



Saigo Takamori – der letzte Samurai

Der Kinofilm „Der letzte Samurai“ lieferte für Tom Cruise einen weiteren bedeutenden Mosaikstein in seiner Karriere. Der Titelheld dieses Historienfilms fiel allerdings schon sehr bald wieder in Vergessenheit. Es war Saigo Takamori, eine außerordentlich Persönlichkeit, die wir in Erinnerung rufen möchten.



Kindertraining: hatamoto und ashigaru

In den Schlachten des Alten Japan waren beide, hatamoto und ashigaru, wesentliche Elemente. In Bezug auf ihre Rollen, die sie für ihren Herrn in den Feldzügen spielen mussten, stellen wir zwei Bewegungsspiele für Kinder vor.



Die Süßkartoffel – fast so gut wie Reis

Sie gedeiht zwar nicht bei uns, aber ihre Beliebtheit wächst von Jahr zu Jahr. In Japan gehört die Süßkartoffel zum alltäglichen und abwechslungsreichen Speisenplan. Ihr gesundheitlicher Wert wird von allen Ernährungswissenschaftlern anerkannt. Wir stellen ein süßes Gericht vor, das zum grünen Tee genossen wird.

Koyku – die Kunst, richtig zu atmen

Richtige Atmung verstärkt unsere Techniken, falsche Atmung mindert nicht nur ihre Effektivität, kann sogar unsere Standstabilität negativ beeinflussen. Ralf Budde, ein Schüler der Goyu-Ryu Legende Fritz Nöpel, lässt uns seine Sicht der Dinge wissen.



Karate und Kanji

Manchmal eröffnet sich uns ein tieferes Verständnis, wenn wir den Spuren eines Begriffes in seine Vergangenheit folgen. Im Kanji des Wortes „do“ finden wir einige Bestandteile, die in ihrer Summe einen großen Interpretationsspielraum eröffnen. Am Ende müssen wir erkennen, dass es in unserer Sprache keinen Begriff gibt, der diesen exakt spiegeln kann. Dagegen liefert die Analyse der Kanji von yoko geri keage und yoko geri kekomi einige hilfreiche Aspekte, die den Unterschied der beiden Ausführungsformen deutlich machen.



Okinawa Kobudo im DKV

Der Kampfkunst-Experte Jamal Measara hat sich einen Traum erfüllt. Neben der Karate-Stilrichtung „Okinawa Karate“ hat er jetzt auch Okinawa Kobudo im größten deutschen Karateverband etabliert. Kobudo lehrt neben dem Kampf mit dem Bo auch den Einsatz anderer historischer Waffen.



Übersetzungsprobleme in Funakoshis Biografie

Henning Witwer zeigt anhand der Biographie von Funakoshi, wie sich Übersetzungsfehler vom Japanischen ins Englische und von dort ins Deutsche gleichsam des Kinderspiels „Stille Post“ übertragen und damit folgenschwere Irrtümer auslösen.



Nackenschmerzen – ärgerlich, aber erklärbar ... und vermeidbar!!

Sie melden sich immer dann, wenn man damit überhaupt nicht rechnet und sie gar nicht gebrauchen kann. Sie stellen den gesamten Tagesablauf auf den Kopf und zwingen uns zum Einhalten. Nackenschmerzen, wo kommen sie her, wer schickt sie uns, warum bleiben sie oft so lange und vor allem, warum kommen sie immer wieder. Mit unserem Zweiteiler bringen wir ein wenig Licht in die dunklen Ecken unserer Unkenntnis.

Editorial	3
Japan	6
Saigo Takamori – der letzte Samurai	
Spiele: Hatamoto und Ashigaru	12
Buchbesprechung	14
Amakusa Shiro – Gottes Samurai	
Rezepte	24
Amai Satuma Imo – Die Süßkartoffel	
Koyku – Die Kunst, richtig zu atmen	28

Ausbildung: Okinawa Kobudo im DKV	30
Serie: Karate und Kanji	32
Alte Meister	38
Übersetzungsprobleme in Funakoshis Biographie	
Nackenschmerzen	42
ärgerlich, aber erklärbar ... und vermeidbar! Teil 1	
Lehrgänge	54
Impressum, Termine Fortbildung	59