

Ninjutsu: die Kunst des ausdauernden Herzen

Ninjutsu ist die tief in der Vergangenheit Japans verwurzelte, historische und traditionelle Kunst des „unsichtbaren“ Ninja-Kriegers. Im Vergleich zu den herkömmlichen Kampfsportarten ist es fast unmöglich, einen genauen Zeitpunkt, Ort oder Gründer zu finden, um so das exakte Geburtsdatum des Ninjutsu festzulegen. Man sagt, daß diese Kriegskunst über tausend Jahre zurück reicht, bis in eine Zeit, in der es selbst die berühmte Japanische Kriegerkaste der Samurei noch nicht gab. Das Grundwissen, des späteren Ninjutsu, wurde zunächst nur als eine unkonventionelle Methode

betrachtet, mit deren Hilfe man verschiedene Lebenssituationen erfolgreich bewältigen konnte. Was später einmal zu einer höchst systematischen, wissenschaftlichen Methode der Spionage und Verhütung bzw. Überwindung von Gefahren werden sollte, nahm seinen Ursprung als dunkle Gegenkultur, als erzwungene Reaktion auf die damals vorherrschenden, politischen, militärischen und sozialen Traditionen in Japan. Dadurch entwickelte sich mit Hilfe der Natur, der kosmischen Gesetze und der menschlichen Psychologie bzw. Physiologie eine einzigartige, typisch japani-

sche Methode, die sich im Einklang mit dem Lauf der Dinge bewegt und deren Ziel es ist, das körperliche und geistige Überleben ihrer Anhänger zu garantieren. Heute, da die Zeiten friedlicher sind, ist das Ninjutsu ein Weg, um Körper und Geist zu entwickeln und mit der Umwelt in Harmonie zu leben. Zu den Kampftechniken im Ninjutsu gehören z. B. das richtige Rollen und Fallen, die Grundstellungen und Ausweichbewegungen, das Schlagen und Treten unterschiedlichster Art, Hebeltechniken, Würgen, Werfen und natürlich auch die traditionellen Waffenarten, wie Stock, Schwert, Messer, Speer, Hellebarde, Wurfklingen, Ketten und vieles mehr. Auch das Geländetraining kommt nicht zu kurz.

Ein großer Bestandteil des Ninjutsu sind auch meditative Übungen oder Meditationstechniken in Verbindung mit verschiedenen Atemübungen. Das Training findet meist in kleineren Gruppen statt, um eine familiäre Umgebung während des Übens zu schaffen. Dadurch kann sich jeder einzelne Schüler besser und schneller zu seinem Vorteil entwickeln. Das Ninjutsu wird heutzutage unter dem Familiennamen „Bujinkan“ weltweit unterrichtet und trainiert. Bujinkan heißt wörtlich übersetzt „Tempel des Kriegsgottes“, dessen Familienoberhaupt der einzige authentische 34. Großmeister des Togakure

