

Prof. Rick Clark¹

Ein Plädoyer für Vitale Punkte² (The Case for Vital Points)

übersetzt von Matthias Dülp

Die Leute beginnen aus den verschiedensten Gründen mit Kampfkünsten, und Selbstverteidigung ist einer der wichtigsten davon. Aber ist es auch das, was sie bekommen?

Mit der Entwicklung der Kampfkünste, sowohl als Sport wie auch als Weglehre, scheint die kämpferische Anwendung in den Hintergrund zu rücken. Der Schwerpunkt liegt zunehmend bei der Sicherheit, Schutzausrüstungen, Wettkampffregeln, eingeschränkten Trefferflächen, Konditionstraining, Persönlichkeitsentwicklung, oder der sportlichen Anwendung von Techniken. Die Wettkämpfe teilen die Teilnehmer in Kategorien auf, nach Alter, Geschlecht, Graduierung und Gewicht.

Obwohl man immer noch innerhalb sportlich oder mental ausgerichteter Kampfkünste Selbstverteidigung unterrichten oder lernen kann, ist die effektive „Straßenselbstverteidigung“ mehr oder weniger auf der Strecke geblieben. Im übrigen verhindern es die Wettkampfklassen häufig, dass es ein Übender mit viel größeren, schwereren oder stärkeren Gegner zu tun hat.

Im wahren Leben wird es keine Aufteilung in Gewichtsklassen geben. Wird eine Frau angegriffen, so ist der Angreifer wahrscheinlich ein Mann und größer, stärker und schwerer. Wird ein Kind entführt, so ist der Entführer zumeist ein Erwachsener. In den meisten Fällen wird der Angreifer die Vorteile auf seiner Seite haben. Als Kampfkunstlehrer müssen wir den kleineren, jüngeren oder schwächeren Schülern eine Möglichkeit an die Hand geben, gegen einen entschlossenen Angreifer zu bestehen.

Was könnte einem kleineren Menschen einen Vorteil gegenüber einem größeren und stärkeren Angreifer verschaffen? Wenn man Judowettkämpfe anschaut, kann man feststellen, dass der größere Judoka gegenüber dem kleineren im Vorteil ist. Natürlich kann auch der kleinere Judoka den größeren werfen und einen Punkt machen, aber dazu bedarf es eines hohen Maßes an Geschicklichkeit und Können. Das ist einer der Gründe, warum es im Judo Gewichtsklassen gibt. Gewicht macht etwas aus.

Das Können ist ein weiteres Kriterium bei Wettkämpfen. Schwarzgurte treten nicht gegen Gelb- oder Grüngurte an. Können niedrige Gürtelgrade gegen die höhergraduierten, erfahrenen Kämpfer Punkte machen? Natürlich können sie das, aber im großen und ganzen werden die Schwarzgurte die niedriger Graduierten schlagen. Sieht man Jugendliche gegen Erwachsene kämpfen? Treten Kämpfer der Herren Klasse A gegen Kämpfer der Jugendklasse oder Schüler A an? Nein - und ist das so, weil die Schüler oder Jugendlichen nicht gewinnen könnten? Natürlich nicht, sie könnten, aber im Interesse fairer Wettkämpfe werden Altersklassen gebildet um den Kämpfern angemessene Rahmenbedingungen zu geben.

Deswegen müssen wir unsere Schüler so ausbilden, dass sie sich gegen ältere (oder jüngere), stärkere, größere, schnellere oder besser trainierte Angreifer verteidigen können. Es ist von größter Bedeutung ihnen eine Möglichkeit zu geben, die möglichen Vorteile des Angreifers auszugleichen. Jeder weiß, dass es Stellen am menschlichen Körper gibt, die empfindlich gegenüber Angriffen sind. Es ist Allgemeinwissen, dass ein Faustschlag in den Magen dem Getroffenen die Luft nehmen kann. Doch, mit entsprechendem Training, kann man lernen einen starken Schlag in den Magen auszuhalten. Der gleiche Schlag jedoch, zu den Hoden, der Kehle oder den Augen, könnte verheerende Auswirkungen haben.

So verstehen wir, bis zu einem gewissen Grad, dass manche Stellen am menschlichen Körper verletzlicher als andere sind. Wenn wir akzeptieren und wissen, dass manche Stellen am Körper empfindlicher sind als andere, wäre es nur logisch nach diesen Schwachpunkten zu suchen. Weiß man erst einmal, wo sich diese Stellen befinden, muss man nur noch die Fähigkeit entwickeln, sie in Stresssituationen anzugreifen.

¹ Rick Clark ist Professor für Kriminologie und betreibt seit 1962 Kampfsport. Er hält hohe Dangrade in verschiedenen Disziplinen, so den 7.Dan Taekwondo Chung Do Kwan;

² Ich übernehme den relativ neutralen Begriff „vitale Punkte“, obwohl auch andere Termini wie Druck- oder Nervendruckpunkte usw. gebräuchlich sind (Anm. des Übersetzers).

Sun Zu's „Die Kunst des Krieges“ war über Jahrhunderte hinweg ein von lesekundigen Kriegern hochgeschätztes Buch. Bis heute, auch hier im Westen, können wir ihm Worte großer Weisheit entnehmen. So sagte Sun Zu zum Beispiel, „um sicher zu gehen auch zu gewinnen, was du angreifst, musst eine Stelle angreifen, die der Gegner nicht schützt.“ Man mag innehalten und sich fragen, „was hat das nun mit meinem Selbstverteidigungstraining zu tun?“

Um dies zu beantworten, muss ich etwas ausholen. Schaut man in das 6. Kapitel Ginchin Funakoshi's Buch „Karata-Do Kyohan“, findet man eine Abhandlung über empfindliche Stellen (vital points, *kyusho*³) und die Auswirkungen von Schlägen auf die verschiedenen Teile des Körpers⁴.

In vielen Fällen sind die Stellen, die er beschreibt recht offensichtlich. So sind einige Ziele, die er beschreibt genau jene, die ein Straßenschläger wählen würde. Das sind die Augen, die Nase, der Unterleib und der Solar Plexus. Doch beschreibt er im gleichen Abschnitt, das man einen Gegner niederschlagen könne, wenn man einen bestimmten Punkt am Handgelenk trifft. Außerdem erläutert Funakoshi Punkte an den Armen, Beinen, dem Rücken, Genick und Kopf die einen Gegner, wenn er hier getroffen wird, niederstrecken oder sogar töten können.

Nicht nur Funakoshi und andere östliche Autoren behaupten solche Dinge. In seiner Buchreihe „Modern Judo“ (1942) erwähnt Charles Yerkow einige Punkte, die man wohl in der Selbstverteidigung, nicht aber im Training verwenden könne, da sie sehr gefährlich seien. So bezeichnet er zum Beispiel einen Schlag auf einen Punkt am Fuß als möglicherweise tödlich. Man findet auch Beispiele für vitale Punkte in Professor H.H. Hunter's Buch „Super JuJitsu“ (1938), in dem er Punkte an Armen und Beinen beschreibt, die, wenn richtig getroffen, „partielle Lähmungen“ verursachen sollen.

Ich würde gerne auf das Zitat von Sun Zu zurück kommen, „um sicher zu gehen auch zu gewinnen, was du angreifst, musst eine Stelle angreifen, die der Gegner nicht schützt.“ Betrachten wir die Kommentare von Hunter, Yerkow und Funakoshi, so behaupten sie alle, es gäbe an den Extremitäten Stellen, die man schlagen und damit partielle Lähmungen, Bewusstlosigkeit oder sogar den Tod herbeiführen kann. Wenn jemand angegriffen wird, was muss ein Angreifer tun um mit ihm in Kontakt zu kommen? Um anzugreifen, muss der Angreifer seine Arme oder Beine einsetzen. Sobald er einen Körperteil in Reichweite bringt, bietet er damit auch ein Ziel für einen Gegenangriff. Ich bin sicher, einer wird nicht allzu sehr darauf achten, wenn man seine Beine oder Arme angreift. Bezüglich seiner Augen, Nase, Ohren, Kehle, Unterleib oder Solar Plexus wäre er sicher wesentlich vorsichtiger.

Ist man sich im Klaren über die Ergebnisse von Angriffen auf vitale Punkte an Armen oder Beinen, so erscheint es durchaus möglich, eine verhältnismäßig hohe Trefferwahrscheinlichkeit auf diese Ziele zu erreichen. Hat man erfolgreich getroffen, ist es für den Angreifer zu spät, sich noch gegen weitere Angriffe zu verteidigen. Die sonst schwieriger zu erreichenden Punkte könnten jetzt zu sich ergebenden Zielen⁵ und sofort angegriffen werden.

Gute Kenntnisse der vitalen Punkte an den Extremitäten können in Selbstverteidigungssituationen ein großer Vorteil sein. Diese Kenntnisse eröffnen einem die Möglichkeit die Ziele am Kopf, Genick, der Brust oder dem Rücken anzugreifen, und damit dem ernsthaften Schüler der Selbstverteidigung eine gute Chance einzuräumen.

³ Kor.: *kupso*

⁴ Die angegebenen Punkte finden wir übrigens in weitgehender Übereinstimmung in Choi, Hong Hi, (1968), *TAEKWON-DO - The Art of Self-Defence*, Deaha Publication Company, Seoul, Korea – jedoch ohne genauere Angaben zur Art des Angriffs oder den Auswirkungen (Anm. des Übersetzers)

⁵ „targets of opportunity“ – ein von Prof. Clark häufig gebrauchter Begriff für Ziele die sich aus der Vorbereitung und der damit entstehenden Situation ergeben (Anm.d. Übersetzers)