

Karate und Japanisch - 空手と日本語

1. Schriftzeichen der Zahlen - 漢数字(Kansūji)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
一	二	三	四	五	六	七	八	九	十
Ichi	Ni	San	Shi /Yon	Go	Roku	Shitchi /Nana	Hatchi	Kyū /Ku	Jyū

In der japanischen Sprache gibt es drei verschiedene Schriftarten.

Zwei davon sind phonetische Alphabete (Hiragana und Katakana) und die Dritte besteht aus Schriftzeichen (Kanji). Jedes Schriftzeichen hat eine oder mehrere Bedeutungen, dazu noch mehrere Aussprachen.

I Technik - 技(Waza)

- 一本(Ippon) : 1 Pon
- 三本突き(Sanbon Tsuki) : 3 Mal Tsuki
- 五本組み手(Gohon Kumite) : 5 Mal Kumite
- 十字受け(Jūji Uke) : Kreuzblock

II Kata – 形(Kata)

- 平安四段 (Heian Yon Dan) : Heian 4 Dan
- 十手(Jitte) : 10 Methoden. (Jitte ist auch ein kurzer Metallschlagstock mit seitlichem Haken, welcher in der Edo (Samurai)-Zeit von Polizisten verwendet wurde. Damit konnten auch Schwertschläge abgewehrt werden.)
- 二十四歩(Nijūshi Ho) : 24 Schritte
- 五十四歩小(Gojūshi Ho Shō) : 54 kleine Schritte
- 五十四歩大(Gojūshi Ho Dai) : 54 grosse Schritte



・松涛館二十訓(Shotokan Niju Kun)¹ :

Die zwanzig Shotokan Niju Kun sind aufgestellte Verhaltensregeln von Meister Gichin Funakoshi und vermitteln das Grundprinzip des Karate Do.

一、空手道は礼に始まり礼に終わる事を忘るな

Vergiss nie, Karate Do beginnt und endet mit Rei(Verbeugung mit Respekt).

一、空手に先手なし

Im Karate gibt es keinen ersten Angriff.

一、空手は義の補け

Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit.

一、先づ自己を知れ、而して他を知れ

Erkenne dich selbst zuerst, dann den Anderen.

一、技術より心術

Der Geist ist über der Technik.

一、心は放たん事を要す

Befreien deinen Geist von andren Gedanken.

一、禍は懈怠に生ず

Unheil entsteht durch Nachlässigkeit.

一、道場のみの空手と思ふな

Karate ist nicht nur im Dojo.

一、空手の修業は一生である

Die Ausbildung im Karate umfasst dein ganzes Leben.

一、凡ゆるものを空手化せよ 其処に妙味あり

Verbinde dein alltägliches Leben mit Karate, das ist die Erkenntnis.

一、空手は湯の如し 絶えず熱度を与えざれば元の水に還る

Wahres Karate ist wie heisses Wasser, das abkühlt, wenn du es nicht ständig wärmst.

一、勝つ考えは持つな 負けぬ考えは必要

Denke nicht ans Gewinnen, doch denke darüber nach , wie du nicht verlierst.

¹ Modifiziert nach der deutschen Fassung des Shotokon Niju-kun aus Wikipedia von Funakoshi Gichin

一、敵に因って轉化せよ

Passe dich an deinen Gegner an.

一、戦は虚実の操縦如何に在り

Der Kampf hängt von der Handhabung deiner Treffsicherheit ab.

一、人の手足を劍と思へ

Stelle dir Hand und Fuss als Schwert vor.

一、男子門を出づれば百万の敵あり

Wenn man das Tor der Jugend verlässt, hat man Millionen von Gegnern.

一、構えは初心者に、後は自然体

Das Einnehmen einer Haltung ist beim Einsteiger, später ist es der natürliche Zustand.

一、形は正しく 実戦は別物

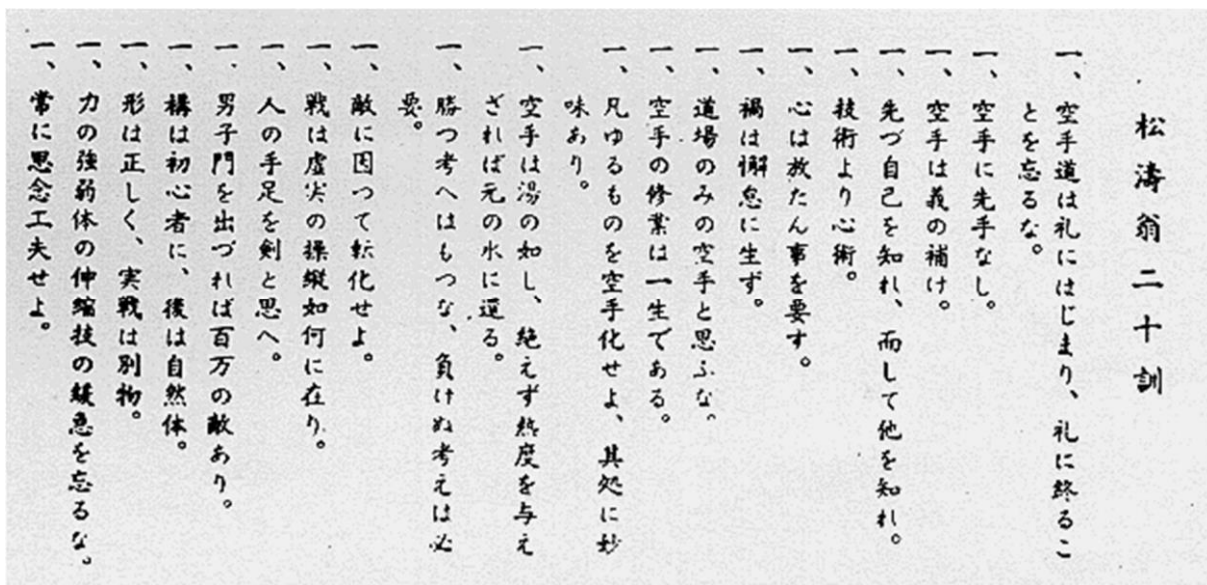
Übe die Kata korrekt, der echte Kampf ist eine andere Angelegenheit.

一、力の虚弱体の伸縮技の緩急を忘るな

Hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell, alles das vergesse nicht.

一、常に思念工夫せよ

Denke immer nach und versuche dich ständig am Neuen.



• Abbildung 1 Niju-Kun aus Wikipedia http://de.wikipedia.org/wiki/Funakoshi_Gichin

2. Hand und Fuss - 手と足

手 Hand 足 Fuss
Te/Shu/Su Ashi/Soku

空手道(Karatedo) : Der Weg für Karate

I Handtechnik - 手技(Te waza)

- 組手(Kumite) : Üben von Angriff und Verteidigung mit den Partner
- 引き手(Hikite) : Zurückziehenden des Hand
- 貫き手(Nukite) : Speerhand
- 一本貫き手(Ippon Nukite) : Einfingerstoss
- 二本貫き手(Nihon Nukite) : Zweifingerstoss
- 掛け手(Kakete) : Haken Hand
- 諸手受け(Morote Uke) : Beidhändiger Block
- 先手(Sente) : Erster Angriff
- 熊手(Kumade) : Bärenhand¹
- 鷲手(Washide) : Adlerhand

- 手刀打ち(Shutō Uchi) : Schwerthandschlag
- 縦手刀打ち(Tate Shutō Uchi) : Stehender Schwerthandschlag
- 手刀受け(Shutō Uke) : Schwerhandblock
- 背手受け(Haishu Uke) : Handdrückenblock

(Shotokan 20 kun) 一、空手に先
手なし
(Karate ni Sente nashi)
Im Karate gibt es keinen ersten Angriff.

II Fusstechnik 足技(Ashi waza)

- 足払い(Ashibarai) : Fussfeger
- 摺り足(Suri Ashi) : Gleitender Fuss
- 寄せ足(Yose Ashi) : Herankommender Fuss (Schritt wird zuerst verkürzt)
- 猫足立ち(Neko Ashi Dachi) : Katzenfussstellung
- 一本足立ち(Ippon Ashi Dachi) : Stellung mit einem Fuss
- 鷲足立ち(Sagi Ashi Dachi) : Stellung des Storches
- 逃げ足立ち(Nige Ashi Dachi) : Stellung zum Fliehen
- 引き足(Hikiashi) : Zurückziehen des Fusses

一、人の手足を剣と思へ (20 kun)
(Hitono Te Ashi o Ken to omoe) Stelle dir
Hände und Füße als Schwerter vor.

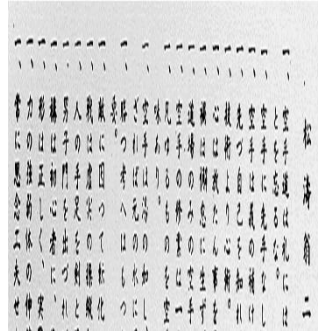
¹ Modifiziert nach der deutschen Verfassung des Shotokon Niju-kun aus Wikipedia von Funakoshi Gichin

- 足刀(Sokutō) : Fuss Schwert
- 運足(Unsoku) : Fussführung
- 閉足立ち(Heisoku Dachi) : Geschlossene Füße III Kata mit 手

• 十手(Jitte) : 10 Methoden. (Jitte ist auch ein kurzer Metallschlagstock mit seitlichem Haken, welcher in der Edo (Samurai)-Zeit von Polizisten verwendet wurde. Damit konnten auch Schwertschläge abgewehrt werden.)

• 珍手(Chinte) : Aussergewöhnliche Hand

• 雲手(Unsu) : Wolkenhand



3. früher, vor und danach/hinten - 先・前・後

先	früher	前	vor	後	danach/ hinten
Sen/Saki		Mae/Zen			Kō/Go/Ato/Ushi(ro)

I 先 und 後

- 先生(**Sensei**) : Meister, Lehrer, Trainer
- 先輩(**Senpai**) : Vorgänger (Höher-Gestellter)
- 後輩(**Kōhai**) : Nachkommender (Tiefer-Gestellter)
- 後の先(**Go no Sen**) : Normaler Konter, bevor der Angriff des Gegners trifft.
- 先の先(**Sen no Sen**) : Schneller Angriff, im Moment des Angriffs des Gegners.
- 先先の先(**Sen Sen no Sen**) : Augen des Gegners gut beobachten.
Angriff starten, sobald sich die Farbe seiner Augen ändert.
(bzw. bevor er seinen Angriff startet)

II Technik mit 前

- 前屈立ち(**Zenkutsu dachi**) : Nach vorne gebogene Stellung
- 前蹴り(**Mae geri**) : Vorwärtsfusstritt

III Technik mit 後

- 後屈立ち(**Kōkutsu dachi**) : Nach hinten gebogene Stellung
- 後ろ蹴り(**Ushiro geri**) : Rückwärtstritt

4. oben, mitte und unten – 上・中・下

上	oben	中	mitte	下	unten
Jō/Ue/Age		Chū/Naka		Ge/Shita	

Technik – 上・中・下

- 上段突き(**Jōdan Tsuki**) : Fauststoss nach oben
- 蹴上げ(**Ke Age**) : Schnapptritt nach oben
- 中段突き(**Chūdan Tsuki**) : Fauststoss in die Mitte
- 中高一本拳(**Nakadaka Ippon Ken**) : Faust mit hervorgehobenem Mittelfinger
- 下段払い(**Gedan Barai**) : Block nach unten



Quellen: https://de.wikipedia.org/wiki/Funakoshi_Gichin