

## **Seminar mit Rainer Schulte – Streiflichter und Eindrücke eines Greenhorns ;) [Arbeitstitel]**

Wollte ich meine Eindrücke von unserem Seminar vollständig schildern, würde dieser Artikel wahrscheinlich nie erscheinen, ich würde immer wieder versuchen, abzusichern, nachzuhaken, genauer hinzusehen, usw. ... Also wird dies eher eine kleine Sammlung von Streiflichtern und Eindrücken im Zusammenhang mit dem Seminar, das Herr Schulte am 11. Dezember in Willich gab und das für unsere neue kenpo-Gruppe rund um Robert Fuhr und Thomas Kozitzky einerseits erstes „Event“, andererseits aus meiner Sicht auch ein „Startschuss“ war, der hoffentlich viele Neue mit dem „Kenpo-Virus“ infiziert hat.

### **Ein bißchen Vorgeschichte**

Hmm, es war schon spannend, als wir, die taufrische Frauen-kenpo-Gruppe von Robert Fuhr und Thomas Kozitzky, deren erstes gemeinsames kenpo-Training gerade mal am 23. September dieses Jahres stattgefunden hatte, hörten: „Herr Schulte kommt“ ... Zuerst war nicht klar wann, da gab es schon bei Vielen erstes „Gezappel“ „Hoffentlich kann ich dann“ „Hoffentlich erfahren wir es früh genug“ ... usw.

Dann kam das Mail an Thomas Kozitzky: Herr Schulte teilte den Zeitrahmen mit, wann er in der Gegend sein würde. – Keine Frage, wir WOLLTEN ein Seminar mit ihm! Es war genug Vorlaufzeit, um alle zu informieren, fix war klar: für die Teilnehmerinnen aus den Frauen-Seminaren und aus der Frauen-Kenpo-Gruppe wäre ein Wochenendtermin toll.

Ebenso fix stand fest: unser „regulärer“ Trainingstermin am 16. Dezember kam nicht in Frage: Thomas, der da nicht mitgekonnt hätte, schob das zwar weit von sich und konnte sich auch vorstellen, nach seinem Firmen-Weihnachtsessen einfach noch auf ein Bier mit uns zusammen zu sitzen, - aber für uns war es undenkbar, dass ausgerechnet er nicht beim Seminar dabei sein könnte. So bekam er den Auftrag, Herrn Schulte zunächst nach einem Termin am Samstag, den 10. Dezember zu fragen. Gesagt, getan und abgemacht ...

Nur: es war wie verhext, wir bekamen keine Halle für den 10. Weder in Mönchengladbach noch in Willich war die Halle frei, die verbleibende Alternative, ein Yoga-Raum mit Teppichboden trug eher den Geschmack von „Entspannung, Schlaf und Ruhe“ als von „Training, Schweiß und Spaß“. Also: noch mal an Herrn Schulte mailen, ob es denn auch am Sonntag, den 11. gehen würde, - da konnten wir ins Sportstudio nach Willich. Die Antwort kam auch diesmal schnell „*müsste gehen.*“ ... Nicht genug für uns akribische Mädels, - „*müsste*“ ist gut, dachten wir – aber was ist, wenn wir die ganze Bande hier haben und es geht dann doch nicht ? – Das wollen wir ganz genau wissen!

Also musste Thomas sich als Nervensäge betätigen und noch mal nachfragen. Die Antwort war ein E-Mail mit einem einzigen Wort von Herrn Schulte: einem mindestens dreieinhalb Zentimeter großen **JA!**

O.k. damit konnten dann nun auch wir was anfangen und noch am selben Abend kreiste der Newsletter an alle „Mädels“. Robert Fuhr hatte auf anderthalb Seiten zusammengestellt, was seinen Lehrer, Herrn Schulte für ihn sehr besonders machte. Ein Kaleidoskop von Eindrücken von, über und mit Rainer Schulte, das neugierig machte und gleichzeitig Respekt und Achtung vermittelte. Außerdem hatte er ein paar Links zu früheren Berichten dazu gegeben, die weitere Facetten des Wirkens von Herrn Schulte in den Martial-Arts, im kenpo in Europa und an der Seite von SGM Ed Parker zeigten.

Was mich anging, ich hatte erst ein paar Tage zuvor Herrn Schultes offenen Brief auf den Internet-Seiten [www.kenpo.de](http://www.kenpo.de) gelesen und war –ohne die näheren Zusammenhänge zu kennen – beeindruckt gewesen von gleichzeitig gutem Stil und Nachdruck mit dem Herr Schulte seiner Meinung dort Ausdruck verliehen hat. Dieser Brief zeigte für meinen Geschmack einen Einsatz, der deutlich über das Persönliche hinaus um eine Sache an sich ging. Das überraschte mich angenehm, denn es ist nicht so leicht zu finden. Die riesigen Lettern des JA in seinem letzten Mail zeugten zudem davon, dass er auch Humor hatte. So war ich wirklich gespannt, Herrn Schulte kennen zu lernen.

### **Das Seminar beginnt**

Schon auf dem Weg vom Auto zur Halle begrüßte Herr Schulte einen kenpo-Schüler aus den alten Tagen, der mit seinem Sohn zum Seminar gekommen war. Die beiderseitige Freude war deutlich zu sehen. In den nächsten 15 Minuten traf aus allen Richtungen eine bunte Mischung aus alten und neuen kenpo-Schülern, völligen Neulingen und vor allem eine Menge Frauen ein. Überall Begrüßungen mit großem „Hallo“ und vielen „hugs“. Herr Schulte bemerkte später auf der Heimfahrt: „Ja, es war schon ein bisschen wie früher.“ ...

Vor allem wir „Neuen“, die die „alten Zeiten“ – wenn überhaupt – nur vom Hörensagen kannten, waren gespannt, was uns erwartete, ...

### **Der Lehrer**

Klar war es schwierig, einen so gemischten Haufen auf so unterschiedlichen „Levels“ von Erfahrungen mit Kampfkunst und/oder kenpo gemeinsam zu unterrichten und das dann auch noch so, dass möglichst alle was davon haben sollten. Herr Schulte erwähnte diesen Umstand eher beiläufig.

Wenn man genau beobachtete, konnte man allerdings sehen, wie er tatsächlich alle Levels „bediente“, an den Schwarzgurten direkt und unmittelbar demonstrierte, den „bunten“ durch das, was er zeigte und dazu erklärte Hintergrund gab und den weißen und Neulingen in ganz einfachen Einzel- und Paarweisen Übungen erste Eindrücke vermittelte. Eine solche Bandbreite an Lehrfähigkeit – egal auf welches „Fach“ bezogen – ist aus meiner Erfahrung nicht alltäglich und hat mich daher beeindruckt .. So etwas zeugt davon, dass man nicht nur selbst als Schüler alle Stadien durchlaufen hat, sondern dass man sich auch noch daran erinnert und weiss, was die Leute da wo sie stehen gerade brauchen.

Herr Schulte kannte zudem seine „Pappenheimer“, er konnte genau sagen, was mit den „Alten“ war, dem Einen mangelt es an den „Katas“, den Formen, andere waren nicht konsequent genug beim Training, sonst könnten sie von den Fähigkeiten her schon x-fache Schwarzgurte sein ... All das hatte er im Kopf und bezog es in sein Training ein – so jedenfalls meine Wahrnehmung. Kann natürlich sein, dass ich da zuviel hinein interpretiert habe, einfach, weil ich die Gewohnheit habe, die Dinge in einer bestimmten Weise zu verstehen – aber das wird mit der Zeit die Erfahrung und weitere, zukünftige Seminare mit Herrn Schulte sicher zeigen. Ich werde diesen Punkt bestimmt im Blick behalten. In jedem Fall deckte er wohl für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Ebenen „Hören, Sehen, Fühlen“ ab, über die SGM Ed Parker gesagt hatte: „To hear is to doubt, to see is to be deceived, - to feel is to believe“.

### **Die Streifen**

Was hat es mit den „Streifen auf dem Gürtel“ auf sich? – Herr Schulte erzählte uns die Geschichte über die Einladung von Ed Parker Jr. Zu einem Seminar, dort kam Herr Schulte ohne seine Streifen am Gürtel und wurde angesprochen, von wem er denn seine Graduierung verliehen bekommen habe .. „Na, von Ed Parker selbst“ .. Ja, und ob der denn nicht stolz darauf wäre, schließlich hätte SGM Ed Parker ihm den Gürtel nicht verliehen, wenn er keinen Grund dafür gehabt hätte .. „Hm, - ja, sicher bin ich stolz darauf ..“ Das führte dazu, dass Herr Schulte seine „Streifen“ als 7th Black Belt nun auch trägt. ]

### **kenpo für Frauen**

Sehr interessant und wichtig war in meinen Augen der Hinweis von Herrn Schulte besonders an uns Frauen: „Niemand hat das Recht, euch gegen euren Willen anzufassen.“ – Klar ist das klar. – Theoretisch zumindest. Dass unser Leben dann doch immer mal wieder andere Erfahrungen bringt, wissen wir alle. Gleich mir haben Viele den Effekt „Kaninchen vor der Schlange“ schon erlebt: „es“ passiert – in welcher Form und Ausprägung auch immer – findet ein Übergriff statt, und wir können plötzlich nur noch beobachten und „still halten“, - Reaktion, Empörung, Scham, - alles kommt erst viel später ... Warum auch immer viele von uns so geprägt sind, hat sicher unterschiedliche Hintergründe. Fakt ist: Selbstbestimmung hat etwas damit zu tun, aus solchen Mustern heraus zu gehen.

Gut, auch „von Außen“ zu hören, dass wir ein Recht auf unsere Grenzen, unsere körperliche Unversehrtheit und auf Selbstbestimmung („wer kommt uns wie nahe“) haben.

Aber nicht nur der Lehrer, der uns so etwas sagt, ist eine Unterstützung. Aus meiner Sicht ist es viel mehr kenpo an sich: wir lernen im kenpo, in eine selbst bestimmte Lage hinein zu gehen, nicht dem „Reflex“ folgend, z.B. nur die Hände schützend über den Kopf zu nehmen und ansonsten still zu halten oder bestenfalls versuchen, zu entkommen, nein: neue Gewohnheiten zu prägen, in den Angreifer hinein zu gehen und ihn mit unserer Präsenz zu überraschen, ihm Einhalt zu gebieten und wenn es sein muss, ihn auch weiter gehend unschädlich zu machen.

### **kenpo für Alle**

Auch darauf wies Herr Schulte hin: die Unterschiede zu kennen und in der eigenen Handlung zu berücksichtigen: ist ein Angreifer betrunken, dumm(dreist) usw. oder ist er völlig klar und dabei hoch aggressiv und gefährlich, – unsere Handlung sollte sich angemessen ausrichten. Es ist nicht nötig, einen an sich harmlosen Betrunkenen, der unsere Grenzen überschreitet, ins Krankenhaus zu bringen. Sicher wichtig für alle, die mit ihrer Kraft leicht wirklichen Schaden anrichten können ... Gleichzeitig an uns Frauen die Frage „..Wie weit könnt ihr gehen ... wenn es sein muss?“

Man konnte gut fühlen und Herr Schulte hat auch mit Worten sehr deutlich gemacht, dass kenpo kein „Kindergeburtstag“ ist.

Und trotzdem: Kaum vorstellbar, dass der eher freundlich und humorvolle ältere Herr, der vor uns auf und ab lief und mit leichtem amerikanischem Akzent seine Einsichten aus 41 Jahren kenpo mit uns teilte, wenn man dem glaubte, was man so las und hörte, zu früheren Zeiten keine Herausforderung ausließ und bereit war auf Leben und Tod zu kämpfen ..

Ich denke, wer die Sinne dafür hat, konnte seinen Hintergrund durchaus spüren und in allem, was er mit Robert und Thomas vor der Gruppe zeigte, konnte man sich über den klaren, schnörkellosen, direkten, schnellen und durchschlagkräftigen Stil des kenpo freuen. Dabei

hatten die beiden, deren Fähigkeiten wir als ihre Schülerinnen am eigenen Leib nur mit drastisch „angezogener Handbremse“ (und immer noch eindrucksvoll genug) gelegentlich zu spüren bekommen, richtig „zu tun“ ...

(Dies aus meiner Perspektive als blutige Anfängerin, - sicher haben die Erfahreneren weit mehr gesehen ...)

Klasse war, dass sich die „alten“ kenpo-Leute mit den Neuen mischten und wo es um das paarweise Training der gezeigten Übungen (?) ging, ihr Wissen an die Neuen weiter gaben. Robert Fuhr freute sich über den „spirit of kenpo“, der sich darin zeigte. Gespräche hinterher zeigten, dass es für beide Seiten ein großer Gewinn war. Klar ist es für uns „Neue“ ein Riesenvorteil, mit erfahrenen Leuten zu lernen, die sich „richtig“ bewegen und uns auch weiter helfen können. Aber auch von den „Alten“ kam die Rückmeldung, dass sie neue Erfahrungen gemacht, neue Reaktionsweisen, neue Bewegungsmuster an uns kennen gelernt hatten, was sie wiederum dabei unterstützt, die eigenen Fertigkeiten voran zu bringen.

Ich bin gespannt, wie nun bei uns die Gruppen – und damit unsere Trainingsmöglichkeiten – wachsen. Zuerst mal kam das gemischte kenpo-Training im Seminar mit Herrn Schulte so gut an, dass es im Januar ein „kenpo-Schnuppertraining“ für Frauen und Männer gemeinsam gibt. Vielleicht führt das ja zu einer weiteren kenpo-Trainingsgruppe, so dass wir mehr und unterschiedliche Trainingspartner und immer bessere Trainingsbedingungen haben.