die selber z.T. Erfolgreiche Trainer wurden, sowie deren Kommentare über meine Wirkung auf sie als Trainer und über die Art der Vermittlung entschädigt immer wieder für vieles, auch für evtl. negative Erlebnisse.

Wenn ich nun so nach all diesen Zeilen ein Fazit ziehe, so hatte ich schon als Farbgurt unter anderem eine darniederliegende Judo Gruppe wieder reaktiviert, eine dahin dümpelnde Ju Jutsu Gruppe wieder in eine solide agierende Gruppe umgewandelt. Und nebenher in der jeweiligen Kampfsportart meine Dan-Graduierungen erworben. Als erster Dan mit einer TSD Gruppe aus dem Nichts angefangen, den ersten TSD Verein gegründet, aus dem dann wiederum einige Schüler selber ihre eigenen TSD Gruppen gegründet hatten. So dass daraus zwangsläufig ein Verband entstand, der heute nach 30 Jahren ca. 16 Vereine, Studios oder Gruppen umfasst.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Einhergehend mit der Zunahme an neuen TSD Gruppen und gleichzeitigem Erlangen des ersten Meistergrades nahmen die Anforderungen an Organisation und Verwaltung erheblich zu. War es in den Anfängen schon nicht immer leicht einen Verein zu führen, so musste ich mich nun Jahr um Jahr mehr diesen immer umfangreicheren Aufgaben stellen und so gut es ging versuchen, diese mit entsprechender Lehrzeit im Laufe der Jahre zu meistern. Natürlich wuchs ich an diesen Aufgaben und lernte sie auch zu meistern, wie es von einem Meister erwartet wurde.

Beim Bewältigen all dieser Aufgaben wurde ich immer tatkräftig von meinem Trainer GM Shin unterstützt. Allerdings gestaltete sich diese Lehrzeit in all den vergangenen Jahren auch nicht gerade sehr einfach. Sie war geprägt durch unterschiedliche Kulturen (Korea, USA, Deutschland), Verständnisse und Ansichten, was zwangsläufig zu vielen z. T. unliebsamen Missverständnissen führte. Hier auf der einen Seite ein in der asiatischen Tradition verwurzelter traditioneller Kampfkunst Meister, der auch diplomierter Politologe einer koreanischen Elite-Universität war und seit vielen Jahren schon in den USA lebte, sowie auf der anderen Seite ein 10 Jahre jüngerer westlich orientierter in deutschen Traditionen aufgewachsener Kampfsportler mit einem Ingenieur Diplom in Nachrichtentechnik in einem weltweit operierenden Elektrokonzern tätig, der erst durch eine harte Schule des Learning-by-Doing durch musste, bis er zu dem Kampfkunstmeister geformt wurde, der er heute ist. GM Shins Wahlspruch war immer, Meister werden nicht geboren, sondern erst durch entsprechendes anspruchsvolles Training geformt und gemacht. Die Zusammenarbeit des deutschen Verbandes mit dem Weltverband gestaltete sich mit den Jahren nicht immer einfach und reibungslos. Da prallten unterschiedliche Ansichten von USA/Korea Mentalitäten und deutschen, europäischen Interessen auf einander, die leider oft auch durch unnötige und unschöne politische Machenschaften und geschürte Intrigen verstärkt wurden. All dies galt es immer wieder zum Wohle der gemeinsamen Kampfkunst aus dem Wege zu räumen. Ich lernte zum Wohle des Verbandes das Klavier der Politik zu spielen. Es war für mich selbst die Genugtuung festzustellen, dass durch diesen harten und unschönen Prozess sich zum Schluss ein unerschütterliches, und selbst auf räumlich große Distanz, absolutes Vertrauensverhältnis zwischen dem GM Shin und mir etabliert hatte. Je der wusste, wie der andere denkt und handelt und konnte so sich darauf und auf ihn verlassen.

Als Trainer über so viele Jahre macht man selbstverständlich auch so seine Erfahrungen, positive überraschende sowie negative enttäuschende. Meine Erfahrungen mit Schülern haben mich gelehrt, immer wieder offen und ehrlich zu sein, auch wenn es mal durchaus unangenehm ist aber es trotzdem sein muss. Man muss nur die richtigen Worte und den richtigen Ton finden, damit es auch anerkannt und angenommen wird. Gerade Kinder und heranwachsende Jugendliche überraschen einen immer wieder mit ihrer offenen Ehrlichkeit.

Mit den Jahren lernt man auch, dass es immer wieder Schüler gibt, deren eigentliche Motivation zum Training nur das Prestige in Form von einem entsprechenden Rang/Gürtel und einer Stellung in der Gruppe oder im Verband war und ist. Sie unterzogen sich nicht einmal dem Versuch der Mühe, die eigentliche Philosophie und Anschauung der Kampfkunst zu erlernen, zu verstehen und zu verarbeiten. Heute klingeln bei mir alle Alarmglocken, wenn ich nur schon höre: „Wann ist die nächste Prüfung?“. Diese Herrschaften sieht man in der Regel nicht sehr lange im Verein.

Im Laufe eines fast 50-jährigen Kampfkunst/-sport Lebens begegneten einem so viele schöne und auch unschöne Dinge, die es zu Lebenserfahrungen zu verarbeiten gilt. Da gab es Farb- und Schwarzgurt Schüler, die sich für all das monate- oder jahrelange Training und die Mühen, die man sich mit ihnen gemacht hatte, und die erwiesenen Zuwendungen in schriftlicher ausführlicher Form bedanken und es sehr bedauern, dass sie leider aufhören müssen. Oder solche, die nach einer gewissen Auszeit wieder dankbar zum Training erschienen, da sie nirgendwo so ein Training vorgefunden hatten. Erfahrungen dieser Art motivieren einen immer wieder, unbeirrt auf seinem Weg/Do weiter zu gehen. Natürlich bleiben über so einen langen Zeitraum auch die negativen Erlebnisse nicht aus. Schüler in die man besonders viel Zeit, Aufwand und Energie gesteckt hatte, damit sie ihr selbst gestecktes Ziel im Laufe der Zeit erreichen, verlassen einen plötzlich ohne erkennbaren Grund und hinterlassen nur über Dritte in unschöner Weise und Argumentation ihre wahren Gründe. Diese beruhen selbstverständlich nur im unschönen Erscheinungsbild des so unmöglichen Trainers, der ja seine Aufgaben bei ihnen offensichtlich nicht erfüllt hatte. Diesen fehlt eben der Spiegel zur Selbsterkenntnis, um ihr falsches Ego zu erkennen. Es gab, gibt und wird es immer geben, diese Sorte von Herrschaften, die jahrelang bei so einem Trainer ausgehalten hatten, gefördert wurden und dann diesen Trainer unschön in den Rücken traten und ihn auch noch verrieten. Gegen ihn plötzlich in unschöner Form mit miesen widerwärtigen Intrigen, Verleumdungen und Rufmordkampagnen vorgingen. Dabei in primitiver Manier auch noch versuchten, das von anderen Geschaffene/Aufgebaute mit ihren Machenschaften zu zerstören. Diese menschliche Seite zu verkraften und zu verarbeiten, benötigt schon einige emotionale Kraftreserven und Nehmerqualitäten. Auf der anderen Seite steht nun die Erkenntnis, dass solche widerwärtigen Kampagnen auf alle anderen des Umfeldes äußerst abstoßend wirkten und somit die Versuche trotz aller Bemühungen immer wieder von Misserfolg gekrönt wurden.

Natürlich hatte ich in meiner Lehrzeit als Kampfsportler/-künstler viele Erfahrungen mit anderen Trainern gemacht. Trainer, die vor mit zur Schau gestellter Überheblichkeit, Arroganz und Selbstüberschätzung triefen und dabei aber leider nichts Substanzielles herüber bzw. hervorbrachten. Dagegen stehen Begegnungen mit Trainern, die sich mit viel Geduld, Freundlichkeit und fachlicher wie menschlicher Kompetenz bemühten, deren Wissen herüber zubringen. Noch heute ist deren Können und Erscheinungsbild in meinen Erinnerungen als positive Erfahrung bleibend vorhanden.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Klaus Trogemann

2013

## BETRACHTUNGEN ZUM STIL-DENKEN IN DEN KAMPFKÜNSTEN

Ende des 19. bis Anfang des 20. Jahrhunderts wurden unter anderem drei bis heute noch existierende Kampfkünste entwickelt und deren Schulen etabliert. Sie wurden weltweit verbreitet und werden von vielen Menschen in vielen Ländern noch heute praktiziert. An ihren Beispielen kann man ersehen, warum ihr jeweiliger Stil bis heute noch weitestgehend unverfälscht existiert.

Jigoro Kano entwickelte aus verschiedenen Schulen der Verteidigungskunst des Jiu Jitsu das heutige Judo und gründete das Kodokan als dessen Wirkungsstätte in Tokio. Dieses Judo bestehend aus Wurftechniken im Stand sowie Hebel-, Würge- und Haltetechniken am Boden war als ein System zur Körperertüchtigung, des mentalen Trainings und des sportlichen Wettkampfes gedacht. „Ju“ steht hierbei für flexibel, angepasst, weich und „Do“ ist als Weg für ein geistig moralisches Prinzip zu verstehen. Man ist nie am Ziel sondern nur auf dem Weg dorthin. Die anfangs noch aus dem Ji Jitsu vorhandenen Schlag-, Tritt- und Stoßtechniken wie auch Waffentechniken wurden mit der Zeit mehr und mehr vernachlässigt und verschwanden letztendlich ganz in den Hintergrund. Sie treten nur noch in einigen Formen des Kodokans in Erscheinung. Die Prinzipien des Judo, die bis heute noch gelten, wurden im Kodokan Judo festgelegt und festgeschrieben. Danach richteten sich bis heute noch alle traditionellen Judo Betreibende aus.

Funakoshi Gichin entwickelte aus verschiedenen in Okinawa ansässigen Karate-Schulen das heutige Shotokan Karate und gründete das Shotokan, Haus des Pinienhains in Tokio. Hier legte er auch die Prinzipien seines Karate nieder. In der Bezeichnung „Karate-Do“ steht „Kara“ für leer, frei, „Te“ steht für Hand und „Do“ für den Weg. Karate bestehend aus Schlag-, Stoß- und Tritttechniken in einer Serie von z. T. überlieferten Formen ausgeführt, war nicht nur ein Werkzeug zur Körperertüchtigung und Selbstverteidigung, sondern weitaus mehr, auch ein Werkzeug, um Körper und Geist zu schulen und zu vervollkommen, wie es auch in den zwanzig Verhaltensregeln niedergelegt ist. Die Prinzipien des Shotokan Karate gelten noch heute und werden so auch weltweit weitergegeben.

Morihei Ueshiba entwickelte aus dem Judo, Jiu Jitsu, Kenjutsu und Daito-Ryu-Jutsu das Aikido und gründete das Kobukan in Tokio. „Ai“ steht für Harmonie, „Ki“ für universelle Energie und „Do“ deutet auf den Weg und die darin enthaltenen philosophischen Prinzipien. Unter dem zeitweiligen Einfluss einer religiösen Sekte fügte er Harmonie und Liebe als Mittel, um eine Brücke zwischen den Menschen zu bauen, hinzu. Das Aikido System besteht aus Würfen und Hebeln und Haltetechniken, die in ausweichenden nachgebenden kreisförmigen gegenläufigen Bewegungen ausgeführt werden. Aikido hat einen rein defensiven Charakter.

In allen drei obigen beispielhaften Fällen war es ein Prozess über viele Jahrzehnte bis der jeweilige Stil sich entwickelt hatte. Die Basis hierzu waren fundierte Kenntnisse und Fertigkeiten sowie die intensive Beschäftigung mit anderen Kampfkünsten über lange Jahre, um die notwendige Voraussetzung zu erwerben, einen neuen Stil ins Leben zu rufen. Alle drei Stil Begründer hatten je eine Vision bzw. ein Ziel vor Augen. Sie schufen ein in sich geschlossenes System, das all ihre für sie wichtigen Prinzipien beinhaltete, um das von ihnen festgelegte Ziel zu verfolgen. Das Wichtigste zum Abschluss war, nach langem Studium und dem Ringen um diese Erkenntnisse, die Techniken, Formen und die eigentliche Philosophie hierzu in schriftlicher Form niederzulegen. Somit wurde mit der gleichzeitigen Schaffung einer zentralen Trainings- Wirkungsstätte Dojo/Dojang und eines dauerhaften Schulungszentrums Kan/Kwan auch eine dauerhafte Etablierung dieses neu entwickelten Stils geschaffen. Alle drei Stilbegründer legten in umfangreicher schriftlicher Form nieder, was das eigentliche Spezifische ihrer neu geschaffenen Kampfkunst ausmacht. Zum Beispiel definierte Gichin Funakoshi seinen Shotokan Karate Stil im Wesentlichen auf der Grundlage und dem Wesen der 25 Katas, welche nur ein Auszug aus vielen Katas waren, die er aus Okinawa mitbrachte. Jigoro Kano hatte genau festgelegt, welche nicht verletzungsträchtigen Techniken seiner Nage Waza (Standtechniken) und Kime Waza (Bodentechniken) aus den verschiedenen Jiu Jitsu Stilen sein Judo definierten. Auch Morihei Ueshiba legte fest, welche Grundelemente - wie das Wirken der Zentrifugal- und Zentripetalkraft - das Fundament seines Aikido ausmachten. All dies wurde in den jeweiligen von ihnen geschaffenen Trainingszentren hinterlegt und genauso in Praxis und Theorie sowie Philosophie dort an die Schüler der ersten bis z. T. dritten Generation von ihnen persönlich an sie weitergegeben. Sie sorgten bei Zeiten für den Aufbau einer breiten Basis an qualifizierten Meistertrainern, die dann in der Lage waren, das so Erlernte auch im Sinne des Gründers an die Einzelgeneration weiterzugeben. Ihnen war allen bewusst, dass das Beibehalten an dem genau so Erlernen für das Weiterleben und die Fortführung des vom Gründer geschaffenen Stils unabdingbar war. Das Ergebnis sieht man heute noch nach über 80 bis 120 Jahren. Der jeweilige Stil wird traditionell unverändert so weiter praktiziert, wie er ursprünglich vom Gründer geschaffen worden war. Natürlich war man hier und da genötigt, sich gewissen zeitlichen Strömungen und Erkenntnissen nicht zu verschließen. Aber es wurden nur Anpassungen akzeptiert, die das Wesentliche des jeweiligen eigentlichen Stils nicht beeinflussten oder gar gravierend veränderten. Die Basis hierzu war immer das hinterlegte und aufbewahrte Geschriebene im von ihnen geschaffenen Trainingszentrum, wo es von den dortig tätigen Senior-Meistern auch weiterhin so praktiziert und weitergegeben wurde und auch heute noch wird.





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Was können wir daraus auch für unseren vom GM Shin geschaffenen TSD Stil herleiten?

Jae Chul Shin, ein an der koreanischen Universität diplomierter Politologe und Schüler von Hwang Kee, verfügte über eine Erfahrung von über 60 Jahren im traditionellen TSD, das von Hwang Kee - einem Kadetten der japanischen Militär Akademie - erschaffen wurde. Hwang Kee hatte aus den Techniken des koreanischen Kwon Bop, Soo Bahk Do und Tae Kyun unter dem Einfluss vom chinesischen Quanfa und dem japanischen Karate ein Kampfkunstsystem geschaffen, das er Tang Soo Do (Weg der chinesischen Hand) nannte. Er gründete ein Trainingszentrum, das er Moo Duk Kwan nannte, und unterrichtete dort sein von ihm geschaffenes TSD. Aus politischen Gründen zog Hwang Kee nach USA, wo einer seiner Schüler bereits den US TSD Verband gegründet hatte. Leider gelang es Hwang Kee weder in Korea noch in den USA, ein offizielles Schulungszentrum für sein Moo Duk Kwan zu etablieren. Damit dieser in den 40/50 Jahren des vorherigen Jahrhunderts gegründete Stil aber über die Gegenwart hinaus in der Zukunft über- und weiterleben konnte, gründete einer seiner Senior Meister Jae Chul Shin 1982 den Welt TSD Verband, in dem er in über 30 Jahren die wesentlichen Stil Elemente des traditionellen TSD festlegte, einen Zirkel aus erfahrenen Meistern heranbildete und ein zentrales Trainingszentrum erschuf, das WTSDA Hauptquartier in Burlington NC USA. Somit stellte Jae Chul Shin sicher, dass das traditionelle TSD, so wie er es definierte, in der Zukunft über seine Existenz hinaus in seinem Namen weiterleben wird.

Wie kann man nun sicherstellen, dass dieser Stil im Laufe der Jahre sich nicht verändern wird? Eine erste sehr wichtige Basis sind die Lehrbücher von J.C. Shin, in denen er schriftlich unveränderlich die Prinzipien seines TSD Verständnisses für die Nachwelt niederschrieb. Die zweite wichtige Basis, er erschuf ein zentrales Trainingszentrum und bildete eine größere Anzahl an erfahrenen Senior-Meistern heran, die in der Lage sind, als seine TSD Söhne und Enkel diesen Stil unverfälscht an die nächste Generation weiterzugeben.

Als drittes installierte er eine Organisation mit strikt festgelegter Struktur und Hierarchie, die in sich als System in den etablierten Regeln weiter bestehen kann und damit die Funktion dieses von ihm geschaffenen Verbandes für die weitere Zukunft sichert.

Als weiteres installierte er jährliche Meisterlehrgänge, auf denen die Junior-Meister und angehenden Meisterkandidaten von den erfahrenen Senior-Meistern unterrichtet, trainiert und weitergebildet werden. Bei diesen Gelegenheiten werden auch von den Senior-Meistern die Prüfungen zur höher Graduierung vorgenommen. Hier findet auch ein reger technischer Austausch an Erfahrungen und erworbenen Wissen und Kenntnissen zum Wohle des Bestandes des TSD Stils unter den Meistern statt.

Auch wurden Meisterschaften mit festem Regelwerk geschaffen. Der Zweck dieser Meisterschaften dient in erster Linie dazu, dass die Mitglieder - Schüler und Schwarzgurte des Verbandes – untereinander regelmäßig zusammen kommen, um gemeinsam im fairen Wettstreit den eigentlichen Sinn des brüderlichen TSD zu praktizieren und im gegenseitigen Vergleich sich auszutauschen und Freundschaften über alle Grenzen im Sinne einer fröhlichen Partnerschaft zu schließen.

Mit so einer zuvor beschriebenen Basis ist der Fortbestand des TSD Stils nach dem Ableben seines Gründers sichergestellt. Der Stil hat eine dauerhafte und zukunftssträchtige Heimat in seinem geschaffenen Zentrum und durch seine ihm loyalen Senior-Meister.

Themen und Zweck der TSD Meisterlehrgänge sollten in erster Linie dahin ausgerichtet sein, sich in seinem TSD Stil weiter zu festigen und weiterzubilden, damit er auch als solches dauerhaft in einem selbst sich setzt und erhalten bleibt! Nimmt man nun einmal beispielhaft den Zeitraum eines Standard Meisterlehrganges in Betracht, so hat man innerhalb des standardmäßigen drei Tage Programms circa 3 mal 7 Stunden pro Tag für Praxis und circa 2 Stunden Theorie pro Abend. Diese sollten mit dem Praktizieren der bisher erlernten TSD Formen und den allgemein gültigen Techniken genützt werden. Dabei ist darauf zu achten, dass man immer auf eine einheitlich gültige Interpretation der Formen Wert legt, da es sonst zu einer nur zur Verwirrung führenden Vielzahl von Formvariationen führt, was man immer bei Meisterschaften und gemeinsamen Prüfungen sieht. Darüber hinaus kommen für den jeweiligen Meistergrad neue Formen hinzu, die ihre Zeit benötigen, um solide erlernt zu werden. Bei den Techniken und Partneranwendungen kommen Serien hinzu, die ebenfalls ausreichend geübt werden müssen, damit man sie dauerhaft festigen kann. Auch wichtige Randbereiche aus anderen Kampfkünsten, die einen gewissen Einfluss auf die praktizierten TSD Techniken haben, sollten in Betracht gezogen werden, wie zum Beispiel aus Ki Gong die richtige Atmung und Meditation, aus Hap Ki Do die Verbesserung der Selbstverteidigungsfähigkeit, aus Judo, Ju Jitsu und Aikido die richtige Fallschule sowie die weichen und ausweichenden Bewegungen, aus Haidong Gumdo die saubere Schwertführung. Jedoch ist hier bei allem darauf zu achten, dass dies alles nur Randbeziehungen sind, denn für das richtige Erlernen dieser Künste braucht man neben der eigentlichen hauptsächlichen Beschäftigung mit TSD einen eigenständigen über längere Zeit andauernden Unterricht. Dabei ist darauf zu achten, dass sich der eigene TSD Stil nicht gravierend verändert und verwässert.

Ein Beispiel überliefert von früheren Meistern aus Okinawa aus der Zeit der gemeinsamen Beziehungen mit China. Botschafter aus China übermittelten ihre Künste in Form einer Bewegungsform, in der sie ihren spezifischen Stil darstellten. Als Beispiel dienen hier Kong Sang Koon und Whang Shu, die Botschafter aus China waren. Sie hinterließen ihre Kunst bzw. ihren Stil, indem sie ihre Formen, die noch heute



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

ihren Namen tragen, an die Bewohner Okinawas weitergaben. Diese Formen existieren noch heute in verschiedenen Stilen in abgewandelter Form, blieben jedoch für die Nachwelt über Jahrhunderte erhalten, sowie man es bei vielen Stilen in China, Japan und Korea sehen kann.

An Hand dieses Beispielen sieht man, wie wichtig es zum Überleben eines Stils ist, dass seine Formen weiterhin sorgfältig und unverändert geübt und so weitergegeben werden. Diese festgelegten Formen bilden das Rückgrat des jeweiligen Stils und sollten nicht leichtfertig verwässert werden und somit auch der Stil. Die wichtigste Aufgabe der Meister der ersten und zweiten Generation nach dem Gründer ist es, dieses Rückgrat zu erhalten, zu konservieren und es nicht irgendwelchen temporären Zeiterscheinungen zu opfern, sodass die späteren TSD Enkel diese Kunst im selben Sinne und Erscheinungsbild weiter betreiben und es ihrerseits in genau dem vom Gründer beabsichtigten Sinne an nachfolgende Generationen weiter geben.

Zum Beispiel gibt es im Kobudo oder Kung Fu einige interessante Waffen, aber die Waffen der WTSDA (Bong, Dan Gum, Jang Gum, Ji Pangi und Te He Chiang) reichen vollkommen aus, um die Ziele des WTSDA Stils zu verfolgen. Mit Einführung von fremden Waffen wie Nun-chaku, Axt, Wurfstern, Arnis, Seil, Sichel usw. würden auf einmal WTSDA fremde Zeile verfolgt, da sie ja aus dem Kontext des fremden Systems herausgerissen sind. Nur ein kompetentes Gremium von Senior Meistern sollte nach reiflicher Überlegung und Überprüfung über die Aufnahme dieser oder jener verbandsfremden Technik oder Form entscheiden. Es kann nicht sein, dass ein einzelner Meister innerhalb des Verbandes seine, von ihm favorisierten, Nicht-TSD-Bereiche in sein reguläres TSD Training übernimmt und dies dann noch als WTSDA Standard verkauft.

Natürlich bleibt das Gesicht eines Stils im Laufe von vielen Jahren nicht ganz unverändert. Obwohl man ja schon genügend Formen und Techniken für den Bestand des Stils hat, werden mit der Zeit hier und da neue Formen hinzugefügt. So lange sie das Gesicht eines Stils nicht entscheidend verändern, kann man mit dieser Zeiterscheinung leben. Für das gelegentliche Hinzufügen von ähnlich gearteten TSD Formen als eine zusätzliche Bereicherung - nicht Verwässerung! - des Stils gibt es mehrere Beispiele in Form von so genannten freien Formen, die aus den existierenden traditionellen Formen abgeleitet wurden, um das Trainingsrepertoire zu bereichern.

Nicht zu vergessen, alle Meister des WTSDA haben dem Stil Begründer gegenüber einen Eid abgelegt, sich ihm und der von ihm festgelegten Tradition loyal gegenüber zu verhalten. Deswegen ist es so wichtig immer wieder regelmäßig zusammen zu kommen, um an den überlieferten Merkmalen unseres Stils zu feilen und uns zu verbessern. Nicht zu vergessen, alle Dan-Träger und Meister haben sich verpflichtet, das TSD der WTSDA so zu praktizieren und an die Schüler weiterzugeben, wie es der Stilbegründer zuvor festgelegt hat. Auf keinen Fall sollte man einen an das bisherige TSD angelehnten neuen Stil entwickeln und etablieren. Natürlich kann sich jeder Meister zusätzlich mit anderen Kampfkünsten außerhalb des eigenen Stils intensiv befassen. Sie müssen aber in der Lage sein, die verschiedenen Bereiche und jeweiligen Prinzipien auseinander halten zu können. Auf keinen Fall dürfen sie Stile vermischen und fremde Techniken als TSD Bestandteile anbieten.

Jeder Meister sollte sich davor selbst bewahren und sich nicht verleiten lassen, einem gewissen Ego-Trip leichtfertig zu folgen, was ihn vom eigentlichen vom Begründer vorgegebenen Weg abbringen kann. Das TSD der WTSDA hat soviel Themen zu bieten, die für ein ganzes Leben reichen. Da ja nach der TSD Philosophie niemand perfekt ist, ist es schwer nachzuvollziehen, dass jemand im TSD Training unterfordert wäre oder nichts mehr dazu zu lernen hätte.

An diese Maxime sollten sich alle seriösen Dan-Träger und Meister in ihrem und im Interesse dieser Kampfkunst halten

Tang Soo!!!

Klaus Trogemann  
TSD Esting

### Ein wichtiger Grundsatz in den traditionellen Kampfkünsten

#### 'Treue gegenüber Deiner Heimat und ihren Repräsentanten'

Vor kurzem war ich Zeuge einer Versammlung in der ich z.T. sehr unschöne Vorkommnisse und Verhaltensweisen beobachten musste. Hier wurde eklatant von einigen Teilnehmern gegen die Grundsätze von Treue und Loyalität verstoßen. Dies veranlasste mich, mir einmal kritische Gedanken zu diesem Thema zu machen und mich mit dieser Thematik etwas intensiver zu beschäftigen.

Laut Definition versteht man unter Loyalität eine Tugend, die sich durch ehrliches und vertrauenswürdiges Handeln im Umgang mit anderen Menschen auszeichnet. Als Basis der Loyalität wird eine innere vernunftmäßige Verpflichtung betrachtet, die den loyalen Menschen dazu anhält, dass er sich an die vereinbarten Ordnungen hält, und die ihn daran hindert, Tätigkeiten zu unternehmen, die der verbundenen Gruppe oder den verbundenen einzelnen Personen Schaden zufügen würden. Begriffe die mit Loyalität allgemein einhergehen sind z.B. Ob-



# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

*- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

jektivität, Redlichkeit, Unbestechlichkeit, Unvoreingenommenheit, Vorurteilslosigkeit, Gerechtigkeit, Geradlinigkeit, Pflichtgefühl, Verschwiegenheit, Kontinuität.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Der Begriff Treue bezeichnet eine Tugend, die sich durch verlässliches Verhalten auszeichnet, das von Zuneigung und Hingabe gegenüber einzelnen Menschen oder Gruppen getragen wird, wobei die Handlungen in Übereinstimmung mit bestimmten Prinzipien, Überzeugungen oder Idealen vollzogen werden. Begriffe die mit Treue allgemein einhergehen sind z.B. Ergebenheit, Solidarität, Gerechtigkeit, Anständigkeit, Redlichkeit, Standhaftigkeit, Anhänglichkeit, Unwandelbarkeit

Loyalität bedeutet gemeinsame höhere Ziele, Werte und Ideologie mit Anderen zu teilen und diese zu vertreten, auch dann, wenn man nicht in allen Punkten und Ansichten übereinstimmt, solange es jedoch der Bewahrung des gemeinsam vertretenden höheren Zieles dient. Dies kommt im Verhalten gegenüber der Gemeinschaft wie auch gegenüber Außenstehenden zum Ausdruck. Der Grad und das Ausmaß der Loyalität hängt natürlich von der jeweiligen Loyalitätsbeziehung ab (z.B. Freundschaft, Partnerschaft, Verwandtschaft, Staat, Firma usw.). Die Loyalitätserwartung kommt in den äußeren Handlungen wie auch inneren Einstellungen zum Ausdruck. Die Überschneidungen von Treue und Loyalität sind fließend überlappend z.T. deckungsgleich.

Das Thema Treue und Loyalität ist ein weites Feld und kann durchaus tief schürfend in Büchern ausgebreitet und in allen philosophischen Aspekten dargelegt werden. Es soll sich hiermit auf die zuvor erwähnten Begriffsformulierungen beschränken, da sie ausreichend genug die Basis für die weiteren Erörterungen bilden.

Was haben also nun Treue und Loyalität mit den traditionellen Kampfkünsten zu tun?

Jede sich entwickelnde Kampfkunst oder eine von einem außergewöhnlichen Meister bzw. Gründer geschaffene Kampfkunst sichert ihren zukünftigen Fortbestand durch die Treue und Loyalität ihrer Praktizierenden, Schüler und Meister gegenüber ihrer Kampfkunst und deren Begründer über dessen nicht ausbleibendes Ableben hinaus als dauerhaften Bestand. Eine Kampfkunst kann nicht mit der bestmöglichen mündlichen wie schriftlichen Überlieferung alleine permanent überleben. Es braucht die, von der Idee überzeugten, Praktizierenden, Schüler und Meister, die sich loyal zusammengeschlossen haben, um mit ihrer ausgeübten Treue durch Ihr Verhalten und ihre Handlungsweisen im gegenseitigem Vertrauen das starke Band weben, das alles und alle zum Wohle des Überlebens der jeweiligen Kampfkunst zusammen hält. Normalerweise bleibt es über einen größeren Zeitraum nicht aus, dass einige Praktizierende andere Vorstellungen vom Erscheinungsbild ihrer aktuell praktizierten Kampfkunst entwickeln. Diese neuen Vorstellungen können durchaus positiver Natur zum Fortbestand der Kunst, wie auch des Verbandes bzw. Organisation, als auch negativer Art sein, die letztendlich nur der ausgeübten Kunst wie auch dem jeweiligen Verband schadet. Ändern wird man dieses in regelmäßigen Zeitintervallen wiederkehrende Phänomen nicht können. Man muss sich ihm immer wieder von Neuem stellen. Die Kunst besteht darin, die positiven Strömungen zum Wohle der Kampfkunst, sowie deren Verbandes in kreative Kanäle zu leiten und sich der negativen dauerhaft zu entledigen, bevor sie größeren Schaden anrichten können.

Bei so einem Prozess positiver wie negativer Art kommen die Aspekte Treue und Loyalität z.T. entschieden zum Tragen bzw. treten offenkundig in Erscheinung.

Im Falle einer positiven Erscheinung ist es immer wertvoll, seine für die Kampfkunst positiven Vorstellungen, die ja durch die eigene Loyalität gegenüber dem Verband und seinen treuen Meistern untermauert sind, entsprechend fair und rücksichtsvoll durch eigene Überzeugungskraft zur Geltung zu bringen. Man ist immer bestrebt, gerne gute Ideen zum Wohle der Kampfkunst und ihres Verbandes aufzugreifen und entsprechend umsetzen zu wollen. Jedoch gilt auch hierfür das praktizierte Loyalitätsprinzip, dass man des höheren Zieles eines Verbandes wegen akzeptiert, wenn nicht alles so wie von einem selbst gewünscht verwirklicht wird, und dass man deshalb nicht gleich dem Verband aus verletzten Gefühlen heraus untreu wird. Auch kann man zeigen, dass man willig zum Wohle der Kunst und des Verbandes sich gerne entsprechend dem Loyalitätsprinzip beugt und weiterhin die gemeinsamen höheren Ziele vertritt.

Im Falle einer negativen Erscheinung muss man zwei Aspekte unterscheiden. Beim ersten Aspekt, wenn man also im Laufe der Jahre aufgrund der eigenen gebildeten Überzeugung nicht mehr mit den Zielen des Verbandes und der gemeinsamen und zukünftigen Entwicklung einher gehen bzw. sich identifizieren kann, und wenn man selbst mit seinen Ideen bei der Mehrheit sich nicht mehr überzeugend durchsetzen kann, so dass es einem dadurch nicht mehr möglich ist, weiterhin diese Kampfkunst zu betreiben und somit nicht mehr im Verband verbleiben kann, sollte man für sich die sich daraus ergebenden logischen Konsequenzen ziehen. Dieser Prozess des Konsequenzen-Ziehens sollte in sauberer und anständiger Weise bzw. Form von statten gehen. Denn das Loyalitätsprinzip verlangt diese Vorgehensweise, um den Verband, den man ja selbst viele Jahre hindurch voller Überzeugung mit getragen hatte, und das Ansehen der darin enthaltenen Kampfkunst, die man lange Jahre begeistert praktiziert hatte, nicht unfair aus verletzten Gefühlen heraus nachhaltig zu schädigen. Hier zeigt man auch Anstand, Ehre und Treue. Mit dieser sauberen Verhaltensweise wird einem nur von allen Seiten der gebührende Respekt gezollt.

Nun zum zweiten Aspekt, der leider sehr oft von den Betroffenen als auch dem Umfeld als sehr unschön empfunden wird. In diesem Fall geht es dem jeweiligen Betroffenen nicht um die Verwirklichung von hehren Zielen, sondern schlicht und einfach um den eigenen schnöden Egoismus und persönlichen primitiven Geltungsdrang. Wenn so jemand, der sich mit der Zeit in eine negative Richtung entwickelt hat, erkennt, dass er mit seinen Ideen aufgrund mangelhafter Überzeugungsfähigkeit und fehlender Stichhaltigkeit seiner Argumente sich nicht er-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

folgreich durchsetzen konnte, er aber auch mit seinen Ideen offensichtlich bei der Mehrheit dafür kein Gehör finden konnte und dies aber aus mangelnder Einsicht nicht akzeptieren kann, beginnt er an der Kampfkunst und dem Verband schädigend zu agieren. Er wird versuchen potenzielle Mitläufer für die eigenen neuen Vorstellungen zu gewinnen, diese dann von seinen negativen Ideen zu überzeugen und sie danach zu aktiven Mitstreitern zu formen. Diese dann so neu entstandene Interessensgruppe beginnt im Laufe der Zeit schädlich wie ein Krebsgeschwür zu wirken. Man provoziert nach einer gewissen Zeit der Untergrundarbeit einen Aufstand, mit dem Ziel seinen bisherigen Verband und die gemeinsame Kunst für seine eigenen egoistischen Zwecke im Handstreich zu übernehmen und scheut sich auch nicht, dabei entsprechende Mittel wie Diffamierung, Rufmord, Unterstellung bis hin zu Erpressung zu verwenden bzw. einzusetzen. Diese Vorgehensweise kann natürlich auch den solidesten dastehenden Verband von empfindlich bis nachhaltig schädigen. Hier hat sich das früher einmal existierende Loyalitätsprinzip eklatant ins Gegenteil gewendet. Wie einem die Erfahrung jedoch zeigt, durchschaut die Mehrheit der Verbandsmitglieder solche unschönen Aktionen zur Übernahme und diese verpuffen dann ins Leere. Natürlich bleibt eine mehr oder weniger größere Schädigung zurück, die aber in der Regel ein nun sauberes, bereinigtes, fruchtbares Fortbestehen des Verbandes und der Kampfkunst ermöglicht. Die auslösenden Akteure dieser negativen unschönen Erscheinung verschwinden über kurz oder lang in die unbedeutende Versenkung, jedoch die Verachtung über ihr unschönes Treiben und unehrenhaftes Verhalten hängt ihnen noch lange nach.

Es gibt aber auch noch einen weiteren zu betrachtenden Aspekt. Mal angenommen, in einem Verband haben sich Ziele von einem einmal ursprünglich positiven im Laufe der Jahre zum negativen verändert. Hier kommt es mit der Zeit zu einem Loyalitäts- und Treuekonflikt derer, die diese ursprünglichen Ziele mit ehrlicher Überzeugung mit trugen und diese nun gravierend verletzt sehen und diese für sie nun neuen unschönen Erscheinungen nicht mehr mittragen möchten. Sie können sich nicht mehr mit dieser für sie inakzeptablen Entwicklung identifizieren. Diesen bleibt nur noch die Möglichkeit, die von ihnen mit Überzeugung getragenen ursprünglichen Ziele der Kunst und des Verbandes weiterhin in diesem Geiste und Sinn zu betreiben, indem sie sich in Ehren von dem bisherigen nun veränderten Verband separieren, um mit Gleichgesinnten in einem neu geschaffenen Verband nochmals die ursprünglichen Ziele weiterhin in dieser Form zu betreiben. Man tut in aller Offenheit seinem bisherigen Verband seine Gründe und die daraus resultierende Entscheidung kund und verlässt ihn im mehr oder weniger guten Einvernehmen, ohne einem bitteren Nachgeschmack auf beiden Seiten zu hinterlassen. Es gibt bei dieser Art der Separierung keine unschönen Aktionen, respektiert einander nach wie vor und kann sich bei aller entstandenen Verschiedenheit und unterschiedlicher Auffassung nach wie vor auch zukünftig in die Augen sehen. Wie sagt man so schön, Trennungen kommen in den besten Familien vor, es ist nur die Art und Weise wie man damit umgeht bzw. dabei vorgeht. Hier zeigt sich auch, ob man das Prinzip von Treue und Loyalität verstanden und gelebt hat.

Andererseits, was kann Treue und Loyalität in ihrer positiven Form nicht alles bewirken bzw. bewerkstelligen! Der frühere preußische Staat z.B. funktionierte auf der Basis von Treue und Loyalität seiner Beamtenschaft gegenüber dem Staat. Der Staat war seinerseits aber auch in Treue und Loyalität gegenüber seinen Beamten verpflichtet, indem er für deren Wohlergehen auch in deren Ruhestand dauerhaft verlässlich sorgte.

Jede Kampfkunst - und ihre Organisation - kann sich nur weiterentwickeln und auch auf die Dauer zukünftig überleben, eben durch die Treue und Loyalität ihrer Mitglieder unabhängig von persönlichem Rang des einzelnen innerhalb der jeweiligen Organisation. Auch hier gilt die Devise, dass nicht nur die Mitglieder für den Gründer bzw. Großmeister und die Seniormeister sorgen, sondern umgekehrt auch der Großmeister hat mit seinen Seniormeistern die Verpflichtung sich beizeiten um den zukünftigen potenziellen Nachwuchs zu kümmern. Der notwendige Zusammenhalt, geschweißt durch die Treue und Loyalität, macht dies erst möglich. Somit sind diese Tugenden eine unverzichtbare Voraussetzung um Größeres dauerhaft zu schaffen bzw. zu erschaffen und für die Nachwelt zu erhalten.

In den letzten hundert Jahren ging die Erschaffung und Entwicklung von vielen namentlich bekannten und immer noch existierenden Kampfkünsten - wie Judo, Ju Jutsu, Karate, Aikido, Tae Kwon Do usw. - und die Gründung ihrer für das Überleben und Fortbestehen notwendigen Organisationen mit den Tugenden von Treue und Loyalität der Mitglieder der ersten Stunde einher. Diese Ursprungsmitglieder gaben nicht nur die Kampfkunst an sich weiter, sondern vermittelten - neben der für das Überleben der Tradition so wichtigen Philosophie - auch die Bedeutung der Tugenden von Treue und Loyalität dauerhaft an die nächsten Generationen. So trug man zum Wachstum und zur Verbreitung der jeweiligen Kampfkunst entscheidend bei. Hier sieht man noch heute den positiven Aspekt in der gelebten Anwendung dieser Tugenden im Weiterbestehen der jeweiligen Kampfkunst, und das noch immer nach so vielen Jahren. Wie sagt man so schön: "Gemeinsam sind wir stark" oder „Gemeinschaft macht stark!“ Und die gelebte Anwendung von Treue und Loyalität schafft eine starke Gemeinschaft zum Erhalt und Erreichen von gemeinsamen zukunftssträchtigen Zielen.

Tang Soo!!!

Klaus Trogemann  
TSD Esting



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## ENDSTATION 1. DAN ODER DIE ENTWICKLUNGSMÖGLICHKEITEN EINES SCHWARZGURTRÄGERS UND MEISTERS

Neulich wurde ich zufälligerweise ein unbeteiligter Zeuge eines Gespräches zwischen einem angehenden Meister und einem ersten Dan-Träger. Dabei ging es darum, ob man auch noch weitere Perspektiven über die reine Erlangung des Schwarzgurtes hinaus für sich selbst hätte. Ich habe dies zum Anlass genommen, mir mal darüber meine eigenen Gedanken zu machen. Nachdem ich selbst jetzt schon seit fast 50 Jahren in der Budo Welt aktiv bin und darin einen gewissen Reifegrad erlangt habe, habe ich mal meinen Werdegang Revue passieren lassen und bin zu der Ansicht gekommen, dass man Einiges hierzu erzählen kann.

Jeder, der einmal mit der Budo Welt in Berührung kam, hat irgendwann einmal in einem Stil als ein Weißgurt oder adäquat angefangen. Die Beweggründe zu diesem Schritt mögen unterschiedlicher Natur gewesen sein. Neugierde, keine andere Alternative in der Umgebung, mangelndes Selbstvertrauen, körperliche Schwächen oder einfach wie in meinem Fall, sich endlich im Ernstfall wirksam verteidigen zu können. Am Anfang ist alles neu, die ungewohnte Bewegung, der strikte Trainingsrahmen, seltsame Etikette und fremde Terminologie. All das Ungewohnte lässt einem erst einmal den zwangsläufig auftretenden anfänglichen Muskelkater, der zu den ersten Trainingswochen als natürlich mit dazu gehört, vergessen. In der Regel stellen sich beim Durchschnittsbegabten nach wenigen Monaten schon die ersten Erfolge ein, wie größere Beweglichkeit und Flexibilität, Erstarkeung der Muskelkraft, verbesserte Allgemeinkondition, bessere Beherrschung der neuen ungewohnten Techniken, Selbstvertrauen und Selbstsicherheit. Und schon hat man plötzlich ein weiteres Ziel vor Augen. Die erste Prüfung, in der man seinen neuen erzielten Leistungszuwachs in seinem Stil einem kompetenten Gremium kritisch unter Beweis stellen soll. In der Regel ist dieser erste Schritt von Erfolg gekrönt. Dieser Erfolg, eine bestandene Prüfung, spornt einen an, auf diesen neuen Schritt einen weiteren Schritt in diese eingeschlagene Richtung zu beschreiten. Es folgen dann in regelmäßigen zeitlichen Abständen - entsprechend der gemachten Fortschritte - weitere Prüfungen bzw. höhere Graduierungen. Zu diesem Zeitpunkt kommt in der Regel ein weiteres Element hinzu, der erwachte Ehrgeiz, der einen zukünftig anspornt auf diesem nun seit geraumer Zeit eingeschlagenen Weg weiter zu machen. Es fängt sehr selten jemand mit der Absicht an, eines Tages darin einen Schwarzgurt zu erwerben. Wer also als Schüler - Farbgurt - schon einige Höhen und Tiefen durchschritten hat, ohne sich davon entmutigen zu lassen, der sieht als zwangsläufige Folge plötzlich das erstrebenswerte Ziel vor Augen, als Krönung seiner bisherigen Anstrengungen und Laufbahn, einen Schwarzgurt zu erwerben. Darauf konzentrieren sich nun seine ganze Aufmerksamkeit und sein Streben. Ich selbst, als ich mit dem Tang Soo Do anfang, hätte nie gedacht, darin eines Tages einen Schwarzgurt zu erwerben.

In der Regel gilt über alle Budo Stilarten hinweg eine ungefähre zeitliche Faustformel. Bei einem regelmäßigen Training zweimal die Woche braucht es bei gutem Trainingsfleiß und entsprechender Ernsthaftigkeit je nach jeweiligem Regelwerk innerhalb der einzelnen Stilarten ungefähr vier bis sechs Jahre, um nach Durchlaufen der Farbgurte bzw. Schülergrade einen Schwarzgurt bzw. ersten Dan-Grad zu erlangen. In diesem Zeitraum hat man schon einige Höhen und Tiefen durchwandert, was auch zwangsläufig nicht ausbleibt und sich nicht vermeiden lässt. Um so ein Ziel zu erlangen, muss man schon einen steinigen Weg mit all den damit verbundenen Mühsalen durchschreiten. Man hat viele Mitstreiter vor und nach einem kommen und gehen sehen, die diesen Weg bis zur Schwarzgurt Reife nicht durchgehalten und schon früher aufgegeben haben. Ohne Fleiß kein Preis und es ist auch noch kein Meister vom Himmel gefallen!

Nun hat man endlich nach so langer Zeit des sich eifrigen Bemühens das Ziel, einen Schwarzgurt zu erlangen, als ersten Meilenstein erreicht! Am Anfang ist alles neu und man trägt mit Stolz seine neue Errungenschaft - den schwarzen Gürtel - spazieren. Übernimmt auch in der Regel die damit verbundene Verpflichtung, jetzt auch ein Training zu geben oder zu übernehmen. Auch das ist etwas Neues und beschäftigt einen am Anfang, wie es auch einem ein neues Selbstwertgefühl gibt. Nun ist es auch ganz natürlich, dass nach anfänglicher Euphorie irgendwann über kurz oder lang die nicht ausbleibende Ernüchterung sich breit macht. Bis zum Schwarzgurt war man inklusive der speziellen Vorbereitungen ständig in einem fortschreitenden körperlichen wie geistigen Lernprozess, der mit der Erlangung des ersten Dan-Grades seinen Abschluss gefunden hat. Über kurz oder lang stellt sich dann aber auch zwangsläufig eine Ernüchterung ein. Die neue Farbe wird zur Selbstverständlichkeit und das Training geben verkommt zur Routine. Man kommt sehr bald an einen Punkt, an dem man sich fragt, war das jetzt alles? Nachdem ich den ersten Dan-Grad erreicht hatte, konnte ich mir damals nicht vorstellen, weitere Dan-Grade je zu erwerben. Normalerweise war bzw. ist jetzt das nicht alles gewesen, sondern nach Öffnen der Tür in die Welt der Schwarzgurte und Meister fängt es ja gerade erst richtig an. Hier beginnt der eigentliche Schritt, zu erkennen, dass man sich auf den Weg - Way of Life - begibt bzw. begeben sollte, der im fernen Osten als „Do“ bezeichnet wird. Wie der Begriff schon zu erkennen gibt - Way of Life - beginnt jetzt die eigentliche lebenslange Reise durch seine spezielle Kampfkunst. Wobei die Einstellung Budo übergreifend unabhängig der gewählten und betriebenen Stilart zu sehen ist. Jetzt beginnt die sich dämmernde Erkenntnis, dass man die Verpflichtung eingegangen ist, sich ständig fortwährend im Sinne des Budo und des Do Geistes weiter zu entwickeln. Spätestens hier sollte die Erkenntnis sich breit machen, wie viel man noch alles zu lernen hat, und dass es eigentlich jetzt erst richtig los geht. Wer diese Erkenntnis erlangt hat, bemüht sich zwangsläufig um entsprechende Literatur, um seinen geistigen Budo Horizont zu erweitern und sein Wissen darin zu vertiefen. Natürlich geht damit auch die Entwicklung der weiteren technischen Fähigkeiten einher. Man geht, wie man so sagt, nun nach dem Ende der Lehrlingszeit - Farbgurt bzw. Lehrling - als Budo Geselle bzw. erster bis dritter Dan-Träger auf die Wanderschaft, um auch bei anderen Meistern - 4. Dan und höher - in seiner Kunst



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

dazuzulernen bzw. in ihr noch intensiver unterwiesen zu werden. Dieser beschrittene Weg durch die unteren Dan-Grade ist zwangsläufig beschwerlicher als zuvor und von vielen Rückschlägen und zum Teil unangenehmen Lernprozessen begleitet. Nur wer sich davon nicht entmutigen und abschrecken lässt und unbeirrt auf diesem steinigen Weg weiter schreitet, wird eines Tages vor der Erlangung eines Meistergrades stehen. Als ein dritter Dan habe ich nicht daran gedacht, einmal vor einer Meisterprüfung zu stehen und einen Meistergrad zu erlangen, was ein zweiter Meilenstein bedeutet. Sich dieser Anforderung mutig zu stellen, ist schon eine Herausforderung an sich. Eine Faustformel nennt auch hier ca. acht bis zehn Jahre vom ersten Dan aus als einen realistischen Zeitrahmen. Denn der Kampfkünstler muss ja nicht nur sich in seinen technischen Fähigkeiten weiterentwickeln, sondern auch sein theoretisches Wissen entscheidend erweitern. Und nicht zu vergessen, für die Erlangung eines Meistergrades ist auch die Weiterentwicklung seiner Persönlichkeit, untermauert von entsprechend erworbener Lebenserfahrung, unabdingbar. Ein Meister - japanisch Sensei, koreanisch Sah Bum Nim - soll durch sein Vorbild in der Lage sein, seinen praktizierten Stil kompetent in Theorie und Praxis an seine unteren Dan-Träger weitergeben zu können und sie auf dem Wege zur Erlangung eines eigenen Meistergrades tatkräftig zu unterstützen.

Auch mit der Erlangung eines Meistergrades hört die Entwicklung auf dem Weg - dem „Do“ - nicht auf. Nur ist auch hier der Lern - und Entwicklungsprozess durch die höheren Meistergrade länger und zeitaufwendiger. Es ist ja auch schließlich die Entwicklung vom reinen Handwerker zum Künstler, einem Künstler in seiner speziellen Kampfkunst. Auch hier bilden die zwangsläufig nicht ausbleibenden Rückschläge und Erfolge nur einen wichtigen Teil des Rückgrades auf dem Weg zu einem höheren Meistergrad. Hier gilt als Faustformel 10 bis 15 Jahre vom 4. Dan zum 6. Dan, einen dritten Meilenstein. Meister werden nicht geboren, sie werden gemacht. Und das Machen ist ein lebenslanger nie aufhörender Lernprozess im Sinne des „Do“! Wer sich auf den steinigen und beschwerlichen Weg dazu begibt, weiß zu diesem Zeitpunkt nicht, auf was er sich dabei einlässt. Erst von der Höhe des Gipfels des Erreichten gewinnt man die Erkenntnis, auf was man sich eingelassen hat, und dass oder ob es im Nachhinein für einen persönlich der Mühe wert war.

Es ist schon eine schöne Erfahrung, wenn man als reifer und erfahrender Senior Meister über einen riesigen Schatz an Erfahrungen, technisch wie theoretisch verfügt und aus dem Vollem schöpfen und es an die nächsten Kampfkunstgenerationen weitergeben kann. Das in der Regel sehr positive Echo aus den Reihen der Schüler und Schwarzgurte ist einem Dank genug. Zu diesem Zeitpunkt schaut man auf 30 bis 40 Jahre Lehrzeit in den Budo Künsten mit den entsprechenden Wanderjahren zurück.

Zum Schluss noch eine Bemerkung am Rande: Nicht jeder wird sich aus der Breite der anfänglichen Masse der Anfänger aus den Niederungen nach oben arbeiten und zum schließlich anerkannten Experten seiner Kunst durchkämpfen, wo die Luft zwangsläufig dünner aber immer klarer für die so wichtigen Erkenntnisse in seinem persönlichen Stil wird. Zu diesem Zeitpunkt steht man an einem Scheideweg, soll man seine gewonnen Erkenntnisse und sein Wissen zum Wohle seines Verbandes innerhalb dessen als ein respektierter und anerkannter loyaler Senior Meister im Rang eines 6. bis 7. Dan-Grades unter einem existierenden Weisung gebenden Großmeister weitergeben, oder - wie es einige tun - den Schritt machen, sich zu einem Großmeister im Rang eines 8. bis 9. Dan-Grades dem vierten und letzten Meilenstein mit all den dazugehörigen Verantwortungen in seinem bisherigen Verband wählen lassen, wenn diese Position vakant wird. Es gibt natürlich auch die Variante, dass ein Senior Meister nach vielen Jahren seines Kampfkunstwerdeganges sich dazu entschließt, einen eigenen Verband mit seinem eigenen Stil zu gründen und dort die Aufgabe eines Großmeisters auszuüben. Dieser Zeitpunkt tritt erst so nach ca. über 40 Jahren Wirken in einer Kampfkunst Stilart ein. Nicht jeder trägt allerdings das dazu notwendige Potenzial und Charisma für einen Großmeister in sich, um einen Verband, wie auch die jeweilige praktizierte Stilart, erfolgreich weiterzuführen und für die Nachfolger am Leben zu erhalten. Viele fühlen sich berufen, aber nur Wenige sind es wirklich, wie einem die Erfahrungen aus der Vergangenheit allgemein so lehrt.

Tang Soo!!!

Klaus Trogemann, Yuk Dan  
TSD Esting



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## ERFAHRUNGSBERICHT AUS ÜBER 45 JAHREN TRAINER DASEIN

Vor einiger Zeit fragten mich mal einige Schwarzgurte, Sah Bum Nim, wie machst Du es eigentlich, dass bei deinem Training für uns immer etwas als Lerneffekt herauskommt. Hast Du da ein spezielles Konzept? Diese Frage veranlasste mich einmal, meine persönlichen Erfahrungen im Laufe eines langen Trainerdaseins Revue passieren zu lassen.

Vor 48 Jahren fing ich im Alter von 19 Jahren in Bonn mit dem Training von Judo in einer privaten Judoschule an. Mein damaliger Trainer war damals ein dritter Dan und ehemaliger Fremdenlegionär, sehr groß und sehr muskulös, mit etwas rauen sowie strikten und traditionellen Budo Unterrichtsmethoden bei der Vermittlung der Techniken. Da ich selbst etwas schwächig und ungenau war, brauchte es eine gewisse Zeit, bis ich die notwendige Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit aufgebaut hatte. Danach schritten die einzelnen Fortschritte im technischen Können zügig voran und ich erreichte ein gewisses Niveau. Schon sehr bald setzte mich mein Trainer, da ich gut Grundlagen vermitteln konnte, als Hilfstainer für die Anfänger in seiner Schule ein. Nebenbei betreute er auch zweimal die Woche einen größeren Judo Verein am Ort. Da mein Trainer selbst auch als Kampfrichter viel unterwegs war, brauchte er häufig jemanden, der ihn im Verein während seiner Abwesenheit kurzfristig vertrat bzw. dort das Training übernahm. Eines Tages nach ca. 3 Jahren Judotraining und im Besitz des 2. Kyu bat er mich, ihn dort mal zu vertreten. In seiner Schule waren es maximal 12 Leute und plötzlich stand ich vor mehr als 30 Leuten, die ich nicht kannte und die mich nicht kannten, und sollte nun dort ein Training abhalten. Nun hatte ich ja genügend Routine im Ablauf eines traditionellen Judo Trainings mit Angrüßen, Gymnastik, Stand- und Bodentraining sowie Abgrüßen und führte dementsprechend meine erste Stunde als Trainer in dieser vorgezeichneten Form durch. Es blieb nicht aus, dass ich immer häufiger eingesetzt wurde und ich somit mit der Zeit auch eine Routine mit solch einer Art von Training erwarb. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich noch gar keine Vorstellung, auf was ich mich eigentlich einließ. Es fehlte mir neben der Erfahrung auch der ganze theoretische Unterbau, um erfolgreich auf Dauer ein Training durchzuführen. Parallel zum Judotraining fing ich nebenbei auch noch mit Ju Jutsu an. Auch hier wurde ich, aufgrund meiner raschen Fortschritte in dieser mit Judo artverwandten Sportart, sehr schnell als Hilfstainer eingesetzt. Nach meinem Umzug nach München, nun schon 1. Kyu in Judo und 4. Kyu im Ju Jutsu fing ich im Judoverein der Firma, in der ich angestellt war, an zu trainieren. Dort stellte es sich heraus, dass es um den Zustand in den jeweiligen Judo- und Ju Jutsu Gruppen nicht besonders bestellt war. Man kam schnell dahinter, dass ich über eine gewisse praktische Erfahrung und Routine als Trainer verfügte und bat mich, einzelne Gruppen als Trainer zu übernehmen. Um dieser Aufgabe noch besser gerecht zu werden, besuchte ich von nun an regelmäßig Lehrgänge im Judo und Ju Jutsu, um mich technisch wie theoretisch weiterzubilden. Dies konnte ich wiederum zum Nutzen der übernommenen Gruppen positiv im Training umsetzen. Mit der Zeit blieb es nicht aus, mich auch mal der Prüfung für einen Schwarzgurt zu stellen, um auch damit besser die Trainerfunktion zu untermauern. Dazu war neben vielen technischen Lehrgängen auch der Besuch von Übungsleiterlehrgängen als Voraussetzung erforderlich. In diesen Übungsleiterlehrgängen bekam ich auch ein fundiertes theoretisches Rüstzeug für die Durchführung eines erfolgreichen Trainings mit. Nach vielen Jahren als Trainer bei zwei- bis dreimal wöchentlich auf der Basis der rein praktischen Erfahrungen, wurden diese nun auch durch theoretische Kenntnisse im Unterricht ergänzt. Dies machte mein Training nun zukünftig etwas effizienter und strukturierter. Das Beherrschen und Zeigen der Techniken war eine Seite der Medaille, die dauerhaft erfolgreiche Vermittlung die andere Seite. Zu diesem Zeitpunkt war ich bereits 2. Dan Judo und 2. Dan Ju Jutsu, also 10 Jahre nach meinem ersten Trainererlebnis. Ich verfügte nun über mehr als 10 Jahre Erfahrung und Routine in diesem Metier.

Nun ergab es sich, dass ich vor 36 Jahren von meinem Arbeitgeber für einen längeren Zeitraum in die USA zu einem Entwicklungsprojekt abgeordnet wurde. Natürlich wollte ich auch dort regelmäßig trainieren, was sich als sehr schwierig herausstellte, da es im weiten Umkreis von ca. einer Autostunde keinen Hinweis auf eine Judo- oder Ju Jutsu Schule gab. Deshalb schrieb ich mich quasi um die Ecke in der Schule eines Koreanischen Meisters, der Tang Soo Do unterrichtete, ein. Da mir damals TSD wirklich nichts sagte, erklärte er mir diesen Stil als koreanisches Karate, welcher eng mit dem Tae Kwon Do verwandt sei. Mit den Begriffen Karate und Tae Kwon Do konnte ich mir nun etwas unter Tang Soo Do vorstellen. Nach einem halben Jahr Training 2- bis 3-mal die Woche in dem mir wirklich fremden Stil, war ich bereits ein 6. Gup. Auch hier wurde ich zu meiner Überraschung von meinem Trainer dann als Assistenz-Trainer für die Anfänger eingesetzt, obwohl meine damaligen Englischkenntnisse nicht überzeugend waren. Aber die Vermittlung der Grundtechniken an die Anfänger funktionierte trotzdem recht gut, weshalb er mir auch gelegentlich ein Spezialtraining gab und mich schon früher weiterführende Techniken und Formen lehrte, was eigentlich sonst für ihn nicht üblich war. Nun verfügte ich zu diesem Zeitpunkt schon seit ca. 10 bis 12 Jahren in drei Kampfsport- bzw. Kampfkunstarten über praktische Erfahrung mit theoretischer Untermauerung als Trainer. Mit dieser Routine hatte ich schon viele Schüler zur Erlangung von höheren Farbgurtgraduierungen bzw. auch Dan-Graduierungen gefördert. In all dieser Zeit habe ich natürlich auch viele Trainer wie auch Trainingsmethoden bzw. Vermittlungsmethoden kennen gelernt. Von diesem in der Zwischenzeit angesammelten reichen Schatz an positiven wie auch negativen Erfahrungen habe ich natürlich sehr profitiert. Aber ich hatte mir nie wirklich bewusst gemacht, was eigentlich meine eigene Form der Vermittlung denn ausmacht.

Ich versuchte meine eigene Art der Vermittlung und wie sie bei den Schülern herüberkommt zu analysieren. Nach welchen Konzepten gehe ich vor, was und welche Mittel der Vermittlung setze ich wie und wann ein. Sind meine Konzepte logisch entsprechend dem jeweiligen





# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

## **- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -**

Stil aufgebaut, haben sie sich bewährt, wurden sie abgewandelt, modifiziert oder aufgrund von gewonnenen Erkenntnissen verworfen bzw. aufgegeben. Nach welchen Strukturen ist mein Training aufgebaut, kommen sie auch an bzw. werden sie auch von den Schülern angenommen.

Während dieser Analysen, bei denen es nicht ohne strikte selbstkritische Betrachtungen der eigenen Person und Einholung von kritischem Feedback über meine Person abging, stellten sich mit der Zeit mehrere Grundthemenkreise heraus: 1. Sichere Beherrschung des geforderten technischen Repertoires des jeweiligen Stils, 2. Fundierte theoretische Kenntnisse und Verständnis im jeweiligen Stil, 3. Notwendige Anpassung der Vermittlung an den jeweiligen Stil.

Weitere Themenkreise sind: a) Die nicht zu unterschätzende psychologische Komponente im Zusammenspiel von Schüler und Trainer, b) Selbstkritische Wahrnehmung der eigenen Akzeptanz bei den Schülern, c) Flexibler Umgang mit den geplanten Konzepten eines angedachten Trainings und dessen notwendige Modifikation bzw. flexible Anpassung, wenn nötig im laufenden Training, d) Umgang mit kurzfristigen, mittelfristigen und langfristigen Trainingszielen, e) Notwendige Unterscheidung eines Trainings und dessen Konzept inklusive Durchführung für Anfänger, Fortgeschrittene, Dan-Träger und Meister sowie kleine, mittlere und große Gruppen.

Anhand der o. a. Struktur möchte ich nun auf die einzelnen Themen näher eingehen und diese etwas detaillierter erläutern. Vorab sollte man sich auch klar machen, dass es unterschiedliche Trainereigenschaften und -persönlichkeiten gibt. Introvertierte und extrovertierte, eloquente und weniger Beredame, was alles auf das generelle Erscheinungsbild eines Trainers einen wichtigen Einfluss hat.

### **1. Sichere Beherrschung des geforderten technischen Repertoires des jeweiligen Stils**

Ohne eine solide Basis in der praktischen Beherrschung der wesentlichen Techniken und Kenntnisse ihrer Funktionsweise, sollte man nicht mit der Vermittlung von Techniken beginnen. Das bedeutet, man braucht schon für das ersten Einsatz als Trainer einen Zeitraum von ca. drei Jahren bei zwei- bis dreimal die Woche Training, um eine solide Basis für die notwendige praktische Voraussetzung zu erwerben.

### **2. Fundierte theoretische Kenntnisse und Verständnis im jeweiligen Stil**

Durch entsprechende Fachliteratur sollte man sich umfangreiches Wissen aneignen, das die praktischen Fähigkeiten theoretisch solide untermauert. Denn nur so erwirbt man mit der Zeit die notwendigen theoretischen Grundlagen und Kenntnisse, nicht nur für die Ausführung und Funktionsweise der zu vermittelnden Techniken, sondern auch die diversen Möglichkeiten, wie sie zu vermitteln sind.

### **3. Notwendige Anpassung der Vermittlung an den jeweiligen Stil**

Jeder Stil hat seine speziellen technischen Besonderheiten in der Ausführung seines Technik-Repertoires. Diesem gilt es gerecht zu werden. Z.B. Judo und Aikido verwenden in erster Linie kreisförmige Bewegungen, Karate und Tae Kwon Do dagegen vorwiegend mehr lineare Bewegungen und Ju Jitsu und Hap Ki Do haben ein gemischtes Repertoire an kreisförmigen wie auch linearen Bewegungen. Diesen Besonderheiten im jeweiligen Stil ist in der Vermittlung Rechnung zu tragen. Es gilt diese z. T. unterschiedlichen Bewegungsformen zu berücksichtigen.

#### **A) Die nicht zu unterschätzende psychologische Komponente im Zusammenspiel von Schüler und Trainer**

Es ist wichtig, etwas über das aktive und interaktive Zusammenspiel auf der zwischen-menschlichen Ebene von Trainer und Schüler zu verstehen und sich dessen für eine erfolgreiche Vermittlung bewusst zu sein. Man muss die Signale für das Verstehen, das Missfallen, das Unverständnis usw. auf der Schüler-Seite entwickeln. Denn ohne sie zu erkennen, gibt es kein notwendiges Feedback darüber, ob auch das vom Trainer Vermittelte, wie gewünscht oder erwartet herübergekommen ist. Der Fortschritt der Schüler widerspiegelt den Erfolg oder Misserfolg des Trainers. Man entwickelt sich im Laufe der Jahre selbst weiter.

Bei der Vermittlung ist es wichtig zu beachten, dass weniger mehr ist! Kein Feuerwerk der Techniken voll der eigenen Eitelkeit sondern die Vermittlung solider Grundlagen ist wichtig.

#### **B) Selbstkritische Wahrnehmung der eigenen Akzeptanz bei den Schülern**

Eine ständige Beobachtung der Reaktionen bei den Schülern auf die eigene Wirkungsweise ist sehr wichtig. Ohne dass die Schüler den Trainer in seiner gesamten Form der Darstellung und Vermittlung mehr oder weniger akzeptieren, wird er keine Fortschritte bei ihnen erleben. Deshalb ist es so wichtig, auch ein Gespür dafür zu entwickeln, wie man selbst bei seinen Schülern wirkt und ankommt. Wird man entweder als Autorität, als Kumpel, als Freund und oder nur als Respektperson gesehen.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

### C) Flexibler Umgang mit den geplanten Konzepten eines vorgesehenen Trainings und dessen notwendige Modifikation bzw. flexible Anpassung, wenn nötig im laufenden Training

Man sollte immer mit einem Konzept in ein Training gehen, sich jedoch nicht sklavisch daran festhalten, wenn die tatsächlich vorgefundene Situation ein Abweichen vom ursprünglichen Konzept erfordert. Gehe nie ohne ein durchdachtes Konzept in ein Training. Jedoch, wenn es dann die vorgefundenen Umstände erfordern, muss man in der Lage sein, jederzeit das geplante Konzept kurzfristig zu modifizieren, oder auch ganz über den Haufen zu werfen und aus seiner Routine schöpfen.

### D) Umgang mit kurzfristigen, mittelfristigen und langfristigen Trainingszielen

Jeder Trainer sollte sich bemühen, einen roten Faden durch sein Training zur Zielsetzung für den kommenden längeren oder kürzeren Zeitraum zu ziehen. Dies hängt natürlich von den einzelnen zu erreichenden Zielen wie generell zu erreichende Fortschritte, geplante Graduierungen, geplante Teilnahme an Wettkämpfen oder einfach die persönliche Entwicklung des ‚Do‘ usw. ab.

### E) Notwendige Unterscheidung eines Trainings und dessen Konzept inklusive Durchführung für Anfänger, Fortgeschrittene, Dan-Träger und Meister sowie kleine, mittlere und große Gruppen

Jede Gruppe hat ihr eigenes spezifisches Anforderungsprofil, das zu berücksichtigen ist. Als Trainer muss man jederzeit bereit sein, sich auf die Gruppe der anwesenden Schüler einfühlend einzulassen, ohne jedoch dabei die eigenen großen Ziele bzw. Themen, die man sich für das eigene Studio bzw. der anwesenden Lehrgangsguppe gesetzt hat, aus den Augen zu verlieren.

Die Beachtung all der o. a. Faktoren ist die Voraussetzung, um ein erfolgreicher und souveräner Trainer zu werden bzw. zu sein. Der Weg dahin führt über viel Erfahrung, technischer und theoretischer Art. Daher sollte der künftige Trainer jede sich bietende Gelegenheit nutzen, Trainingseinheiten, anfänglich unter qualifizierter Aufsicht und Anleitung und später selbstständig zu übernehmen, sich mit Kursen, einschlägigen Fachbüchern und auch über seine eignen Stil Kenntnisse hinaus weiter zu bilden und den eigenen Horizont zu erweitern.

Dieser Artikel soll potentielle Trainertalente dazu motivieren, den Weg eines erfolgreichen Trainers zu beschreiten und sein erworbenes Wissen an die nächste Schüलगeneration weiterzugeben.

Klaus Trogemann, Yuk Dan  
TSD Esting

## VERFAHRENSABLAUFE BEI BUDO-VERANSTALTUNGEN

Ehrenamtliche Zusammenarbeit, freiwillige Zuarbeit, reibungslose Kommunikation und Engagement im Zusammenhang mit und bei Veranstaltungen.

Vor längerer Zeit führten wir in unserem nationalen Verband eine große Veranstaltung für unseren internationalen Verband durch. Nach erfolgreicher Beendigung und Abwicklung der nachträglichen Restaktivitäten wurde an mich das Ansinnen herangetragen, einmal zu berichten, was bei der Organisation solcher Veranstaltungen alles so einhergeht und welche Aufgaben und Arbeiten dabei so anfallen, erledigt und abgearbeitet werden müssen. Seit 1989 organisiere ich nun z. T. mehrmals im Jahr nationale und internationale Veranstaltungen. Außerdem nehme ich seit 1982 mehrmals im Jahr an diversen z. T. auch Großveranstaltungen teil. Dabei konnte ich im Laufe der Jahre viele wertvolle Erfahrungen bei und mit den Durchführungen sammeln. An diesen gesammelten Erfahrungen möchte ich nun die interessierte Leserschaft teilhaben lassen.

In der Regel hat man es gewöhnlich mit Ein- und Mehrtageslehrgängen sowie Meisterschaften zu tun. Diese sind unterschiedlich zu betrachten und zu behandeln. In diesem Zusammenhang spreche ich gerne von der Formel: 'X' (Ereignistag) minus erforderlichen Vorbereitungszeitraum. Diese Formel gilt grundsätzlich für alle Veranstaltungen jeglicher Art. Um grundsätzlich allgemein gültige Aspekte bei der Durchführung zu betrachten, ziehen wir einige Beispiele hinzu.

Nehmen wir jetzt einmal einen normalen Eintageslehrgang mit einem abgegrenzten Thema z.B. Formen/Techniken usw. von ca. 3 bis 4 Stunden. Dafür braucht es erst einmal entsprechend große Räumlichkeiten für eine sachgemäße Durchführung. Diese Räumlichkeiten sind in der Regel je nach Verfügbarkeit 6 bis 9 Monate im Voraus zu besorgen und definitiv zu reservieren. Somit stehen Lehrgangsthema und -ort schon fest. Je nach Verfügbarkeit kann man den oder die Referenten noch 2 bis 3 Monate vorher festlegen. Um einen Lehrgang zum Erfolg werden zu lassen, gibt es noch einiges zu beachten. Der Lehrgangsort sollte möglichst gut für den Großteil der zu erwartenden Teilnehmer erreichbar sein. Gute Straßenanbindung, Bus-, Zugverbindung usw. sind wichtige Voraussetzungen. Diese gilt es bereits bei der Einladung 3 bis 6 Monate im Voraus mit entsprechender Information inklusive Anfahrtsskizze deutlich zu kennzeichnen. Die Lehrgangsthemen (keine überfrachteten Themen, weniger ist mehr) müssen klar umrissen sein, damit ein möglichst großer interessierter Teilnehmerkreis angespro-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

chen wird. Auch die Wahl der geplanten Referenten zum jeweiligen Thema spielt eine große Rolle. Diese sollten sich auch wirklich detailliert vorbereiten und das Thema entsprechend herüberbringen können und auf keinem Fall das Thema verfehlen, wie es leider immer mal wieder wegen zu lascher Vorbereitung passiert. Ort, Thema und Trainer machen zusammen einen Lehrgang erst zu einer gelungenen Veranstaltung. Wichtig dabei sind immer die 4 x ‚war‘:

1. War das Thema interessant für den Teilnehmer bzw. nimmt er auch dauerhaft etwas mit nach Hause?
2. War der Referent inspirierend und hat er das Thema verständlich herübergebracht?
3. War Lehrgangsort gut erreichbar und –preis entsprechend dem Gebotenen?
4. War die gesamte allgemeine Stimmung während des Lehrganges toll? Danach richtet es sich, ob jemand beim nächsten Mal wieder kommen möchte.

Diese 4 x ‚war‘'s' machen zusammengenommen erst den wirklichen Erfolg eines Lehrganges bzw. einer Veranstaltung aus. Zusätzlich ist auch für die gemeinschaftliche Komponente das ‚Wir-Gefühl‘ unabdinglich, welches erst während des obligatorisch anschließenden vereinsübergreifenden Zusammensitzen bei einer Erfrischung und beim gemeinsamen Gedankenaustausch entsteht. Kurzum, bei einem 3- bis 4-stündigen Lehrgang plus nicht allzu langer An- und Rückreise sollte es genug sein, damit es für den jeweiligen Teilnehmer nicht zu viel wird, sonst bleibt er beim nächsten Mal aus!

Bei Mehrtageslehrgängen wie Sommerlager oder Wochenendlehrgängen kommen noch die Aspekte wie Übernachtungen, Freizeitgestaltung und Verpflegung hinzu. Der normale Vorbereitungszeitraum hierzu für Hallenreservierung und Unterkunft ist in der Regel ebenfalls 6 bis 9 Monate. Es gilt hierzu nur die Unterkünfte sowie Trainings- und Freizeitprogramm entsprechend zu koordinieren und anzupassen. Jeden Tag 3 bis 4 Stunden interessantes Training reichen vollkommen für einen Lerneffekt aus. Bei der überwiegenden Mehrheit der Teilnehmer ist die Aufmerksamkeit und Aufnahmebereitschaft zu mehr nicht vorhanden. Danach ist Entspannung in Form von anderen Freizeitaktivitäten angesagt. Die soziale Komponente beispielsweise in Form von gemeinsamen abendlichen Grillfesten ist äußerst wichtig, da sie dem sehr wichtigen vereinsübergreifenden sich näher kennen und schätzen lernen dienen. Bei Lehrgängen dieser Art ist auch ein entsprechendes Lehrgangsprogramm mit den jeweiligen Themen und Abläufen erforderlich, auf das sich der oder die Referent(en) gewissenhaft vorbereiten sollte(n). Es darf nie der Eindruck eines auch nur dezenten Themen-Chaos entstehen!

Beim Thema Meisterschaft ist zwischen einer nationalen mit ca. 120 bis 150 Teilnehmern und einer internationalen Meisterschaft mit ca. 350 bis 450 Teilnehmern zu unterscheiden. Dies sind zwei unterschiedliche Größenordnungen, die sich schon in der geforderten Hallengrößenordnung (Anzahl der benötigten Wettkampfringe) unterscheiden. Bei einer nationalen Meisterschaft mit einer Zweifachturnhalle ist die Vorlaufzeit von ca. 6 bis 9 Monaten für die Reservierung nötig. Bei einer internationalen Meisterschaft sind wegen einer benötigten größeren Dreifachturnhalle mit Zuschauertribüne ca. 12 bis 18 Monate Vorlaufzeit erforderlich. Außerdem ist hierzu ein entsprechendes Bettenkontingent für die Übernachtung der weit anreisenden Teilnehmer in den örtlichen Hotels erforderlich. Dies erfordert eine Vorlaufzeit von ca. 9 bis 12 Monaten.

Für Meisterschaften gilt allgemein, Erfassung der Teilnehmer bis ca. 6 Wochen vorher. Daraus kann man aus Erfahrungswerten eine zu erwartende endgültige Teilnehmerzahl hochrechnen. Nachmeldungen und Änderungen sind noch bis ca. 2 Wochen vorher möglich.

Aus den gemeldeten Teilnehmern ergibt sich ein Richtwert für die Anzahl der zu bestellenden Pokale, Medaillen, T-Shirts, Plaketten usw. sowie Ermittlung der benötigten Ringe und daraus resultierend der Hallenplan bzw. die Hallenaufteilung und die benötigten Wettkampfrichter und deren Aufteilung auf die jeweiligen Ringe nach deren Einsetzbarkeit.

Aus den eingegangenen Anmeldungen ergeben sich bis ca. 2 Wochen vorher die entsprechenden Wettkampfringe, Einteilungen nach Rang, Alter, Größe und Gewicht sowie die Freilose. Eine Liste der benötigten Gerätschaften, Dinge, Aktionen und Infrastruktur ist bis ca. 2 Monate vorher zu erstellen und laufend auf ihre Erledigung bis zum Wettkampftag zu aktualisieren. Eine Liste der Aufteilung aller anstehenden Aufgaben und Verantwortlichkeiten von Ausrichter und Veranstalter sollte ca. 3 Monate vorher fertig gestellt sein, um unnötige Verwirrungen der Zuständigkeiten in letzter Minute zu vermeiden. Das Ablaufprogramm der gesamten Meisterschaft ist ca. 2 bis 3 Monate vorher festzulegen. Entsprechende informative Hinweisbroschüren und Werbeposter sollten ca. 2 Monate vorher fertig gestellt und an die teilnehmenden Vereine verteilt werden. Nur eine erfolgreich durchgeführte Meisterschaft erfreut die Teilnehmer und inspiriert sie wiederzukommen!

Die Krone von allem ist die Durchführung einer Großveranstaltung, welche sich über eine ganze Woche erstreckt und deren Rahmenprogramm mehrere Lehrgänge und eine Meisterschaft beinhaltet. Hierbei ist nicht zu vergessen, dass es eines immensen Aufwands bedarf, das ganze Controlling im Hintergrund, wie Eingang der Zahlungen, Rechnungen, Budget und Preiskalkulationen, Teilnehmermeldungen und -änderungen zu bewerkstelligen. Die benötigten Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen für alle Teilnehmer und Offiziellen rechtzeitig



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Monate zuvor schon auf einer Webseite anzuzeigen und laufend zu aktualisieren. Eingehende Meldungen mit Hilfe von Unterstützungsprogrammen zu erfassen und zeitnah auszuwerten.

Bei all diesen Aktionen ist nicht zu vergessen, dass der weitaus überwiegende Teil der Arbeit ehrenamtlich von einem kleinen Personenkreis beim Veranstalter wie beim Ausrichter in vielen unentgeltlichen Arbeitsstunden im Laufe der vorbereitenden Monate erbracht wird. Ohne ein entsprechendes Engagement der involvierten Personen/Helfer, wären solche Veranstaltungen nicht für so einen günstigen Preis zu stemmen bzw. nicht machbar!

Leider wird allzu oft ein anerkennendes Dankeschön für diesen Personenkreis vergessen.

Klaus Trogemann, Yuk Dan  
TSD Esting

**2014**

## KONTINUITÄT IN DER WTSDA

Anlässlich meines Besuches des jährlich in Florence Alabama/USA stattfindenden Meister-Lehrganges mit über 210 Teilnehmern aus aller Welt konnte ich einige interessante und durchaus positive Beobachtungen bzgl. der WTSDA machen. Nach dem überraschend frühen Ableben des Gründers der WTSDA Großmeister Jae Chul Shin vor fast zwei Jahren hatten viele Insider und ehemalige Mitglieder vermutet bzw. erwartet, dass es zwangsläufig einen Rückschritt in der Entwicklung der WTSDA geben würde. Aber auch zu meiner Überraschung trat diese Vermutung bzw. Erwartung nicht ein. Alle bisher turnusmäßig stattfindenden Veranstaltungen wurden in den zwei vergangenen Jahren wie gewohnt erfolgreich und in der üblichen Teilnehmerstärke durchgeführt. Es gab keinen Studioschwund und keine Mitgliederflucht, sondern ganz entgegen dieser Befürchtung kamen noch weitere Studios und Clubs hinzu. Unter der Führung von Großmeister Dr. Robert Beaudoin - als nachfolgender Präsident - und Großmeister Dr. Bill Strong - als nachrückender Generalsekretär - wurden entscheidende Weichen für die zukünftige Kontinuität der WTSDA gestellt. Der Verband steht finanziell weiterhin sehr solide da. Die etablierten Gremien und Ausschüsse - wie Technik, Mitglieder, Prüfungen, Finanzen, Regelwerk, Öffentlichkeit usw. - haben sich in ihrer Funktionalität in den vergangenen Jahren bestens bewährt. Über allem schwebt nach wie vor der Geist, wie Großmeister Shin es sich vorgestellt und gedacht hatte. Alle Verantwortlichen sind redlich bemüht, den Verband im Sinne von Großmeister Shin an Leben zu erhalten und weiter zu führen. Die kurzfristige Planung, einen Meditationsgarten mit Urnengrab und Statue von Großmeister Shin zu errichten, soll bis zur kommenden Weltmeisterschaft realisiert sein und der Allgemeinheit vorgestellt werden. Die Planungen für den zweiten Bauabschnitt, ein Gebäude für gewerbliche Läden zu erbauen, um aus deren Vermietung die laufenden Unterhaltungskosten des Hauptquartiers zu bestreiten, sind fast abgeschlossen. Sobald das noch zu veräußernde Grundstück in Pennsylvania verkauft wird, soll mit dem Bau der großen Trainingsstätte - dem dritten Bauabschnitt - begonnen werden. Inzwischen wurde auch im Gebäude des Hauptquartiers ein TSD-Studio erfolgreich etabliert. Hier haben interessierte Schüler aus der näheren Umgebung die Möglichkeit, Tang Soo Do intensiv zu trainieren. Auch steht diese Trainingsstätte besuchenden Dan-Trägern und Meistern zur Verfügung. Außerdem gibt es drei Doppelbettzimmer und zwei Duschen/WC für übernachtende Meister sowie eine Kampfkunstabibliothek mit Konferenzmöglichkeit im Hauptquartier, die allen Besuchern zur Verfügung steht. An all diesen Aktivitäten und Plänen kann man also erkennen, dass die WTSDA sich nun dauerhaft für die Zukunft etabliert hat. Es ist wirklich beruhigend zu sehen und zu wissen, dass es sehr wohl einen Sinn macht, einem auch auf die künftigen Zeiten vorbereiteten internationalen Verband als aktives Mitglied anzugehören. Somit gibt es auch für die nachkommenden Mitglieder der WTSDA die Gewissheit, dass mit dem Beitritt ein Weg beschritten wird, der in eine erfolgreiche Zukunft in einer traditionellen Kampfkunst führen wird.

Klaus Trogemann, Yuk Dan  
TSD Esting

## DIE SIEBEN WEGE EINEN MOBBER ZU BESIEGEN

Besiege den Mobber ohne zu kämpfen von Johnny Williamson, lizenziertes Mobbing Experte.

### **Vorwort**

Ich erinnere mich lebhaft daran, mehrere Male von verschiedenen Arten von Mobbern schikaniert worden zu sein. Ich verstand nicht, weshalb sie mich schikanierten, deshalb traf es mich meistens unvorbereitet, und es verängstigte und verärgerte mich. Nichtsdestotrotz bin ich heute ein lizenziertes Mobber-Experte. Meine Leidenschaft ist es, anderen beizubringen wie sie dem Mobber die Stirn bieten können und wie sie mit den Konfrontationen umgehen können.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Man sieht also, dass ich es lernen musste, während es mir passierte. Manchmal funktionierte das, was ich tat, um mit einem Mobber fertig zu werden, manchmal nicht. Das Problem war, dass ich nicht wusste, warum eine Methode bei einem Mobber half und bei einem anderen nicht. Über die Jahre fand ich es schließlich heraus.

Später in meinem Leben schrieb ich mich in ein Programm ein, welches „Verbal Judo“ hieß. Dieses Programm wurde von Dr. George Thompson entwickelt, einem englischen Professor, der ein Street Worker wurde, und stellte die Kunst, negatives Verhalten durch verbale Umleitung abzuschwächen, vor. Die unterrichteten Taktiken waren genau das, was ich auch anfang zu verwenden, um mich selbst vor verbaler Belästigung und Mobbing zu schützen. An diesem Punkt hatte ich Klarheit.

### Einführung

Da ich an verschiedenen Schulen Vorträge halte, sehe ich, dass der einzige Rat, welcher normalerweise Kindern gegeben wird, der ist, wie sie die Mobber ignorieren oder es einem Erwachsenen erzählen sollten, wenn sie schikaniert werden. Das Problem dabei ist, dass ihnen nur beigebracht wird, wie man etwas ignoriert oder wie man es einem Lehrer sagt.

Kinder sind nicht dumm. Sie wissen, dass sie letztendlich wieder schikaniert werden, wenn sie jemanden nicht richtig ignorieren.

Das Allerschlimmste ist jedoch, dass sie als „Petze“ bezeichnet werden, wenn sie es einem Lehrer erzählen, und es dann schwer haben, Freunde zu behalten oder auch neue zu finden. Oftmals ist es auch so, dass die Erwachsenen das schikanierte Kind als Jammerlappen und Störenfried bezeichnen, wodurch diesem die Schuld gegeben wird, anstatt dem Mobber.

Heute, als lizenzierte Mobber-Experte und Senior Master Instruktor der Kampfkünste, werde ich in diesem Buch sieben verschiedene Methoden präsentieren, mit welchen Kinder und Erwachsene mit Mobbern ohne zu kämpfen umgehen können. Diese sind von mir persönlich erprobte und richtige Wege.

In der Vergangenheit hatte ich immer Angst, für mich selbst aufzustehen. Da ich nicht wusste, wie man kämpft, und ich auch nicht verletzt werden wollte, wollte nicht herausgefordert werden, um nicht in einen Kampf hineinzugeraten.

Ich tat alles, was ich konnte, um nicht dort zu sein, wo die Mobber waren. Dadurch verpasste ich Tage in der Schule, Busfahrten, Freundschaften, etc., aber später änderte sich das alles.

### Methode Eins: Ignoriere die Beleidigung

Es gibt Menschen die sagen, dass diese Technik nicht funktioniert. Ich kann jedoch versichern, dass sie unter bestimmten Bedingungen funktioniert. Es war immer meine erste Methode, die ich versuchte, wenn die Bedingungen gestimmt hatten. Also, was sind angemessene Bedingungen?

Die erste Bedingung setzt voraus, dass der Mobber sich nicht direkt dir gegenüber befindet. Er kann hinter, neben oder auch vor dir sein, aber er ist nicht direkt vor dir. Der Schlüssel ist, damit fortzufahren, was auch immer du gerade machst (normalerweise gehen und sich nur um die eigenen Angelegenheiten kümmern oder an etwas arbeiten) und nicht auf die verbale Beleidigung einzugehen. Das heißt, keinen Augenkontakt herstellen oder Gesichtsregungen zeigen, welche bestätigen würden, dass man die Bemerkung des Mobbers gehört hat.

Die zweite Bedingung setzt voraus, dass die verbale Beleidigung mit einer leisen Stimme gesagt wird, so als ob der Mobber nicht möchte, dass jemand anderes hört, was er gesagt hat. Warum sollte ein Mobber es so leise sagen, fast wie ein Flüstern? Meiner Erfahrung nach ist es so, weil diese Person mit sich selbst nicht im Reinen ist. Mobber denken oft, dass sie sich besser fühlen, wenn sie jemanden beleidigen. In diesem Fall sollte man es einfach ignorieren.

Die dritte Bedingung setzt voraus, dass man sich bereits glücklich und selbstsicher fühlt. Die Technik, eine verbale Beleidigung zu ignorieren, ist bestimmt um einiges schwieriger, wenn man sich deprimiert, verängstigt oder wütend fühlt. In der Öffentlichkeit kannst du nicht wie ein Opfer aussehen oder dich wie ein Opfer fühlen.

Man muss sich so verhalten, als ob man nicht gehört hätte, was gesagt wurde. Das heißt, dass man eine ruhige Körperhaltung aufrechterhalten muss, während man durch die Schulräume geht, auf die Toiletten geht, etc. Man muss ein freundliches und selbstsicheres Gesicht aufsetzen. Versuche so auszusehen, als ob du fast aus den Mundwinkeln heraus grinsen würdest. Denke dir ebenfalls, „Ich bin mit mir zufrieden“. Das hilft das Grinsen aufrechtzuerhalten.

Wenn man in die Richtung des Mobbers gehen muss, sollte man ihm nie in die Augen schauen. Du willst so tun, als ob er nicht existieren würde. Mobber wollen eine Gegenreaktion von jemandem; wenn man sie also nicht beachtet und selbstsicher voranschreitet und sich selbst sagt „Ich bin mit mir zufrieden“, dann wirkt man nicht wie der Typ von Mensch, welchen der Mobber drangsalieren möchte. Man wird selbstsicher wirken. Man muss guter Stimmung sein, damit man jegliche Beleidigungen ignorieren kann, ohne negative Gefühle zu haben. Denke



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

positiv, auch wenn ein Mobber versucht, dich unter den oben aufgeführten Bedingungen zu schikanieren. Wenn du die verbalen Beleidigungen ignorieren kannst und so tust, als seien sie nicht passiert, dann ist die Chance groß, dass der Mobber unter diesen Bedingungen nicht mehr weitermachen wird.

### **Methode Zwei: Ein selbstsicherer unbedeutender Blick**

Man kann Mobbern auf eine bestimmte Art und Weise klar machen, dass das, was sie sagen, einen nicht interessiert. Diese Methode ist gut, wenn der Mobber ein wenig weiter weg ist, jedoch noch in deiner Hörweite.

Mobber erwarten generell eine Reaktion, wenn sie jemanden schikanieren. Die Reaktion, die sie anstreben, ist die, dass man sich selbst klein fühlt, damit sie sich selbst größer fühlen. Sie hoffen, dass man sich verängstigt und unsicher fühlt. Eine einfache Methode solche Situationen zu meistern, ist es, aufrecht zu stehen und den Eindruck zu erwecken, dass der Mobber auf der gleichen Ebene steht wie man selbst oder dass er nicht wichtig genug ist, als dass man das Gesagte ernst nimmt.

Diese Methode erfordert, dass man den Mobber mit einer guten Körperhaltung betrachtet, als ob man ihm vermitteln möchte, „Ach bitte! Du bist meine Zeit nicht wert. Du bist für mich bedeutungslos“, und dann weggeht. Wie gesagt, bleibe zuversichtlich, dass du nicht der Typ von Mensch bist, den sich ein Mobber zum Schikanieren aussuchen möchte. Man schaut den Mobber so an, dass man ihm vermittelt, dass er einen überhaupt nicht interessiert.

Um diesen Blick zu zeigen, muss man den Mobber ansehen, als würde man sagen, „Ja, ich habe dich gehört, aber ich werde dir nicht antworten, weil du meine Zeit nicht wert bist“. Wenn du ihn länger als nötig ansiehst, kannst du ihm auch übermitteln, „Denk nochmal nach, bevor du etwas anderes über mich sagst“. Mit anderen Worten, man steht nur da und schaut den Mobber selbstbewusst an und übermittelt durch seine Körpersprache ein höchstes Gefühl der Zuversicht, dass man keine Zeit hat, sich über das vom Mobber Gesagte Gedanken zu machen. Drehe dann langsam den Kopf weg, so als würdest du seitlich an ihm vorbeischaun (drehe den Kopf halbwegs von seiner Richtung weg). Mache das langsam, da du ja willst, dass er sich unbedeutend fühlt. Du würdigst seine Anwesenheit nicht mehr länger.

Jetzt dreht man den Kopf langsam weg von ihm, als ob irgendetwas Wichtiges die eigene Aufmerksamkeit erregt hat. Zu eilig sollte man es nicht machen, da dies sonst als Nervosität fehlinterpretiert werden könnte. Jetzt siehst du den Mobber nicht mehr an, hast ihm jedoch nicht deinen Rücken zugewandt, damit er immer noch die Seite deines Gesichts sehen und dadurch erkennen kann, was du als nächstes machst. Setze nun ein freundliches und angeregtes Lächeln auf und hebe deinen Kopf ein wenig, so als ob du jemanden, den du magst, in einiger Entfernung grüßen würdest.

Man hat nun den selbstsicheren unbedeutenden Blick erteilt, welcher daraus besteht, dass man etwas anerkennt und ignoriert. Die meisten Mobber schikanieren jemanden, von dem sie denken, dass er keine Freunde hat. Durch diese Methode wird ihnen klar gemacht, dass man kein Einzelgänger ist und dass sie genaugenommen für einen bedeutungslos sind. Nun geht man weg. Der Schlüssel hierbei ist, eine aufrechte Körperhaltung zu haben, während man den Mobber anschaut, sich dann wendet und davon geht.

### **Methode Drei: Den Mobber mit Humor angreifen**

Wenn Humor richtig angewendet wird, ist es eine großartige Möglichkeit nahezu jede Situation zu deeskalieren. Viele Menschen nutzen Humor in Gesprächen mit Freunden. Wenn man lustig ist, sieht es aus, als würde man sich nicht beleidigt fühlen. Freunde teilen sich ihre Fehler gegenseitig offen mit und sind meistens nicht beleidigt, wenn ihre Freunde sich darüber lustig machen. Wir sind alle menschlich und niemand ist perfekt, oder?

Wenn du versuchst, den Mobber mit Humor anzugreifen, stelle zuerst sicher, dass du ihn nicht damit zurück beleidigst. Das bedeutet, dass deine Haltung spaßig und freudig sein muss. Ich weiß, dass das schwierig ist, wenn jemand negativ über dich spricht. Es ist jedoch eine Methode, die dich die Kontrolle haben lässt. Man benutzt Humor mit einem bestimmten Zweck. Dieser Zweck ist die Deeskalation anstatt der Eskalation der Mobbingsituation. Man vermeidet Streit und fängt keinen an. Des Weiteren muss man die Beleidigung anerkennen und es so aussehen lassen als wäre es keine große Sache. Das funktioniert am besten, wenn der Mobber dich direkt herausfordert und es dir direkt ins Gesicht sagt.

Wenn man Humor benutzt, nimmt man den Druck aus der vorliegenden Situation und verwandelt ihn in etwas anderes. Der Mobber kommt beispielsweise direkt auf dich zu und sagt dir ins Gesicht, dass du dumm bist. Du antwortest mit einem halben Lächeln und sagst „Ja, mein großer Bruder sagt das Gleiche, aber ich erinnere ihn immer daran, dass auch er nicht perfekt ist.“ Dann gehst du einfach weg.

Der Gedanke dahinter ist, wieder keine Emotionen gegenüber der Beleidigung zu zeigen und ruhig zu bleiben. Keine negativen Emotionen gegenüber der Beleidigung zu zeigen, lässt dich selbstbewusst aussehen, weil du mit Humor darauf reagiert hast.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

Falls der Mobber weitermacht und sich aufregt, könntest du sagen „Ich würde ja etwas antworten, aber dein Atem riecht so schlecht, dass ich gehen muss!“ Dann gehst du weg und fächerst dir Luft vor deiner Nase so zu, als ob sein Atem schlecht riechen würde. Die Idee ist, die Beleidigung, die auf dich gerichtet war, umzuleiten. Du lässt sie einfach in eine andere Richtung laufen. Dies hat die Absicht, den verbalen Angriff nur ausreichend aufzuhalten, so dass du mit Ruhe und Selbstbewusstsein weggehen kannst. Wenn man es richtig gemacht hat, erlaubt es einem weiterzugehen, als ob es keine Auswirkung auf einen gehabt hätte.

### **Methode Vier: Den Mobber mit einer gewaltfreien Drohung angreifen**

Bei manchen Arten von Mobbern muss man ihnen sagen, dass sie mit der Belästigung aufhören sollen, sonst... Ich denke, dass man das am besten macht, wenn man mit dem Mobber allein ist. Es kann jedoch auch gemacht werden, wenn man sich in einer Menschenmenge befindet. Die Idee ist, den verbalen Angriff nicht zu einem körperlichen Kampf eskalieren zu lassen, sondern den verbalen Angriff zu deeskalieren, indem man droht. Es wird gewaltfreie Drohung genannt, weil man ruhig ist und seine Gefühle unter Kontrolle hat. Mit anderen Worten, man sollte nicht verärgert aussehen oder sich verärgert anhören, wenn man diese Methode anwendet. Man sollte selbstbewusst aussehen und klingen. Handle nicht verärgert oder verängstigt. Diese Methode funktioniert nicht bei allen Mobbern, weil manche Mobber wirklich eine körperliche Auseinandersetzung suchen (darauf wird in einem späteren Kapitel eingegangen werden); bei den meisten Mobbern kann man diese Methode aber anwenden.

Diese Methode wendet man am besten bei dem Mobber an, der hinter deinem Rücken über dich redet und damit versucht, dass andere dich nicht mögen oder dass du aus einer Gruppe ausgeschlossen wirst oder gar nicht erst in diese Gruppe aufgenommen wirst. Daher mobben sie dich, indem sie hinter deinem Rücken über dich reden und falsche Gerüchte über dich verbreiten, die den Zweck haben, dass andere nicht mit dir befreundet sein wollen.

Wenn du den Mobber konfrontierst, tue ein bisschen besorgt, wenn du die gewaltfreie Drohung äusserst. Lasse den Mobber zuerst wissen, dass das, was er tut, falsch ist und dass du deswegen besorgt bist. Sag ihm, dass du meinst, dass es sich um ein Missverständnis handelt und dass du wissen willst, wieso er negative Dinge über dich erzählt.

Er wird wahrscheinlich versuchen seine Handlungen zu rechtfertigen. Es ist egal, was er sagt, um sich zu rechtfertigen; du fragst ihn dann einfach, wieso er nicht zuerst zu dir gekommen ist, wenn er ein Problem mit dir hat. Der Mobber wird keine gute Antwort darauf haben.

Dann äusserst du die gewaltfreie Drohung „Ich will, dass du aufhörst, diese fiesen Dinge über mich zu erzählen, weil sie nicht wahr sind.“ Sag dann, dass du nicht willst, dass irgendjemand in Schwierigkeiten kommt, aber dass du dich selbst schützen wirst, falls du körperlich angegriffen wirst oder falls deine Persönlichkeit angegriffen wird. Dann sagst du „Hör also bitte auf, meine Persönlichkeit anzugreifen.“

Als ich diese Methode angewandt habe, hat das Mobbing aufgehört. Man muss aber wissen, mit welcher Art von Mobber man zu tun hat. Den Mobber verbal mit einer gewaltfreien Drohung anzugreifen funktioniert gut, wenn derjenige offenbar ein Feigling ist, weil er hinter deinem Rücken über dich redet.

### **Methode Fünf: Höhere Autorität**

Man muss verstehen, dass Leute, die andere schikanieren, normalerweise ein schwaches Selbstbild haben. Wenn jemand andere schikaniert, macht er es wahrscheinlich, um sich selbst besser zu fühlen. Das ist aber nicht dein Problem.

Seien wir ehrlich, manchmal müssen wir jemand mit Autorität aufsuchen, der uns helfen kann, mit dem Mobber fertig zu werden. Das ist einer der letzten Wege, wenn du nicht selbst mit dem Mobber fertig werden kannst.

Wenn du eine höhere Autorität aufsuchst, wirst du mehr Erfolg damit haben, dass sie dir hilft, wenn du ihr sagst, dass du anfangs versucht hast den Mobber zu ignorieren, dann versucht hast, vernünftig mit ihm zu reden und du ihm sogar gesagt hast, dass du etwas unternehmen würdest, wenn er nicht aufhören würde.

Jetzt brauchst du Hilfe, weil es weiterhin eskaliert. Eine Autoritätsperson, wie ein Lehrer oder ein Elternteil, dem du auf diese Art und Weise von dem Problem erzählst, wird dich respektieren, weil du zuerst versucht hast die Situation alleine zu regeln. Du hast es gut erklärt und jetzt wissen sie, dass du es mit einem Mobber zu tun hast. Lehrer, Eltern und andere Autoritätspersonen werden bereit sein dir zu helfen.

Denk daran: bevor du es jemandem erzählst, stelle sicher, dass du Zeit hattest dich zu beruhigen.

Wenn du mit einer Autoritätsperson sprichst, solltest du eine ruhige Stimme haben und ihr sorgfältig erklären können, was Sache ist. Wenn du ruhig bist, während du die Situation schilderst, lässt es dich glaubwürdiger erscheinen. Viele Autoritätspersonen schauen, ob vielleicht derjenige, der davon berichtet, nicht das Problem sein könnte. Manchmal versuchen Mobber ihre Opfer in Schwierigkeiten zu bringen,



# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

*- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

indem sie behaupten, dass das Opfer sie mobbt. Wenn man ruhig bleibt, während man mit der Autoritätsperson spricht, kann man die Situation besser erklären und sich selbst als reife und glaubwürdige Person darstellen.





# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

## **- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -**

### **Methode Sechs: Biete dem Mobber die Stirn**

Manchmal kann es passieren, dass es weitere Mobbingversuche (vom gleichen Mobber) gibt, während man darauf wartet, dass die Autoritätsperson einem dabei hilft, mit dem Mobber fertig zu werden. Es könnte auch passieren, dass der Mobber Ärger bekommen hat und dich jetzt wieder mobben will.

Wir wissen, dass es Mobbern ein falsches Gefühl von Selbstbewusstsein gibt, wenn sie andere Leute niedermachen. Dies ist aber nicht immer der Fall; in den meisten Fällen ist es aber wahr. Wenn man das weiß, kann man den Mobbern die Stirn bieten und so handeln, als ob man vor ihren lauten Versuchen einen herunter zu machen keine Angst hätte.

Es ist nicht so schwierig jemandem die Stirn zu bieten, der ein geringes Selbstbewusstsein hat. Ein Mobber, der einem mit Aggressionen gegenübertritt, tut dies möglicherweise, um mit seinen eigenen Problemen fertig zu werden. Andere zu schikanieren kann ein Weg für den Mobber sein, sich besser zu fühlen. Normalerweise fühlt er sich nicht lange besser und daher wiederholt er sein Verhalten. Auf jeden Fall ist es keine Entschuldigung andere zu mobben, weil man einen schlechten Tag hat. Wenn sich jemand aggressiv verhält, scheint diese Person in diesem Moment stark zu sein, aber oft ist der Mobber nicht so stark, wie er versucht zu wirken. Wenn du dieser Art von Mobber die Stirn bietest, wird er sich nicht besser fühlen, indem er versucht dich zu schikanieren.

Der beste Weg mit dieser Art von Mobber, der sich aus welchen Gründen auch immer dir gegenüber aggressiv verhält, fertig zu werden, ist, ihm zuerst direkt in die Augen zu schauen, mit geraden Schultern und erhobenem Kopf, voller Selbstbewusstsein. Man muss wirklich nichts sagen. Schau dem Mobber in die Augen und sag dir selbst, dass diese Person ein Problem mit ihrem geringen Selbstbewusstsein hat. Es ist das Problem des Mobbers und nicht deines. Es ist ok, die Brust ein wenig herauszustrecken. Dein Gesichtsausdruck sollte verärgert und vielleicht ein bisschen wütend sein. Es ist Zeit, sich dem Mobber zu widersetzen. Fange an, langsam auf den Mobber zuzugehen, aber sprich dabei nicht. Schau ihm dabei die ganze Zeit in die Augen. Möglicherweise siehst du, wie er ein wenig besorgt wirkt; gut so. Das ist aber nicht der Zeitpunkt, an dem du einen Rückzieher machen solltest. Komm ihm sehr nahe und sag „Lass mich in Ruhe.“ Sag es leise und beiße dabei die Zähne ein wenig zusammen.

Der Mobber wird normalerweise kurz geschockt sein. Falls er sprachlos dasteht, kannst du als erstes weggehen. Wenn du weggehst, schau zu ihm zurück und behalte deinen verärgerten Gesichtsausdruck bei. Du wirst feststellen, dass der Mobber dich nicht verfolgen wird. Vielleicht gibt er dir mit einer Geste zu verstehen, dass du reine Zeitverschwendung für ihn bist und er geht in die andere Richtung davon. Das ist gut.

Jetzt weiß der Mobber, dass du keine Angst vor ihm hast. Denk daran, dass Mobber eigentlich keine körperliche Auseinandersetzung wollen. Sie haben den Ruf, harte Kerle zu sein, und falls sie eine Auseinandersetzung verlieren, ist dieses Image weg. Benutze diese Information zu deinem Vorteil.

### **Methode Sieben: Sei körperlich bereit**

Leider werden dich manche Mobber körperlich angreifen. Meistens dann, wenn sie sich unter ihren so genannten Freunden befinden oder generell unter anderen Leuten, vor denen sie angeben wollen. Dieser Mobber wird dich körperlich angreifen. Das könnte sein, weil du ihn verpetzt hast oder weil du dich ihm widersetzt hast und andere Leute das gesehen haben und er sich jetzt verpflichtet fühlt, noch eins drauf zu setzen, indem er sich aufregt und dir sogar Gewalt antut.

Seien wir ehrlich: die meisten Mobber denken, dass sie ihren Ruf aufrechterhalten müssen. Wenn sie dich also angreifen, um dich einzuschüchtern, könnte es in Form von Schubsen, einem Fingerstoß oder sogar einem Brustschlag sein. Es ist klar: sie fordern dich heraus und wollen, dass du Angst vor ihnen hast. Dieser Mobber will, dass du klein beigibst, so dass er seine Überlegenheit dir und anderen Herausforderern gegenüber, die vielleicht zuschauen, zeigen kann. In dieser Situation hat man zwei Möglichkeiten: weggehen oder standhaft bleiben. Wenn man weggeht, ist das Problem, dass das ziemlich sicher wieder passieren wird.

Wenn man will, dass das Mobbing aufhört, darf man nicht zurückweichen. Manche Mobber werden nicht glauben, dass du dich körperlich verteidigen wirst. Das könnte der Fall sein, weil sie vielleicht größer oder stärker als du sind. Du kannst zulassen, dass der Mobber dich schubst, aber mach keinen Rückzieher. Bleib standhaft und zuck nicht zusammen. Wenn du fühlst, dass ein Schlag oder heftiger Schubser kommt, blockst du den Mobber ab und bewegst dich. Ein Abblocken des Mobbers bedeutet, dass du deine Hände benutzt, um den körperlichen Angriff abzulenken und du dann zur Seite oder zurück gehst, mit erhobenen Händen und Handflächen zum Mobber gerichtet. Das vermittelt „Hör auf oder ich werde mich selbst schützen.“

Wenn du denkst, es könnte passieren, dass du dich in einer derartigen Situation wieder findest, ist es immer gut, ein paar Selbstverteidigungstechniken zu kennen. Auf diese Art und Weise kannst du dich selbstbewusst verteidigen und dich schützen.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## Fazit

Wir alle haben gemischte Gefühle, vor allem wenn wir hören, dass jemand gemobbt wird. Unsere Gefühle können leicht von bestimmten Faktoren beeinflusst werden. Manche Faktoren könnten sein, dass das Mobbingopfer unser eigenes Kind ist, ein Kind, das man vielleicht kennt, oder jemand, den man vielleicht nicht kennt. Studien belegen, dass diese Faktoren emotionale Einflüsse auf unsere Gefühle haben können.

Eines jedoch steht heute fest: Mobbing ist falsch und gegen das Gesetz. Diejenigen, die beim Mobben erwischt werden, werden normalerweise bis zu einem gewissen Grad bestraft. Das Problem geht jedoch weiter. Wir sehen es überall und trotzdem greifen viele nicht ein, wenn sie sehen, dass es passiert. Dieses Buch hält für das Kind sieben Strategien bereit, mit Mobbing umzugehen. Es wird das Kind befähigen, alleine mit einem Mobber fertig zu werden. Das wird wiederum Selbstvertrauen aufbauen. Seien wir ehrlich: die meisten Mobber schikanieren niemanden, der Selbstbewusstsein ausstrahlt.

Diese sieben Strategien habe ich ausgewählt, weil ich sie mit hoher Erfolgsquote angewandt habe, Mobbing, das mir widerfahren ist, zu stoppen. Eine, oder eine Kombination dieser Strategien wird einen Mobber sicherlich bezwingen. Keine Sorge, wenn eine nicht funktioniert; es gibt sechs weitere, die wahrscheinlich funktionieren werden. Für die besten Ergebnisse solltest du sie alle lernen. Um sie alle gut zu lernen, solltest du das Buch mehrere Male lesen. Wenn du das tust, wirst du die Strategien vollständig verstehen. Diese Strategien werden dir das Vertrauen geben, jeden Mobber ohne Kampf zu besiegen.

## Über den Autor

John Williamson ist zertifizierter „Verbal Bully Expert“ und Selbstverteidigungsexperte. Er hat ein Verbal Bully Zertifikat vom Northeast Wisconsin Technical College, ist zertifizierter außerordentlicher Professor vom Arizona State Regency Board, hat zwei Bachelor- und ein Masterabschluss in BWL von der Phoenix Universität und ist Board Certified Senior Master Lehrer der Kampfkünste. Er hat über 30 Jahre Erfahrung darin anderen zu helfen, und es ist seine Leidenschaft, Führungstalent und -geschick zu unterrichten.

Über die ganzen Jahre seiner Erfahrung hinweg hat John seine Leidenschaft bewahrt, anderen verbale Anti-Mobbing Methoden zu lehren, genauso wie die Wichtigkeit, einen starken Charakter, eine positive Grundeinstellung und körperliche persönliche Schutztechniken zu haben.

Meister Williamson kann kontaktiert werden über:

Email: [williamsonmba@msn.com](mailto:williamsonmba@msn.com)

Telefonisch: +1 623-695-2356 oder +1 623-535-0053

Übersetzt von Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting  
Korrekturlesung Deutsch von Richard Auer, Sah Dan, TSD Sunrise Helios

## ÜBERTRIEBENER INDIVIDUALISMUS IN DER KAMPFKUNST VERBUNDEN MIT ÜBERSTEIFEREM EGO

Das menschliche Ego. Jeder von uns kommt mit einer gewissen Grundausstattung, also mit individuellen Veranlagungen und bestimmten Stärken und Schwächen, auf die Welt. Im Laufe der Zeit entwickeln sich in uns verschiedene Vorlieben und Abneigungen, aber auch gezielte Wünsche, wenn wir etwas haben oder verändern möchten. Wenn die meisten Menschen ICH sagen, meinen sie damit ausschließlich den eigenen physischen Körper, mit all den Gefühlen, die er empfinden kann, und all den Eigenschaften und Fähigkeiten, mit denen der moderne Mensch ausgerüstet ist. Für unsere Entwicklung ist es von essenzieller Bedeutung, dass wir uns des eigenen Selbst bewusst sind und dass wir ganz klar zwischen ICH und DU / WIR unterscheiden können. In der heutigen Zeit ist es auch selbstverständlich, dass wir lieber auf unseren Verstand und unsere Intelligenz hören möchten, anstatt nur auf die Urinstinkte zu vertrauen. Bedenklich wird es aber, wenn jemand ausschließlich an seine eigenen Fähigkeiten glaubt oder nur noch an seinem eigenen Vorteil interessiert ist, also wenn es dann vorwiegend heißt „Ich bin mein Körper.“, „Ich will (für mich etwas anderes / Besseres) haben (als es ist).“, „Nur mein Wille gelte und geschehe“. Wenn das Ego derart die Steuerung unseres Denkens und Empfindens übernimmt und uns das Bewusstsein für die Empfindungen anderer Mitmenschen überdeckt, entstehen in uns Gefühle wie Angst, Neid, Wut, Hass und Eifersucht, wenn in unserem Leben etwas nicht gemäß unserer Wünsche abläuft.

Auch in den etablierten Kampfkünsten spielt das Konzept von Ego eine wichtige Rolle. Es hat sowohl positive wie negative Funktionen und Auswirkungen. Diese hängen wiederum vom empfindlichen Gleichgewicht des Wohlbefindens und der Entwicklung einer jeweiligen Persönlichkeit ab. Sich selbst zu stärken und an sich selbst zu glauben, mit dem was man tut, gibt einem eine positive Wahrnehmung seiner ei-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

genen Fähigkeiten, seine gesteckten Ziele innerhalb wie auch außerhalb seiner Kampfkunst zu erreichen. Ein Kampfkünstler wäre ohne eine angemessene Entwicklung seines Egos schwach und unausgeglichen.

In jedem Kampfkünstler existieren unterschiedliche Kräfte. Diese haben sowohl gute als auch schlechte Einflüsse sowie Auswirkungen auf dessen jeweilige Persönlichkeit. Wenn aus irgendeinem Grund ein Ungleichgewicht im Widerstreit dieser Kräfte auftritt und eine Kraft anfängt zu dominieren oder sogar die Überhand gewinnt, wirkt sich dies unvorteilhaft - meistens negativ - auf die weitere Entwicklung des betroffenen Kampfkünstlers aus.

Wenn also die Entwicklung des Egos eines Kampfkünstlers überhandnimmt, dessen Wahrnehmung von sich selbst und seiner Positionierung in der umgebenden Wirklichkeit verdreht, endet dies schließlich in einer Verschlechterung seiner Persönlichkeit. Obwohl sein Geist und seine Haltung eigentlich aufgrund seines Trainings als Kampfkünstlers darauf geschult sein sollten, dieser negativen Entwicklung zu widerstehen, geschieht es doch. Leider kann man immer wieder die Erfahrung machen, dass bei vielen hoffnungsvollen Schwarzgurten, diese negative Kraft des falschen Egos zu seinem persönlichen Schaden die Oberhand gewinnt. Die ersten Symptome dieser negativen Auswirkung zeigen sich durch das Verhalten des betroffenen Schwarzgurtes selbst. Er fängt urplötzlich an, generell bei allem zu widersprechen, alles und jenes zu hinterfragen und jede gemeinschaftliche Entscheidung in Frage zu stellen. Er lehnt sich grundsätzlich gegen überlieferte Methoden und Werte seiner Kampfkunst, die ja seit vielen hundert Jahren existieren, erprobt sind und sich bewährt haben, auf.

Dieser vom übertriebenen Ego infizierte Schwarzgurt beginnt eine Burg oder auch Elfenbeinturm um sich herum aufzubauen und schottet sich darin gegen sein bisheriges Umfeld ab. Nur noch sein Selbst gilt und existiert noch. Nur noch seine Sicht der Dinge zählt noch und ist alleine richtig. Nur er alleine sieht den richtigen Weg. Andere Sichtweisen und Standpunkte werden nicht mehr akzeptiert. In diesem Stadium widerfahren dem Schwarzgurt unliebsame Enttäuschungen, unnötiger Zorn, dauernde Widersprüche sowie peinliche Missgeschicke. Sein Hauptvokabular beschränkt sich mehr und mehr auf „aber“ und „weil“.

Seine total verdrehte Sichtweise von ihm selbst verhindert auch die kleinsten Versuche, wieder ein Teil seiner bisher praktizierten Kampfkunst zu werden und zwingt ihn schließlich die letzten evtl. noch existierenden Verbindungen zu ihr zu kappen. Er beginnt nun eine endlose Suche nach gleichgesinnten Anbetern, die seine verdrehten Ansichten als eine neue Lehre akzeptieren, bis sie letztendlich allesamt in der Versenkung und Bedeutungslosigkeit verschwinden.

Man sollte sein ursprüngliches Ziel nicht aus den Augen verlieren. Wenn also das gewünschte Ergebnis die gewählten Mittel rechtfertigt, die Ziele des eigenen Selbst größer als das Wohl des Ganzen der ursprünglich praktizierten Kampfkunst werden, die Welt um einem herum unrecht und nur man selbst immer recht hat, dann besteht allen Ernstes der Verdacht, dass die Kraft des negativen Egos bereits von einem Besitz ergriffen hat. Die betroffene Person sollte in den Spiegel schauen und sich ernsthaft bemühen herauszufinden, wer sie nun wirklich ist. Das Kampfkunsttraining sollte diese Person dazu verwenden, sich selbst wieder neu auszurichten, wieder einen unbezwingbaren Geist zu entwickeln bzw. zu erwerben und zu den Tugenden wie Demut, Bescheidenheit und Respekt zurückzukehren und diese wieder erneut zu kultivieren.

Es gibt in der Tradition zehn Schwarzgurtgrade, aber man kann nur neun erreichen, da die Zahl Zehn die Perfektion bedeutet, aber das perfekte Stadium kann nun mal niemand erreichen. Dies zu akzeptieren erfordert eine gewisse innere Reife sowie Respekt gegenüber den überlieferten Traditionen und Werten der jeweiligen Kampfkunst. Von einem alten Kampfkunstmeister wurde ein Spruch übermittelt. Egal welche Energien man wie auch immer abgibt, sie werden durch die Kräfte des einen umgebenden Universums, die Kräfte, die die Oberhand gewinnen, zurückgegeben bzw. reflektiert. Gibt man positive Energie ab, so wird diese auch als solche reflektiert. Nur wenn man sich darauf konzentriert, anderen zu helfen und andere zu unterstützen, wird man Hilfe und Unterstützung bekommen und in seinen Zielen in seiner Kampfkunst vorankommen. Deswegen sollte sich ein Schwarzgurt über die eigentliche Bedeutung des Schwarzgurtes im Klaren sein. Die Farbe Schwarz steht für das Erreichen einer von vielen Stufen auf dem Wege zur Meisterschaft. Sie symbolisiert Reife, Ruhe, Würde, Rechtschaffenheit, Gelassenheit usw. Somit qualifiziert sich ein Schwarzgurt nach TSD Großmeister Jae Chul Shin mit folgenden Eigenschaften:

- **Natur:** Er wird in erster Linie durch die Ideale des Dienstes am Menschen (wie beispielsweise keine Rache, keine Gewalt, kein Kampf, kein Reichtum) motiviert. Das Betreiben einer Kampfkunst stellt eine eigene Lebensform dar.
- **Erreichtes:** Er ist ein exemplarischer Kampfkünstler, der seine körperliche Reife durch fleißiges Trainieren eines unbezwingbaren Geistes in seiner Kampfkunst erreicht.
- **Professionalität:** Er ist ein Professioneller, unabhängig davon, ob es sein Beruf ist oder nicht. Daher muss er ständig bestrebt sein, eine höhere Stufe der Perfektion von Körper und Geist durch praktisches Training zu erreichen. Das ist seine Berufung.
- **Loyalität:** Er ist absolut loyal und unterstützt sein Kampfkunststudio, seinen Trainer und seinen Verband.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

- **Beitrag:** Er hilft freiwillig, unterstützt bei allen Kampfkunstaktivitäten und stellt sein Wissen und seine Erfahrung in den Dienst der Allgemeinheit.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

- **Gerechtigkeit und Wahrheit:** Er muss klar zwischen Wahrheit und Unwahrheit, zwischen Gerechtigkeit und Ungerechtigkeit unterscheiden können. Selbst wenn Wahrheit und Gerechtigkeit unbequem sind, bleibt er aufrichtig.
- **Führung und Respekt:** In Bezug auf Sozialverhalten und Ethik übt er eine Vorbildfunktion aus.
- **Brüderlichkeit:** Um den Schwarzgurt würdig nach außen hin zu repräsentieren, sollte er sich innerhalb und außerhalb seines Verbandes brüderlich und selbstlos verhalten.
- **Erbe:** Um seine Kampfkunst an die nächste Generation zu vererben, ist er für deren Verbreitung mit verantwortlich.
- **Umsetzung:** Er sollte die Lehren seiner Kampfkunst im eigenen Leben anwenden und andere in deren Sinne durch sein Beispiel positiv beeinflussen. Dazu sollte er sich ein Leben lang gegenüber seiner Kampfkunst, seinem Verband und seinen Trainern verpflichtet fühlen.

Von Zeit zu Zeit sollte jeder Schwarzgurtträger seine Kampfkunstaktivitäten und seine innere Einstellung der eigenen Kampfkunst gegenüber anhand der oben aufgeführten Punkte überprüfen.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting  
nach Gedanken von Großmeister Jae Chul Shin

2015

### EINE BETRACHTUNG ZUR TITELSUCHT, VERLEIHUNGSHYSTERIE UND ANERKENNUNGSHASCHEREI

Nachdem es in den letzten Jahren mehr und mehr überhandgenommen hat, sich der von außen und dem Ausland übernommenen Gepflogenheit bei Verleihungen und Anerkennungen von Graduierungen anzupassen, insbesondere Graduierungen in großer Mehrzahl nicht mehr durch Prüfungen sondern nur noch über Anerkennung und Verleihungen zu vergeben, möchte ich hierzu gerne einmal meine persönliche Sichtweise kundtun und zur offenen Diskussion anregen.

Für uns westlich orientierte Europäer gab es in den Anfängen unserer nach Europa gebrachten fernöstlichen Kampfkünste, um Anfang 1900, nur das Meister-Schüler-Prinzip bzw. -Verhältnis, in dem ein Rangsystem nicht existent war. Erst in den zwanziger Jahren wurde zuerst vom Begründer des Judo, Prof. Jigoro Kano ein Rangsystem eingeführt, welches dazu diente den jeweiligen Stand und Fortschritt eines Schülers auch nach außen hin zu dokumentieren. Andere Kampfkunstsysteme wie z. B. Karate unter Gishin Funakoshi, übernahmen sukzessive, je nach Erfordernissen, dieses System oder modifizierten es für ihre Belange, wie zum Beispiel 10 Kyu's anstelle von 6 oder andere Farben für ihr Gürtelsystem. Als Abschluss des Schülerdaseins wurde nach bestandener Prüfung der Schwarze Gürtel dem „Dan-Träger“ (damals die Bezeichnung für einen Meister) als Zeichen seines erreichten Reifegrades überreicht. Eine Verleihung oder Anerkennung einer Graduierung aus anderen Stilarten gab es nicht! Jeder zu erwerbende Rang musste durch eine Prüfung beziehungsweise eine Überprüfung unter Beweis gestellt werden. Nur so war eine objektive Beurteilung des aktuell erreichten Könnensstandes mess- und vergleichbar. Zu damaliger Zeit wurde neben der technischen Schulung und dem Können auf die theoretische Ausbildung sehr viel Wert gelegt. Diesen Gesamtfortschritt hatte ein Schüler unter Beweis zu stellen und so wurde es in der Vergangenheit in der Regel im DDK gehandhabt. Man unterscheidet bei der Zulassungspraxis zur Prüfung in eine „auf reinen Wettkampferfolgen basierte“ und in eine „theoretisch basierte“ Lehrform als Voraussetzung. Bei beiden Arten war eine messbar erbrachte Leistung vor der eigentlichen Zulassung zur Prüfung die Voraussetzung. Es gab auch aufgrund überragender langjähriger Beiträge um das Bestehen und die Weiterführung der Kampfkunst bei gleichzeitigem Umstand, dass man nicht mehr die körperlichen Voraussetzungen für eine praktische Prüfung besaß die Möglichkeit, diesen Umstand mit der einmaligen Verleihung einer weiteren Graduierung zu würdigen. Dies geschah dann auf Antrag eines Gremiums, zur Anerkennung der außergewöhnlichen Beiträge.

Wenn man die heute gängige Praxis betrachtet, dass es möglich ist innerhalb von 15 Jahren vom 3. Dan auf den 8. Dan ohne wenigstens eine Überprüfung sondern nur mit zeitlich unüblichen Verleihungen zu gelangen, oder innerhalb von 6 Jahren vom 2. Dan auf den 5. Dan oder gar ganze Dan-Graduierungen vom 1. Dan auf den 6. Dan überspringt, ohne die dafür notwendigen technischen Leistungen und Voraussetzungen durch in Augenscheinnahme erbracht zu haben, fragt man sich allen Ernstes: Was hat so eine Dan-Graduierung überhaupt für einen Wert?

Hier wird der primitiven Eitelkeit der Einzelperson gehuldigt. Wenn Unwissenden und Neulingen bei Besuchen von Lehrgängen vorgegaukelt wird, dass die Referenten hohe Dan-Träger seien und man dann gleichzeitig davon ausgehen sollte, die entsprechende Qualität und das Niveau geliefert zu bekommen, wird man schnell eines enttäuschenden Besseren belehrt. Wo sollte denn auch die dem höheren Dan-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

Grad entsprechende Qualität herkommen, wenn der vorgegebene Grad nur verliehen und nicht durch eine die fachliche Kompetenz untermauernde Prüfung erworben wurde?

Dann hört man sehr schnell hinter vorgehaltener Hand nicht gerade respektvolle Kommentare. Leider nehmen die betreffenden Personen in ihrer blinden Eitelkeit und Selbstüberschätzung dies noch nicht einmal wahr! Solche Herrschaften sind nun mal keine gute Empfehlung für einen seriösen Verband und dessen fachlichen Ruf. Die meisten Lehrgangsteilnehmer ziehen ihre Schlüsse daraus und bleiben Lehrgängen mit solchen Dozenten zukünftig fern, was ja auch nicht der eigentliche Sinn der Sache ist. Die Lehrgangsteilnehmer, die ernsthaft etwas lernen möchten, suchen sich zukünftig dann nur die Lehrgänge mit den entsprechend kompetenten Dozenten aus. Man will ja seine Zeit und sein Geld nicht für inkompetente Darbietungen vergeuden. Der Lehrgangsteilnehmer ist kritisch genug und weiß sehr gut zwischen Rang und Kompetenz zu unterscheiden. Ihn interessiert und für ihn zählt letztendlich das fachlich Dargebotene und nicht irgendeine zur Schau gestellte Graduierung und möge sie noch so hoch sein.

Deswegen ist es auch für den Ruf eines Verbandes wichtig, mit Anerkennungen und Verleihungen von Graduierungen vorsichtig und kritisch umzugehen. Letztendlich zählt nicht der Rang sondern das vorzeigbare Können bzw. die vorzeigbare Leistung.

Es gibt in der traditionellen ernst genommenen Kampfkunstszene rund um den Globus über alle seriösen Verbände hinweg eine Faustformel, mit der man die seriöse und ernsthafte Entwicklung eines wirklichen Kampfkünstlers bei entsprechendem regelmäßigem Training erkennen und vergleichen kann. Natürlich gibt es auch Ausnahmen.

- vom Weißgurt zum 1. Schwarzgurt ca. 4-6 Jahre, auch im Jugendalter zu erreichen.
- vom 1. Dan zum 2. Dan ca. 2-4 Jahre, auch als Jugendlicher zu erreichen.
- vom 2. Dan zum 3. Dan ca. 4-6 Jahre, hier ist man frühestens Anfang Zwanzig.
- vom 3. Dan zum 4. Dan ca. 5-7 Jahre, hier handelt es sich schon um Anfang Dreißig
- vom 4. Dan zum 5. Dan ca. 6-8 Jahre, hier handelt es sich schon um Ende Dreißig
- vom 5. Dan zum 6. Dan ca. 8-10 Jahre, hier handelt es sich schon um Ende Vierzig
- vom 6. Dan zum 7. Dan ca. 8-10 Jahre, hier handelt es sich schon um Ende Fünfzig
- vom 7. Dan zum 8. Dan ca. 8-10 Jahre, hier handelt es sich schon um Ende Sechzig
- vom 8. Dan zum 9. Dan ca. 8-10 Jahre, hier handelt es sich schon um Ende Siebzig

Laut der Tradition bedeutet die Zahl Zehn perfekt zu sein. Aber niemand kann das Stadium des Perfekten erreichen, deshalb gibt es auch in der Tradition keinen 10. Dan. In einigen Verbänden wird dies mit dem Schließen eines Kreises interpretiert. Deshalb schließt sich vom Weißgurt zum 10. Dan mit weißer Schärpe ein Kreis, d.h. der 10. Dan trifft wieder auf den Weißgurt und somit kommt er am Ende seiner Reise innerhalb der Kampfkunst wieder zu seinem Anfang zurück.

Im Fernöstlichen wird die Kampfkunst nicht als ein reiner Zweikampf mit technischen Mitteln, sondern vielmehr als der Kampf mit sich selbst und seiner Persönlichkeit im Streben nach besseren Idealen gesehen. Der nimmer endende Kampf mit sich selbst entspricht einem Reifeprozess. Er ist ein lebenslanger Weg der Entwicklung und fortschreitenden Reife der eigenen Persönlichkeit zu hehren Zielen. Diese Einsichten erschließen sich in der Regel nur jemand, der eine entsprechende Lebenserfahrung durch Sammeln essentieller Einzelerfahrungen im Laufe vieler Jahre erlangte. Deswegen ist es ein Unding, wenn sich jemand schon im Alter von 30 bis 40 Jahren mit einem höheren Dan-Grad schmückt, der eigentlich nicht mit seiner zeitlichen Persönlichkeitsentwicklung einhergehen kann.

**Fazit:** Es spricht nichts dagegen, einem langjährig für den Verband unermüdlich tätigen Kampfkünstler, für seine nachweislich an den Tag gelegte enorme Leistung Anerkennung zu zollen, indem man ihm dafür einmalig den nächst höheren Dan-Grad, der auch noch durch fachliche Kompetenz untermauert ist, verleiht. So wird es auch in renommierten Verbänden gehandhabt. Aber es kann nur eine einmalige Würdigung sein.

In seriösen Verbänden ist es auch die gehandhabte Praxis, Anerkennungen von Graduierungen nur nach erfolgter Überprüfung vorzunehmen, wobei die Überprüfung nicht gleich fordernd mit einer echten Prüfung einhergehen muss! Aber die entsprechende fachliche Kompetenz, die dem anzuerkennenden Grad entspricht, sollte schon zu erkennen sein. Auch ein gebildeter Laie ist nicht so unwissend, dass er die Unterschiede zwischen tatsächlich dargebotener Leistung und getragener Gürtelgraduierung nicht sofort erkennt. Wer ein Problem damit hat, zu zeigen, was er kann, hat etwas zu verbergen!



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Ein anderer Punkt ist, warum sollte nicht jeder echte Kampfkünstler, der die notwendigen Voraussetzungen erfüllt, eine höhere Graduierung über den 5. Dan hinaus durch eine Prüfung erwerben können? Je höher man in seiner Kampfkunstlaufbahn empor klimmt, umso mehr nimmt die Wichtigkeit der reinen körperlichen Leistung ab und anstelle dafür nimmt das noch wichtigere theoretische Wissen und Können sowie die Erfahrung zu. Schließlich sind es gerade diese Aspekte, die so unerlässlich wichtig für das Fortbestehen einer Kampfkunst sind.

Zum Schluss eine alte Kampfkunstweisheit: „Wir tragen unsere Gürtel nicht um unsere Hüften, sondern in unseren Herzen!“

**Anmerkung:** Der o. a. Artikel wurde im DDK Magazin veröffentlicht und ist generell über alle Budo Kampfkünste zu sehen. Im Welt Tang Soo Do Verband gelten jedoch traditionell strengere Regeln, wie sie im Dan-Manual der WTSDA niedergelegt sind.

Es gibt grundsätzlich auf allen Graduierungsebenen nur Prüfungen mit entsprechenden Wartezeiten und Anwartschaften sowie erforderlichen Beiträgen.

Anerkennungen von Dan-Graduierungen von außen gibt es nur nach Überprüfung bis zum 4. Dan Instruktor. Danach muss man sich in die normale Meisterriege einreihen.

Es gibt nur in ganz besonderen Fällen einen 1. Ehren-Dan. Bis jetzt wurde dieser in über 32 Jahren insgesamt nur zweimal an Herrschaften verliehen, die zum einen als Leiter eines Instituts / einer Universität und zum anderen als Leiter einer Provinzregion WTSDA TSD als Pflichtprogramm für ihre Studenten aufgenommen haben. Diese Verleihung ist ein Ehrentitel, der nur aus einer Urkunde besteht und jedoch nicht zum Tragen des schwarzen Gürtels berechtigt.

Klaus Trogemann, Yuk Dan  
TSD Esting

## WESEN, SINN UND ZWECK DER ETIKETTE IN DEN TRADITIONELLEN KAMPFKÜNSTEN INSBESONDERE DEM TANG SOO DO IN DER WTSDA

Anlässlich des jährlichen WTSDA Meisterlehrgangs in Florence Alabama/USA wurde ich Zeuge eines Appells unseres Großmeisters Dr. Robert Beaudoin, der aufgrund eines Vorfalls an die anwesenden Meister und Meisterkandidaten gerichtet war und mehrere sogar Seniormeister dazu bewog sich öffentlich für ein Fehlverhalten zu entschuldigen. Der Inhalt dieses Appells ermahnte mich wieder an die Wichtigkeit der Einhaltung, der in unserem traditionellen Verband - WTSDA - zu praktizierenden Etikette, deren Regeln in unserem Dan-Manual beschrieben und festgehalten sind. Wie die langjährige Erfahrung zeigt, muss die Erinnerung an sie und deren Befolgung immer wieder von Zeit zu Zeit angemahnt werden. Nachfolgend wird das Wesentliche dieser Etikette wieder für die langjährig praktizierenden in Erinnerung und für die Neulinge erstmalig nahe gebracht.

### Wesen und Sinn der Etikette im traditionellen Tang Soo Do

Jede traditionelle fernöstliche Kampfkunst beinhaltet als äußeres Zeichen ihrer Würde und ihres Ansehens sowie der Basis ihrer Seriosität einen Codex von Benimmregeln - die Etikette. Diese fußt auf jahrhundertealte überlieferte Wertevorstellungen, die ihren Ursprung in der chinesischen Philosophie wie Taoismus (Ermahnung zur Verbeugung) und Konfuzianismus (Sittenlehre der fünf wirklichen Tugenden) und in den Tugenden wie: Menschlichkeit, Rechtschaffenheit, Sitte, Weisheit (Wissen), Vertrauen sowie in den Grundsätzen von Würde, Ehre, Respekt, Demut/Bescheidenheit und Anstand haben.

Die Etikette beinhaltet und regelt die Verhaltensweisen unter anderem im Dojang (jap. Dojo) wie: das Grüßen, den Trainingsablauf, den generellen Umgang unter- und miteinander, die Kleiderordnung und dergleichen mehr.

### Sinn und Zweck von Gruß und Verbeugung - Kyung Yet

Die Verbeugung - Kyung Yet (jap. Reh) - ist eine wichtige Geste im Training. Als Schüler hat man sich vor dem Trainer, den älteren Schülern und auch vor seinen Gegnern / Partnern zu verbeugen. Die Verbeugung ist eine äußere Darstellung der inneren Haltung und ein Ausdruck von Bescheidenheit, Ehre, Stolz und Selbsteinschätzung. Sie ist aber nie eine blinde Ergebenheit.

Eine Verbeugung verbessert das Verhältnis zwischen den Personen durch die Bezeugung von gegenseitigem Respekt. Eine Verbeugung sollte nie gefordert werden, sondern sollte freiwillig aus Überzeugung ausgeführt werden, ansonsten ist sie nicht mehr als ein physikalisches Abbiegen.

Einer, der in der Lage ist, seinen Kopf zu beugen, ist eine Persönlichkeit. Er ist somit in der Lage, ein Anführer von vielen Gleichgesinnten zu sein. Einer, der in der Lage ist, bescheiden zu sein, ist ein Mensch, der dazu fähig ist, die steifsten Nacken zu besiegen. Einer, der nachgeben kann, ist fähig, sich an die Spitze vieler Gleichgesinnter zu setzen.

### Die Ausführung der Verbeugung



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Um sich richtig zu verbeugen, steht man in Achtungsstellung (Cha Ryut Jaseh), beugt leicht die obere Körperhälfte vorwärts und schaut auf den Boden. Sobald man fühlt, dass der Partner die Verbeugung erwidert oder zur Kenntnis genommen hat, kehrt man wieder zur Achtungsstellung (Ba Ro Jaseh) zurück. Kyung Yet ist ein freiwilliger Ausdruck und soll nicht erzwungen werden. Der Empfänger der Verbeugung muss die Verbeugung als eine Geste des gegenseitigen Respekts unabhängig von Rang und Position beantworten.

### Wann und vor wem verbeugt man sich

Grundsätzlich verbeugt man sich immer im Dojang sowie auch außerhalb bei Lehrgängen, Seminaren, Meisterschaften und internen Tang Soo Do Zusammenkünften, vor allen Ranghöheren, Gleichrangigen und Rangniedereren der eigenen oder jeder anderen Kampfkunstart.

Darüber hinaus gibt es bei einer namentlichen Vorstellung oder freundschaftlichen Begrüßung einen persönlichen Handgruß. Dazu reicht grundsätzlich der Ranghöhere dem Rangniedereren zuerst die Hand zum Gruß. Dabei ergreift man die rechte Hand und platziert die linke Hand während des Händeschüttelns unter dem eigenen rechten Ellbogen.

### Beim Betreten des Dojang

Im Dobohk und auch in Straßenkleidung sollen die Schüler, sobald sie den Dojang betreten, die Flaggen grüßen und sich vor dem Trainer verbeugen. Der Schüler muss nicht darauf warten, dass der Trainer seine Verbeugung erwidert, auch wenn das Training noch nicht begonnen hat oder der Trainer beschäftigt ist. Hat das Training bereits begonnen, muss der Schüler an der Tür warten, bis ihm vom Trainer die Erlaubnis erteilt wird einzutreten.

### Zu Beginn und zum Ende des Trainings

Das Training beginnt und endet mit einer kurzen Meditation. Sinn dieser kurzen Meditation zu Anfang ist es, den Geist von allen Gedanken, die einen vor dem Betreten des Dojang noch beschäftigen zu säubern und sich nur auf das jetzt beginnende Training, ohne ablenkende Gedanken zu konzentrieren. Die Meditation zum Abschluss eines anstrengenden Trainings hilft dem Teilnehmer sich wieder zu entspannen und zu einem Normalzustand zu gelangen.

Zum eigentlichen Trainingsbeginn und zum Ende des Trainings stellen sich die Schüler entsprechend ihrem Rang und dem Alter auf. Die ranghöheren Teilnehmer stehen rechts, mit dem Gesicht zu den Flaggen. Der Trainer nimmt eine Position vorne in der Mitte der Gruppe ein.

Der ranghöchste Teilnehmer innerhalb der Gruppe gibt die Kommandos.

- Achtung Cha Ryut
- Flaggengruß Kukgi Bae Rye (rechter Unterarm quer vor der Brust)
- zurück Ba Ro
- Schneidersitz einnehmen Ahn Jo
- 5 Gebote aufsagen Oh Buh (Hwa Rang Code) – dies nur zum Ende des Trainings!
- Meditation Muk Yum
- aufstehen Ba Ro
- Verbeugung zum Großmeister Kwan Chang Nim E Kyung Yet (Bild)
- Verbeugung zum Lehrer Sah Bum Nim E Kyung Yet (Trainer)

Zum Ende sagen alle Teilnehmer klar verständlich "Ko Map Sum Ni Da" (Vielen Dank) zum Trainer, der seinerseits mit Chun Mah Ae Yo (Bitte schön) antwortet.

Dann heben alle Teilnehmer die rechte Faust und rufen gemeinsam "Tang Soo!" aus.

### Verhaltensregeln während des Trainings

Während des Trainings sind Ordnung und Disziplin stets einzuhalten. Die Tang Soo Do Riten werden in einheitlicher Form befolgt. Wenn der Cheftrainer der Schule oder ein hochrangiger Gast den Dojang betritt, ruft der anwesende Trainer oder der ranghöchste Teilnehmer im Trainingsraum die Gruppe zur Aufmerksamkeit (Achtung) auf und veranlasst sie, sich zu verbeugen. Danach setzt die Gruppe ihr Training fort. Wenn ein Schüler zu spät zum Training kommt, wartet er, bis ihn der Trainer bemerkt. Dieser nähert sich ihm, verbeugt sich und erteilt





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

ihm die Erlaubnis, am Training teilzunehmen. Wenn ein Schüler den Trainingsraum verlassen muss, holt er sich zunächst die Erlaubnis des Trainers dazu ein.

Alle Schüler sollten Anfängern gegenüber besonders höflich und hilfsbereit sein, da diese wichtige Mitglieder in der Gruppe sind. Die älteren (ranghöheren) Schüler dienen den Anfängern auch durch Ihr Verhalten als Vorbild und als Beispiel zur Nachahmung in der Ausführung der Etikette.

Bei Erläuterungen oder Belehrungen des Trainers steht man grundsätzlich in Achtungsstellung (Ba Roh Jaseh) mit beiden Fäusten vor dem Unterkörper oder entspannt mit hinter dem Rücken verschränkten Händen. Niemals steht man mit in den Hüften abgestützten Händen oder mit vor der Brust verschränkten Armen vor dem Trainer, was einer großen Respektlosigkeit gegenüber dem Trainer gleich kommt. Diese beiden Haltungen sind nur dem Meister-Trainer als Symbol seiner Autorität während des Trainings gestattet.

Bei jeder Frage oder Anweisung des Trainers antwortet man aus Respekt mit Ne Sah Bum Nim (jawohl Meister).oder Anio (nein Meister).

Grundsätzlich gilt während der Meditation und dem Formentraining absolutes Schweigen, auch von den anwesenden und nicht übenden Teilnehmern, um die Konzentration der Übenden nicht zu stören. Selbst während aller anderen Übungseinheiten sind laute Konversationen nicht gestattet.

Zu Beginn und bei Beendigung des Formentrainings wird sich verbeugt. Nach Beendigung einer Form geht man grundsätzlich nicht vor sondern zurück in die Ausgangsstellung - asiatisches Höflichkeitsprinzip. Während dieser Trainingseinheit wird jeder Namen, einer vom Trainer angesagten Form, von den Schülern laut wiederholt. Bei den Partnerübungen verbeugen sich grundsätzlich die Partner vor und nach der Übung voreinander und schließen die Übung mit einem Händeschütteln und dem Ko Map Sum Ni Da (Danke schön) ab.

Vor und nach einer jeden Übungseinheit verbeugt sich die Klasse mit dem Ko Map Sum Ni Da (Danke schön) vor dem Trainer.

### **Sitzpositur**

Die Teilnehmer nehmen auch im Sitzen eine Haltung ein, die Disziplin erkennen lässt. Die Hände liegen auf den Knien, der Rücken ist gerade, und die Beine sind vorne gekreuzt, mit den Füßen neben den Oberschenkeln (Schneidersitz). Man lehnt sich weder sitzend, noch stehend an eine Wand.

Während einer Trainingspause oder einer längeren Belehrung durch den Trainer kann man auch eine kniende Sitzposition oder auch eine etwas bequemere seitliche sitzende Position einnehmen. Jedoch sind dabei sich an die Wand lehnen oder die Beine weg strecken (herum lümmeln) nicht gestattet. Dem Trainer die Fußsohlen zu zeigen, ist eine Beleidigung seiner Person!

Die oben aufgeführte Ausführung ist nur der überwiegende wichtige Teil der Etikette, wie sie in der WTSDA allgemein praktiziert wird. Sie ist ein wichtiger und nicht zu vernachlässigender Bestandteil der Tang Soo Do Kampfkunst. Im TSD geht es nicht nur um Techniken sondern auch um die Formung der Persönlichkeit. Diese tritt auch in ihrem Auftreten nach außen hin durch ihr Benehmen in Erscheinung. Wer im Bemühen diese Etikette zu praktizieren nachlässt dokumentiert auch ein Nachlassen in seinem Benehmen den anderen gegenüber.

### **Fazit**

Immer wieder werde ich von außen stehenden Kampfsportlern, Kampfkünstlern und Meistern aus anderen Verbänden darauf angesprochen, wie sehr diszipliniert, gesittet, höflich und respektvoll die Teilnehmer unseres Verbandes bei den Veranstaltungen unserer Kampfkunst miteinander umgehen, sich benehmen, und dass es eine Freude ist, einer so gearteten Veranstaltung als interessierter Zuschauer beizuwohnen. Ist dies doch das erfreuliche Ergebnis der permanent praktizierten und eingeforderten Etikette. Sie ist auch ein Mittel, um unsere Persönlichkeit zu unserem eigenen Wohl zu fördern und zu formen.

Leider kann man ja sehr zum Missfallen bei vielen Veranstaltungen, auf denen keine Etikette praktiziert wird, immer wieder sehen, wie sehr sich die dortigen Teilnehmer zum Teil eklatant daneben benehmen und es dem unbeteiligten Zuschauer und Betrachter leicht machen, sich angewidert von ihr zu entfernen.

Deshalb ist es auch für unsere Kampfkunst so wichtig, auch wenn es manchmal schwer fällt und es immer wieder einschläft, in dem Bemühen um die Etikette als ein wichtiger Bestandteil unserer Kunst nicht nachzulassen.

Nicht zu vergessen, auch Trainer werden am Erscheinungsbild ihrer Schüler gemessen. Und schlechtes Benehmen fällt nun mal zwangsläufig auf den verantwortlichen Trainer zurück. Es gibt nichts Schöneres, als wenn die Eltern von anvertrauten Kindern und Jugendlichen, einem nach einer gewissen Zeit mitteilen, wie sehr es ihnen und auch anderen das positive Benehmen ihrer Sprösslinge angenehm auffällt. Sie bringen diese erfreuliche Änderung mit dem gehandhabten Praktizieren der Etikette im TSD Training in Verbindung.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Klaus Trogemann, Yuk Dan  
TSD Esting

## KAMPFKUNST UND KOMMERZ

Jeder ernsthafte Betreiber einer Kampfkunst wird im Laufe seiner aktiven Zeit mit dem Problem konfrontiert, eine Kampfkunst zu betreiben und die Kosten, die damit zwangsläufig einhergehen, zu tragen. Dazu möchte ich gerne mal ein paar Gedanken beisteuern.

Hierbei greife ich auf 50 Jahre eigene Erfahrungen in diesem Metier zurück. Am Anfang meiner Kampfsport-/Kampfkunstkarriere stand das Training in einer privaten Kampfsportschule, die ein ehemaliger Fremdenlegionär und Indochinakämpfer als Teilzeitjob betrieb. Nach ca. 8 Jahren besuchte ich durch einen beruflich bedingten Ortswechsel mehrere Vereine. Dies behielt ich bei, bis ich nach ca. 25 Jahren durch einen weiteren Ortswechsel mich genötigt sah, selbst eine eigene Kampfkunstschule zu eröffnen, um mir das Betreiben einer weiteren in einer privaten Schule in USA erlernten Kampfkunst zu ermöglichen. Auf diese Weise wurde ich in den vergangenen 50 Jahren mit verschiedenen z.T. gegensätzlichen Formen von kommerziellen Schulen oder Studios und gemeinnützig betriebenen Vereinen konfrontiert.

Man muss hierbei grundsätzlich zwischen gemeinnützig betriebenen Vereinen und kommerziell ausgerichteten, gewerblich orientierten Schulen oder Studios unterscheiden.

In der Regel bietet ein gemeinnütziger Sportverein die Möglichkeit, mit geringfügig entlohnten, z.T. auch ehrenamtlich tätigen Trainern gegen einen jährlichen oder halbjährlichen niedrigen Beitrag eine Kampfsportart zu erlernen. Der Verein wird in der Regel durch staatliche Institutionen durch Zuschüsse und die Möglichkeit, verschiedene Turnhallen günstig zu nutzen, finanziell entlastet und braucht dadurch nur eine verhältnismäßig geringe Mitgliedsgebühr zu erheben. Dies ist natürlich für das Wesen des Breitensports auch unerlässlich. Daneben gibt es auch z.B. die VHS oder staatlich geartete Institutionen, die auf ähnliche oder gleiche Möglichkeiten zurückgreifen können. Hier ist also das kommerzielle Erwerbsdenken außen vor, da sich niemand Gedanken oder Sorgen machen muss, wie es denn mit dem Bestand des Vereins weitergeht. Die finanzielle Lage der gemeinnützigen Vereine kann ebenfalls über Spenden, die die Spender steuerlich absetzen können, gebessert werden.

Eine private Kampfkunstschule ist gezwungen, kommerziell zu agieren, da sie ja einerseits keine finanziellen Zuwendungen und Vergünstigungen von staatlicher Seite erhält und andererseits steuerlich restriktiv behandelt wird. Um eine Schule ins Leben zu rufen, sind erst einmal Räumlichkeiten gewerblich anzumieten, die laufenden Unterhaltungskosten – wie Heizung, Strom, Wasser, Reinigung usw. – in einem Budget zu erfassen und den dann benötigten Einnahmen gegenüberzustellen. Erst, wenn man eine Deckung von notwendigen Ausgaben mit den tatsächlichen Einnahmen erzielt, wird es allmählich realistisch. Alles, was dann über die Deckung hinausgeht, zählt erst zum eigentlichen Gewinn, also dem tatsächlich zu versteuernden Einkommen. All dies gilt es erst einmal ernsthaft zu überlegen, bevor man den Entschluss fasst, das Risiko einzugehen, eine kommerzielle Schule aufzumachen. Als Konsequenz hierzu bleibt es nicht aus, dass der monatlich erforderliche Mitgliedsbeitrag eine ganz andere Dimension als in einem gemeinnützigen Verein haben muss, damit so eine Schule überhaupt überleben kann.

Bei der Entscheidung für einen gemeinnützigen Verein oder für eine kommerziell betriebene Schule spielen für den potentiellen Interessenten natürlich viele Überlegungen mit. Soll man den günstigeren Verein oder die nicht so billige Schule wählen? Welche Leistungen werden angeboten, also wie ist das jeweilige Preis-Leistungs-Verhältnis? Wie ist das Niveau des angebotenen Trainings? Wie gehen die Trainer mit den Schülern um? Gibt es große oder kleine Gruppen? Wie ist die jeweilige Ausstattung, die genutzt werden kann? Wie oft in der Woche wird Training angeboten? Sind die Trainingszeiten großzügig oder eingeschränkt (z.B. in den Ferien geschlossene Schulhallen)? Wie gravierend sind letztendlich die Unterschiede zwischen den beiden Angeboten? All das spielt eine wichtige Rolle, wobei einem das eine oder das andere es wert sein kann. Aber auch andere Aspekte sollten nicht unterschätzt werden, wie beispielsweise das Werben um jedes Mitglied verbunden mit einer Portion „Kundenfreundlichkeit“ gegenüber dem einfachen Mitlaufen in der Gruppe. Davon hängt in großem Maße das Überleben eines gewerblichen Studios ab. Für den Verein ist dies oft von nachrangiger Bedeutung, wie viele Mitglieder jetzt gerade dieses oder jenes Sportangebot betreiben. Notfalls wird es nicht mehr angeboten und die freien Zeiten einer anderen Sportart im Verein zugeteilt. Ab Unterschreitung einer gewissen Zahl an Mitgliedern kann das kommerzielle Studio einfach seine Pforten schließen. Der gemeinnützige Verein steht in der Regel auf mehreren Füßen und kann sich auch das Durchlaufen von Durststrecken über einen gewissen Zeitraum erlauben.

Nun gibt es aber in den Kampfsport- und Kampfkunstarten unterschiedliche Motivationen bei den Trainern. Die einen haben sich im Laufe von Jahren durch Besuche von diversen Lehrgängen ein bestimmtes Niveau erarbeitet und erworben. Die anderen blieben auf dem Stand, den sie einmal erreicht haben. Eine gewollte fachliche Weiterentwicklung fand nicht mehr statt. In einem Verein hat dies nicht so gravierende Auswirkung wie bei einer privaten Schule. Ob in einem Verein nun einige Mitglieder fernbleiben oder nicht, ist erst einmal nebenrangig. Bei einer privaten Schule geht es sofort ins Geld und das Fortbestehen und Überleben werden gefährdet.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Ein Trainer in einem gemeinnützigen Verein kann abhängig von der Vereinsgröße und den internen Regelungen eine gewisse steuerbefreite Pauschale als Aufwandsentschädigung bekommen. Der Trainer, der eine kommerzielle Schule unterhält, verdient erst dann etwas, wenn er in die Gewinnzone kommt, wobei die Gewinne wiederum versteuert werden müssen. Er ist also gezwungen seinen Gewinn mit seiner Schule zu maximieren. Einigen gelingt es ganz solide über das Requirieren entsprechender Mitgliederzahlen für ihr Studio. Andere wiederum müssen sich ihre Einnahmequellen durch das Geben von zusätzlichen Lehrgängen in ihrem Kampfkunstmeter vergrößern. Wenn man nicht zu der Creme de la Creme an gefragten Trainern zählt, ist dies natürlich schon schwierig. Auf dieser Wiese tummeln sich viele Mächtegern-Gefragte mit wenigen tatsächlich Qualifizierten. Hier spielt der eigene Ruf – im positiven wie negativen Sinn – eine nicht zu unterschätzende Rolle. Häufig versuchen die nicht so erfolgreichen Trainer ihren Geldbedarf zu decken, indem sie ihre Verbände, denen sie sich gerade angeschlossen haben, dazu bewegen, doch für sie alle möglichen Lehrgänge, die sie dann gegen entsprechendes Honorar in den eigenen Reihen geben, zu organisieren. Das heißt, dass die Verbände für deren zusätzliches Einkommen herhalten sollen, was auf die Dauer nicht gut geht. Wer lässt sich schon gerne ausnützen? Wenn der jeweilige Verband abgegrast ist, gehen solche Trainer dann zum nächsten und versuchen dort wieder ihr Glück auf dem Rücken der übrigen Mitglieder. Hier gilt es im Interesse der jeweiligen Mitglieder für solche Vorgehensweisen einen Riegel vorzuschieben. Jeder normal geführte Verband verfügt über ein eigenes Reservoir an qualifizierten Trainern, mit denen er sehr gut seinen eigenen Bedarf an zusätzlichem Training abdecken kann. Natürlich kann man auch gelegentlich zur Bereicherung des technischen Repertoires qualifizierte Gasttrainer aus anderen Verbänden einladen, was auch Gang und Gebe sowie legitim ist. Nur sollten immer die finanziellen Modalitäten im vertretbaren Rahmen bleiben. Gemeinnützige Vereine und Verbände sollten nicht die Tummelwiese für Abzockertrainer sein, die für sich im größeren Rahmen neue Geldquellen erschließen wollen. Bei den privaten Verbänden ist es im Grunde genommen nicht viel anders. Kommt man als Schüler dem wahren Grund für undurchsichtige Geldflüsse dahinter, bleiben die Interessenten auf die Dauer fern. Wer lässt sich schon gern für teures Geld über den Tisch ziehen?

Als Fazit können wir festhalten: Steht der rigorose Kommerz einer einzelnen Person über geleistete Qualität oder steht die gute Qualität über schnöden gewinnorientierten Kommerz des Einzelnen? Hierbei ist zu beachten, dass dies in vielen Fällen sowohl für staatliche, wo Einzelne ihr Monopol missbrauchen, wie auch nicht staatliche Verbände zutrifft. Da ja gemeinnützige Vereine wie auch private Schulen durchaus staatlichen wie privaten Verbänden mit ihrem Stil angeschlossen sein können. Es kann nicht sein, dass einige schwarze Schafe sich an unwissenden, gutgläubigen Mitgliedern bereichern, indem sie versuchen, das jeweilige System für ihre schnöden egoistischen Zwecke zu verwenden. Auf der Strecke bleiben nur die unwissenden, zweckentfremden Mitglieder, die doch nur ihrem Hobby frönen wollen. Selbstverständlich spricht nichts dagegen, wenn qualifizierte Trainer für ihre abgelieferte Qualität eine entsprechende Entlohnung erhalten. Aber dies alles sollte sich in einem vernünftig angemessenen Rahmen bewegen.

Klaus Trogemann  
TSD Esting

## WERDEGANG EINES TANG SOO DO SCHÜLERS

Der angedachte Werdegang eines Tang Soo Do Schülers innerhalb der World Tang Soo Do Association sieht an sich recht einfach aus und lässt sich vereinfacht wie folgt zusammenfassen:

- Mit dem Training fängt man als Weißgurt an
- Das Training wird regelmäßig mehrmals in der Woche besucht
- Man nimmt an Gup-Prüfungen teil, wenn man vom Trainer hierfür vorgeschlagen wird
- Im Verlauf eines Jahres besucht man entsprechende Lehrgänge
- Nach einigen Jahren wird man zum Schwarzgurt geprüft
- Man trainiert immer noch fleißig und übernimmt Trainingseinheiten als Trainer
- Man nimmt an weiteren Dan-Prüfungen teil, wenn man hierfür von seinem Trainer/Meister vorgeschlagen wird
- Unter Umständen gründet man ein eigenes Studio
- Wenn man bestimmte Voraussetzungen erfüllt, wird man zu Lehrgängen für Meisterkandidaten eingeladen
- Man nimmt an Meisterprüfungen teil, wenn man hierfür vorgeschlagen wird
- Nach bestimmten Anwartschaften, und wenn bestimmte Voraussetzungen erfüllt sind, wird man zum Meister geprüft



# **DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG**

*- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

Es ist keine Seltenheit, dass Tang Soo Do Schüler das große Ziel verfolgen möchten, eines Tages Meister oder sogar Großmeister zu werden. Solche Ziele sind an sich schon ziemlich ehrgeizig und der Weg dahin ist gewiss nicht leicht und kurz. In der Praxis ist es erfahrungsgemäß so, dass trotz guter Vorsätze nicht aus jedem Weißgurträger ein Schwarzgurträger und nicht aus jedem Schwarzgurträger ein Meister wird. Aber prinzipiell wären die Möglichkeiten da.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Die Tang Soo Do Lehrgänge und Meisterschaften, die in Deutschland stattfinden, kennen bereits viele aus unseren Reihen. Das Schöne daran ist ja, dass wir das normale Training, die Prüfungen sowie die Lehrgänge und nationale Meisterschaften quasi vor der Haustüre besuchen können. Die Meisterlehrgänge und Meisterprüfungen betreffen nur einige wenige von uns, und so kommt es wohl, dass die meisten nicht wissen, dass man noch vor einigen Jahren nach USA reisen musste, um an den Meisterlehrgängen und Meisterprüfungen teilzunehmen. Mittlerweile ist es viel einfacher, denn als Europäer kann man die Meisterlehrgänge bei den sogenannten Europa-Events besuchen. Und ebendort finden auch die Meisterprüfungen statt, wobei es die beiden Veranstaltungen natürlich nach wie vor in den USA gibt.

Die Meisterlehrgänge können nur bedingt mit unseren DTSDV-Lehrgängen verglichen werden. Unsere nationalen Lehrgänge finden mehrmals im Jahr zu verschiedenen Themen statt und dauern üblicherweise – abgesehen vom Sommerlager in Taching – drei Stunden. Die Meisterlehrgänge dagegen finden nur einmal im Jahr irgendwo in Europa statt und dauern gleich mehrere Tage. Auch bei den Lehrgangsthemen gibt es da zum Teil recht gravierende Unterschiede. Den Teilnehmern der Meisterlehrgänge wird einiges an Wissen und Können abverlangt. Unter anderem an der Qualität der gezeigten Techniken sollte man ein jahrelanges intensives Training erkennen. An den Formen und den Einschnitt-Techniken sollten unverkennbar unsere Standards erkannt werden. Beim Formenlauf sollte die Gruppe wie eine Einheit und nicht wie ein chaotischer Haufen aussehen. All das wird nicht mehr explizit gelehrt oder unterrichtet, sondern schlicht und einfach vorausgesetzt. Dennoch ist es so, dass die Meister und die angehenden Meister noch genügend Lernstoff, an dem sie arbeiten müssen, haben, ohne das bereits Gelernte zu vernachlässigen.

In den vergangenen zehn Jahren übernahmen nur vier Länder – Deutschland, Griechenland, Großbritannien und die Niederlande – die Organisation und Durchführung der Europa-Events. Je nach Land beginnen die ersten Vorarbeiten bereits 1 – 2 Jahre vor dem eigentlichen Termin, denn man muss ja nicht nur Einladungen verschicken, sondern rechtzeitig Trainingshallen, Verpflegung und Übernachtungsmöglichkeiten organisieren, Trainer einteilen, Transportmöglichkeiten vorsehen und einiges an Papierkram abarbeiten. Aber auch die Eingeladenen haben immer einiges bereits einige Wochen und zum Teil einige Monate vor den jeweiligen Europa-Events zu erledigen. Die Flugtickets und Hotels müssen rechtzeitig gebucht werden. Die Anmeldeformulare müssen ausgefüllt und an die Organisatoren geschickt werden. Meister, die als Trainer bzw. Dozenten agieren werden, müssen sich entsprechend auf das Training bzw. auf die Vorträge vorbereiten. Teilnehmer, die (möglicherweise) geprüft werden, müssen sich auf die Prüfungen ordentlich vorbereiten. Wobei wir an dieser Stelle nicht vergessen dürfen, dass wir für eine Prüfung allzeit bereit sein sollten.

Seit einigen Jahren wird an einem Tag zwischen den Meisterlehrgängen und der Europameisterschaft eine Trainingseinheit für Schwarzgurt angeboten. Für viele interessierte und ehrgeizige Schwarzgurtträger ist es eine willkommene Gelegenheit, um das Training mit den beiden Großmeistern und einigen Seniormeistern aus verschiedenen Ländern hautnah zu erleben. Dies sollte den Teilnehmern auch einen kleinen Vorgeschmack auf die künftigen Meisterlehrgänge geben, bei denen viele Themen rund um Tang Soo Do und verwandte Kampfkünste intensiv unterrichtet und trainiert werden. Unsere Schwarzgurt können und wissen bereits viel, aber dennoch befinden sie sich mehr oder weniger am Anfang des Weges Richtung Meisterschaft. Dieser Weg sollte allerdings kein Ego-Trip sein. Vielmehr sollte er mit vielen anderen Gleichgesinnten gemeinsam gegangen werden. Manche Leute sehen nur vordergründig den schwarzen Gürtel, den sie erreichen möchten und der ja in der Tat in greifbarer Nähe ist. Darüber vergessen sie allerdings, dass ein Schwarzgurtträger im gewissen Rahmen seiner Möglichkeiten technisch und mental gut sein sollte. Nicht der schwarze Gürtel alleine macht aus einem normalen Menschen einen vorzeigbaren Schwarzgurtträger. Es ist das Training und die harte Arbeit an sich selbst.

Zwei Besonderheiten gibt es noch bei den Europa-Meisterschaften. Die erste ist die Vorführung der Meister und Meisterkandidaten, die man sonst nur noch bei den Weltmeisterschaften erleben kann. Und die zweite Besonderheit stellen die Ehrungen dar. Während bei den nationalen Meisterschaften Blau- und Schwarzgurtträger vom 1. bis 3. Dan ihre neuen Urkunden und Gürtel bekommen, werden bei den Europa-Meisterschaften vierte Dan und Meister geehrt. Es sind immer besondere Momente für die Betroffenen und die Zuschauer, wenn man sich vor Augen hält, welchen Weg die Geehrten bereits zurückgelegt haben und welchen Weg sie noch vor sich haben. Wenn man als dritter Dan einmal in die Reihen der Meisterkandidaten aufgenommen worden ist, kann man sich eigentlich relativ leicht ausrechnen, wann man den 4. Dan Instructor bzw. 4. Dan Master bekommen wird. Wenn man als Meisterkandidat in seinen Bemühungen nicht nachlässt, alle Voraussetzungen erfüllt und natürlich auch die Prüfungen, bei denen keinem etwas geschenkt wird, besteht, sieht es meistens so aus, dass ein Jahr nach der Vorprüfung die eigentliche Prüfung zum 4. Dan Instructor und ein Jahr später die Prüfung zum 4. Dan Master kommt. Bei den Prüfungen wird – wie bereits erwähnt – keinem etwas geschenkt. Auf der anderen Seite wird auch niemand gezwungen, sich den Prüfungen zu stellen. Meinerseits möchte ich allerdings die Tang Soo Do Schüler und vor allem Trainer dazu ermuntern, den einmal eingeschlagenen Weg weiter zu gehen und nicht stehen zu bleiben.

Richard Auer, Sah Dan  
TSD Sunrise-Helios



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

2016

## LOKOMOTIVE UND KAMPFKUNST

Vor vielen Jahren erzählte ein koreanischer Meister in einem kleinen Kreis interessierter Zuhörer von einer Analogie zwischen einer Lokomotive und einem Kampfkünstler. Ich möchte diesen kurzen Vergleich in einer etwas persönlich ausgeschmückten Form weiterentwickeln.

Hierbei wird die Fahrt eines Zuges mit einer über viele, viele Jahre dauernden Reise auf dem nimmer enden wollenden Weg einer Kampfkunst verglichen. Der Zug bestand aus einer Lokomotive – mit Lokführer und Heizer – und vielen Waggons, die die Lokomotive auf ihrer langen Reise mit sich zog. An jeder Station stiegen Leute ein und aus. Es gab also jedes Mal einen mehr oder weniger großen Wechsel an Fahrgästen und Zugbesatzung. Manchmal wurden an Haltestellen ganze Waggons mit Passagieren abgehängt und neue Waggons zum Teil von anderen Zügen mit neuen Passagieren hinzu gehängt. Nach etlichen Jahren war die Lokomotive zwangsläufig alt geworden und befand sich nicht mehr in demselben Zustand wie am Beginn der Reise. Auch war die Zusammensetzung der Waggons im Laufe der Reisejahre eine ganz andere geworden. Bedingt durch verschiedene Bedürfnisse und persönliche Ziele waren natürlich auch die Passagiere nicht mehr dieselben wie am Beginn der Reise. Nur noch ganz wenige von ihnen waren von Beginn an mit dabei. Außer der Lokomotive mit ihrem Lokführer und evtl. dem Heizer und einigen wenigen Schaffnern in den ursprünglich verbliebenen Waggons waren es zum überwiegenden Teil andere Waggons mit anderen Schaffnern in ihnen. Die Jahre vergingen und schließlich musste die Lokomotive gründlich überholt werden, weil sie nicht mehr wie in früherer Zeit unter Dampf stehen konnte. Auch ein neuer Lokführer, der die Fahrtstrecke schon kannte, wurde eingesetzt. Die Reise wurde nun mit der erneuerten Lokomotive mit zum Teil neuer Zusammenstellung der Waggons, des Personals und der Passagiere auf derselben Strecke fortgesetzt.

Was hat nun diese Erzählung eigentlich mit der Kampfkunst zu tun? Sie verdeutlicht im Grunde genommen sehr anschaulich den beschwerlichen Weg eines Kampfkünstlers im Laufe seines Kampfkunstrebens und seinem Kampf, die von ihm ausgeübte – unter Umständen auch von ihm erschaffene – Kampfkunst zu erhalten und an andere dauerhaft weiter zu geben. Auch wenn er selbst irgendwann nicht mehr daran mitwirken kann. Man kann die Kampfkunst mit dem Zug, den Lokomotivführer mit dem Großmeister und Gründer, den Heizer mit dem erfahrenen Seniormeister, den Schaffner mit dem Meister, den langjährigen Reisenden mit dem Schwarzgurt und die zugestiegenen Fahrgäste mit den Anfängern vergleichen. Die Lokomotive steht hierbei für eine unbändige Kraft und Ausdauer, die ständig unter Dampf steht und unermüdlich in eine vom Lokführer vorgegebene Richtung zieht und zieht, befeuert durch den Heizer. Schmücken wir des besseren Verständnisses wegen die einzelnen Passagen mit Erläuterungen etwas aus.

Ein Kampfkünstler erschafft in einer bestimmten Phase seines Lebens eine neue Kampfkunst oder übernimmt sie von einem Vorgänger: Der Zug stellt hierbei die Kampfkunst dar, die den Anhängern die Reise auf dem Weg ermöglicht. Mit der Lokomotive ist ein leitendes und richtungsweisendes Organ gemeint – zum Beispiel ein Headquarter. Dem Großmeister – hier als Lokführer bezeichnet – fällt eine besondere Rolle zu. Er trägt die Verantwortung dafür, dass die Ausrichtung der Kampfkunst und die bewährten traditionellen Werte bestehen bleiben. Fortan liegt es an ihm, diese Aufgabe wahrzunehmen, aber auch dafür zu sorgen, dass bei Zeiten Nachfolger heran gebildet werden. Der Lokführer einer Dampflok wird von einem alt vertrauten Heizer begleitet, der als erfahrener und loyaler Weggefährte seinen Teil zum Gelingen der Reise beisteuert und für den notwendigen Dampf sorgt. Der Zug kann seine Fahrt unbeirrt fortsetzen, neue Waggons können eventuell angehängt werden und viele neue Passagiere können mitgenommen werden. Im Falle einer Kampfkunst ist es beispielsweise ein Seniormeister, der den Großmeister darin unterstützt, dass neue Schulen entstehen und neue Schüler gewonnen werden. Aus den Reihen der fortgeschrittenen Schüler werden Schwarzgurte und Meister heran gebildet, die ihrerseits wiederum den Großmeister und den Seniormeister darin unterstützen, indem sie ihr Wissen und ihre Fertigkeiten an die rangniederen Schüler weiter geben.

Der Zug setzt also seine Fahrt fort, neue Passagiere steigen in die bereitgestellten Waggons ein und werden von den Schaffnern auf ihre Plätze eingewiesen. An den unzähligen Haltestellen steigen immer mehr weitere Passagiere ein und finden entsprechende Plätze und Möglichkeiten, um die Reise bequem und angenehm zu verbringen. Es liegt in der Natur der Sache, dass nach einer gewissen Zeit nicht nur weitere Passagiere einsteigen, sondern auch wieder welche aussteigen, für die das Reiseziel bereits erreicht ist, oder die Reise aus bestimmten Gründen unterbrochen oder einfach nicht mehr fortgesetzt wird. Ähnlich verhält es sich mit einer Kampfkunst, die nicht nur immer neue Schüler aufnehmen kann, sondern auch welche gehen lassen muss, wenn jene die Kampfkunstreise aus mannigfaltigen Gründen nicht mehr weiter mitmachen wollen oder können. Natürlich wäre es eine Sache des Anstandes, dass die Trennung für beide Seiten human und würdevoll verläuft.

Letztendlich ist es so, dass weder die Zusammensetzung des Zuges noch des Personals für immer so bleiben müssen, wie sie mal zu irgendeinem Zeitpunkt waren. Übertragen auf die Kampfkunst heißt es einfach, dass man strukturelle und personelle Veränderungen in Kauf nehmen muss, wobei die Verantwortlichen dafür Sorge tragen müssen, dass die Veränderungen im Sinne der Kampfkunst vollzogen werden.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Immer wieder kommt es vor, dass nach einer gewissen Zeit bei einigen Fortgeschrittenen eine Unzufriedenheit mit ihrer Funktion entsteht. Sie wollen Vorsitzende eines eigenen Verbandes werden und verlassen – mit oder ohne Schüler – den bisherigen Verband. Sie gründen dann einen eigenen Verband, der anfangs als eine kleine überschaubare Einheit existiert. Aber das genügt demjenigen, um ihm das Gefühl zu geben, autarker Herr im eigenen Hause mit eigenen Regeln zu sein und unabhängig von der bisherigen Kampfkunstführung agieren zu können. Damit wird auch zwangsläufig die Abkoppelung von der Zielrichtung seiner bisherigen Kampfkunst vollzogen. Diejenigen allerdings, die bleiben, werden kontinuierlich auf ihre künftigen Aufgaben vorbereitet, was im Übrigen quasi parallel zum normalen Training in Form von zeitintensiver Vorbereitung und Einweisung geschieht.

Eine andere Konstellation kommt auch nicht selten vor, bei der kleinere Vereine oder Verbände, die zuvor unabhängig von großen Verbänden ihren Weg gingen, sich nun doch eines Tages einer größeren, erfolgreichen Gruppierung anschließen wollen. Da irgendwann im Laufe der Zeit keine Perspektive mehr für eine eigene Fortentwicklung in ihrer Kampfkunst vorhanden ist, wird mit dem Beitritt die vordergründige Hoffnung auf neue Perspektiven und interessante Möglichkeiten verbunden. Manchen gelingt es sogar, wenn sie Glück haben, sich anpassen wollen und sich mit den neuen Gegebenheiten arrangieren können. Andere wiederum finden ihre Erwartungen mit der Zeit nicht erfüllt und koppeln sich wieder ab, um sich woanders wieder anzuhängen. Diese Sorte nennt man auch Trittbrettfahrer und Graduierungsjäger. Ob es den Betroffenen bewusst ist, dass ihr Spiel von anderen erkannt wird, steht auf einem anderen Blatt.

Mit den Jahren – im nicht anhaltenden Fortlauf der Kampfkunstreise – verändert sich auch das Aussehen der Kampfkunst. Sie beginnt sich zu verändern. Die bisherigen verbliebenen Fortgeschrittenen und die neu hinzugekommenen Schüler haben einen Einfluss auf das äußere Erscheinungsbild der Kampfkunst genommen. Trotz alledem gibt jedoch der Großmeister/Vorsitzende noch immer die Richtung vor. An der ändert sich nichts, d.h. die philosophischen Grundlagen und technischen Fundamente der einmal geschaffenen Kampfkunst bleiben nach wie vor erhalten.

Ein Kampfkünstler, der eine Kampfkunst geschaffen hat, sorgt vernünftigerweise bei Zeiten, dass ein adäquater Nachfolger und erfahrene Funktionäre herangebildet werden, die nach dem Führungswechsel sozusagen für den notwendigen Dampf und die Einhaltung der eingeschlagenen Richtung sorgen können. Diese werden auch durch entsprechend geschulte fortgeschrittene Schüler bei allen zu bewältigenden Aufgaben kompetent und tatkräftig unterstützt. Damit sind die besten Voraussetzungen für die Fortführung der geschaffenen Kampfkunst gegeben, die ihren Anhängern auch in der Zukunft eine positive Ausrichtung, ihre reizvollen Ziele und umfassende Entwicklungsmöglichkeiten bieten wird.

Es gibt bei einer erfolgreichen Kampfkunst einen Anfang aber kein Ende. Sie unterliegt mit den Jahren einem gewissen dem Zeitgeschehen folgenden zwangsläufigen adaptierenden Wandel. Jedoch verändert sie so gut wie nie ihre ursprüngliche philosophische und technische Ausrichtung. Dafür haben die jeweiligen Großmeister gewissenhaft, verantwortungsvoll und uneigennützig gesorgt. Dies gilt für alle Kampfkünste, die auf die Zukunft hin ausgerichtet sind und auch schwierige Phasen ohne nennenswerte Verluste überdauern wollen.

Diese Analogie zwischen einem Zug und einer Kampfkunst lässt sich selbstverständlich auch auf einzelne Vereine/Gruppen herunter brechen. Auch bei kleineren Kampfkunsteinheiten bedarf es immer einer nimmer ermüdenden Führungsperson, die es nie aufgibt und trotz aller immer wieder auftretenden Widrigkeiten unbeirrt weitermacht. Jemand, der seine Aufgabe ernst nimmt, erhält damit den Verein/die Gruppe auf die Dauer am Leben und bildet neue kompetente Schüler heran, aus deren Reihen eines Tages eine neue Führungskraft hervorgehen kann, die im selben Sinne den Verein/die Gruppe übernimmt und in die Zukunft hinein am Leben erhält.

Wo sind nun aber die Führungskräfte von morgen, die doch alle Kampfkünste brauchen? Sie sind tatsächlich mitten unter uns. Manche haben von Natur aus ausgeprägte Führungseigenschaften und brauchen nur noch ein passendes Betätigungsfeld, mit dem sie sich identifizieren können. Manche machen erst im Laufe ihres Lebens eine Entwicklung durch, die ihre Talente und Fähigkeiten als potenzielle Führungskräfte sichtbar werden lässt. Dazu gehören viele Lektionen, Erfahrungen und Bewährungsproben, die letztendlich zu einer starken Persönlichkeit führen.

Diese orientiert sich an den Grundsätzen der Führung, wie:

- Resultat orientiert handeln,
- zum Ganzen beitragen,
- sich auf das Wesentliche konzentrieren,
- die Stärken nützen,
- Vertrauen schaffen und
- grundsätzlich positiv denken.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Sie führt Aufgaben der Führung durch, wie:

- für Ziele sorgen,
- organisieren,
- entscheiden,
- kontrollieren und
- potenziellen Nachwuchs entwickeln und fördern.

Dazu bedient sie sich u.a. mit Hilfe von Besprechungen, Berichten, Aufgabenbeschreibungen und deren Erledigungskontrolle:

- der eigenen spezifischen Arbeitsform, Planung und Durchführung,
- der Manöverkritik durch Feedback,
- des Aussortierens von nicht mehr Relevantem,
- guter und offener Kommunikation,
- kritischer Selbstkontrolle,
- guten Fachwissens und fachlicher sowie persönlicher Kompetenz,
- geistiger Flexibilität,
- guten Umgangs mit Menschen,
- hoher Akzeptanz und
- des in sich gefestigten Charakters.

All dies sind Eigenschaften, die eine Führungskraft braucht, um das Fortbestehen des Geschaffenen über einen großen nicht absehbaren Zeitraum zu gewährleisten. Von Großmeister Shin gibt es einen Spruch hierzu. Meister (Führungskräfte) werden nicht geboren, sondern sie werden durch entsprechende Anleitung und Schulung dazu gemacht!

## Entsprechungen:

- |              |   |                                     |
|--------------|---|-------------------------------------|
| • Zug        | → | Kampfkunst / Kampfkunstverband      |
| • Lokomotive | → | Headquarter / Zentrale              |
| • Wagons     | → | angeschlossene Studios / Vereine    |
| • Lokführer  | → | Großmeister / Vorsitzender          |
| • Heizer     | → | Funktionär(e) / Funktionsinhaber    |
| • Schaffner  | → | Schüler mit Funktion (Schwarzgurte) |
| • Passagiere | → | Schüler ohne Funktion (Farbgurte)   |

Klaus Trogemann, Yuk Dan  
TSD Esting





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## ÜBERNAHME VON ÄMTERN

Aufgrund von Beobachtungen, Wahrnehmungen und Geschehnissen in den letzten Jahren sehe ich mich bemüht zu diesem Thema mir mal so meine Gedanken zu machen und diese einmal zu Papier zu bringen. Hierzu ziehe ich meinen persönlichen Erfahrungsschatz zu Rate.

Seit vielen Jahren nahm und nehme ich noch immer an mich herangetragene Ämter – hierbei meine ich in erster Linie ausgeübte Ehrenämter, in diversen Vereinen, Organisationen und Institutionen – wahr. Dies führte und führt zwangsläufig im Laufe der Jahre zu vielen Erfahrungen und Beobachtungen, positiver wie leider auch negativer Art. Es ist eine normale Tatsache, dass von Natur aus generell engagierte Menschen irgendwie Aufgaben anziehen. Von nicht engagierten Personen ist ein Beitrag zum Gedeih eines Vereins, einer Organisation, eines Verbandes usw. nicht zu erwarten, da sich solche Menschen eher durch Passivität auszeichnen und im Endergebnis auch in und für eine Sache nichts bewegen. Die Aktiven dagegen möchten durch ihr Engagement für einen Verein, eine Organisation, einen Verband usw. zu dessen Wohle etwas bewegen und erreichen. Das heißt im Endeffekt, sie bewerben sich aus Ehrgeiz für die Sache um ein Amt. Oder es werden Ämter aus den verschiedensten Gründen an sie herangetragen, weil man ihnen die Bewältigung der anstehenden Aufgaben bzw. deren erfolgreiche Durchführung zu traut. Im Volksmund gibt es einen Spruch: Gib jemanden Amt und Würde, so lernst Du seine wahre Gesinnung kennen. So wie jemand mit dem übernommenen Amt umgeht und es ausübt, so zeigt er seine wahren Absichten, warum er eigentlich dieses ihm übertragene Amt ausübt.

Wir sollten hier grundsätzlich zwei Typen unterscheiden:

1. Diejenigen, die sich um etwas bewerben, weil sie davon etwas für sich persönlich erwarten bzw. versprechen, was die unterschiedlichsten Gründe und Aspekte sein können.
2. Diejenigen, an die ein Amt oder eine Aufgabe herangetragen wird, damit anstehende Themen und Aufgaben endlich im Sinne der Antragenden von ihnen bewältigt und gelöst werden, und weil man es ihnen zutraut.

Durchleuchten wir zuerst einmal genauer bzw. intensiver den Typ 1 – aktiver Bewerber. Hier ist wiederum zu unterscheiden in a und b.

- a) Dieser hat eher egoistische Beweggründe. Er verspricht sich Titel, Rang und Ansehen, wenn er sich um die Amtsübernahme reißt. Es ist auch derjenige, der gleich nach entsprechender Vergütung bzw. Entlohnung für sein übernommenes Amt schreit. Es sind auch diejenigen, die sich gerne einen Rang bzw. Höhergraduierung holen, aber nicht die damit verbundenen Aufgaben gewissenhaft erledigen wollen.

Wie die vielen Erfahrungen und Beispiele der Vergangenheit zeigen, wird oft mit der Übernahme eines Amtes die Bewältigung bestimmter Aufgaben zugesagt und als Erwartung dafür, wird zwangsläufig eine Höhergraduierung erwartet bzw. eingefordert. Ist diese dann erfolgt, so wird sich sogleich nach einer anderen Organisation umgeschaut und dorthin gewechselt, ohne die eigentliche Aufgabe zu Ende geführt zu haben, um mit dem gleichen Spiel sogleich die nächste Graduierung dort einzustreichen. Diese Art von Herrschaften nennt man dann Graduierungsspringer, weil nur dies ihre eigentliche Zielrichtung der Motivation ist.

- b) Dieser hat eher pragmatische Beweggründe. Er bewirbt sich und übernimmt ein Amt, weil er der Überzeugung ist, dass durch sein persönliches Engagement der Verein, Verband, die Organisation usw. wieder flottgemacht und entsprechend ausgerichtet wird. Er übernimmt aus Überzeugung für die Sache das Amt, wobei es ihm um das Erreichen des gesteckten Ziels geht und nicht um eine evtl. Vergütung, die für ihn nebensächlich ist. Ebenso sind für ihn evtl. mit der Amtsübernahme verbundene Titel, Ränge und Ansehen von untergeordneter Bedeutung.

Beim Typ 2 – passiver Bewerber – handelt es sich um jemanden, der sich nicht gerade um die Aufgabe, die an ihn herangetragen wird, reißt. Auch hier kann man wieder in a und b unterscheiden.

- a) Er übernimmt die ihm angetragene Aufgabe, weil niemand anders im Moment da ist, dies zu tun und sonst die Gefahr bestünde, dass es den Bach hinunterginge. Dies ist mit einer Art Zwangssituation ohne alternative Lösungen vergleichbar.
- b) Dieser lässt sich überzeugen, in der momentan für den Verein, Verband, Organisation vorhandenen, prekären Situation, doch die angetragene Aufgabe zu übernehmen, um doch den evtl. zu erwartenden Schaden abzuwenden.

In beiden oben aufgeführten a)- und b)-Fällen wird bei dieser Person eine egoistische Motivation wie Titel, Rang usw. nicht unterstellt. Ihr geht es in erster Linie darum, dem Antragenden mit ihrem Engagement aus der Patsche bzw. aus der existierenden prekären Situation herauszuhelfen. Ihr traut man das notwendige politische und taktische Geschick für die Bewältigung der angetragenen Aufgaben zu. Sie ist nicht der Typ, der die Hammerkeule zur Lösung schwingt.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Bei den beiden Typen 1 und 2 geht es aber letztendlich um die ordentliche Durchführung der betroffenen Aufgabe und den Umgang mit der übernommenen Verantwortung und Verpflichtung. Stehen reine oder in erster Linie idealistische Gründe hinter der Motivation, so wird die übernommene bzw. angetragene Aufgabe in der Regel nach bestem Wissen ohne egoistische Hintergedanken ausgeführt. Diese Person lässt sich überwiegend bis ausschließlich von den zu erreichenden Zielen bei der Bewältigung der Aufgaben leiten.

Sind jedoch überwiegend egoistische Hintergedanken im Spiel, so werden die übernommenen Aufgaben ausschließlich zum Erreichen dieser egoistischen Ziele verfolgt. Was jedoch nicht im eigentlichen Interesse der Lösung der zu bewältigenden Aufgabe ist. Es wird also nur das abge- und bearbeitet, was dem Erreichen des selbst gesteckten Zieles dient. Dabei bleibt zwangsläufig das ursprünglich angedachte Ziel auf der Strecke und wird nie ernsthaft in Erwägung gezogen. Hauptsache, es wurde die eigene Absicht wie Titel, Rang, Position usw. erreicht. Dem persönlichen Zweck wird alles untergeordnet. Die eigentliche Aufgabe ist einfach egal und wird schnöde geopfert.

Bei den in erster Linie mehr ideelleren Hintergründen der Motivation geht es der jeweiligen Person vornehmlich darum, das eigentliche Ziel der übernommenen und zu bewältigenden Aufgabe nach bestem Wissen zu einem vernünftigen Abschluss zu bringen, mit dem dann die überwiegende Mehrheit zufrieden sein kann. Da diese Person ja keine egoistischen Ziele verfolgt, kann sie unabhängig von schnöden Interessen, unvoreingenommen, unbeeinflusst bei den zu bewältigenden Aufgaben und in deren eigentlichem Sinne agieren und entscheiden. Sie wird auch nicht die übernommene Aufgabe einfach ohne weiteres bei Auftreten von Schwierigkeiten hinschmeißen. Dies wäre eher bei egoistisch Motivierten der Fall. Vor allem wenn deren erhoffte Erwartungen, wie Titel, Rang Vergütung nicht wie gewünscht eintreten. Kurz und schlicht, der ideell Motivierte führt die übernommene Aufgabe, in deren eigentlichem gedachtem Sinne, zufriedenstellend zu Ende. Dies auch bei auftretenden Schwierigkeiten. Während der Egoistische diese unerledigt beim ersten Problem hinschmeißt.

Fazit (der Bibel entlehnt): Nicht an ihren Worten, sondern an ihren Taten sollt ihr sie erkennen. Oder: Geredet wird viel, aber es zählt letztendlich das, was als Ergebnis einer Tätigkeit herauskommt. Da es ja bei der Übernahme von Ämtern vornehmlich um das Wohlergehen und Fortbestehen einer wie auch immer gearteten Organisation geht, ist der Typ 2 (der ehrliche Macher) immer gerne willkommen, wohingegen Typ 1 (der egoistische Heuchler) nicht gerne gesehen wird und immer fehl am Platz ist.

Klaus Trogemann, Yuk Dan  
TSD Esting

### GELTUNGSSUCHT IM KAMPFSPORT UND IN DEN KAMPFKÜNSTEN

Heute möchte ich mal einige Gedanken über meine Erfahrungen mit der menschlichen Geltungssucht zu Papier bringen. Im Laufe von über 50 Jahren im Kampfsport und in der Kampfkunst sammelt man zwangsläufig viele Erfahrungen mit Vorkommnissen, über die man sich wundern oder sie auch nur milde belächeln kann.

Von dem großen Psychoanalytiker Sigmund Freud gibt es eine These, die bis heute noch in den einschlägigen Lehrbüchern existiert. Er listet hier unter anderem auf, dass die menschliche Psyche durch drei wesentliche Triebe gesteuert wird:

1. den Selbsterhaltungstrieb,
2. den Geltungstrieb und
3. den Sexualtrieb.

Diese sind bei jeder Persönlichkeit unterschiedlich gewichtet und machen in ihrer Zusammensetzung einen wichtigen Teil der individuellen Persönlichkeit aus. Auf die beiden – den Selbsterhaltungstrieb, der für das Überleben eines Menschen wichtig ist und den Sexualtrieb, der zur Fortpflanzung und Erhaltung des Menschen wichtig ist - möchte ich hier nicht eingehen. Es geht mir hier eigentlich nur um den Geltungstrieb und die vielen damit verbundenen Facetten einer menschlichen Persönlichkeit in ihrem Erscheinungsbild nach außen.

Es ist so eine natürliche Sache mit der Geltungssucht, die bei jedem vorkommt. Sie ist nun mal vorhanden und ist je nach Person verschieden stark ausgeprägt. Bei Kindern ist sie stärker und gegen Ende des Lebens wird sie weniger. Dies hängt auch davon ab, in wie weit jemand im Laufe seines Lebens seine Lebenserfahrungen verarbeitet hat und somit mit dieser Geltungssucht und den eventuell auftretenden Auswüchsen entsprechend umgehen kann. Sie ist eben ein elementarer Trieb, den viele im Laufe ihres Lebens nicht in den Griff bekommen oder damit nicht wenigstens in einem vernünftigen Rahmen umgehen können.

Im Laufe der Jahre eines fortschreitenden Lebens wird man mit vielen Beispielen und Erscheinungsbildern dieser Geltungssucht konfrontiert. Es kann die eigene Geltungssucht wie auch die der anderen sein. Die Eitelkeit ist eine der Facetten dieses Gelten-Wollens. Sie treibt manchmal schon wahre Blüten. Dies kann man häufig im übersteigerten Drang nach Titel, Rang usw. sehen. Da schmücken sich viele mit Titeln wie z.B. Doktor, Professor oder Soke sowie weiteren Titeln von Phantasie-Universitäten und -Verbänden, ohne jemals wissenschaftlich



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

dafür gearbeitet oder eine eigene Kampfkunst entwickelt zu haben. Hauptsache, man schmückt sich mit einer entsprechenden Visiten-Karte und versucht damit bei anderen Eindruck zu schinden bzw. den Eindruck zu erwecken, man wäre mehr als man wirklich ist.

Kommen wir jetzt zum Bereich Kampfsport/Kampfkunst. Hier wird die aus dem ursprünglichen Bewundern bestimmter Fähigkeiten das Umwandeln des Ebenso-Könnens oder Nachahmen-Wollens in ein Gelten-Wollen praktiziert. Man möchte mit seinem Können den Anderen imponieren. Da gibt es ganze Latten von Titeln, Rängen und passenden Urkunden hierzu, man könnte ein Zimmer damit tapezieren. Dabei kann ein normal veranlagter Mensch im Laufe seines Lebens nur eine geringe Anzahl von Kampfkünsten wirklich ernsthaft erlernen und mit einem entsprechend erworbenen Rang sein erworbenes Können untermauern.

Bei der Rangsucht geht es um das äußere Darstellen, dokumentiert durch äußere Erscheinungsbilder wie z. B. das Tragen von entsprechender Sportkleidung und Gürtel/Rangabzeichen, um nach außen hin etwas gelten zu wollen, was leider in vielen Fällen nicht durch entsprechendes Können untermauert werden kann. Hier ist das Durchrennen von Graduierungen, ohne dass das dazu entsprechende Können erworben wurde, als ein heutzutage allgemeines Beispiel angesprochen. Man fragt sich, wieso sich jemand innerhalb einer Rekordzeit von nur 5 bis 8 Jahren mit einem hohen Rang schmückt, zu dem man in der Regel bei sehr fleißigem Training ca. 20 bis 30 Jahre braucht. Z.B. wenn vom 2. auf den 6. Dan in nur 8 Jahren oder innerhalb von 10 Jahren vom 3. auf den 8. Dan wegen irgendwelcher nicht nachweisbaren Verdienste die höheren Grade nur verliehen werden. Dies um nur zwei Beispiele von vielen zu erwähnen. Glauben diejenigen denn, sie steigen damit in der Achtung der anderen, weil sie sich mit etwas nach außen hin schmücken, was sie im Grunde genommen intern mit ihrem einhergehenden Können gar nicht untermauern können? Da werden Titel und Ränge angenommen, weil man glaubt, man steigt in der Achtung nach außen, wenn man sich Phantasieurkunden von Phantasieverbänden ausstellen lässt. Dabei merken die Betroffenen oft gar nicht, wie sie nur milde vom Umfeld belächelt werden. Mehr scheinen als wirklich sein. Wenn solche Herrschaften auf die Matte gehen, nur um ihren Gürtel spazieren zu tragen, ohne die dazu gehörige Leistung untermauernd bringen zu können, ist es schon sehr traurig um ihre Selbstgeltung bestimmt. Ohne Fleiß gibt es nun mal keinen Preis! Wie sagt man so schön: Es ist besser einen sehr guten niedrigeren Schwarzgurt als fundierten Trainer auf der Matte zu haben, als einen abgehobenen Überflieger, der außer seinem Phantasiegürtel und seinem Nichts-Können nichts zu bieten hat und sich nur lächerlich macht. Wer hier mehr geachtet und bewundert wird, kann der Leser für sich entscheiden.

Die Trainersucht zeigt, wie sehr es einem wichtig ist, vorne stehen zu wollen, um etwas in den Augen der anderen zu gelten. Es fühlen sich viele zum Trainerdasein berufen, ohne das eigentliche Rüstzeug in Theorie und Praxis oder auch die geeignete Persönlichkeit dafür zu haben. Für sie ist ausschließlich wichtig, nach der Devise „Achte auf meinen Daumen“ vorne zu stehen. Ob sie nun in der Lage sind, den ungeschulden Schülern etwas fundiert zu vermitteln, ist für sie nur zweitrangig. Oft leiden diese Herrschaften auch unter ihrer eigenen Selbstüberschätzung. Da werden Titel wie „Cheftrainer“ oder „Großgroßmeister“ oder Ähnliches geschaffen, um damit das eigene Selbstwertgefühl zu steigern.

Beim Benehmen zeigt die Geltungssucht geradezu groteske Züge. Viele strotzen nur vor Überheblichkeit und Arroganz. Sie wirken in ihrer übersteigerten Selbstdarstellung gegenüber den Schülern und Anderen wie abgehoben. Ihre Besserwisserei ödet das betroffene Umfeld nur noch an. Ihnen fehlt jedwedes Gefühl für ihr Wirken auf andere und um ihre Fähigkeit zur Selbstkritik ist es auch sehr schlecht bestellt. Sonst besäßen sie die notwendigen Antennen, um den Eindruck, den sie auf andere machen, zu erkennen. Zurückhaltende Bescheidenheit ist ein Fremdwort für sie. Dies gilt auch für die anderen Aspekte der Geltungssucht.

In der Machtausübung und auch bei der Ämterausübung treibt es die Geltungssucht auf die Spitze. Es werden Ämter und Positionen an sich gerissen, weil man glaubt, so seinem übersteigerten Geltungsbewusstsein besser gerecht werden zu können. Die damit verbundene eigentliche Aufgabe und Verantwortung ist für diese Personen von untergeordneter Bedeutung. Es zählt nur das Da-Vorne-Stehen, was für sie wie ein Bad in der Menge ist. Alles andere ist für sie unwichtig und wird für die eigenen Interessen niedergemäht. Im Volksmund gibt es eine Redensart: Gib jemanden Amt und Würde (Titel, Rang usw.) und man wird erkennen, mit wem man es wirklich zu tun hat.

Hiermit wollte ich nur mal die Erfahrungen, die ich in vielen Jahren in der Kampfkunst im Umgang mit Menschen, mit denen ich zu tun hatte, beleuchten und die daraus erfolgte persönliche Analyse kundtun. Es sind natürlich nicht alle so beschaffen und getrieben, wie man es bei den Geltungsbedürftigen sieht, sondern - Gott sei Dank - gibt es auch die vielen, vielen anderen, die ein großes Wirken uneigennützig in großer Bescheidenheit an den Tag legen. Es sind jene, die ihre Aufgaben im Interesse der eigenen wie auch einer fremden Sache durchführen und denen die Geltung dabei eine Angelegenheit von untergeordneter Bedeutung ist. Für sie möchte ich hiermit auch eine Lanze brechen. Denn ohne ihr Wirken würde vieles nicht geschaffen und bewegt werden.

Wer etwas kann und etwas bewegt, muss es nicht ständig den anderen unter Beweis stellen und unter die Nase binden. Diese Art von Personen bleibt in ihrem Wirken bescheiden auf dem Boden der Realität. Aber auch solche wollen mal von Zeit zu Zeit ein Lob der Anerkennung für ihr Schaffen entgegennehmen. Was ja auch menschlich ist. Mir ist sehr wohl bewusst, dass so ein komplexes Thema nicht umfassend in der Kürze abgehandelt werden kann. Aber es sollte auch mehr ein Denkanstoß sein, gewisse Erscheinungsbilder im Kampfsport und in der Kampfkunst im eigenen Interesse unter einer etwas kritischen Lupe zu betrachten.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Klaus Trogemann, Yuk Dan

2017

## NICHT SOFORT ERFÜLLTE ERWARTUNGEN

Einige in den letzten Monaten aufgetretene Ereignisse und daraus erfolgte Reaktionen haben mich bewogen, mir mal wieder so meine Gedanken über seltsame Denkweisen, Erscheinungsbilder und Handlungsweisen zu machen.

Es passiert immer wieder, dass Personen, deren Wunschvorstellungen nicht gleich nachgekommen wird, sofort die Sachen hinschmeißen und wie eine beleidigte Leberwurst reagieren. Sie sind der Meinung, dass Ihren persönlichen Wünschen und Ansinnen nicht gebührend Folge geleistet wird und sind aus Enttäuschung darüber sichtlich verärgert. Leider findet aber bei ihnen keine reale Selbstreflexion über die Tatsache, die sie verärgert hat, statt. Sie neigen einfach dazu, voreilig und kurzsichtig zu reagieren.

Die betroffenen Personen sehen nur scheuklappenartig ihre Situation aus ihrer Sichtweise und sind nicht gewillt oder auch nicht bereit, wenigstens ansatzweise eine andere Sichtweise bzgl. ihres Problems oder Ansinnens gelten zu lassen bzw. in Betracht zu ziehen. Sie stehen damit zwangsläufig vor dem für sie entstandenen Trümmerhaufen ihrer Wunschvorstellung. Weil sie, bedingt durch ihre eingeschränkte Denkweise, auch keine andere Lösung bzw. keinen gangbaren Weg erkennen wollen oder auch erkennen können, neigen sie dann sehr schnell zu Kurzschlusshandlungen. Diese unnötig vorschnellen Reaktionen ließen sich bei etwas 'good will' auf der eigenen Seite im eigenen Interesse durchaus vermeiden. Dies möchte ich jetzt mal kurz an einigen sich in letzter Zeit ereigneten Beispielen erörtern.

Jemand will eine höhere Graduierung in seiner Sportart erwerben und hat dabei für sich persönlich klare Vorstellungen, wie der Ablauf dazu erfolgen sollte bzw. aus seiner Sicht zu erfolgen hat. Nur vergisst er dabei, dass auch ein Reglement für die entsprechende Vorgehensweise im Verband existiert, die für alle ohne Ausnahme gilt! Er erwartet nun, dass der Verband entsprechend seinen Vorstellungen und Wünschen ungeachtet des existierenden Reglements in seinem Sinne agiert. Reagiert der Verband nicht sofort entsprechend seinem Ansinnen, ist er gleich enttäuscht, wird sofort sauer und fühlt sich ungerecht behandelt. Er neigt, wegen seiner fehlenden Selbstkritik, dann gleich zu kurzfristigen Fehlreaktionen. Dabei ist es doch in einem vernünftigen Gedankenaustausch und mit gutem Willen durchaus möglich, eine für beide Seiten gangbare Lösung für das anliegende Problem zu finden. Allerdings darf man nicht erwarten, dass man für sich nur die Rosinen herauspicken kann, während für die anderen das üblich gültige Reglement gilt. Ein Nachkommen dieser Vorgehensweise würde nur böses Blut erzeugen. Ein Verband muss nun mal gerecht nach allen Seiten agieren und handeln. Auch wenn es einem persönlich im Einzelfall nicht passt. Aber es gilt noch immer das Sprichwort: Man kann für alles eine Lösung finden, man muss es nur wollen, in einem berechtigten Einzelfall auch mal alle Fünf gerade sein zu lassen.

Weil das von einem persönlich geforderte Ergebnis nicht so eintrifft oder eingetreten ist, wie man es für sich erwartet hat, ist es noch lange kein Grund, gleich alle Klamotten hinzuschmeißen. Dies zeugt nur von einer Kindergarten- bzw. Sandkastenmentalität, die nicht dem zu erwartenden Niveau eines erwachsenen Budo-Sporttreibenden entspricht. Es ist nun mal im Leben so, dass nicht alles so kommen muss, wie man es sich wünscht. Wichtig ist doch nur, dass man nie aufgibt, auch wenn nicht alles gleich so geschieht oder eintrifft, wie es einem angenehm wäre. Wo ist denn bei der betroffenen Person der so oft beschworene Budo-Kampfgeist.

Nun zu einer weiteren Variante. Jemand möchte seine woanders erworbenen Graduierungen nun von einem angesehenen Verband anerkennen lassen. Auch hier gelten bestimmte für alle gültigen Regelungen, die im fairen Interesse der Gemeinschaft gegenüber beachtet und eingehalten werden müssen. Dazu gehören auch die einzuhaltenden Zeitintervalle zwischen den einzelnen Graduierungen. Die vorgewiesenen Dokumente müssen überprüfbar sein. Erworbenene Graduierungen müssen durch Überprüfungen auch in technischer Hinsicht nachweisbar sein! Und wer eine Urkunde im DDK ausgestellt haben möchte, muss sich dem stellen und seine laut Graduierung erworbene Kompetenz auch unter Beweis stellen können. Über den 'Modus Vivendi' kann man im einzelnen Fall reden. Auch hier gilt es, wenn es nicht gleich so läuft, wie man es sich vorstellt, muss man nicht gleich ungehalten sein und sich abgrundtief benachteiligt fühlen. Mit ein bisschen Einsicht für die berechtigten Gründe der Verbandsverantwortlichen, ist auch in verzwickten Fällen durchaus eine vernünftige Lösung möglich.

Um es klarzustellen, jeder Budo-Verband ist um jedes fachlich kompetente Mitglied froh, dankbar und weiß es zu schätzen sowie ist weit entfernt davon, sich engagierte Mitglieder leichtfertig zu vergraulen. Aber auch ein existierendes Regelwerk gilt es nun mal zu beachten. Das gebietet die Fairness gegenüber allen anderen Mitgliedern des Verbandes. Ego-Trips und kindisches Reagieren sind nun mal eines ernsthaft handelnden Budo-Verbandsmitglieds nicht würdig.

Noch kurz zum Schluss eine Bemerkung. Leider übernehmen viele aus egoistischem Interesse ein Amt, wobei es doch in erster Linie um eine ehrenamtliche Tätigkeit und um uneigennützige Beiträge dem Verband gegenüber gehen sollte. Daraus sollte man nicht automatisch



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

für sich selbst zustehende Sonderkonditionen bzgl. Graduierungen ableiten. Wer so denkt und handelt, tut letztendlich sich selbst keinen Gefallen. Was ist ein Titel ohne die dahinterstehende Kompetenz wert? Was ist ein Gürtel ohne die dahinterstehende Leistung wert?

Klaus Trogemann, Yuk Dan

### UNGEREIMTHEITEN BEI PRÜFUNGEN

Als Vorsitzender in mehreren Kampfkunstverbänden beobachte ich seit geraumer Zeit bzw. seit einigen Jahren, dass Graduierungen, die durch Prüfungen erworben wurden bzw. werden, nicht dem geforderten Standard gemäß den Regelungen innerhalb der einzelnen Verbände entsprechen. Sei es, dass die Zulassungsvoraussetzungen nicht erbracht werden oder die Durchführung der Prüfung nicht den geltenden Regeln entspricht.

Leider stellt man erst im Nachhinein durch puren Zufall bei sporadisch durchgeführten Stichproben der eingereichten Prüfungsunterlagen fest, dass sich in keinsten Weise bei der Durchführung der Prüfung an die jeweilig geltenden Regelwerke gehalten wurde. Z.B. in einem Fall wurde die zeitliche Anwartschaft nicht eingehalten, in einem anderen Fall wurden nicht alle geforderten Prüfungsfächer oder nicht alle technischen Aspekte geprüft und beispielsweise Formen einfach nur durchgewunken. Im Grunde genommen ist so eine Vorgehensweise ein Betrug am Prüfling und dem betroffenen Verband, der für die ausgestellte Graduierungsurkunde und die Qualität der Prüfung mit seinem Namen geradesteht. Wie soll man als Verantwortlicher diese von ihm eingesetzten und autorisierten Prüfer und deren Qualität nun betrachten, wenn diese das in sie gesetzte Vertrauen missbrauchen und sich selbstherrlich über die gesetzten Normen hinwegsetzen? Mit so einer Vorgehensweise wird Farbgurten schon in einem frühen Stadium vorgegaukelt, wie gut sie schon seien, und wenn sie dann zum Schwarzgurt anstehen, gehen sie dann sang- und klanglos baden. Die Schuld liegt dann selbstverständlich nur bei den zuständigen Prüfern, die dann nicht wie gewohnt einfach nur durchwinken.

Was haben denn die auf diese lässige Weise erworbenen Graduierungen für einen Wert? Der Prüfling trägt eine entsprechende Farbe nach außen, kann aber deren Niveau in keinsten Weise gerecht werden und blamiert nicht nur sich, sondern auch die Prüfer und den jeweiligen Verband. Wofür macht man denn überhaupt noch Prüfungen? Da geht man doch einfacher ins nächste Kaufhaus, kauft sich die gewünschte Farbe und geht mit ihr spazieren, wenn man es für sein Ego braucht. Nur sollte sich diese Person nicht wundern, wenn sie von den Könnern nur mitleidig belächelt wird. Qualität, die man auch sieht, erfordert nun mal fleißiges und ausdauerndes Training mit viel Zeitaufwand und Trainingsschweiß. Der Lohn ist dann der sichtbare Beweis des eigenen Könnens und die daraus erwachsene Kompetenz.

Im Grunde genommen kann man noch nicht einmal dem vor falschen Ehrgeiz blinden Prüfling einen Vorwurf machen, sondern den verantwortungslosen Prüfern, die so eine krumme unsaubere Prüfungsangelegenheit erst möglich machen. Letztendlich muss der Prüfling nun mit seinem schrägen Ansehen die ganze Angelegenheit zu seinen Lasten ausbaden. Er muss sich dann solche blöden Sprüche anhören wie „Wo hast denn Du Deine Graduierung erworben? Das muss ja ein seltsam komischer Phantasie-Verband sein. Von so einem möchte ich mitnichten meine Graduierungen erworben haben.“ In der traditionellen Kampfkunst gibt es einen eisernen Grundsatz: Graduierungen brauchen nun mal ihre Zeit und den dazu notwendigen Reifeprozess im technischen wie theoretischen Sinne. Und dies kann man nun mal nicht erzwingen. Gut Ding braucht Weile, wie der Volksmund so sagt.

In über 50 Jahren im Kampfsport wie in der Kampfkunst habe ich so meine Erfahrungen auch mit dem eigenen, manchmal übertrieben, Ehrgeiz und Ego gemacht. Der persönliche Reifeprozess ist nun mal nicht umsonst zu haben und erfordert viel Ausdauer und Geduld sowie ein stetes Niemals-Aufgeben sowie Durchhaltevermögen. Daraus entsteht mit den Jahren der wirklich reife und anerkannte Kampfkünstler. Was nützt einem eine Graduierung, die auf der Matte nichts wert ist? Auf der Matte trennt sich die Spreu vom Weizen oder auch, wer was kann oder eine lächerliche Niete ist.

Hier liegt nun die eigentliche große Verantwortung der eingesetzten Prüfer, dass keine falschen Erwartungen erzeugt werden. Die armen durch falsches Ego fehlgeleiteten Prüflinge werden doch nur um ihre doch hoffnungsvolle Entwicklung gebracht. Gute Kampfkünstler gehen durch eine harte lebenslange Schule. Um ihre mögliche Entwicklung betrogene Prüflinge hören so oder so früher oder später auf. Also sollte ein an seinem falschen Ego gekitzelter Prüfer sich genau im Klaren sein, was er mit seiner Missachtung des Prüfungsregelwerkes anstellt und verursacht. Er tut sich selbst und letztendlich seinem eigenen Ansehen keinen Gefallen. Er wird nur milde belächelt.

Ein verantwortungsvoller Prüfer führt eine Prüfung im Rahmen des bestehenden Regelwerkes durch. Dabei hat er in seinem Entscheidungsrahmen eine gewisse Bandbreite, die es ihm ermöglicht, nicht übertrieben fordernd zu sein, noch einfach lasch durchzuwinken. Beide Extreme gehören nicht zu seinem Entscheidungshorizont. Er soll einfach die geltenden Regeln vernünftig anwenden und dabei die Kirche im Dorf lassen. Es gibt gute und wenige gute Prüflinge. Solange diese in den geltenden Rahmen passen, haben sie die Prüfung bestanden. Sie wurden allerdings nicht übertrieben abgewunken oder einfach durchgewunken.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Eine Prüfung soll dem Prüfling helfen, den momentanen Stand seines wirklichen Könnens zu erfassen und kein innerer Parteimarsch eines egogetriebenen Prüfers sein. Hierin liegt die große Verantwortung für einen eingesetzten vertrauenswürdigen Prüfer. Es ist eine Ehrensache, als Prüfer zu dienen und nicht seinem Ego nachzugehen. Die Vorbereitung eines Prüflings durch einen verantwortungsvollen Trainer auf ein entsprechendes Prüfungsniveau ist selbstverständlich eine unabdingbare Voraussetzung.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

### ETIKETTE IN DEN KAMPFKÜNSTEN

Anlässlich der in den letzten Monaten gesammelten Erfahrungen auf besuchten Lehrgängen und Meisterschaften möchte ich zu dem Thema Etikette mal meine Meinung kundtun.

Bei den als traditionell geltenden Kampfkünsten sind die sportlichen Aktivitäten in einem Rahmen von einer sie umgebenden Etikette, einem existierenden Regelwerk für Benimm- und Verhaltensregeln, eingebunden. Ohne diese gibt es in der Kampfkunst keine Tradition und ist sie nur Kampfsport.

Diese Regeln fußen auf den daoistischen Wertvorstellungen wie u. a. Respekt, Bescheidenheit und Demut dem Anderen gegenüber. Je nach Kampfkunststil ist die jeweilig praktizierte Etikette natürlich mehr oder weniger ausgeprägt und variiert in ihrer Ausübungsbreite bzw. ihrem Umfang.

Jede praktizierte Kampfkunst hat ihre eigene spezifische Etikette je nach den Vorstellungen des jeweiligen Kampfkunststilgründers im Laufe der Jahre entwickelt. Bei allen fernöstlichen Kampfkünsten fußen diese auf den überlieferten traditionellen Wertvorstellungen von Konfuzius und Lao Tze, die im Zusammenleben der Menschen untereinander als selbstverständlich gelten sollten, also auch eine Form von überlieferten Vorstellungen zur allgemein geltenden Ethik darstellten.

Wesentliche Teile einer Etikette, die für fast alle fernöstlichen Kampfkunststile gelten, sind: Verbeugung zum Gegenüber und zum Ranghöheren, der Gruß zum Bild des Stilgründers, den Flaggen und dem Übungsraum. All dies dient der Respektbezeugung. Das Praktizieren von Bescheidenheit und Demut seinem Umfeld gegenüber auch außerhalb des Übungsraumes ist ebenfalls Bestandteil dieser Etikette. Die geltende Etikette ist im Übungsraum, auf Lehrgängen und auf Meisterschaften anzuwenden. Man zollt damit seinem Gegenüber Respekt und man erwidert diesem ebenso. Sie ist anzuwenden, sobald man die entsprechenden Räumlichkeiten betritt.

Eine kleine Anmerkung am Rande: Als ich Ende der vierziger und in den fünfziger Jahren aufwuchs, war es noch üblich, dass Jungen zum Gruß einen Diener und die Mädchen einen Knicks ausführten. Dass man den Hut zum Gruß abnahm, jemanden die Tür aufhielt, dem Älteren den Sitzplatz anbot, den Damen den Vortritt ließ usw., war ebenfalls üblich. Diese Regeln wurden einem in der Tanzstunde der sechziger Jahre zusätzlich zum Elternhaus nochmals vermittelt. All dies ist im Laufe der darauffolgenden Jahre verloren gegangen. Von der ursprünglich üblichen Etikette des Freiherrn von Knigge ist nicht mehr viel übriggeblieben. Diese Anmerkung soll nur ein Beispiel sein, dass das Praktizieren einer Etikette den Umgang miteinander in der Gesellschaft erleichtern sollte.

Nun zurück zu der mehr oder weniger praktizierten Budo-Etikette. Am Beispiel der in den traditionellen Kampfkünsten grundsätzlich mehr oder weniger ausgeübten Etikette im regulären Training soll dies nun etwas näher erläutert werden.

Im Training: Man betritt den Übungsraum (Dojo / Dojang) mit einem Flaggengruß als Respekterweisung dem Herkunftsland, seiner Nation und dem Verband gegenüber sowie dem Bild des Stilgründers oder des amtierenden Großmeisters. Danach grüßt man den ranghöchsten anwesenden Trainer mit einer kurzen Verbeugung. Sodann begibt man sich in den Umkleideraum und zieht seine Trainingsuniform (Gi / Dobohk) an. Ist man umgezogen, betritt man den Übungsraum mit Flaggengruß und Verbeugung zum Trainer und lässt sich in einer Ecke nieder und meditiert kurz. Dies soll alle störenden Gedanken und Probleme im Training vermeiden und außen vorlassen. Man konzentriert sich jetzt ausschließlich aufs Training. Je nach den örtlichen Räumlichkeiten und Stilart variiert die Reihenfolge dieser Vorgehensweise leicht.

Mit einem Händeklatschen fordert der Trainer die Übenden zum Aufstellen entsprechend ihrem Rang auf. Danach, auch hier je nach Kampfkunststil leicht verschieden, grüßt man nach Kommando die Flaggen, meditiert kurz – im Stehen oder Sitzen oder Knien je nach Stil – und verbeugt sich anschließend vor dem Bild des Stilgründers und des amtierenden Großmeisters. Anschließend verbeugt man sich vor dem Trainer und dem ranghöchsten Schüler. Dieser kann ein Schwarzgurt oder auch ein Farbgurt sein.

Der Trainer kann die Aufwärmgymnastik selbst ausführen oder sie an den nächst Ranghöheren delegieren. Ein traditionelles Kampfkunsttraining besteht aus offiziellem Angrüßen, der Aufwärmgymnastik, der Technikgrundschule, dem Formenlauf (Katas / Hyungs), den Partnerübungen - wie Einschrittübungen, Selbstverteidigungstechniken und Übungskampf - und dem Abgrüßen. Alle diese separaten Übungseinheiten werden mit einem Klatschen in die Hände nach Kommando mit einer Verbeugung zum Trainer und zueinander begonnen



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

und wieder beendet. Bei der Übungseinheit Partnerübungen verbeugen sich die jeweiligen Partner zu Beginn und zum Ende der jeweiligen Übung zueinander und bezeugen dadurch gegenseitige Achtung und freundschaftlichen Respekt.

Der Abschluss einer Trainingsstunde wird wieder in gleicher Reihenfolge wie zu Beginn ausgeführt. Je nach Stil werden auch noch die jeweiligen Codices aufgesagt. Auch hier ist die Kommandosprache je nach Herkunftsland des Stils (Japan, Korea, China, Vietnam usw.) verschieden.

Man sieht also, dass das klassische Kampfkunsttraining in eine Etikette wie in einem fest vorgegebenen Rahmen eingebunden ist. Sie ist also auch ein fester Bestandteil der Wesensart einer Kampfkunst.

Kommen wir nun zur Ausübung der Etikette während eines Lehrganges oder einer Meisterschaft. Auch hier gelten die gleichen Regeln. Sobald der ranghöchste anwesende Trainer/Meister in die Hände klatscht, wird dieselbe Etikette zum Aufstellen, Begrüßen und gegenüber einem Partner wie in einer regulären Trainingsstunde ausgeführt.

Somit entsteht durch diese Etikette ein fest vorgegebener fester Rahmen für alle Situationen rund um die Ausübung der jeweilig praktizierten Kampfkunst. Auch für Prüfungen gilt dieses Regelwerk ohne Ausnahme.

Es ist allgemein auch zu beachten, dass der Respekt es erfordert, dass man rechtzeitig zum Training, der Prüfung, dem Lehrgang und zur Meisterschaft erscheint. Andererseits auch nicht vor Ende der jeweiligen Veranstaltung diese vorzeitig verlässt. Im fernöstlichen Verhaltenscodex wird immer alles gemeinsam gemacht und unternommen. Individualisten gelten als Sonderlinge und sind nicht besonders beliebt und werden auch nicht sehr respektiert bzw. geachtet.

Auch bei einer Veranstaltung wie Lehrgang oder Meisterschaft ist es sehr unhöflich, wenn die einzelnen Instrukturen oder Wettkampfrichter nur zu ihren Einheiten erscheinen und ansonsten durch Abwesenheit glänzen. Wenn eine bestimmte Trainingseinheit mal für den Einzelnen nicht von Interesse sein sollte, so kann man doch die Höflichkeit gegenüber den anderen Instrukturen und Wettkampfrichtern wahren und anwesend sein. Interessiert zuzuschauen und sicherlich auch dabei etwas für sich selbst zu lernen, sollte jedem einleuchten. Es gibt immer am Rande etwas mit Gleichgesinnten zu diskutieren und Wissen sowie Erfahrungen und Beobachtungen auszutauschen. All dies gehört eigentlich nicht nur zum fernöstlichen respektvollen Verhalten und sollte in Form einer entsprechenden Etikette in allen Kampfkunststilen als natürlich und selbstverständlich gepflegt werden.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

**2018**

### FITNESS IN DER KAMPFKUNST UND IM KAMPFSPORT!

Aufgrund in langen Jahren gemachten Erfahrungen und Erlebnissen im Kampfsport wie in der Kampfkunst möchte ich mal hier zu diesem Thema meine Ansicht zu Papier bringen.

Wenn man eine der Budo-Künste betreiben möchte, kommt man als Voraussetzung nicht an einem Mindestmaß von Kondition und Fitness vorbei. Natürlich erwirbt man diese notwendige Fitness nicht von heute auf morgen. Es braucht seine Zeit, sich diese anzueignen.

In jedem Kampfsport und in jeder Kampfkunst sind die Anforderungen an die notwendige Fitness unterschiedlich. Der aktive Wettkampfsportler im Kampfsport braucht ein erhöhtes Maß an Kondition, um einen Wettkampf oder auch mehrere Wettkämpfe hintereinander zu bestreiten und durchzustehen. Dagegen sind die konditionellen Anforderungen an einen durchschnittlichen Kampfkunstreibenden nicht so hoch anzusetzen, auch wenn sein normales allaround Training schon durchaus ein gewisses nicht zu unterschätzendes Maß an Kondition erfordert, um die notwendige Basis für die generellen Übungen zu bilden, was auch schon über den allgemeinen Durchschnitt herausragt.

In der Kampfsportvorbereitung – also im Training zum normalen Wettkampfgeschehen – ist zwangsläufig ein größerer Zeitbereich für das Aufbauen und Beibehalten der erforderlichen Kondition einzuräumen, denn ohne die notwendige Kondition nützt die best ausgeführte Technik nichts, wenn man einem starken Gegner gegenübersteht. In vielen Fällen ist der konditionell stärkere Gegner dem technisch versierten im Vorteil, vor allem wenn es über eine längere Zeitdistanz im Wettkampf geht. Ohne die notwendige Fitness lassen mit den Kräften auch die Konzentration zur Reaktion und somit die Ausführung der jeweiligen Spezialtechniken zwangsläufig nach und der konditionell Stärkere übernimmt das Heft des Handelns über den konditionell Schwächeren, aber durchaus besser versierten Techniker. Da nützt in so einem Moment einem auch die ganze Erfahrung nichts mehr. Für so ein Beispiel habe ich selbst ein Geschehen während eines Bundesligakampfes im Judo vor ca. 40 Jahren zwischen einer Mannschaft aus Wolfsburg und München in bleibender Erinnerung. Der Wolfsburger war ein jüngerer und konditionell sehr starker Gegner und machte mit seiner kraftvollen Blockadehaltung den technisch versierten und durchaus erfahrenen älteren Münchner im Laufe des Wettkampfgeschehens müde, so dass dieser keine seiner sonst üblich verwendeten Spezialtechniken wie z.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

B. seinen bekannten Uchimata erfolgreich anwenden konnte. Da hörte ich plötzlich, wie jemand, der am Rand den Wolfsburger coachte, sagte: „Er fängt schon das Schnaufen an, der ist bald fertig, halt ihn nur noch so lange fest, dann gehört er der Katz.“ Beide Wettkämpfer waren zu jener Zeit berühmte Namen im Wettkampfgeschehen der Judo-Bundesliga. Der Kampfsportler ist nun mal auf einige wenige Spezialtechniken, die ihm Punkte bringen könnten, fixiert. Das sonstige normale breite Spektrum an im jeweiligen Stil vorhandenen Techniken, bleibt auf der Strecke. Es ist ja keine Trainingszeit mehr dafür vorhanden. Die braucht er in erster Linie für das ständige Üben seiner Spezialtechniken und für den vermehrten Kraft- und Konditionsaufbau für die ständig zu bestreitenden Wettkämpfe.

Dagegen hat sich der Kampfkünstler mehr der Übung des Gesamtspektrums an Techniken seiner Kampfkunst verschrieben, die es gilt, über die Jahre zu erlernen, zu praktizieren und ständig zu verbessern. Damit entwickelt er sich im Laufe der Jahre zu einem Kampfkünstler in seiner Kunst. Da hier eigentlich kein Wettkampfgedanke existiert bzw. im Vordergrund steht, benötigt er nicht die extreme Anforderung an seine Fitness. Es reicht durchaus, ein über die Jahre aufgebautes gesundes Maß derselben als Anforderung über den Durchschnitt. Allerdings ohne diese wird er auch nicht ein konstantes Training über eineinhalb bis zwei Stunden Übungseinheit durchhalten können. Um eine Dan-Prüfung durchzustehen, ist ebenfalls schon ein gewisses Maß an Fitness erforderlich. Ist dies einmal erworben, ist es nicht mehr so schwer, es im alltäglichen Training beizubehalten. In einem so gearteten Training liegt der Schwerpunkt daran, ständig das breite Spektrum der Techniken der jeweiligen Kampfkunst zu erlernen und beständig zu üben, und beansprucht somit auch die überwiegende Trainingszeit einer Übungseinheit. Dem Erhalt der notwendigen Kondition ist nur ein kleinerer Teil des verfügbaren Trainingszeitrahmens vorbehalten und wird auch nur als erforderliches Aufwärmtraining benötigt.

Nun gibt es gerade seit geraumer Zeit in den Kampf- und Selbstverteidigungskünsten das Erscheinungsbild, dass einem Betreibenden das reine Training der zum Teil durchaus komplexen Technikabläufe nicht mehr genügt oder es auch nach einiger Zeit einfach nur langweilt. Sie verfallen sukzessive einem plötzlich auftretenden Hang zum unüblich erhöhten Fitnesskult. Sie brauchen nun zusätzlich den so genannten ultimativen Kick, einen rauschartigen Zustand, in dem sie sich plötzlich wie unter einem Drogeneinfluss high fühlen. Dem Erwerb wie auch der permanenten Wiederholung dieses Zustandes ordnen sie dann den gesamten bisherig gewohnten Trainingsablauf für ihre rein persönlichen Glückszustände. Aus einer kleinen Fitnessstrainingseinheit am Anfang einer Übungseinheit wird nun eine nun fast ausschließliche Konditionseinheit und die eigentlich vorgeschriebene überwiegende Technikübungseinheit bleibt somit auf der Strecke. Dies geschieht dann zum Leidwesen und Bedauern der überwiegenden Mehrheit der Übenden, die eigentlich zum Erlernen der Techniken nicht mehr die notwendige Zeit haben und auch aufgrund des Ausgepowert-Seins, nun nicht mehr zusätzlich die notwendige Kondition für das Üben der eigentlich geforderten Techniken und Formen aufbringen können. Die erlernten Techniken bleiben in ihrem geforderten Niveau auf der Strecke, sie verflachen und werden unsauber und haben mit der eigentlichen Kampfkunst nicht mehr viel gemeinsam.

Der überwiegende Teil der Schüler hat nichts dagegen, hier und da mal die sonst benötigte Fitness über ein normal vertretbares Maß auszudehnen, aber dann möchte man auch wieder sein gewohntes Training haben wie sonst üblich, für dass man ja auch angefangen hat, seine spezifische Kampfkunst zu erlernen. Bietet man solchen Fitnessfanatikern nicht rechtzeitig Einhalt und führt so ein aus dem Ruder gelaufenes Training wieder auf ein gewohntes Normalmaß zurück, ist es vorprogrammiert, dass der überwiegende Teil der Übenden sich aus so einem Training, so zeigt es die langjährige Erfahrung, über kurz oder lang verabschiedet wird und die Gruppe früher oder später – als zu klein geworden – sich auflöst. So einem Trainer, der sein neues persönliches Fitnessverständnis nicht zum Wohle der anvertrauten Schüler in den Griff bekommt, kann man nur raten, sich zusätzlich in ein Fitnessstudio zu begeben und sich dort nach Strich und Faden auszu-powern und anschließend entspannt für die überwiegende Mehrheit der Übenden ein ganz der jeweiligen Kampfkunst mit all seiner Bandbreite an Techniken geschuldetes Training zu geben. Jedenfalls sollte man nicht sein plötzlich neu entstandenes Fitness-Ego auf dem Rücken der Übenden austoben. Die kommen, um eine Kampfkunst mit all ihren Techniken und Übungselementen zu erlernen. Wenn die sich nur auspowern möchten, dann gehen sie eben auch in ein Fitnessstudio. Da können sie eben aber keine Kampfkunst erlernen. Wer lieber dreschen und Holz hacken will, ist besser wo anders aufgehoben.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

## ANERKENNUNGS- UND VERLEIHUNGS-RITIS (KRANKHEIT) IM HEUTIGEN KAMPFSPORT!

Seit einigen Jahren macht sich eine doch seltsam anmutende Unsitte in den unterschiedlichsten Kampfsportarten breit. Der Drang nach zusätzlichen Anerkennungen und Verleihungen von unterschiedlichsten Graduierungen in diversen Kampfsportarten.

Es gibt mehr und mehr Herrschaften, die irgendwo bei einer fremden Organisation, nur zu oft bei einem der zahlreichen Phantasieverbände, eine Urkunde mit einer ausgestellten Graduierung erworben haben und sich diese bei einem offiziell renommierten Verband zusätzlich anerkennen bzw. nachträglich legitimieren lassen wollen. Beispielsweise da hat jemand vor 2 Jahren sich einen 5. Dan Ju-Jutsu anerkennen lassen und möchte anschließend schon nach 2 Jahren einen woanders verliehenen 8. Dan sich anerkennen lassen.





# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## *- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -*

Traditionelle Verbände wie z.B. das DDK usw. sind keine automatischen Anerkennungsmechanismen von Urkunden, die von anderen Verbänden ausgestellt bzw. verliehen worden sind. Ausgestellte Urkunden von renommierten traditionellen Verbänden haben einen Wert, da die dort ausgestellte Graduierung mehr oder weniger vorher sowohl technisch als auch theoretisch überprüft wurde. Ein reines durchreichen einer Urkunde von fremden Verbänden, ist nicht die geübte gängige Praxis. Bei Anerkennungen muss der Antragsteller schon auf der Matte unter Beweis stellen, dass der gewünschte anzuerkennende Grad dem tatsächlich gezeigten Können entspricht.

Das Sammeln von hohen Graduierungen ist heutzutage zu einer Unsitte geworden. Es ist zum Kitzel des eigenen Egos verkommen.

Es ist eine altbekannte Tatsache, dass man glaubt, dass das Ansehen oder Können eines auf der Matte agierenden Kampfkünstlers sich von seinem nach außen zur Schau gestellten Grad ablesen ließe bzw. an ihm erkennbar sei. Den entsprechenden Nachweis bleiben viele schuldig!

Die Frage tut sich auf, warum man nicht gleich sein Können durch eine Prüfung bei einem anerkannten Verband ablegen will? Dann braucht man sich anschließend nicht um eine Anerkennung zu bemühen. Wer beim DDK einen höheren Grad erwerben möchte, muss schon mit Beiträgen zum Verband und Können praktisch wie theoretisch über das allgemeine Maß herausragen.

Um es einmal an einem Beispiel zu verdeutlichen. Jemand ist Mitglied in einem traditionellen Verband und könnte bzw. möchte eine Prüfung zu einer nächst höheren Graduierung ablegen. Aus irgendwelchen nicht klar definierten Gründen – z. B. weil es leichter ist, die Anforderungen nicht zu hoch, der für ihn evtl. benötigte Zeitaufwand geringer, Entfernung für ihn nicht so weit, Gebühren geringer usw. – entscheidet er sich, diese Prüfung bei einem anderen Verband abzulegen. Dies unternimmt er auch noch ohne sich vorher bei seinem eigenen Verband höflicherweise eine Zustimmung für diese Vorgehensweise einzuholen. Kaum hat er die Graduierungsurkunde von dem anderen Verband in den Händen, möchte er diese sofort auch bei seinem eigenen Verband anerkennen lassen. Er zahlt somit zweimal die Gebühr, einmal für die Prüfung und einmal für die Anerkennung. Sein bisheriger Verband fragt sich nun, was das Ganze eigentlich soll?

Da sind ja die Leute, die die reguläre Ochsentour mit allen notwendigen Voraussetzungen im eigenen Verband – wie alle anderen – gehen, die Dummen, da diese sich ja an geltende Regelungen halten.

Eine Urkunde aus einem anderen Verband kann man nicht so einfach mir nichts dir nichts ohne vorherige theoretische und praktische Überprüfung anerkennen. Erst recht nicht, wenn sie von einem fremden Verband aufgrund von nicht nachprüfbar Leistungen von diesem Verband verliehen wurde. Mit welchem Recht fordert man von seinem Verband so eine Vorgehensweise, wenn man beim eigenen Verband keine entsprechend zu würdigen Beiträge geleistet hat!

Was weiterhin seltsam ins Auge fällt:

Da erwerben noch relativ junge Herrschaften für sie nicht adäquat einen 9. oder 10. Dan innerhalb eines recht kurzen unrealistischen Zeitrahmens. Dabei braucht es für eine ernsthaft betriebene Sportart bzw. Kampfkunst in der Regel mindestens ca. 40 Jahre, um nur durch Prüfungen einen 7. Dan in der jeweiligen Sportart zu erwerben. Im Fernöstlichen sieht man keinen Meister unter einem bestimmten Alter in einem höheren Rang. Alles andere ist nach deren Auffassung unehrenhaft.

Übrigens steht die Zahl 10 im asiatischen für perfekt. Aber kein Mensch kann nun mal perfekt sein. Aus diesem Grund haben die überwiegenden traditionellen Verbände auch keinen Dangrad über 9 hinaus.

Hier mal ein Vergleich: In Deutschland gibt es einen Unterschied zwischen bspw. Dr. rer. nat. (Naturwissenschaften) und Dr. h. c. (honoris causa). Das Eine erworben aufgrund einer regulär abgelegten Promotion mit all dem jahrelangen Aufwand und das Andere in Anerkennung aufgrund nachweislich erwiesener überragender Leistungen.

Ein weiterer Punkt: Man kann nur in einigen wenigen (2-3) Kampfkünsten im Laufe eines aktiven Sportlerlebens sich ein profundes Können und Wissen aneignen. Was soll also die Urkunden-Sammelei?

Judo, Jiu Jitsu/Ju Jutsu, Aikido, Karate eignen sich im Laufe der Jahre aufgrund etlicher Gemeinsamkeiten und artverwandte Elemente, parallel versetzt sich in diesen ein adäquates Können auch in höheren Graduierungen anzueignen.

Das gleiche gilt auch für Tae Kwon Do, Tang Soo Do und Hap Ki Do.

In diesen vorher genannten Beispielen ist es im Laufe eines längeren Sportlerlebens durchaus möglich, in mehr als einer artverwandten Sportart eine höhere Graduierung aufgrund des in ihr erreichten Könnens zu erwerben. Aber in mehr als 2 bis 3 ist nicht realistisch.

Es spricht auch nichts dagegen, seine erworbenen Graduierungen entsprechend den jeweiligen Verbänden zuzuordnen, ohne sich diese gleich gleichrangig in einem weiteren Verband anerkennen zu lassen.



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

Beispiel:

6. Dan Judo - GMK

5. Dan Judo - DDK

3. Dan Judo – DJB

oder

1. Dan Shotokan Karate - DKV

3. Dan Waduryo Karate – DDK

usw. hier gibt es viele reale Möglichkeiten. Wer also eine Anerkennung seiner anderweitig erworbenen Graduierung haben möchte, kommt nicht daran vorbei, das entsprechende Können auf der Matte unter Beweis zu stellen. Ein tatsächlicher Könnler hat damit auch kein Problem. Denn auf der Matte sollte jeder unabhängig seiner Graduierung zeigen können, was er wirklich drauf hat. Dann wird er auch für ernst genommen. Nur so hat auch eine anerkannte Urkunde ihren tatsächlichen Wert.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

## FORDERUNGEN IM HEUTIGEN KAMPFSPORT OHNE PRÜFUNGEN!

Vor geraumer Zeit wurde mir ein seltsames Argument im Zusammenhang mit Prüfungen zugetragen, was mich schon recht seltsam in seiner Ansicht berührte: „Wozu soll ich eine Prüfung zum nächst höheren Rang machen? Ich warte einfach die normal übliche Wartezeit ab und dann steht mir automatisch das Erlernen der nächsten Formen und Techniken vom Anforderungsprofil zum nächsten Rang auch ohne lästige Kosten und zeitintensive Prüfungsmühen zu. Warum soll ich all das Geld für die erforderlichen Voraussetzungen, wie Lehrgänge, Reisen und Gebühren sowie auch den notwendigen Zeitaufwand spendieren, nur um eine weitere Prüfung abzulegen, um dann die nächsten Techniken und Formen erlernen zu dürfen?“

Natürlich war mir bewusst, dass derjenige sich eigentlich nichts bei seiner Äußerung gedacht hatte. Als Inhaber eines technisch exzellenten 3. Dan in seiner Kampfkunst, die er mit Freude betreibt, hat er bis heute nach über 12 Jahren seit der letzten Prüfung noch nicht einmal verstanden, was Tradition in der Kampfkunst bedeutet.

In den traditionellen asiatischen Kampfkünsten ist es üblich, sich über die Jahre mit harter Arbeit und fleißigem Üben den Zugang zum nächsten Rang zu verdienen. Mit einer Prüfung wird zuerst einmal das bisherig Erlernte überprüft, ob es auch den Anforderungen an den nächst höheren Rang genügt und sie auch erfüllt. Mit dem Erreichen des neuen Grades geht natürlich auch die Möglichkeit und die Erlaubnis bzw. Berechtigung einher, den Inhalt wie neue Formen und Techniken der nächsten Rangstufe zu erlernen.

Nun ist es einmal so in der fernöstlichen Tradition der Kampfkünste, dass man als Voraussetzung zur Zulassung zur Prüfung und als Nachweis seines Engagements und Einsatzes für seinen Stil einige Opfer wie Mühen, Schweiß, Übungen, Zeit und auch Geld investieren muss! Denn was nichts kostet, hierbei ist nicht nur das Geld gemeint, kann auch nichts wert sein. Diese Opfer müssen es einem nun einmal wert sein, wenn man den neuen Rang anstrebt und auch die neuen Techniken und Formen erlernen möchte. Es geht ja auch ein notwendiger Reifeprozess als Voraussetzung damit einher.

Da sind ja die Herrschaften, die die reguläre Ochsentour mit allen üblich notwendigen Voraussetzungen im eigenen Verband wie alle anderen gehen, die Dummen, da diese sich ja an diese geltenden Regeln der Tradition halten, während einige meinen, sie müssten sich nicht wie alle daranhalten und nur den easy way beschreiten wollen.

Ich möchte einmal an meinem persönlichen Werdegang im Tang Soo Do ein Beispiel zum besseren Verständnis skizzieren. Anlässlich eines längeren beruflichen Auslandseinsatzes begann ich dort in meiner Freizeit mit dem Training im Koreanischen Karate (TSD). Wie das Schicksal so spielt geriet ich einfach per Zufall vor über 40 Jahren an meinen Trainer J. C. Shin, der mich in all den darauffolgenden 36 Jahren als mein persönlicher Trainer und Freund in der Kampfkunst formte. Nicht jeder hat so ein Glück, wie es sich heute für mich so darstellt. Für ca. 5 Jahre trainierte ich bei ihm als Schüler. Jedes Mal, wenn ich wieder in dieser Gegend war, ohne nur eine Möglichkeit zu haben, weitere Prüfungen als Schüler ablegen zu können. Nach ca. 5 Jahren nahm er mich zur Seite und bemerkte: „Ich sehe, dass Du immer wieder kommst, wenn Du hier bist, und du auch nichts verlernt hast, d. h. du praktizierst es auch zu Hause. Es muss Dir also etwas bedeuten. Hast Du keine Lust einen Schwarzgurt in unserer Kampfkunst zu erwerben?“

Ich fragte ihn daraufhin, wie er sich dies denn vorstellen würde. Wie viel Zeit erforderlich wäre. Ich könnte ja noch ca. 8 Wochen alten Urlaub investieren. Darauf meinte er, „Du kommst ohne Wenn und Aber und verbringst ca. 6 Wochen in meiner traditionellen Familie. In mei-



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

nem Karate-Studio trainierst du und lernst du dann jeden Tag mehrere Stunden, danach werden wir am Ende sehen, wie weit du kommst. Versprechen kann ich Dir nichts.“ Gesagt, getan. Ich besorgte mir bald als Investition ein Flugticket nach USA und mietete mir ein Auto, denn ohne dies ging nichts bei den dortigen Entfernungen der Anfahrtswege, und erschien so mit meinem Koffer vor seiner Tür. Er übernahm meine Unterkunft und Verpflegung in seiner Familie sowie das Training mit 6-7 Stunden pro Tag an 6 Wochentagen. Als er am Ende der ersten Woche an meine Tür klopfte und mich zum Mitkommen in seine Schule aufforderte, kroch ich vor lauter Muskelschmerzen nur noch auf allen Vieren aus meinem Bett. Es blieb mir nichts Anderes übrig, als ihm mitzuteilen, dass ich an diesem Samstag im Streik sei. Er ließ mich mit einem hintergründigen Grinsen zurück. Nachdem ich mich an diesem Wochenende von meinem ausgewachsenen Muskelkater erholt hatte, ging es von da an nur noch bergauf. Die ganze Zeit wurde nie über einen zu erwartenden Schwarzgurt gesprochen. Am letzten Tag kamen zur Abendstunde zahlreiche Schwarzgurte zum Training. Es war kurzfristig von ihm ein Dan-Training angesagt worden. Während des 2-stündigen Trainings wunderten sich die erschienenen Schwarzgurte, was der Grüngurt in der hinteren Reihe da zu suchen hat, und dass der Kerl auch noch die Formen (Hyungs) bis zum 2. Dan mitlaufen konnte bzw. unüblicher Weise durfte. Zum Schluss sollte ich dann noch unerwartet 7 verschiedene Bruchtests absolvieren, ohne dass ich je zuvor überhaupt einen gemacht hatte. Nun ja, ich absolvierte alle geforderten Varianten, wenn auch mit einigen Blessuren, was nun mal dazugehört. Das war's dann. Wir gingen alle noch anschließend zusammen in ein kleines Lokal und feierten meinen Abschied. Noch immer ohne einen Hinweis auf eine möglicherweise bestandene Prüfung oder sonstiges. Am nächsten Morgen, dem Tag meiner Abreise, überreichte er mir ein größeres Paket mit dem Hinweis, dass ich dieses zu Hause aufmachen sollte. Zurückgekommen nach Deutschland öffnete ich das Paket und fand darin unerwartet zu meiner Überraschung eine TSD Dan-Uniform (Dobohk), einen schwarzen Gürtel sowie ein Dan-Urkunde des Moo Duk Kwan auf meinen Namen ausgestellt. Das war die Art, wie mein Trainer es dokumentierte: „Komm ohne Bedingungen zu stellen, zeig deine Opferbereitschaft und dann sehen wir weiter.“ Das war meine erste und eine der wichtigsten Lektionen in meinem Werdegang in der Kampfkunst des TSD.

Auch später in den darauffolgenden 30 Jahren gab es immer wieder ähnlich gelagerte Gegebenheiten. Alle meine weiteren Prüfungen in den USA fanden immer ad hoc ohne vorherige Ankündigung statt. Trotz der Distanz und dem benötigten Zeit- und Geldaufwand musste ich immer wieder länger als andere warten, zusätzlich zu Prüfungen mehrmals antreten usw. Aber in all den 35 vergangenen Jahren hat es mich trotz Familie, Beruf, Karriere und finanzieller Belastung zum 7. Dan TSD gebracht. Damit gingen auch parallel all die Fortschritte in den Formen und in technischer Hinsicht einher.

Ich habe alleine in den ersten 12 Jahren an Reisen, Aufhalten und für Training sowie Übernahme von diversen Aufgaben und Verpflichtungen ca. 30.000 DM investiert. In dieser Zeit haben viele Dan-Träger von mir zahlreiche Formen kostenlos durch mein Training erhalten bzw. erlernen dürfen. Der überwiegende Teil derer ist schon verschwunden. Sie haben den Wert der Gaben nicht zu schätzen gewusst. Was umsonst ist, ist auch nichts wert. In all den Jahren seit dieser Anfangszeit haben nur sehr wenige zu schätzen gelernt, was sie bekommen haben. Aber es waren auch die, die dafür entsprechend investiert hatten. Es reicht einfach nicht aus, nur zu warten, dass etwas automatisch einem zusteht, was auch nicht der Fall ist. Man muss schon darum kämpfen und investieren wollen, um den Zuständigen seinen Einsatz unter Beweis zu stellen. Es muss einem es wert sein!

In den 35 vergangenen Jahren seit der Erlangung des ersten Dan, habe ich viele Aufgaben für den Verband übernommen und meinen Beitrag zur Verbreitung und Förderung sowie für den Fortbestand des TSD übernommen. Es war mir nie eine lästige Pflicht, sondern ein gern geleisteter Beitrag für den Verband und sein Fortbestehen. Natürlich möchten viele Herrschaften dies und jenes gerne erlernen und können, was sie so bei den Ranghöheren sehen, aber den notwendigen Einsatz und Lerneffekt wollen viele leider nicht erbringen. Aber in der traditionellen Kampfkunst ist es überall stilübergreifend Usus, dass man den notwendigen Einsatz inklusive einer Prüfung erbringen muss, bevor man den nächsten Rang erklimmen kann. Irgendwelche Mindestzeiten an Anwartschaft sind nur ein gewisser Anhalt und setzen den entsprechenden Einsatz voraus, der mit jedem Rang automatisch wächst. Wer da durch ist, weiß es hinterher auch zu schätzen, was er geleistet und erbracht hat.

Ich selbst bin stolz darauf, allen meine Graduierungen durch Prüfungen egal in welchem Stil erlangt zu haben. Das sind dann auch die Herrschaften, auf denen das Überleben einer Stilart in der Zukunft fußt. Der Rest sind nur zeitweilige Trittbrettfahrer und Gürtelfanatiker.

Noch eine Randbemerkung sei mir erlaubt. Einige Verbände in denen ich in den letzten Jahren in den Vorstand gewählt wurde, wissen den Reichtum an Erfahrungen, die ich durch meinen harten Werdegang im Tang Soo Do erworben habe, durchaus zu schätzen. Von nichts kommt nichts!

Klaus Trogemann, Chil Dan, TSD Esting



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

## DER UNSCHÄTZBARE WERT DER VERLÄSSLICHKEIT

Seit Jahren fällt mir auf, dass sich eine vermehrte Zunahme an Unverlässlichkeit im Umgang miteinander im Kampfsport- / Kampfkunstbereich breitmacht. Diese tritt in vielen Erscheinungsbildern auf. Z. B. Zusagen auch in schriftlicher Form, die gemacht wurden, werden nicht eingehalten. Man verlässt sich auf ein gegebenes Wort und wird einfach von der Tatsache überrollt, dass der Gegenseite plötzlich etwas Anderes in den Sinn kam und sie gar nicht daran denkt oder mehr gewillt ist, die einmal gegebene Zusage einzuhalten. Das geht von: habe es vergessen, ist mir entfallen, habe jetzt meine Meinung geändert oder einfach und schlicht, habe keine Lust mehr.

So etwas ist natürlich unheimlich erbauend und beruhigend, wenn man plötzlich mit so einer Reaktion bei der Erledigung seiner Aufgabe in letzter Minute konfrontiert und im Stich gelassen wird. Da wundern sich natürlich solche Herrschaften, wenn man ihnen beim nächsten Mal nach solchen Vertrauensbrüchen keinen Glauben mehr schenkt und sie nicht mehr mit weiteren Aufgaben betraut.

Da bekommen die alten Sprüche doch eine gewisse Aktualität, wie: Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser. Wer sich auf Andere verlässt, ist verlassen. Nur was man selber macht, ist auch wirklich gemacht. Da nützen einem die gut gemeinten Ratschläge in entsprechenden Situationen überhaupt nichts, und das erst recht nicht, wenn man in letzter Minute einfach im Stich gelassen wird: Man muss eben delegieren können oder vertrauensvoll anderen die anfallenden Aufgaben übertragen können! Wirklich tolle Sprüche, wenn man einfach in einer Situation im Regen stehen gelassen wird.

Versuchen wir es mal an real aufgetretenen Beispielen etwas näher zu erläutern. In meinen über dreißigjährigen Berufsleben bei einem international agierenden Elektro-Weltkonzern im weltweiten Einsatz war man schnell weg vom Fenster, wenn man in seinen übertragenen Aufgaben unzuverlässig agierte. Denn da kamen gleich hohe Summen an Schäden für die Firma zusammen. Beim nächsten Mal wurden eben zuverlässigere Leute mit solch wichtigen Aufgaben betraut und man selbst verschwand beruflich dauerhaft in der Versenkung. Man wollte nur die erfolgreiche Erledigung bzw. Vollzugsmeldung des übertragenen Auftrags erfahren, aber nicht Erklärungen, dass andere Herrschaften ihre Zuarbeiten nicht rechtzeitig erbracht haben und man deshalb den Termin nicht einhalten konnte. Traten Schwierigkeiten in einem Projekt auf, was immer mal durchaus möglich war, so waren diese rechtzeitig zu melden, so dass es möglich war, frühzeitig bzw. rechtzeitig gegensteuern zu können und somit doch noch einen Erfolg sicherzustellen. Dabei war es außerdem sehr wertvoll, immer zum regulären Plan A auch mögliche Alternativen – also einen Plan B, C oder gar D - zu haben, um trotz auftretender Gefährdung von Plan A nicht gleich zum Scheitern verurteilt zu sein. Im Amerikanischen nannte man auch so eine Person einen ‚go getter‘.

Nehmen wir nun mal ein Beispiel aus dem privaten Sportleben, das Organisieren und Durchführen einer Meisterschaft! Je nach Größe der Veranstaltung beginnt die Planung bereits ein bis zwei Jahre vorher mit den notwendigen Reservierungen der benötigten Sportstätten und Übernachtungsmöglichkeiten. Monate vorher müssen Aufgaben definiert und verteilt werden, die je nach Verantwortlichkeit zwischen Veranstalter und Ausrichter abgestimmt werden müssen. Medaillen, Trophäen, Plaketten und so weiter müssen lange vorher bestellt werden, ohne dass man überhaupt weiß, mit wie vielen Teilnehmern man tatsächlich rechnen kann.

Natürlich gibt es Checklisten, nach denen man die zu erledigenden Aufgaben zur Kontrolle abhaken kann. Die Aufgaben, die man als Veranstalter übernommen und selbst in die Hand genommen hat, sind erledigt. Die Aufgaben, die vom Ausrichter vor Ort zu erledigen sind, sollten auch erledigt werden, aber man hat es nicht selbst in der Hand und muss sich nur darauf verlassen, dass sie erledigt wurden. Ob diese allerdings trotz positiver Rückmeldungen tatsächlich erledigt wurden, stellt man erst in letzter Minute vor Ort bei der Durchführung der Veranstaltung wirklich fest. Dabei habe ich im Laufe von über 30 Jahren mit Veranstaltungen so meine Erfahrungen mit diversen Ausrichtern gemacht und auch so manch negative Überraschungen erlebt. Es gibt nichts, was nicht schiefgehen kann, entsprechend Murphy's Law, alles ist möglich. Oder man kann gar nicht so dumm denken, wie Andere handeln können.

Gott sei Dank ist es nicht immer so! Es gibt auch hier und da erfreuliche Fälle von echter Zuverlässigkeit. Hier möchte ich noch die zwei bekannten Sprüche einbringen: Ein Mann ein Wort und ein Handschlag ist bindend! Was einen immer wieder verwundert, ist die Tatsache, dass es Herrschaften gibt, die bereits lange zuvor wissen, dass sie ihre gemachte Zusage nicht einhalten können, aber sich nicht rechtzeitig von alleine melden, damit man noch gegensteuern kann. Man erfährt es, wenn man Glück hat, erst nach massiven nachfragen.

Ein weiterer leidiger Umstand ist, dass bei Meisterschaften und Lehrgängen die Teilnehmer ihre Zusage für eine Teilnahme recht spät oft erst nach Meldeschluss anmelden. Oder sie melden sich überhaupt nicht ab, noch nicht mal in letzter Minute, wenn sie wissen, dass sie doch nicht teilnehmen können. Das Traurige ist, dass der Veranstalter dann auf den entstandenen Kosten sitzen bleibt. Auch Zusagen für Zahlungen von Startgebühren und Reservierungen werden nicht eingehalten. Das geschieht leider auch immer erst nach Ultimo. Das war nur die Spitze vom Eisberg.

Da darf man sich nicht wundern, wenn es immer weniger Ausrichter und Veranstalter gibt, die gewillt sind, eine Veranstaltung bei solchen Gegebenheiten und Verhältnissen zu organisieren und durchzuführen, wenn man so unverantwortlich im Stich gelassen wird. Wir reden



# DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

## - Sammlung von Leitartikeln der DTSDV Newsletter -

nicht hier von diesen Herrschaften, die in letzter Minute krank werden, einen Unfall hatten oder vom Arbeitgeber wegen wichtiger Dringlichkeiten eine Urlaubssperre bekamen. Die können nichts dafür. Aber dies sind auch wirklich nicht ins Gewicht fallende Ausnahmen.

Ein Hoch auf all diejenigen, die trotz all dieser Widrigkeiten sich noch immer redlich bemühen, Veranstaltungen für zum Teil undankbare Teilnehmer durchzuführen. Hoffentlich denkt der Eine oder Andere hier und da nach, ob es nicht doch einen Sinn hätte, seiner eigenen Verlässlichkeit einen höheren Stellenwert einzuräumen.

Klaus Trogemann, Chil Dan, TSD Esting

**2019**

### EIN NACHDENKLICHES FEEDBACK EINES LANGJÄHRIG – ÜBER 50 JAHRE – TÄTIGEN TRAINERS

Im Zusammenhang mit Aufräumarbeiten zum Jahresende fiel mir plötzlich ein Ordner mit gesammeltem Feedback von Schülern in die Hände, deren Auswertung man gut und gerne als eine wichtige und wertvolle Manöverkritik für einen selbst auch jetzt nochmals nachträglich auswerten kann.

Wer mehr als 25 Jahre Trainer ist und mindestens zweimal wöchentlich dieser Funktion nachgeht, sollte schon inzwischen über einige positive als auch negative Erfahrungen verfügen. Zuerst einmal, wie kommen die meisten zu diesem Job. Entweder wird jemand gesucht, der einen anderen ersetzen soll, was auch immer der Grund dafür ist. Man wird dann mehr oder weniger von der Übernahme einer solchen Tätigkeit überzeugt oder schon fast etwas in die Richtung gedrängt, damit eben das Training egal wie weitergeht, da ja sonst die Mitglieder wegbleiben könnten und damit die Trainingseinheit zukünftig entfällt. Oder jemand fühlt sich selbst als die geborene Trainerpersönlichkeit und wartet nur auf seine Chance, so ein Amt übernehmen zu können. Egal ob er wirklich für so eine Tätigkeit die Persönlichkeit dafür hat, oder doch eklatante Defizite auf diesem Gebiet hat. Sein Ehrgeiz und sein Ego treiben ihn einfach dazu. Eine weitere Möglichkeit ist, dass sich jemand berufen fühlt, einfach eine neue Trainingseinheit von Null an aufzubauen.

Nach nicht allzu langer Zeit stellt sich dann doch schnell heraus, ob derjenige auch wirklich der Aufgabe gerecht wird oder nicht. Da gibt es diejenigen, die dann über genügend Selbstkritik verfügen und bald feststellen, ob sie bei ihren Schülern angenommen werden oder nicht und wo sie noch Defizite haben, an denen es noch zu arbeiten gilt, damit es ein gedeihliches Training für alle Beteiligten wird. Dieser Typ von Persönlichkeit wird auch weiterhin in der Zukunft einen Erfolg als Trainer erzielen und dankbar von seinen Schülern angenommen werden. Derjenige, der nur seinem Egotrip als Selbstdarsteller folgt und ohne Rücksicht und Antennen für zwangsläufig nicht ausbleibende auftretende negative Reaktionen weitermacht, wird früher oder später in seinem Amt Schiffbruch erleiden, das heißt er wird nur noch abgelehnt werden.

Wer sich in dieser Funktion weiterentwickeln und darin Erfolg wie Anerkennung haben möchte, kommt nicht daran vorbei, sich von Zeit zu Zeit ein Feedback über sein Erscheinungsbild als Trainer von seinen Schülern einzuholen. Natürlich ist so ein Feedback nicht immer so, wie man es sich erwartet hat. Da werden einem dann Sachen herübergebracht, an die man überhaupt nicht gedacht hat und man ist dann schon etwas nicht immer angenehm überrascht. Will man aber die Tatsache allerdings für ernst nehmen und möchte wirklich davon profitieren, um sich weiter zu entwickeln, dann sollte man vorerst einmal alles so unvoreingenommen akzeptieren und zusammen mit den vorgetragenen Argumenten mit sich selbst ins Reine kommen.

Es ist eine alte Tatsache, dass man es Allen nie recht machen kann. Je nachdem wie groß der Schülerkreis ist, treten oft die unterschiedlichsten Ansichten zu Tage. Und die gilt es im eigenen Interesse auf Richtigkeit sachlich zu überprüfen. Wenn dann in einem selbst die Erkenntnis heranreift, dass da etwas an diesen Argumenten unter Umständen doch daran ist oder aber auch ihre Berechtigung haben, dann sollte man es durchaus akzeptieren, auch wenn es momentan gegen die eigene Überzeugung geht. Aber auf alle Fälle ist es im eigenen Interesse einen Versuch wert. Die Kunst besteht dann darin, die verschiedenen Interessen der Schüler im Training resultierend aus unterschiedlichem Alter, Geschlecht, Beruf und Trainingsgrund für alle gedeihlich unter einem Hut zu bringen. Mit einem gelegentlich durchgeführten Feedback hat man hier mit den Rückläufen für eine fruchtbare Selbstanalyse ein sehr gutes Werkzeug hilfreich zur Hand. Nur wer auf Dauer seine Schüler nicht nur durch Sachkenntnis und Können fesseln kann, sondern auch einfach durch sein kompetentes und mit einem charismatisch ähnlichen Auftreten begeistert kann, wird auch auf Dauer den Erfolg als ein akzeptierter und geachteter Trainer davontragen.

Nur wer fähig ist, Selbstkritik zu üben und wohlmeinende Kritik Anderer zuzulassen, wird sich erfolgreich auf diesem Sektor weiterentwickeln. Wie bemerkt man so allgemein: Alles ist im Fluss, wer rastet der rostet und Stillstand ist Rückschritt. Ein Hoch auf all die jahrelangen Trainer, die oft uneigennützig verlässlich jahrein und jahraus erfolgreich über einen langen Zeitraum im Laufe der Jahre ein Heer von Schülern in ihrem Metier für ihr Training begeistern können.

Klaus Trogemann, Chil Dan, TSD Esting