

WAS ist Kata?

- Historisch gesehen ist Kata oder Hsing (chinesischer Ausdruck für Kata) eine Sammlung von Möglichkeiten und Taktiken, um auf eine physische und psychische Bedrohung reagieren zu können. Es gibt auch in unseren Breitengraden ähnliche Lernformen, denken wir nur in unserer eigenen Vergangenheit daran, wie ein Handwerk weiter gegeben wurde. Kata kultiviert unsere eigenen Fähigkeiten und startet zunächst mit Schlägen, Blöcken und Tritten.
- Da rund 80% der Menschen nichts von Selbstverteidigung verstehen, können wir davon ausgehen, dass Angriffe dieser größten Personengruppe in erster Linie aus würgen, fassen, umklammern, einfache Schlägen und ähnlichen Angriffen bestehen werden. Wir können daher davon aus zu gehen, dass Anwendungen der Kata in erster Linie darauf ausgerichtet sind, diese Angriffe abzuwehren. Dies dient gewissermaßen als Grundkonzept. Kata lehrt uns alle wichtigen Werkzeuge und das Verständnis warum und wann wir Techniken anwenden. Darüber hinaus dient das Üben der Kata zur Vervollkommnung von Körper und Geist.
- Jeder der sich mit Kata auseinander setzt, hat sicher schon gemerkt, dass Kata sich nicht von alleine lehrt! Wir müssen uns bemühen, die Bedeutungen der Kata zu entschlüsseln. Kata ist außerdem ein in sich geschlossenes perfektes System, dass nur Bedeutung hat, wenn wir uns ihm vollständig unterwerfen. Das setzt voraus, bei einem guten Lehrer zu lernen, denn nur er ist in der Lage unsere Fortschritte richtig einzuschätzen. Er wird uns immer wieder neue Aufgaben stellen, um Stillstand zu verhindern.
- Das Üben von Kata verlangt das Arbeiten an uns selbst. Über das intensive eindringen in die Bedeutungen und Anwendungen der Kata und das einhergehende immer wiederkehrende üben, verlassen wir das Anfängerstadium. Die Demonstration einer Kata ist dann nicht nur eine Turnübung, sondern das Offenbaren unserer Seele und unseres Herzens. Diese tiefere spirituelle Ebene ist wiederum wichtig, um technische Inhalte umfassender verstehen zu können. Das eine ist ohne das andere weniger als die Hälfte.
- Jede Schule zeigt in den Kata ihre eigenen Interpretationen und Anwendungsmöglichkeiten und hat eigene versteckte Prinzipien, die für jeden Uneingeweihten verborgen sind. Durch lange Jahre des Lernens, Hingabe und Beharrlichkeit können wir die Fähigkeit erlernen das Verborgene zu sehen.