

Raufen nach der Regel „Leben und leben lassen“

Kampfsportserie 3 Aus der Schwenninger Judo-Szene ist Harald Burkart nicht wegzudenken. Von Kindheit an verbrachte er die Zeit auf der Matte und war über viele Jahre hinweg sehr aktiv in das Vereinsleben eingebunden.

Ob aktiver Wettkämpfer, Trainer, Schriftführer oder Vorstand – die Energie von Harald Burkart galt und gilt dem Judo. Außerdem fährt er gerne Motorrad, lässt sich von historischen Krimis fesseln, liebt die Bewegung an der frischen Luft und ist überhaupt ein umtriebiger Mensch. Und doch ist Judo seine langjährige Leidenschaft.

Harald Burkart hat das elterliche Haus übernommen und lebt noch heute in einem der älteren Stadtteile Schwenningens. Letztendlich brachte ihn genau das zu seinem Sport. Denn neben der Familie wohnte dort auch der damalige Judotrainer Dieter Eder. So schlug Vater Burkart eines Tages vor, da könne der Bub doch trainieren und meldete ihn zum Anfängerkurs an. So stand dann ein neugieriger zehnjähriger Harald am 1. Oktober 1977 in der Neckarturnhalle, um sich in die Kunst des Judo einführen zu lassen.

Erstes „Gürtelfarbtturnier“

Bereits ein Dreivierteljahr später bestritt er schon sein erstes „Gürtelfarbtturnier“. Das heißt, man kämpft zuerst gegen jenen Rang (Gürtelfarbe), den man selbst bekleidet. Gewinnt man diesen Wettstreit, bekommt man einen Gegner mit dem nächst höheren Rang. Das steigert sich so lange, bis man verliert. Und der „Frischling“ erwies sich als äußerst erfolgreich. Kämpfte er sich doch in fünf Durchgängen zum blaugurtigen Kontrahenten hoch und erreichte somit einen starken fünften Platz. Die Reihenfol-

ge der Gürtelfarben sind weiß, gelb, orange, grün, blau, braun und schwarz. Heute gibt es teilweise noch weitere Zwischenstufen wie beispielsweise gelb-orange.

„Man hat halt gekämpft“, erinnert sich der leidenschaftliche Judoka, „ich habe das damals nicht wirklich ernst genommen.“ Aber er ist hartnäckig dabei geblieben. Auf die Frage, ob er sich nicht mal für etwas anderes interessiert hat, zitiert Harald Burkart seinen Vater mit strengem Blick: „Da bisch jetzt und da

bleibsch.“ Und so blieb er halt.

Als 16-Jähriger übernahm er das Anfängertraining. Im März des Jahres 1984 begann er, sich auf den 1. Dan (Schwarzgurt, 1. Meistergrad) vorzubereiten. Über ein Dreivierteljahr lang verbrachte er zweimal wöchentlich für jeweils fünf Stunden seine Zeit mit intensivem diszipliniertem Training unter den strengen Augen seines Trainers Dieter Eder. Zusätzlich besuchte er alle sich ihm bietenden Lehrgänge und nahm an jedem Turnier teil, um seine für die Prüfung notwendigen

Wettkampfpunkte zu erreichen.

Er erinnert sich noch genau: „Am 15. Dezember 1984 holte ich mir, mit gerade mal 17 Jahren, den schwarzen Gürtel und war stolz wie Harry auf diese Leistung.“ Nach Bundeswehr und Studium stand er vier Jahre später wieder parat und bereitete sich zielstrebig auf den 2. Dan vor. Auch diese Prüfung bestand er problemlos. Inzwischen trägt er den 4. Dan.

Früher begeisterte ihn vor allem der Wettkampf und das sportliche Raufen. Heute reizt ihn vor allem die Eleganz der

runden und vielfältigen Bewegungen, also das „Siegen durch Nachgeben“ und „der sanfte Weg“, wie Judo auch übersetzt wird. Der 53-Jährige findet diese Kampfkunst auch aus einem anderen Grund äußerst wertvoll: „Hier bedeutet Verlieren im wahrsten Sinne des Wortes Unterliegen. Und dies ist vor allem für Kinder eine sehr wichtige Erfahrung. Man muss lernen zu verlieren – und danach wieder aufzustehen.“

Harmonisches Miteinander

Auch die Kameradschaft und ein harmonisches Miteinander sind für den ehemaligen Vorstand wichtige Aspekte für die Wesensbildung. Obwohl er sich aus der Vereinsführung zurückgezogen hat, ist er seinem Sport treu geblieben. Er findet, dass es an der Zeit ist, andere machen zu lassen. So kann er sich wieder rein auf den Sport und den damit verbundenen Spaß an der Bewegung konzentrieren. Das Gefühl, für sich das Beste gegeben zu haben, steht nun wieder im Vordergrund.

Wie ihn Judo für das alltägliche Leben geprägt hat? „Mit Disziplin, Durchhaltevermögen und Beharrlichkeit kann man einiges erreichen. Ich habe gelernt nicht aufzugeben“, erklärt er mit Freude. Außerdem nehme er Eindrücke bewusst auf. „In der Natur sitzen und alles um sich herum auf sich wirken lassen“, schildert der Schwenninger lebhaft, „das erfüllt mich mit Energie und Freude“. Und diese Lebensfreude strahlt er überzeugend aus. *biu*

Judo: der sanfte Weg

Judo ist eine japanische Kampfsportart und bedeutet wörtlich übersetzt „sanfter Weg“. Das Prinzip ist „Siegen durch Nachgeben“, das heißt, man versucht, den Schwung des Gegners umzulenken und sich selbst zunutze zu machen. Wie bei den meisten asiatischen Kampfkünsten, steht auch hier der Kampf selbst nicht im Vordergrund. Vielmehr geht es um die Entwicklung der Persönlichkeit mittels der Philosophie „Helfen und verstehen zu beiderseitigem Fortschritt und Wohlergehen“.

Dabei spielen die Kata (feste Übungsform) und der Randori (Übungskampf) eine große Rolle. Schläge und Tritte gehören nicht in das Repertoire des Judo. Der Fokus liegt auf Würfen und Bodentechniken mit einer Vielzahl von Hebeln und Wür-



gern. Ziel ist es, den Gegner zu Boden zu bringen und ihn da zur Aufgabe zu zwingen. Deshalb ist der Gi (Kampfanzug aus festem Stoff) so robust. An ihm hält man sich fest, greift, zerrt und nutzt ihn als Hilfe für Würfe oder gar Würger.

Bis ins achte Jahrhundert zurück

Die Wurzeln des Judo reichen bis ins achte Jahrhundert zurück, wie in alten Chroniken Japans zu lesen ist. Hier gibt es Beschreibungen von Ringkämpfen, die mythischen Ursprungs sind. Viele Jahrhunderte später entwickelte Jigoro Kano (1860 bis 1938) ein neues System, indem er eine Kombination verschiedener alten Jiu-Jitsu-Stile (Koryu) zusammenschmolz und bewusst auf eine Vielzahl von Schlägen und Tritten verzichtete. *biu*



Der vierfache Danträger Harald Burkart (rechts) zeigt mithilfe des Jugendleiters Philip Jäschke einen gelungenen Armhebel. *Foto: Birgit Uhl*