

Unsere Gürtelfarben

Kyu und DAN Graduierungen

Ganz am Ende der Seiten findet ihr noch etwas zum „Nachdenken“

Mit Beginn des ersten Trainings erhält der neue Karateka den 10. Kyu. Dieser wird meistens durch das Tragen des weißen Gürtels im Training dargestellt.

Man unterscheidet zwischen Meistern (schwarze Gürtel, Dan-Grade) und Schülern (farbige Gürtel, Kyu-Grade). Als Karate-"Meister" gilt, wer die Dan-Prüfung, d.h. die Prüfung zum Schwarzgurt, abgelegt und das Dan-Diplom erhalten hat. Bei den Schülergraden wird die Graduierung zusätzlich noch durch die verschiedenen Gürtelfarben ausgedrückt.

Meistens dauert der Weg vom ersten Training bis hin zum ersten schwarzen Gürtel, der Shodan, zwischen 8 und 12 Jahren.

Das Recht, den jeweils nächsthöheren Gürtel zu tragen erwirbt man durch das Ablegen einer Prüfung vor einem lizenzierten Prüfer, bzw. vor einer Prüfungskommission aus mehreren Prüfern.

Es gibt insgesamt 10 Dan- und 10 Kyu-Grade (10.Kyu ist Anfänger):



9. Kyu / Weißgurt

Unterstufe

Erst nach der ersten Prüfung ist der Karateka offiziell berechtigt den weißen Gürtel (oder halbgelb) zu tragen. Die Prüfung zum 9. Kyu verlangt vom Karateka das Verstehen und Umsetzen verschiedener einfacher Techniken.

**Der Schnee liegt auf der Landschaft.
Der Lehrer sieht den Schüler nicht
Der Schüler sieht die Lehrer nicht.**



8. Kyu / Gelbgurt

Unterstufe

Die zweite Stufe ist der gelbe Gürtel. Die einzelnen Grundtechniken werden weiter verbessert und oft in Kombinationen von Abwehr und Konterangriff geübt und trainiert. Das Training mit und am Partner wird intensiviert.

**Der Schnee schmilzt. Die harte, gefrorene Erde leuchtet gelb.
Der Lehrer sieht nicht, ob der Schüler fruchtbar ist.
Der Schüler sieht nicht, ob aus dieser Lehre für ihn Frucht wachsen wird.**



7. Kyu /
Orangegurt

Unterstufe

Orange ist die Farbe der dritten Stufe und die letzte Farbe der Grundstufe. Der Anfänger verlässt das Stadium des puren Kopierens der Techniken vom Trainer und erlernt mit Hilfe des Trainers diese so umzusetzen, dass die Techniken seinem Körpervoraussetzungen gerecht werden. Es werden neue Partnerübungen vermittelt und trainiert.

**Die fruchtbare Erde leuchtet in der roten Abendsonne.
Der Lehrer sieht noch keine Frucht
Der Schüler keimt, kann aber noch nichts.**



6. Kyu / Grüngurt

Mittelstufe

Karateka der vierten, der grünen Stufe haben inzwischen die Grundtechniken erlernt und verstehen es, diese auch korrekt auszuführen und am Partner zu demonstrieren. Erste, komplexere Kombinationen können mit dem Partner trainiert werden. Das Katatraining wird intensiviert und Einblicke in die nächsten Schritte werden vom Trainer gewährt.

Ein Pflänzlein kommt?

Der Lehrer sieht, der Schüler versteht.

Der Schüler erkennt die Wirkung der Lehre.



5. Kyu und 4. Kyu /
Blaugurte (oder
Violettgurte)

Mittelstufe

Die Grundlagen sind vermittelt, aber werden stetig weiter trainiert. In Verbindung mit komplexeren Kombinationen erlernt der Karateka den korrekten und fließenden Einsatz der Hüfte zur Unterstützung der einzelnen Techniken. Langsam, aber stetig wird der Karateka an freiere Kampfübungen herangeführt. Die Anwendung der Techniken aus Kata in realen Situationen (Bunkai) wird vermittelt. Es eröffnen sich automatisch neue Horizonte im Training. Diese Stufe ist schwerer als alle zuvor, daher gibt es zwei violette Gürtel.

5.Kyu:

Die Baumkrone reicht in den Himmel.

4.Kyu:

Der Lehrer sieht das Leben seines Samens.

Der Schüler sieht die Tiefe der Lehre.



3. bis 1. Kyu /
Braungurte

Oberstufe

Die sechste Farbe ist braun. Diese letzte Farbstufe ist bei weitem die komplexeste Stufe. Der Karateka muss es schaffen die bis hier Techniken zu verstehen. Das Verständnis für alles bis dahin erlernte muss soweit wachsen, dass der Karateka dieses auch weitergeben kann. Häufig sollte man in dieser Stufe auch die Möglichkeit ergreifen Trainingsstunden in den Unterstufen zu geben. Eine der schwierigsten Aufgaben ist es zu erlernen die Grundtechniken im Freikampf anzuwenden.

3.Kyu:

Der Baum hat feste Borke.

2.Kyu:

Der Lehrer sieht den Beginn selbständigen Lebens.

1.Kyu

Der Schüler sieht, fest gewachsen, den ersten Gipfel in der Ferne.



1. DAN / **Shodan**

Der erste Schritte ist geschafft und der Weg in die Meisterränge ist entscheidend kürzer geworden. Meistens dauert der Weg vom ersten Training bis hin zum ersten schwarzen Gürtel, der Shodan, zwischen 8 und 12 Jahren. Während zu Beginn des Training der schwarze Gürtel oft als ultimatives Ziel angesehen wird, so lernt man auf dem Weg dahin, dass dieser gerade mal den ersten Schritt auf dem Weg zum Meister ist. Der Weg ist das Ziel, nicht der Gürtel. Spätestens mit Erreichen des Shodan sollte ein Karateka Karate als Weg erkannt haben...

Das Wandeln der Stille.

Der Weg zum Shodan

Karate-Dô, sinngemäß bedeutet es: Der Weg der leeren Hand. Und schon das "Dô" im Namen verrät es dem aufmerksamen Leser. Karate ist ein Weg, das Erlernen des Karate kann nicht zum Ziel des Übenden gemacht werden. Es hat keine Bedeutung wie weit man im Erlernen der Kunst des Karate vorangekommen ist, man kann immer neue Aspekte erkennen, erlernen und verstehen. Auch kann der Karateka jederzeit seine Techniken weiter perfektionieren und ausbilden. Karate ist eine Kunst, welche den Übenden ein Leben lang begleitet, nicht nur im Dôjô während das Trainings, sondern auch sehr bald außerhalb im täglichen Leben.

Der Karateka kommt anfangs nur sehr mühsam voran, völlig neue Bewegungen erlernt und lange braucht die Grundtechniken umzusetzen. Hat der Karateka dieses geschafft, geht es schnell zum nächsten Schritt und wieder dauert es eine geraume Zeit diesen auch zu meistern. Es geht immer weiter so und meistens wird es nicht einfacher eine neuer Stufe zu erreichen, und es gibt meist längere Durststrecken. Diese Zeiträume geben einem das Gefühl auf der Stelle zu treten, da man sein Vorankommen selbst nicht ohne großen Aufwand objektiv beurteilen kann. Aber das stete Üben bringt einen weiter und schon sehr bald gilt es viele neue Facetten der Kunst zu erkennen und zu erforschen.



Das DAN - System

Das DAN - System (Yudansha) :

Das Dan - System (Schwarzgurte - Kuro Obi) hat Meister Gichin Funakoshi in das Karate - Do eingeführt.

Davon sind vier Grade als **technische Meistergrade** (YUDANSHA) definiert.

YUDANSHA:

Die Krieger = die technischen Dangrade vom 1. Shodan bis zum 4. Yondan, entspricht der Ha-Form (Stufe) = Formfreiheit des Weges. Zur technischen Perfektion übt sich der Yudansha mit geistiger Voraussetzung (Shin) und der richtigen Haltung (Shi-sei) den Forderungen des Weges entsprechend gerecht zu werden.

1. Grad - Shodan (Grad des Suchenden nach dem Weg)
2. Grad - Nidan (Grad des Schülers am Anfang des Weges)
3. Grad - Sandan (Grad des anerkannten Schülers)
4. Grad - Yondan (Grad des technischen Experten)

SHODAN:

1. Graduierung = schwarzer Gürtel (Obi).

Hier beginnt der Weg des Budo, und dies ist nicht mit der Meisterschaft in einer Budo-Disziplin zu verwechseln. Dieser Grad berechtigt zum Tragen des schwarzen Gürtels und ist der erste Meistergrad. Man nennt ihn auch Grad des Suchenden. Sho = klein, Dan = Grad

"Der suchende Schüler nach dem Weg"

Dieser Dan-Grad ist derjenige, der als "Suchender nach dem Weg" bezeichnet wird. Er hat in mehrjähriger Karate-Do- Praxis sein in der inneren Haltung sichtbar gewordenen Potential entwickelt, und er erkennt zunehmend, dass hinter der körperlichen Übung ein Weg zu Höherem als der reinen Beherrschung der Technik steht. Aber er ist doch noch ein "Suchender", weil er nur Vorahnungen von all dem haben kann.

Sein Interesse, in der Verbindung von Geist und Technik eine Herausforderung zu sehen, seine Bereitschaft, sich auf mehr einzulassen, zeichnen den ersten Schwarzgurt aus.

Dennoch besteht gerade jetzt die Gefahr, dass sein Geist sich ausruht und zufrieden ist, mit dem, was er glaubt, schon erreicht zu haben.

Allgemeine Anforderungen der JKA an den SHODAN:

Dieses Niveau erfordert, dass alle grundlegenden Körperbewegungen und Techniken, Hand- und Beintechniken eingeschlossen, mit erhöhter Kraft und korrekter Anwendung bei Grundkombinationen angewendet werden können.

NIDAN:

2. Graduierung = schwarzer Gürtel.

Der Schüler steht noch am Anfang des Weges und hat nun die Bedingungen des Weges durch seine rechte Haltung verstanden. Er hat sich noch nicht endgültig entschlossen, den Weg mit all seinen Hindernissen zu gehen, weiß aber, worauf es ankommt.

"Der Schüler am Anfang des Weges"

Dieser Dan-Grad wird als der Grad des "Schülers am Anfang des Weges" verstanden. Er weiß bereits mehr, worauf es ankommt und seine innere Haltung bezeugt dies. Seine intensive Karate-Praxis und sein Studium des Weges befähigen ihn, über den vordergründigen Kampfsport-Kontext im Dojo hinaus die Kunst des Karate-Do zu verstehen, sogar zunehmend auf weitere Lebenssituationen zu übertragen.

Am Anfang des Weges angelangt, erkennt er, was auf ihn wartet, aber er weiß auch, wie schwer es noch wird.

Der 2. Dan läuft Gefahr, diesen Anforderungen auszuweichen, sich nicht mehr als Schüler zu begreifen und sein Verständnis zu überschätzen. Auch mag ihn sein gutes technisches Können verleiten, sich zu profilieren. Wenn er diese Hürde nicht nimmt, vergibt er sich damit die Chance, wirklich weiterzukommen.

Allgemeine Anforderungen der JKA an den NIDAN:

Diese Stufe erfordert die persönliche Integration / Aufnahme und Ausübung aller grundlegenden Körperbewegungen und Techniken in solchem Grade, dass deren Anwendung in Übereinstimmung mit der Körpervanlage des einzelnen Individuums geschieht.

SANDAN:

3. Graduierung = schwarzer Gürtel

Grad des anerkannten Weg-Schülers. Er hat sich nun entschlossen, den Weg der Kampfkunst, die er übt bis an sein Lebensende zu gehen. Der Meister erkennt ihn nun als wahrhaftigen Weg-Schüler an. Hier beginnt der Eintritt in die Ha-Form. Man erkennt den wahren Sandan an seiner Haltung in all seinen Handlungen, und nicht nur an seinem technischen Fortschritt.

"Der anerkannte Schüler"

Dieser Dan Grad ist der Grad des "anerkannten Schülers" und bezeugt die Stufe, auf der der Schüler nun unwiderruflich fest entschlossen ist, den Weg bis ans Lebensende zu gehen. Erst jetzt gibt es keine unüberwindbaren Hürden mehr und nichts, das ihn von seinem weiteren Weg abbringen könnte. Seine Treue gegenüber dem Stil (Ryu), dem Weg (Do), der Schule (Dojo) und dem Lehrer (Sensei) haben Kopf, Herz und Hand gleichermaßen gestärkt.

Karate-Do ist ein wesentlicher Teil und alles durchdringender Aspekt seines Lebens geworden. Immer mehr und immer häufiger beginnt er auch, den Meister, der in ihm selber steckt, zu spüren, zum Vorschein zu bringen. Nicht nur seine technische Expertenschaft, sein Wissen und echtes Verstehen, sondern vor allem seine innere Haltung befähigt ihn, eine gewisse Unabhängigkeit und Freiheit, vielleicht sogar eine persönliche Interpretation zu entwickeln.

Allgemeine Anforderungen der JKA an den SANDAN:

Hat sich die Kenntnisse aller grundlegenden Körperbewegungen angeeignet. Diese Kenntnisse müssen in der Anwendung von Techniken unter verschiedenen Umständen und Bedingungen bewiesen werden.

YONDAN:

4. Graduierung = schwarzer Gürtel

Grad des technischen Experten-Kriegers. Er hat nun die technischen und körperlichen Grenzen erreicht und weiß nun, dass er sich auf einer anderen Ebene des Budo-Weges neuen Herausforderungen stellen muss. Der Yondan identifiziert sich nun vollkommen mit der Kunst, die er seit Jahren übt, indem er die Budo-Philosophie und die Budo-Technik miteinander so verbindet, dass er nun in der Lage ist, Fortschritte in der inneren Perfektion zu suchen und zu finden. Der Yondan ist die Vorstufe zur wahren Meisterschaft.

Nun steht er vor dem Tor zur echten Budo-Meisterschaft.

Dieser Dan-Grad ist nun endlich der Grad des "technischen Experten". Aber darüber hinaus ist Karate-Do nun für ihn eine Religion, ein Lebensprinzip geworden. Er identifiziert sich völlig mit dem Weg. Er hat die Theorie und die Praxis des Karate-Do verinnerlicht, er lebt danach. Er ist in jeder Hinsicht kompetent, glaubwürdig und vorbildlich. Von nun an hat er nicht nur Autorität, sondern er ist Autorität.

Allgemeine Anforderungen der JKA an den YONDAN:

Besitzt hervorragende Kenntnisse der wichtigsten Körperbewegungen und Techniken und deren Anwendung in solch einem Grade, dass die Fähigkeit, andere zu unterrichten, erreicht wurde.

KODANSHA:

Die selbstständigen Lehrer und eigentlichen Meistergrade des Budo. Man unterteilt diese Grade in zwei Abschnitte, zum ersten in kokoro (5.Dan und 6.Dan) und zum zweiten in iro kokoro (7.Dan bis 10.Dan), begleitet mit den Titeln Renshi, Kyoshi und Hanshi. Diesen Meistergraden spricht man Seishin (geistige Reife) zu.

Kokoro = Der Mensch mit Bewusstsein, er ist ein Teil jener Kunst geworden, die er übt.

Geistige Meistergrade des Budo (Kodansha)

- 5. Grad (Godan) - Renshi (Grad des Wissens)
- 6. Grad (Rokkudan) - Renshi (Grad des Wissens)
- 7. Grad (Shichidan) - Kyoshi (Grad der Reife)
- 8. Grad (Hachidan) - Kyoshi (Grad der Reife)
- 9. Grad (Kudan) - Hanshi (Grad der Reife)
- 10. Grad (judan) - Hanshi (Grad der Reife)

GODAN:

5. Graduierung = schwarzer Gürtel

Titel: Renshi, Mensch mit reifem Bewusstsein. Dieser Grad kann frühestens im Alter von 31 Jahren erreicht werden und setzt nicht nur eine entsprechende Budo-Erfahrung, sondern auch Lebenserfahrung voraus.

5. Dan (Godan) und 6. Dan (Rokudan)

"Kokoro - Grade des Wissens"

Diese Dan-Grade zeugen von einem hohen Mass an Wissen, Lebenserfahrung, Gefühl und innerer Haltung. Im traditionellen Karate-Do ist dies nun ein Lebensprinzip geworden. Der "Kodansha" ist nun nicht mehr "Schüler" er ist nun ein wahrer Meister und identifiziert sich völlig mit dem Weg. Er hat Theorie und Praxis des Karate-Do vollumfänglich verinnerlicht und ist bestrebt auch im Alltag nach diesen Prinzipien zu leben. Er ist in jeder Hinsicht kompetent,

glaubwürdig und vorbildlich und kennt die philosophischen Aspekte des traditionellen Karate. Von nun an ist er eine bedeutende Autorität.

Er ist nun ein "Karate-Meister" mit Herz, Geist, Seele.

Allgemeine Anforderungen der JKA an den GODAN:

Forschung wurde auf einem begrenzten Gebiet vollendet. Diese Forschung beinhaltet die Anwendung in einer Weise, dass sie auch anwendbar auf den speziellen Körperbau des Individuums ist.

ROKUDAN:

6.Graduierung = schwarzer Gürtel,
Titel: Renshi, freie Lehrer-Schüler-Beziehung,
Bewusstwerdung, Klarheit, Selbsterkenntnis und Harmonie. Es gilt immer noch nach wie vor, sich in allen Budo-Angelegenheiten wie zuvor zu bemühen. Das betrifft sowohl die körperliche Übung wie auch die geistige Übung.
"Steter Tropfen höhlt den Stein".

Allgemeine Anforderungen der JKA an den ROKUDAN:

Hat in einem Gebiet die Forschung so vollendet, dass dadurch ein allgemeiner Nutzen abgeleitet werden kann.

IRO KOKORU:

Die Grade der Reife. Dies sind die höchsten Graduierungen im Budo, verbunden mit den Titeln Kyoshi (7. und 8.Dan) und Hanshi (9. und 10.Dan). Der Kyoshi und der Hanshi versuchen der endgültigen Meisterschaft ständig Genüge zu tun und befinden sich nun in der Ri-Form = Transzendenz im Wesen.

NANADAN:

7.Graduierung = rot/weißer Gürtel (Block) oder aber auch schwarzer Gürtel,
Titel: Kyoshi, Großmeister des jeweiligen Stils. Bekennung zum Leben, Überwindung von Tod, Zustand des Nicht-Bewegens, Reife, geistige Klarheit in den kosmischen und menschlichen Angelegenheiten. Es ist dem Kyoshi klar, dass er auch die körperliche Übung nicht allein durch die geistige Übung ersetzen kann und übt daher immer noch täglich alle Techniken seines Systems.
Eintritt in die Ri-Form = Transzendenz im Wesen.

Allgemeine Anforderungen der JKA an den NANADAN:

Muss fortgeschrittene Forschung durch wirkliche Anwendung und beträchtliche Erfahrung der allgemein zu erforschenden Technik betrieben haben.

HACHIDAN:

8.Graduierung = rot/weißer Gürtel (Block) oder aber auch schwarzer Gürtel,
Titel: Kyoshi, Großmeister des jeweiligen Stils. Auch der Hachidan weiß um die technische Übung bis ins hohe Alter. "Wer rastet, der rostet". Im Budo gibt es kein vorzeitiges Pensionsrecht oder Ruhestand, denn die Übung geht bis ins hohe Alter, ja bis zum Lebensende.

Allgemeine Anforderungen der JKA an den HACHIDAN:

Forschung vollendet auf einem zuvor unbekanntem Gebiet.

KUDAN:

9.Graduierung = roter Gürtel, oder aber auch schwarzer Gürtel,
Titel: Hanshi, Großmeister des jeweiligen Stils. Für den

Hanshi sind all sein Verhalten und seine Handlungen Ausdruck von Einklang zwischen Innen und Außen und in Harmonie mit den kosmischen Kräften. Er hat das Satori gemeistert und öffnet jenen das Tor zu den Budo-Geheimnissen, die über jede Form der Technik hinausgewachsen sind.

Allgemeine Anforderungen der JKA an den KUDAN:

Dieses Niveau verlangt nach langem Zeitraum in individueller Leistung, Forschung und Technik. Diese Hingabe muss in der höchsten und außergewöhnlichsten Art von Karatevollendung und -entwicklung gipfeln. Weiterhin muss dieses angehäuften Wissen zum allgemeinen Dienst der Entwicklung des Karate-Do benutzt worden sein.

JUDAN:

10. Graduierung = roter Gürtel, aber auch schwarzer Gürtel, Titel: Hanshi, Großmeister des Stils, Vorstand des Stils, meist Begründer einer bestimmten Schule des jeweiligen Stils, Karatedo-Vater. Diese Graduierung ist frühestens ab einem Lebensalter von 70 Jahren möglich.

Die letzte Transzendenz!

ishin - denshin = "von Herz zu Herz"

Allgemeine Anforderungen der JKA an den JUDAN:

Dies ist die Stufe, bei dem sich die individuelle Person letztlich dem höchsten Ideal der Karate-Entwicklung genähert hat, die durch dauerhaftes Üben und Streben nach Wahrheit erreicht wurde und die nur im höchsten möglichen Grad der menschlichen Vorzüglichkeit zu finden ist.

STETER TROPFEN HÖHLT DEN STEIN"

"Jedes Korn Reis, einen Tropfen Schweiß"

In jedem traditionellen Karate-Dojo bildet sich im Laufe der Zeit eine Graduierungspyramide, die die darin Übenden dazu anhält, sich auf eine realistische Art und Weise in die Pyramide einzuordnen. Das Gürtelrangsystem unterliegt somit einer ganz bestimmten Hierarchie, nämlich der Budo-Hierarchie.

Die Budo-Hierarchie dient aber nicht der Unterdrückung (Befehl und Gehorsam), sondern soll den Übenden in den alltäglichen Dingen dazu anhalten, mit Respekt, Achtung und Sorgfalt sein Verhalten und Handeln in positive Bahnen des Lebens zu leiten.

Es ist nicht wichtig, was man (Mann oder Frau) um den Bauch (Hara) gebunden trägt, sondern sehr wichtig ist, was man im Bauch trägt (der Mensch in seinem Wesen). Dies ist für den Fortschritt des Übenden sehr wichtig und für die Weitergabe der Lehre notwendig.

Es ist für die Weitergabe der Lehre sehr wichtig, nach dieser alten Budo-Hierarchie zu verfahren, da eine demokratisch abgestimmte Übungsanleitung in einer Budo-Übung nicht machbar ist. Man würde sich in unendlichen Diskussionen verlieren, weil jeder seine Meinung zum Besten geben würde.

Ein Leitspruch an dieser Stelle

**"Erst an sich selbst arbeiten, sich verbessern", und dann fragen
"warum oder wieso".**

"Der Schüler spielt das Spiel, aber der Lehrer bestimmt die Regel."

Die Graduierungspyramide zeigt sich am Anfang nach außen hin durch die verschieden farbigen Gürtel (Obi) der Mudansha (weiß-gelb-orange-grün-blau-braun).

Dies zeigt dem Übenden am Anfang, wo sein technischer Stand ist. Das Erreichen eines bestimmten technischen Niveaus zeigt sich aber nicht nur an der Farbe des Obi, den der Übende um den Bauch trägt, sondern drückt sich in der Art und Weise seiner Bewegungen aus.

Das, was er um den Bauch trägt, hat der Übende durch seine inneren Leistungen mit der Verpflichtung der richtigen Handhabung nach außen hin zu zeigen.

Anfänglich sind alle Schüler sehr bestrebt, das Bestmögliche, ja das Höchstmögliche in nur kurzer Zeit aus sich heraus zu holen, um schnell die Stufen des Gürtelrangsystems nach oben zu steigen.

Aber dies ist wohl nur eine Erscheinung unseres Zeitgeistes, in möglichst kurzer Zeit irgendetwas schnell und ohne großen Aufwand, möglichst ohne große Mühe zu erreichen (Crash-Kurs).

Dies ist in einer Budo-Übung nicht möglich, wie es in herkömmlicher Art und Weise in der modernen Sport-, Fitness- oder Freizeit-Welt üblich ist.

In einer Budo-Übung gibt es keine Zeit, in der man irgendetwas erreicht haben müsste, sondern nur das, was man sich mit viel Geduld, Arbeit und Fleiß erarbeitet hat.

Es geht darum, das einmal erworbene Wissen um die körperliche Technik und dem Wissen um die entsprechende geistige Haltung, demgegenüber was man tut oder wie man sich verhält, innerhalb der Budo-Hierarchie gerecht zu werden.

"In einem Karate-Dojo lernt man nicht das Sein, sondern das Werden."