

# 修 驗 道

IN SOG JAPANS  
CHRISTIAN GRÜBL

©2023 Christian Grübl

Autor: Christian Grübl

ISBN 978-3-99139-636-9

Gestaltung: Erek Engelberger

Lektorat: Christine Ossberger

Druck und Vertrieb im Auftrag des Autors Christian Grüb:l

Buchschmiede von Dataform Media GmbH, Wien

[www.buchschmiede.at](http://www.buchschmiede.at) - Folge deinem Buchgefühl!

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors

Christian Grübl unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische

oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und

öffentliche Zugänglichmachung.





Christian Grübl

Schon in seiner Jugend zog es den Niederösterreicher in das ferne Japan, um Kampfkünste wie Karate, Ninjutsu und den Schwertkampf der Yagyū Ryu zu trainieren.

Inspiriert durch den Ehrenkodex der Samurai dem Bushido, begann sich Christian Grübl für japanische Religion zu interessieren.

Jahre später gelang es ihm, als erstem Europäer die Ausbildung zum Yamabushi Laienmönch abzuschließen.



Die Vergangenheit  
ist schon vorbei -  
die Zukunft ist noch  
nicht da.  
Es gibt nur einen  
Moment, in dem du  
leben kannst.





# INHALT

## コンテンツ

8	Einleitung
10	Der Weg zur Kampfkunst
13	Die erste Japanreise
20	Der Weg der Wasserfallmeditation
28	Spitzen und Klingen
32	Training mit der Yakuza
38	Ein mystisches Ritual
44	Shugendo und die Yamabushi
48	Feuer und Wasser
52	Eine ungewöhnliche Tracht
57	Der Bergeinstieg
64	Karate & Bruchtests
69	Tokudo - Die Einweihung
72	Die Härte des Okugake
79	Kyoto
86	Das Wasserfallfest
93	Der mystische Mount Ontake
101	Schlusswort
104	Danksagung

# Einleitung

Der jammernd dumpfe Klang eines Muschelhorns reißt mich aus dem Schlaf. Es ist drei Uhr morgens, und ich liege gemeinsam mit rund fünfzig schnarchenden und furzenden Japanern in einem kleinen Schlafsaal des Mount Omine Tempels.

Nur ein paar Stunden Schlaf, nach einem mehr als zwölf stündigen Gewaltmarsch. Meine Beine schmerzen von den vielen Blasen, mir ist kalt, und ich bin hungrig.

Es geht wieder los, ein Weg der viel Aufmerksamkeit und Kraft abverlangt. Einmal führt er steil bergauf, dann wieder steil ab über scharfkantige Steine, die sich in die dünnen Schuhsohlen bohren. Der Weg ist überzogen vom Flechtwerk alter Bäume, die ihre Wurzeln nach uns ausstrecken, um uns ins Stolpern zu bringen, und dazu noch bevölkert von unzähligen Moskitos.

Ich frage mich, warum ich immer wieder hierherkomme und diese Strapazen auf mich nehme.

Aber es ist keine Zeit zum Nachdenken. Schnell die durchnässten Klamotten von gestern anziehen, den Rucksack packen. Es gibt noch eine dampfende Schüssel Mizo Suppe, etwas Reis und Seetang, bevor es schon wieder weitergeht.

Gestern brachen wir um Mitternacht im Dorf Yoshino, nahe der Stadt Nara auf. Im Kinpusenji Tempel beteten wir, und wie auf Kommando begann es aus Strömen zu schütten und ein paar Minuten später waren wir alle klitschnass.

Von Yoshino ging es hinauf auf den heiligsten Berg der Shugendo Tradition, dem Omine San, dazwischen viele Gebete und Rituale ohne Zeit zum Rasten.

Bis zu den Knien teilweise im Schlamm und triefend nass kämpften wir uns hoch zum Gipfel. Der erste von sechs absolut unmenschlichen und fordernden Tagen.

Einem Europäer ist es nicht möglich, den Weg der Yamabushi zu gehen, sagte man mir. Shugendo ist etwas, das nur Japanern vorbehalten ist, und unmöglich zu verstehen.

Doch was ist Shugendo und die Yamabushi.... Was bewegt einen, als Österreicher einen Weg einzuschlagen, der selbst in Japan als unmenschlich gilt?

Ich würde Ihnen hier gerne meine Geschichte erzählen und Sie mitnehmen auf meine Reise. Die Reise vom schüchternen, schwächlichen Jungen, der durch das Training der japanischen Kampfkünste seinen Weg fand. Einen Weg spannender, körperlicher Fähigkeiten, bis hin zum inneren Weg, der Geist und Seele formt.

Das Leben ist eine Aneinanderreichung von Entscheidungen. Letztendlich erschaffen wir unser Schicksal selbst. Mein Schicksal ist es, dieses Buch zu schreiben und Ihnen damit in Erinnerung zu rufen, dass jede Erfüllung eines Traums mit einem Plan beginnt.



# 會

reißt mich aus dem Schlaf.

Der jammernd dumpfe Klang  
eines Muschelhorns reißt mich aus dem Schlaf.



A hooded figure in a dark, smoky environment, possibly a budo dojo, holds a sword hilt. The figure is wearing a dark hood and a light-colored garment. The background is filled with smoke, creating a dramatic and mysterious atmosphere.

# DER WEG

...

• • •

# ZUR KAMPF KUNST

Als kleiner Junge war ich der schwächste in meiner Klasse und somit oft Opfer vieler Streiche und übler Attacken. Für die Mädchen meines damaligen Alters galt ich als Vampir, da ich aufgrund einer Bindegauzentzündung stark gerötete Augen hatte.

Damals schon war ich fasziniert von den legendären Samurai und von allem was mit Japan, dem Land der aufgehenden Sonne, zu tun hat.

So begab ich mich oft in die Welt der Träume und sah mich als altertümlichen Krieger oder japanischen Ninja, der abenteuerliche Missionen bestand, um die Schwachen zu beschützen.

Schnell verschaffte ich mir aufgrund der damaligen Fernsehserie Kung Fu einen Namen als Kwai Chang Caine, und wurde wegen meines Hanges zu den damalig populären Kampfkunstfilmen noch mehr zum Gespött der ganzen Schule.

Als ich eines Tages wieder einmal von einigen meiner Mitschüler zusammengeschlagen wurde, beschloss ich, etwas zu ändern und einen Weg zu suchen, um mich gegen die ständigen Angriffe zur Wehr setzen zu können.

Das Angebot in Sachen Kampfkunst und Selbstverteidigung war zu dieser Zeit allerdings ziemlich rar. Somit begann ich mit meinen 14 Jahren - gegen den Willen meiner Eltern - Judo zu trainieren.

Als ich dann das erste Mal das Dojo, was so viel wie „Ort des Weges“ oder auch „Übungshalle“ bedeutet, betrat und meinen weißen, dicken Kampfanzug tragen durfte, wusste ich, dass Kampfkunst ein wichtiger Teil meines weiteren Lebens werden sollte.

Doch wie bei allen Dingen, die man von jemandem lernt, ist es meist der Lehrer, der zum Erfolg oder Misserfolg einer Sache beiträgt. Nach einiger Zeit ohne Lernerfolg, aber mit viel Mobbing, gab ich das Judotraining auf.

Heute weiß ich, dass es so etwas wie Glück oder Unglück nicht gibt. Unser Leben wird vom Schicksal geleitet, und das Schicksal wollte es, dass ich in der schönen Stadt Wien, kurze Zeit nach meiner Judo-Erfahrung, auf einen japanischen Sensei traf. Das Wort „Sensei“ steht für Lehrer oder Meister, und ehe ich mich versah, stand ich ihm gegenüber.

Ein klein gewachsener Mann mit dunklen, kinnlangen Haaren lächelte mich freundlich an und fragte mich in gebrochenem Englisch, ob ich eine Tasse Tee wolle.

„Du willst also japanische Kampfkunst lernen?“, fragte Soto Sensei - „Oh ja, das ist mein großer Wunsch und Traum“, entgegnete ich. „Dann hast du einen langen und harten Weg vor dir. Ich übernehme dich zur Probe, und wenn du dich dementsprechend verhältst, werde ich dich Ninjutsu lehren.“

Wie in Trance vernahm ich seine Worte - Ninjutsu - die Kampfkunst der Ninja, die ich bislang nur aus dem Fernsehen kannte, mein Traum schien in Erfüllung zu gehen.

Von den meisten Europäern belächelt und durch zahlreiche Filme unrealistisch dargestellt, waren die Ninja zwischen dem 12. – 16. Jahrhundert in Japan sehr aktiv. Als Spezialisten der unbewaffneten Selbstverteidigung und äußerst geschickt im Umgang mit unkonventionellen Waffen, waren sie auch in der Spionage und der taktischen Kriegsführung, meist im Untergrund gegen die Samurai, tätig. Wegen ihrer Fähigkeit, unbemerkt in Gebäude einzudringen und jedes Hindernis zu überwinden, wurden sie auch als Schattenkrieger bezeichnet.

So begann mein Training bei Soto Sensei, und während sich andere Jugendliche meines Alters in Discos trafen, arbeitete ich mit rund 20 anderen Schülern an meinen körperlichen Fähigkeiten.

Das tägliche Training war neben meinem Job kein Honiglecken. An der Tagesordnung standen viele Fall und Rolltechniken. Das Springen aus verschiedenen

Höhen und sogar der Salto rückwärts wurde geübt, dazu kamen Schlag-, Tritt- und Blocktechniken. Ich lernte, wie man in einem Kampf seinem Aggressor gegenübertritt und wie man sich in gefährlichen Situationen richtig verhält. Wie befreit man sich aus Würgeangriffen, wie kann man Hebeltechniken gezielt einsetzen, wie dringt man unbemerkt in Gebäude ein und wie infiltriert man eine Person? Soto Sensei verstand es, in einer kunstvollen, oft spielerischen Weise all diese Dinge zu vermitteln.

Ein schmerzhafter, kräftezehrender Mix, den ich jedoch geduldig über mich ergehen ließ! Mein geistiges Ziel hatte ich damals schon klar vor Augen und somit wurde mein Training immer definierter.

Wenn man beschließt, Kampfkunst zu trainieren, sollte man sich einen Überblick über das breite Spektrum verschaffen. Fast jedes Land auf der Welt hat seine eigenen Traditionen der Kampfkünste. Gerade in den asiatischen Künsten findet man große Unterschiede in Ihrer Vielfalt und Ausführung.

Das Ninjutsu Training wurde zu meiner richtig großen Leidenschaft. Bald kam auch der Umgang mit Waffen wie dem Stock und dem Schwert hinzu.

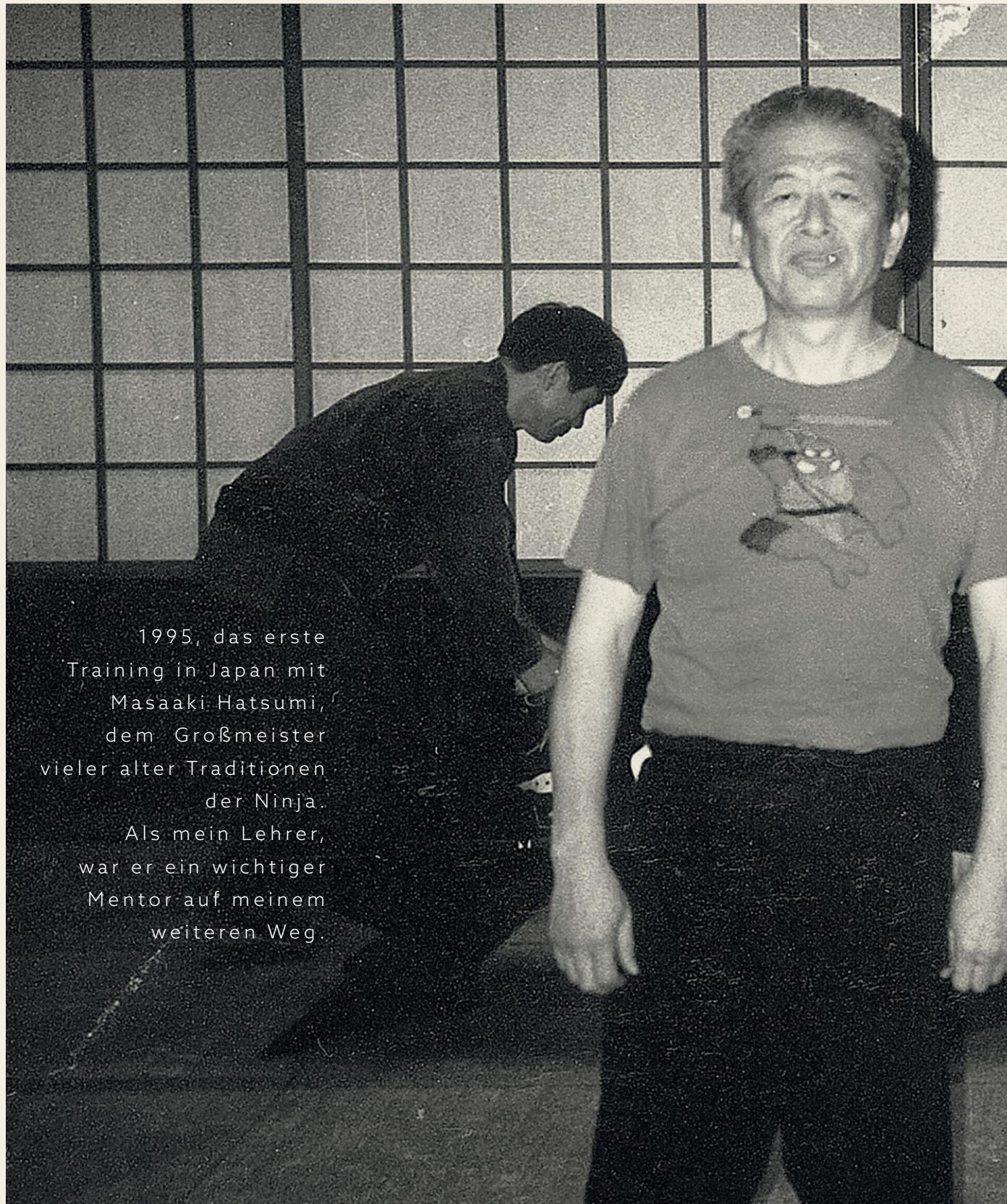
Durch das viele, intensive Training, bemerkte ich bald, wie sich mein Körper veränderte und stärker wurde. Aber auch das Selbstvertrauen wuchs, und aus dem schwächlichen Jungen wurde ein trainierter Kämpfer.

Die Zeit verging, vier Jahre später stand ich vor meiner Prüfung zum schwarzen Gürtel, die ich erfolgreich bestand. Dieser Weg sollte erst der Beginn meiner Ausbildung sein und meinen geistig spirituellen Weg ebnen.



# DIE ERSTE JAPAN REISE





1995, das erste  
Training in Japan mit  
Masaaki Hatsumi,  
dem Großmeister  
vieler alter Traditionen  
der Ninja.

Als mein Lehrer,  
war er ein wichtiger  
Mentor auf meinem  
weiteren Weg.



Ninjutsu, die Kampfkunst der Ninja die mich schon immer faszinierte.

Hier bei meiner Prüfung zum Shodan meinem ersten Schwarzgurt.

(August 1994)

# 忍者

Einige Jahre später schloss Soto Sensei aus persönlichen Gründen sein Dojo, und ich war wieder auf mich alleine gestellt. Ich pendelte oft nach München, um bei Moshe Kastiel, einem Mitglied der israelischen Spezialeinheit zu trainieren. Er motivierte mich, doch einmal selbst nach Japan zu reisen, also verkaufte ich mein Auto, um mit dem Geld die Reise zu finanzieren.

Zu dieser Zeit gab es noch keine digitale Kommunikation. Ich schrieb zahlreiche Briefe an hochrangige Lehrer rund um Tokio, um mir dort einen Trainingsplatz zu sichern. Endlich bekam ich eine Antwort und die Einladung zu einem persönlichen Treffen mit Masaaki Hatsumi, welcher als Oberhaupt vieler alter Traditionen der Ninja galt.



So begann mein erstes, großes Abenteuer in Japan und einige Zeit später stand ich in einem traditionell mit Reisstrohmatten ausgelegten Trainingsraum. Der Duft von Räucherstäbchen und Jasmin Tee lag in der Luft. An den Wänden hingen alte Schwerter und Wurfsterne. In der Ecke stand eine Samurai-Rüstung mit einem grimmig aussehenden Helm.



Auf einigen Fotos in einer Ecke waren weißgekleidete Männer zu sehen, die unter hohen Wasserfällen mediterten. Ihre Hände nahmen eigenartige Gesten ein, die mir völlig fremd waren. Was für ein bizarrer Anblick, der mich zugleich faszinierte. Es war der Tag, an dem ich den Großmeister Hatsumi Sensei kennenlernen sollte.

Plötzlich ein fröhliches „Konnichiwa“, hinter mir. Da stand er: Hatsumi Sensei. Wie viele Bücher hatte ich von ihm gelesen, wie viele Berichte im Fernsehen verfolgt! Mein Herz schlug rasend schnell. Es war eine tolle Energie, die dieser Mann ausstrahlte. Lächelnd deutete er auf die Fotos und erklärte mir, dass die Männer auf den Bildern Yamabushi Mönche sind und sich in esoterisch asketischen Praktiken in den Bergen üben.

Noch nie zuvor hatte ich von diesen eigenartig gekleideten Yamabushi gehört. Ich erfuhr, dass die Yamabushi Laienmönche sind und ihnen nachgesagt wird, übernatürliche Fähigkeiten zu besitzen, unbeschadet über Feuer gehen zu können, im Winter unter eisigen Wasserfällen zu meditieren und sich mit kochendem Wasser ohne Schaden übergießen zu können. Ich war fasziniert! Gleichzeitig flößten mir diese Leute aber auch ein gewisses Unbehagen ein.

Meine erste Japanreise schenkte mir viele Erfahrungen und ermöglichte das Treffen mit interessanten Menschen. Am Ende bestand ich meine Prüfung zum Nidan, dem Rang des zweiten Schwarzgurt im Ninjutsu. Wieder zu Hause angekommen stand mein Entschluss fest. Ich wollte selbst unterrichten und mein jahrelanges Wissen an meine eigenen Schüler weitergeben.

Also gründete ich mein eigenes Dojo, machte in der örtlichen Zeitung Werbung, und siehe da, bald hatte ich meine ersten Schüler. Akribisch plante ich von nun an meine Trainings und lernte so viel über Unterrichtsmethodik und Planung.



Mit Shogo  
Yamaguchi  
Sensei in seinem  
Dojo in Kyoto



# 氣

Es folgten einige persönliche Ausbildungen in Sportwissenschaft, Didaktik und Kommunikation, und bald hatte ich rund fünfzig fleißige Mitglieder, die mehrmals wöchentlich zum Training kamen. Ich knüpfte Kontakte zu anderen Schulen und Lehrern weltweit und wurde eingeladen, auch im Ausland zu unterrichten.

Mein persönliches Training wurde vertieft, so begann ich mit dem Training des Vollkontakt-Karate und einer japanischen Schwertschule.

Die nächsten Jahre waren voll intensivem Training. Besonders an Vollkontakt-Kämpfen fand ich großen Gefallen. Auch dem Tameshiwari, dem Zerbrechen unterschiedlicher Materialien wie Eisblöcke, Baseballschläger und Steine, widmete ich viel Zeit.

Es folgte die Ausrichtung von drei großen Veranstaltungen, wo unterschiedliche Kampfkünste einen Abend lang in großem Rahmen präsentiert wurden. Den Reinerlös spendeten mein Team und ich schwerkranken Kindern und wohltätigen Organisationen.

Ich stand in der Blüte meines Trainings und war ständig auf der Suche nach neuen Herausforderungen und effektiven Trainingsmethoden.

