

Karate Do als Lebenseinstellung

«In den Spiegel schauen und sich nicht schämen müssen»

THÖRISHAUS – Obwohl Karate längst über alle Grenzen hinaus bekannt ist, haftet dem japanischen Kampfsport nach wie vor eine exotische Note an. Maurizio Gerussi ist einer der erfahrensten Karateka der Region. Seit 40 Jahren begleiten ihn Faszination und Leidenschaft für den Weg des Karate.



Karate kennt keine Altersgrenze: «Karate kann man auch mit sechzig beginnen», sagt Maurizio Gerussi.

Fotos: zvg

Ein gestandener Geschäftsmann Mitte Fünfzig mit offenem Blick und starkem Händedruck – Maurizio Gerussi kommt bodenständig daher, strahlt Gelassenheit aus. Doch trotz aller Sympathie, in die Quere kommen möchte man ihm nicht. Ein halbes Menschenleben ist es her, seit sich Gerussi dem Karate verschrieben hat. Damals war Bruce Lee mit seinen spektakulären Kampfszenen in allen Kinosälen zu sehen, was auch den 17-jährigen Gerussi nicht kalt liess. «Jeder wollte damals ein bisschen sein wie Bruce Lee», schmunzelt der Karateka. Er habe aber schnell gemerkt, dass Karate enorm schwierig sei. Bis jene Perfektion erreicht ist, die es braucht, um die gewünschte Wirkung zu erzielen, ist es ein jahrelanger Weg. Genau diese Zeit ist aber notwendig, um entsprechend verantwortungsvoll mit dem eigenen Können umgehen zu können. Der Einsatz der eigenen Kampffertigkeiten gilt in jeder Situation als letztes Mittel – erlaubt als Notwehr oder um anderen in prekären Situationen zu helfen. Es gehe auch darum, «dass man auch tatsächlich einschreitet wenn nötig, dass man Zivilcourage entwickelt». Doch trotz zahlreicher Situationen, welche Sprengkraft bargen, kann Gerussi heute sagen: «Ich habe in meinem ganzen Leben Karate niemals einsetzen müssen.» Dies dank gesteigertem Selbstvertrauen, Durchsetzungsvermögen und

Präsenz, die durch langjähriges Karatetraining geschult werden.

Für den erfahrenen Karateka ist die japanische Kampfkunst denn auch mehr als eine sportliche Herausforderung. Man unterscheidet Karate und Karate Do. Karate legt den Fokus auf das Erreichen sportlicher Ziele. Karate Do geht tiefer, schliesst den Kampf gegen sich selbst mit ein, ist Charakter-

Karatealltags aus. Übersetzt bedeutet Karate Do «Weg der leeren Hand». Gemeint ist damit aber nicht nur der Kampf ohne Waffen und mit blossen Händen, sondern auch die Leere des Geistes. Angestrebt wird ein Zustand, in welchem man sich befreit von allen Gedanken. Jedes Karatetraining beginnt und endet deshalb traditionellerweise mit einer Meditation. Auch nach Jahren

zen Gürtels – verliehen. Obwohl Gerussi seinen 6. Dan als Anerkennung für seinen bisherigen Weg sieht, steht er der Verleihung von Dan skeptisch gegenüber. Dan ist kein geschützter Titel, die Anforderungen nicht offiziell definiert. «Es werden Dan verteilt wie Sand am Meer. Der zehnte Dan ist Perfektion und die gibt es nicht in dieser Welt», sinniert er, «das heisst, theoretisch ist nur der 9. Dan lebend erreichbar, der 10. wird höchstens ins Grab gelegt.» Dan hin oder her, Gerussi wird auf seinem Weg weitergehen und an sich selbst und seiner Kampfkunst feilen. Denn Karate Do endet nicht mit dem Pensionsalter – im Gegenteil. «Auch mit sechzig kann man mit Karate beginnen», weiss der Meister. Unabhängig, was in den nächsten Jahren auf ihn zukommt, an seiner Leidenschaft für Karate Do wird sich nichts ändern. Denn wer sich dem Weg des Karate verschreibt, tut dies mit ganzem Herzen. Maurizio Gerussi ist das beste Beispiel dafür.

Christa Pfanner



Maurizio Gerussi:

«Karate Do ist eine Philosophie, die aufgebaut ist auf Ehre und Kodex.»

bildung. «Karate Do ist eine Lebenseinstellung und eine Philosophie, die aufgebaut ist auf Ehre und Kodex», erklärt Gerussi. Es gehe darum, jeden Tag alles so zu machen, dass man mit Stolz darauf zurückblicken kann. «Man sollte am Abend in den Spiegel schauen können und sich nicht vor sich selber schämen müssen», bringt er auf den Punkt, «allem, was um uns herum ist, soll mit Achtung, Respekt und Ehre begegnet werden». Diese philosophische Seite des Kampfsports macht einen wichtigen Teil des

gelingt Maurizio Gerussi dieses Abschalten und Ausblenden der Welt ausserhalb des Dojos nicht immer. Doch der Weg ist das Ziel, das An-sich-Arbeiten eine Lebensaufgabe.

Die Begeisterung für den fernöstlichen Kampfstil und den Weg des Karate hat sich in all den Jahren kein bisschen abgekühlt. Dreimal wöchentlich trainiert der dreifache Grossvater in Bern, Mitte April bekam er im Trainingslager in Kroatien den 6. Dan – die sechste Stufe des Schwar-

■ INFO:

www.gerussi-karatedo.com

www.swiss-karatedo.org

www.swiss-karate.com