

# Grundwissen der Geschichte des Kōdōkan-Jūdō in Japan

von Wolfgang Dax-Romswinkel

## Teil 6: *Seiryoku-zenyō* und *Jita-kyōei* - Jūdō wird zur umfassenden Philosophie

### Zeitgeschichtlicher Kontext

Die zweite Hälfte der MEIJI-Zeit, also etwa von 1890 bis 1912, war von einem erstarrenden Nationalismus und von außenpolitischer Aggression Japans geprägt. In diese Zeit fielen zum Beispiel der erste chinesisch-japanische Krieg (1894/95), der russisch-japanische Krieg (1904/05) und die Annexion Koreas (1910), das bereits seit 1905 japanisches Protektorat war.

Nach dem Tod des MEIJI-Tenno (1912) begann mit der *Taishō*-Zeit eine Phase vortübergender Liberalisierung in Japan. Diese Phase endete jedoch bereits wieder Ende 1926. Mit Beginn der *Shōwa*-Zeit am 25. Dezember 1926 begannen die ersten dunklen Wolken des Ultra-Nationalismus am Horizont aufzuziehen, die sich im Gewitter des 2. Weltkriegs so fatal entluden.

JIGORŌ KANŌ war über 25 Jahre lang bis 1920 Direktor der Höheren Lehrerbildungsanstalt in Tokio und somit für die Ausbildung von Lehrern verantwortlich. 1909 wurde er das erste asiatische Mitglied im internationalen Olympischen Komitee, eine Position, die mit einer Reihe von längeren Auslandsreisen verbunden war.

Nach seiner Pensionierung im Jahr 1920 forcierte er wieder stärker die inhaltliche und geistige Entwicklung des *Jūdō*. Unter dem Eindruck einer sich wandelnden Welt - der 1. Weltkrieg war gerade vorüber - und seiner zahlreichen internationalen Begegnungen hatte KANŌ noch stärker als zuvor nicht nur die Entwicklung der japanischen Nation, sondern auch vermehrt die Entwicklung internationaler Beziehungen im Focus.

Die zunehmende Ausrichtung im Denken KANŌs auf die Gesellschaft als Ganzes ist wesentlich vor dem Hintergrund der Herausforderungen zu sehen, vor denen Japan damals stand. KANŌ hatte Tendenzen der Nachlässigkeit, der Ich-Sucht, mangelnder Qualität einheimischer Produkte gegenüber Importprodukten, Versorgungsprobleme aufgrund von Bevölkerungswachstum, Roh-

stoffprobleme (insbesondere Eisen) u.a.m. erkannt und war der Überzeugung, dass es einer geistigen Erneuerung im Land bedurfte. Im *Jūdō* sah er hierfür ein bedeutendes Medium.

### JIGORŌ KANŌs lange Suche nach dem umfassenden Prinzip der gesellschaftlichen Entwicklung

Bereits durch das Ersetzen von *Jutsu* (術) durch *Dō* (道),

besser bekannt als das chinesische Tao (bzw. Dao), im Namen seines Systems macht JIGORŌ KANŌ deutlich, dass sein *Jūdō* nicht ausschließlich auf Fertigkeiten fixiert sein soll, sondern auch eine philosophische Dimension hat. Dies wird auch durch die Bezeichnung *Kōdōkan* (= Ort zum Studium des „Dō“) deutlich. Last not least üben wir alle auch in einem *Dōjō*.

Es ist schwierig, für *Dō* eine angemessene Übersetzung zu finden. *Dō* steht für Ursprung und Ende, für Weg und Prinzip und für die Gesetze des Universums. Das Studium des *Dō* ist das Studium der Prinzipien des Universums, es ist der „Weg“, im Einklang mit ihnen zu leben und nichts zu tun, das ihnen widerspricht.

Worin besteht aber dieser Weg? Wie können wir ihn greifbar machen? Wie können wir uns ihm nähern? Gehen wir zunächst einigen praktischen Fragen des Kämpfens nach und schlagen danach eine Brücke zur gesellschaftlichen Anwendung.

### Grenzen von *Jū-no-ri*

Der junge KANŌ hatte bereits erkannt, dass sich die Prinzipien und Theorien des Kämpfens auf das gesellschaftliche Leben als Ganzes anwenden lassen (vgl. Teil 4: Die Ziele des *Kōdōkan-Jūdō* in den Gründungsjahren), und versuchte, seine Gedanken zu *Jū-no-ri* immer weiter zu verfeinern, um so daraus ein allumfassendes - universelles - Prinzip zu formulieren. Wie in Teil 5 bereits angedeutet, stieß er dabei auf Grenzen, die er nicht mehr aufzulösen vermochte.

Ein typisches Beispiel aus der Praxis des Kämpfens ist



Die berühmte Statue KANŌs am Eingang des Kōdōkan in Tokio

eine Umklammerung durch den Gegner. Wenn ein Körperteil (z.B. Handgelenk, Oberarm oder Hals) erst einmal fest umgriffen oder umklammert ist, ist es unmöglich, der Kraft des Gegners nachzugeben und daraus noch selbst einen Vorteil zu ziehen. Derartige Situationen lassen sich nicht durch „Nachgeben“ lösen, die Kraft des Gegners lässt sich auch nicht gegen ihn wenden, *Jū-no-ri* ist als Prinzip hier „überfordert“ und greift nicht mehr.

Dasselbe gilt für einen weitgehend oder sogar vollkommen passiven Gegner. Auch er bietet keine Gelegenheit, seine Kraft gegen ihn zu richten oder seiner Kraft nachzugeben.

### Entwicklung von *Seiryoku-zenyō*

In beiden vorgenannten Fällen muss man, so KANŌs Erkenntnis, eigene Kraft gegen die Kraft des Gegners richten. Dies sollte, so KANŌ, jedoch in einer Weise geschehen, dass man die eigene Kraft so wirkungsvoll wie möglich einsetzt, bzw. nur so viel Kraft gebraucht, wie unbedingt nötig ist, um die jeweilige Aufgabe zu erfüllen.

Kalligraphie des Prinzips *Seiryoku-zenyō*

精力善用

Im Buch „*Kōdōkan Jūdō*“ (s.u. Literatur) ist die Nutzung der Hebelgesetze, deren Beachtung manchmal sogar wichtiger sei als das Nachgeben, ausdrücklich als Beispiel hierfür erklärt.

Auf eine etwas andere Art formulierte KANŌ sinngemäß: „Egal, was das Ziel ist, man erreicht es am besten durch den effektivsten Einsatz seiner körperlichen und geistigen Kräfte“.

Hinter dieser Formulierung steht die fundamentale Erkenntnis, dass alles, was Menschen schaffen, auf die eine oder andere Art „Energie“ - körperliche wie geistige - erfordert. KANŌ erklärt sinngemäß: „Ob man ein Buch einwickelt oder eines schreibt, stets wirken Geist und Körper zusammen.“ Konkrete Handlungen entstehen also immer erst durch eine möglichst optimale Verbindung körperlicher und geistiger Aktivität, die mit dem Einsatz körperlicher und geistiger „Energie“ verbunden ist. Für diese Dualität wählte KANŌ den Begriff *Seiryoku*, zusammengesetzt aus Geist (*sei* 精) und Kraft (*ryoku* 力).

Diese Energie so sinnvoll und effektiv, bzw. mit anderen Worten sparsam und wirtschaftlich, aber auch im moralischen Sinn „gut“ einzusetzen, wurde für KANŌ zum allgemeinen Ideal menschlichen Handelns. KANŌ drückt dies durch *zenyō* aus. Es bedeutet wörtlich „gut (*zen* 善) gebrauchen (*yō* 用)“.

*Seiryoku-zenyō* bedeutet also zusammengesetzt „Geist (*sei* 精) und Kraft (*ryoku* 力) gut (*zen* 善) gebrauchen (*yō* 用)“.

Die gesamtgesellschaftliche Relevanz - das „Moralische“ - liegt für KANŌ darin, „Gutes“ zu tun und gleichzeitig effizient in jeder Beziehung zu handeln, denn wer mit seiner Energie haushaltet, kann am Ende mehr Gutes für sich und andere leisten als derjenige, der sein Potenzial verschwendet. Hierin liegt für KANŌ ein zentrales Axiom für die Entwicklung der Gesellschaft: stets sein „Bestes“ für die Allgemeinheit geben.

### Ergänzung durch *Jita-kyōei*

Die Wirkung, die der Einzelne entfalten kann, bleibt stets begrenzt. Es ist daher erforderlich, dass sich Menschen in Gruppen - sei es in kleinem oder großem Maßstab - zusammenfinden und ihre Kräfte



JIGORŌ KANŌ im Alter von etwa 70 Jahren (Bildarchiv Dieter Born)

bündeln.

Diese gegenseitige Unterstützung drückt KANŌ im Motto *Jita-kyōei* aus, das holprig, aber treffend für „selbst (*ji* 自) und andere (*ta* 他) gemeinsam (*kyō* 共) gedeihen (*ei* 榮)“ übersetzt werden kann. Das „Gedeihen“ bezieht sich dabei sowohl auf die materielle als auch auf die spirituelle/kulturelle Entwicklung der gesamten Gesellschaft.

### Erweiterung der Ziele des *Jūdō*

Bereits 1918 hatte KANŌ erläutert, dass *Jūdō* vereinfacht als Gebilde mit drei Ebenen betrachtet werden könne. Zunächst lernt man, sich und andere im Bedarfsfall zu verteidigen. Danach geht es um die Kräftigung des Körpers und die Kultivierung des Geistes in intellektueller und moralischer Hinsicht. Mit diesen beiden Ebenen wiederholt und betont er noch einmal die Ziele des *Kōdōkan-Jūdō*, wie er sie bereits 1889 vorgestellt hatte (vgl. Teil 4).

Nun setzt er aber noch eine Ebene darüber, nämlich die aktive Mitwirkung jedes Einzelnen bei der Entwicklung einer humanen Gesellschaft als höchstes Ziel des *Kōdōkan-Jūdō*. Im Jahr 1922 verkündet J. KANŌ vor der Kulturvereinigung des *Kōdōkan*:

„Wir erklären hiermit, einen Beitrag zur Entwicklung der Humanität in der Welt zu leisten, indem wir das *Jūdō*-Prinzip *Seiryoku-Saizen-Katsuyō* (Anmerkung: später verkürzt

zu *Seiryoku-zenyō*) zur Geltung bringen. Wir erwarten von allen *Jūdō*-Übenden, dass sie ihren Körper gesund halten und kräftigen, moralisch aufrecht sind und eine einflussreiche Rolle in der Gesellschaft spielen. Wir erwarten von Individuen und von Gruppen, sich zu helfen und Kompromisse zu schließen und dadurch eine alles durchdringende Harmonie zu erzeugen. Bezogen auf die Welt im Großen erwarten wir von allen, nach gemeinsamem Gedeihen zu streben (*Jita-kyōei*), rassistische Diskriminierung zu überwinden und die Früchte kultureller Entwicklung zu teilen. Die essenziellen Punkte hierfür sind:

- (1) Bestmöglicher Einsatz von Körper und Geist ist die Basis für Selbstperfektionierung.
- (2) Selbstperfektionierung wird durch die Unterstützung anderer in diesem Prozess komplettiert.
- (3) Selbstperfektionierung ist die Grundlage für das soziale Gedeihen der Menschheit.“ (aus SYD HOARE 2007, vom Verfasser aus dem Englischen übersetzt).

40 Jahre nach Gründung des *Kōdōkan*, war die Philosophie des *Kōdōkan-Jūdō* voll entwickelt. Das praktische Üben im *Dōjō* war endgültig zum Mittel der Selbstperfektionierung als Basis für die Entwicklung der Menschheit geworden.



**Kōdōkan-Jūdō wird zur (Gesellschafts-)Philosophie**

Der junge JIGORŌ KANŌ hatte bereits erkannt, dass die Lehren des Kampfes auf die Bewältigung von Situationen des täglichen Lebens übertragen und angewendet werden können. Die Suche nach den umfassenden Prinzipien des Kampfes führte ihn zu der Erkenntnis, dass der Kampf seinerseits universellen Gesetzen folgt. Die Essenz des Jūdō - also das „wahre“ 柔道 - liegt in der Befolgung der Prinzipien von *Seiryoku-zenyō* und *Jita-kyōei* in allen Bereichen des Lebens mit dem Ziel der Schaffung einer humanen Welt.

Die vormaligen technisch/taktischen Prinzipien (*Jū-no-ri*, *Kuzushi*, *Shizei* usw.) wurden also - ohne ihre technisch/taktische Bedeutung verloren zu haben - zu Prinzipien der gesellschaftlichen Entwicklung erweitert. Konsequenterweise entwickelt KANŌ ein neues, erweitertes Verständnis von Jūdō, indem er sinngemäß schreibt: „Jūdō meint nicht mehr die Kampfkunst, sondern die Anwendung von *Seiryoku-zenyō* und *Jita-kyōei* in allen Bereichen des täglichen Lebens“.

**Jūdō und die Entwicklung von Moral**

Oft wird *Jita-kyōei* als „das moralische Prinzip“ von Jūdō bezeichnet, jedoch greift diese Betrachtungsweise deutlich zu kurz.

Bereits 1889 hat KANŌ die Entwicklung von Moral als eines der großen Ziele des *Kōdōkan-Jūdō* vorgestellt, wobei er unter Moral ganz

allgemein Leitlinien des alltäglichen Handelns versteht. Das Fundament bildeten die „fünf Theorien des Kampfes“ (siehe Teil 4):

- (1) Beachte die Beziehung zwischen Dir und Deiner Umgebung
- (2) Komme Deinem Gegner zuvor
- (3) Überlege reiflich - handle entschlossen
- (4) Kenne die Grenzen
- (5) Sei bescheiden im Erfolg - akzeptiere einen Misserfolg mit Anstand und Würde.

*Seiryoku-zenyō* und *Jita-kyōei* kann man durchaus als deren Weiterentwicklung betrachten. Der Weg selbst besteht danach in einer lebenslangen Selbstperfektionierung im vorgenannten Sinn.

**Verhältnis zwischen Kōdōkan-Jūdō und Religionen**

KANŌ hat das *Kōdōkan-Jūdō* stets unter anderem als Mittel der Moralerziehung verstanden. Deshalb und auch aufgrund des *Dō* im Namen, wurde es von Außenstehenden teilweise als eine Art religiöser Lehre aufgefasst und dargestellt.

KANŌ selbst konstatierte, dass Religionen im Sinne von Moralerziehung ähnliche Ziele verfolgen würden wie das *Kōdōkan-Jūdō*, jedoch eine Religion immer nur Autorität gegenüber jenen habe, die dieser Religion angehörten. Dasselbe würde für Traditionen gelten, deren Überlieferungen stets nur für diejenigen bindend seien, die in dieser Tradition stehen.

Religion und Tradition würden sich von daher nicht als Grundlage für eine allgemeine Moralerziehung eignen. Diese könne nur auf Basis unwiderlegbarer Gesetze der Logik erfolgen, denn nur dann würde eine allgemeine Gültigkeit anerkannt.

Und genau diese unwiderlegbare Logik glaubte er mit *Seiryoku-zenyō* und *Jita-kyōei* gefunden zu haben.

**Persönliche Anmerkungen des Verfassers**

(1) Die Anregung zu *Seiryoku-zenyō* kam KANŌ, wie er später sagte, schon in seiner Studienzeit, als er sich wunderte, dass ein Studienkollege selbst kürzeste Pausen produktiv nutzte und lernte, anstatt diese Zeit „totzuschlagen“. Dies resultierte letztlich in mehr Freizeit für ihn - bei gleichzeitig besserer Leistung, da die Gesamtzeit besser genutzt worden war.

(2) „Zen“ (deutsch: „gut“, geschrieben 善) in *Seiryoku-zenyō* darf nicht mit der „Zen“-Lehre, z.B. im Zen-Buddhismus verwechselt werden. Dieses schreibt man 禅.

(3) KANŌ verwendete wie oben geschrieben ursprünglich den Leitspruch *Seiryoku Saizen Katsuyō*, den er später zu *Seiryoku-zenyō* verkürzte. Es bedeutet in unmittelbarer Übersetzung: Geist und Kraft (*seiryoku* 精力) maximal gut (*saizen* 最善) und effektiv gebrauchen (*katsuyō* 活用).

(4) Fraglich ist, ob es überhaupt angemessen ist, von zwei Prinzipien zu sprechen. Aus Sicht des Verfassers ist es eher ein einziges Prinzip, das durch die beiden Slogans *Seiryoku-zenyō* und *Jita-kyōei* ausgedrückt wird.

(5) KANŌs Gedanken waren nicht überall willkommen, auch weil sie zunehmend gesellschaftskritisch wurden. Während KANŌ mit der Betonung von *Jita-kyōei* nach internationaler Verständigung und Harmonie durch Jūdō und durch alle *Jūdōka* strebte, und er deshalb dessen internationale Verbreitung stark forcierte, wurden die Kampfkünste insbesondere von Ultra-Nationalisten

auch mittels eines ideologisch geprägten und verherrlichten *Bushidō* als Erziehungsmittel zur Opferbereitschaft der Jugend für die Nation, bis hin zu den späteren Kamikaze-Fliegern, missbraucht.

**Literatur (Auswahl)**

BENNETT, ALEX: Jigorō Kanō and the Kōdōkan - an innovative Response to Modernisation, Kōdōkan Jūdō Institute, 2009

DAIGO, TOSHIRŌ: Wurftechniken des Kōdōkan Jūdō, Verlag Dieter Born, 2009

HOARE, SYD: Key Principles of Jūdō, 2007, Script einer Vorlesung an der Universität Bath

KANŌ, JIGORŌ: Kōdōkan Jūdō, Verlag Dieter Born, 2006

KANŌ, JIGORŌ: Mind over muscle, Kodansha Intl, 2006

NIEHAUS, ANDREAS: Leben und Werk Kanō Jigorōs (1860-1938), Ergon-Verlag, 2003

WATSON, BRIAN N.: Jūdō Memoires of Jigorō Kanō, Trafford-Verlag, 2008

**Kalligraphie des Prinzips Jita-kyōei**



JIGORŌ KANŌ bei der Demonstration eines *Uki-goshi* (Standbild aus einem Film des *Kōdōkan*)