

## Sensei Thomas und Karate-Do

Durch ein Karatebuch von Albrecht Pflüger, 7. Dan, der damals noch stolzer Inhaber des 2. Dan war, wurde ich auf diese fernöstliche Kampfkunst aufmerksam. Allerdings verschwand es dann zwischen meinen vielen anderen Büchern und wurde erst nach einigen Jahren entstaubt.

Von einem Klassenkameraden, der schon seinen violetten Gürtel besaß, wurde ich überredet, mir ein Training anzusehen. Ende Oktober 1977 machte ich mich mit meinem Freund, Andreas Voigt, auf den Weg ins Yama Tsuki Dojo. Kämpfen konnten wir schon vorher. Allerdings waren es eher geistige Schachauseinandersetzungen, die wir beiden Raucher uns zumuteten.

Wir betraten das Yama Tsuki Dojo in der Kieler Straße mit großem Interesse und konnten vom Clubraum durch eine große Fensterscheibe das Karatetraining beobachten, bei dem jede Menge Schweiß und andere Körperflüssigkeiten floss. Wir wurden Zeugen, wie einer der Schüler fluchtartig den Übungsraum verließ, um sich auf der Toilette zu übergeben. Die Stunde wurde von Ori Tondowski, 2. Dan, dem Inhaber der Schule, geleitet. Was uns dazu trieb, danach einen Jahresvertrag zu unterschreiben, ist mir bis heute unverständlich.

Im November sprangen wir dann „ins kalte Wasser“, bzw. im Dojo umher, um unsere nicht gerade hochtrainierten Körper auf Vordermann zu bringen. Zwei Jahre vorher hatte ich noch eine Herzmuskelentzündung auskuriert, die dafür sorgte, dass ich im Ruhezustand einen Puls von 300 Schlägen hatte! Dank meines hohen Zigarettenkonsums war dieser Wert schnell wieder erreicht.

Ich überstand dieses Training, ohne zu sterben, und nach sechs Wochen durften wir nicht nur die erste Prüfung zum Gelbgurt, sondern 4 Wochen später auch noch an einer Vereinsmeisterschaft teilnehmen. Man wurde dort sehr früh an den Freikampf herangeführt. So konnte ich beobachten, wie ein Karatekämpfer mit Braungurt einen Gelbgurt mit einem Mawashi Geri (Halbkreisfußtritt) besinnungslos trat. Danach durfte ich mich mit ihm messen. Ich kann mich an diesen Kampf heute nicht mehr so richtig erinnern. Vielleicht war ich danach auch bewusstlos?!!

Drei Monate nach dem Beginn unserer Karatekarriere war ich Träger des Orangegurtes. Andreas, der Knieprobleme bekam, entschied sich, seine Karatekarriere nach einem Jahr zu beenden. Heute trainiert Simon, sein erwachsener Sohn, bei mir!

Ich beschloss, mir ein neues Dojo zu suchen. Nach einem Jahr war ich zum Grüngurt aufgestiegen, den ich im Saitama Dojo für 18 Monate tragen durfte. Dort betreuten mich Helmut Thätz, 2. Dan und Michael Strauch, 2. Dan, bei denen ich sehr gut aufgehoben war.

Dreimal wöchentlich wurde ich von Helmut und einmal die Woche von Michael trainiert. An Helmut Thätz gefielen mir sein großes Engagement und sein vielseitiges und interessantes Training. Michael Strauch war ein hervorragender Techniker, der auch in der Nationalmannschaft viele Erfolge erzielen konnte. Beide haben sich sehr gut ergänzt, so dass ich über sieben Jahre gern bei Ihnen trainiert habe. 1984 bestand ich die Prüfung zum 1. Dan bei Sensei Hideo Ochi auf dem Gasshuku in Freiburg, was nicht selbstverständlich war, da dort mehr Karatekas durchfielen als bestanden.

1985 wechselte ich in die Sportschule Agon. Ich wurde dort 4 Jahre von Dr. Peter Schroeder, 4. Dan, geschliffen, der schon DJKB-Instruktor Toribio Osterkamp, 5. Dan, und Horst Pfänder, 4. Dan, zu großen sportlichen Erfolgen gebracht hatte. Die kannten mich schon, da wir während meiner „Saitama-Zeit“ diese guten Wettkämpfer mehrere Male auf dem Hanse Pokal in der Kumitemannschaft schlagen konnten. Bei Agon wurde gutes Basistraining vermittelt und das Training war sehr auf den Wettkampf ausgelegt. Die große Stärke von Dr. Peter Schroeder war es, eine gute Gruppendynamik zu erzeugen und ein großes Zusammengehörigkeitsgefühl zu vermitteln.

Nachdem Dr. Peter Schroeder aus beruflichen Gründen seine Sportschule an Georg Sieger übergeben hatte, habe ich noch ein Jahr unter Toribio Osterkamp, meinem früheren Trainings- und Mannschaftskameraden, trainiert.

Bei Agon lernte ich Janusz Knapczyk 6. Dan (damals noch 3. Dan) kennen und schätzen. Janusz vermittelte mir, dass es noch andere Wege im Karate gibt, als sich zu messen und sportlich gefordert zu werden. Deshalb beschloss ich, mich Janusz anzuschließen, bei dem ich über zwei Jahre blieb.

Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich Niederlagen und Erfolge verarbeiten müssen, die mit Sicherheit für meinen jetzigen Lebensweg sehr hilfreich waren.

Später habe ich angefangen, selbst zu unterrichten. Meine erste Gruppe beim ETSV übernahm ich 1988. Später konnte ich im Sportverein der Polizei, in der Oberstufe des ETV und im HSV Dojo Unterrichtserfahrungen sammeln. Die Bedingungen waren nicht immer die besten.

Einige Sporthallen waren schmutzig und im Winter eiskalt. Der Boden einer Schulpausenhalle war knochenhart. Manchmal musste man sich die Hallen mit anderen Sportarten teilen, und es kam schon mal vor, dass man einen Federball an den Kopf bekam, während man Karate praktizierte. Schlechte Hallenzeiten und zu wenige Stunden, um effektiv arbeiten zu können, taten ihr übriges. Deshalb entschloss ich mich, meine eigene Karateschule zu gründen: das KYODO.

Meine Schüler und ich haben nun in Hamburg ein Dojo geschaffen, in dem man alles findet, was ein Karateherz höher schlagen lässt.

Ich genieße es heute, mich nicht mehr sportlich messen zu müssen und mich auf das Karate-Do konzentrieren zu können. Karate hat dafür gesorgt, dass ich heute ein sehr zufriedener und ausgeglichener Mensch bin. Natürlich erreicht man durch regelmäßiges, intensives Üben eine gute Kondition, aber die wahren Werte sind die Dinge, die man nicht sieht, die im Herzen stattfinden.

Es ist immer wieder eine große Herausforderung für mich, meine Schüler weiterzubringen. An ihnen spüre ich, dass ich auf dem richtigen Weg bin. Selbst nach über 30 Jahren Karatepraxis lerne und entdecke ich immer wieder Dinge dazu.

Das Wichtigste im Karatestudium ist das Erlernen der Basistechniken. Sie machen einen Karateka zu einem guten Kämpfer. Ich versuche, meinen Schülern - über die Basistechniken hinaus - viele Aspekte des Karate näherzubringen.

Wenn man einen großen Kampfgeist besitzt und hart an sich gearbeitet hat, verfügt man über ein solides Fundament, um noch viele andere Dinge zu erlernen. Die Beschäftigung mit der Kata ist ein großer Schatz, den der Karateka nutzen kann, um sich immer weiter zu entwickeln.

In Verbindung mit mentaler Stärke gehört Karate zu den effektivsten Selbstverteidigungssystemen der Welt. Traditionelles Karate beinhaltet Techniken aus dem Ju-Jutsu, Aikido, Judo und Boxen! Erst im Rahmen der Versportlichung wurden diese Elemente aus dem Karate entfernt.

Ich selbst habe immer versucht, von jedem Kampfkunstmeister zu lernen. Deshalb habe ich mir ein umfangreiches Wissen angeeignet und glaube, dass ein Karateka darauf achten sollte, einen Lehrer oder Sensei zu finden, der auch noch diesen Anfängergeist in sich hat und ständig auf der Suche ist, etwas Neues zu lernen. Das bezieht sich sicherlich auch auf viele andere Dinge im Leben, mit denen sich Menschen beschäftigen.

Bei mir ist es eben das Karate-Do.