

Grundriss der Bewegungslehre

Einführung in die Bewegungslehre als neuartiges Bewegungsverständnis

In der japanischen traditionellen Kunst wird von dem Übenden eine eigenartige Meditation verlangt. Er wird in seinem Tun gefordert, sich mit dem eigenen Leib auseinanderzusetzen. Der Übende muss auch damit fertig werden, in dieser Auseinandersetzung das eigene aktuelle Bewegen zu empfinden. Die Meditation ist ein Akt, der das Schwankende im Bewusstsein augenblicklich festhält. Im Empfinden, das zum Sich-Bewegen gehört, will unsere Bewegungslehre ein neues Bewegungsverständnis sehen. Eugen Herrigel zeigt uns in seinem Buch „Zen in der Kunst des Bogenschießens“ den Weg zur Kunstfertigkeit. Die Lehrpraxis und das Lehrer-Schüler-Verhältnis dürfen als das Typische in der japanischen traditionellen Art der Überlieferung von Kunstfertigkeiten verstanden werden. Wir können darin die „mäeutische“ Methodik sehen, die wir in der Bewegungslehre erforschen. Die Aufgabe der Mäeutik der Kunstfertigkeit besteht darin, einen Wegweiser für den Übenden bereitzustellen, der leicht in Verlegenheit zu geraten pflegt.

Der Begründer der sportlichen Bewegungslehre dieser Art ist Kurt Meinel („Bewegungslehre“ 1960). Wissenschaftstheoretisch gesehen gründet diese sich auf die genetische Phänomenologie Husserls. Es ist das Verdienst von Akitomo Kaneko, im Zuge dieses Gedankengangs die Bewegungslehre als neuartige Sportwissenschaft ausgearbeitet zu haben, deren Grundriss wir unten zeigen.

Zweck der Bewegungslehre

Die Bewegungslehre ist ein Forschungsbereich, der die Möglichkeit des leiblichen Vermögens der Bewegungspraxis erforscht. Der Mensch hat in einer vorwissenschaftlichen Bewegungspraxis mannigfaltige Bewegungsformen entwickelt. Die Genese der menschlichen Bewegung hat eine die künstliche Konstruktion verweigernde Natur. Durch die Fremdbeobachtung der Bewegung, das Selbstprobieren, oder das Lernen von den sinnlichen Erfahrungen der Älteren hat der Mensch das Wesen des Erfahrungsschatzes erfasst und es dem Nachwuchs überliefert. Die sportliche Gemeinschaft ist auch ein Platz dieser Bewegungsüberlieferung. Die Bewegungslehre ist ein systematisches Streben, die „Weisheit des Leibes“ in der Praxis zu entdecken und sie dem Leib des Fremden zu überliefern. Diese neuartige Forschung gehört als Wissenschaftstyp zur Beschreibungswissenschaft. Eine brennende

Frage der Bewegungslehre ist die nach dem „Wie“ der Genese der Bewegung. Nur durch die Analyse der immanenten kinästhetischen Erlebnisse des vollziehenden Subjekts lässt sich das Wesensgesetz der Genese der Bewegung entdecken und beschreiben. In dieser Weise trägt die Bewegungslehre zur Förderung und Führung der mannigfaltigen Bewegungsgestaltung und die wertvollen „Bewegungskultur“ bei. Sie besitzt zudem das Potenzial, durch das neue Verständnis des Menschen mit Husserls Begriff „Kinästhesie“, zur Pädagogik und Medizin beizutragen.

Transzendente Einstellung

Der Mensch ist in der Lage, die Selbstbeobachtung der Bewegung zu trainieren. Bei gut trainierter Selbstbeobachtung kann das „Wie“ der Selbstbewegung als immanentes Erlebnis wahrgenommen werden (Sinn- und Wertgebung der kinästhetischen Qualität). Bei der Genese jedes Tuns kann ein „uninteressierter Zuschauer“ anwesend sein. Bei der Fremdbeobachtung der Bewegung kann auch ein das „Wie“ der Akte beobachtende Zuschauer gegenwärtig sein. Auf diese Weise können wir die kinästhetischen Erlebnisse analysieren. Dabei darf nicht vergessen werden, dass der Sinn und der Wert des Gegenstandes durch die kinästhetische Weisheit des Beobachters selbst gegeben werden. Der Gegenstand der Beobachtung in der transzendentalen Einstellung schließt die beobachtenden Akte des Beobachters ein.

„Kinästhesie“ (Husserl)

Der Begriff „Kinästhesie“ stammt von Husserl. Mit diesem Begriff unterscheidet er das Bewegungsverständnis in der Bewegungslehre von dem psychophysischen Bewegungsverständnis. Husserl gibt dem griechischen Wort eine grundlegend andere Bedeutung, nämlich die der „Bewegungsempfindung“, die wir schon gebraucht haben. „Sie (Kinästhesen) sind nicht zu begreifen als Bewegung eines Körperdings im objektiven Raum, nicht als ein *motus localis*, den wir als dinglichen Vorgang wahrnehmen, sondern sie sind ineins Empfinden und Bewußtsein von der Bewegung, die das Empfinden herbeiführt, als unserer, der von uns ins Spiel gesetzten Bewegung (Ludwig Landgrebe)“. Wir können die Kinästhesie als das Medium des Empfindens“ verstehen. Sie ist eine verborgene Intentionalität, die mit der ursprünglichen Wahrnehmung von Wert („Wertnehmung“: Husserl) entdeckt wird. Sie wird im Empfinden vor der Reflexion als „sich bewegen können“ aufgefasst. Dieses Auffassen in einer konkreten Situation bedeutet ein aktuelles Funktionieren der

Kinästhesie. Als das fachliche Vermögen des Athleten oder Trainers differenziert sich die Kinästhesie in der Sportpraxis und funktioniert als das Wissen für die Selbst- oder Fremdbeobachtung der Bewegung.

„Genealogische“ Analyse (Husserl)

Durch die „genealogische“ Analyse wird der Ursprung der Bildungsgeschichte mit sich führenden kinästhetischen Intentionalität erforscht. Bei der Analyse wird versucht den mehrschichtigen kinästhetischen Horizont „abzubauen“¹⁾ und unter Verfolgung der jede Schicht „motivierenden“²⁾ Zusammenhänge den Ursprung der Genese dieser kinästhetischen Intentionalität zu erfragen.

- 1) In unseren kinästhetischen Horizont wird eine stillschweigende (passive) gestalteten Intentionalität eingewebt, die wir manchmal nicht bemerken können. Durch Beobachtung der Bewegungsweise des Lernenden, durch Zuhören, Nachfragen, und Probieren kann der Trainer ein kinästhetisches Erlebnis des Lernenden „virtuell“ vollziehen. Er kann dabei eine unerfüllte „archaische“ Weisheit des Leibes (ursprüngliches Zeitraumbewusstsein)³⁾, ein aus einem Vorurteil stammendes Bewegungsverständnis oder einen ausgelassenen kinästhetische Gestaltungsprozess entdecken.
- 2) Das Kausalprinzip der Physik kann das Phänomen der Bewegungsgenese des Menschen nicht erklären. Bei der Genese der menschlichen Selbstbewegung ist nicht die Ursache, sondern das sie Motivierende gültig. Eben darum soll das die Genese der Bewegung Motivierende entdeckt werden. Das geschieht durch die Analyse des Zusammenhangs mit dem sich entwickelnden motivierten Ereignis.
- 3) Die „archaische“ Weisheit des Leibes ist das „ursprüngliche“ Zeitraumbewusstsein, und bedeutet Vorzeichensinn, der durch den Fern-Nahsinn fundiert ist, der seinerseits noch durch den Orientierungssinn fundiert ist. Die „archaische“ Weisheit motiviert jede Genese der kinästhetischen Intentionalität. Bei der qualitativen Verbesserung der Bewegungsausführung ist die Verfeinerung der Weisheit unerlässlich.

Norm der Bewegungsform

Jede Bewegung unterscheidet sich durch ihre Form von anderen Bewegungen. Sie ist in ihrem Gestaltungsprozess immer auf dem Weg zur Fertigkeit. Die „Norm der Bewegungsform“ ist das Streben, sich nach klar unterschiedene Bewegungsformen und noch höheren Fertigkeiten zu verfolgen. Wird die Bewegung indes als ein Mittel zu etwas angewendet, findet die Norm keine Gültigkeit. Letztere heißt dem „Urbild“ entsprechend die sich entwickelnde Bewegungsgestalt zu beurteilen. Die „Zweckfreiheit“ der sportlichen Bewegung (Ommo Grupe) bedeutet die Befreiung von jeder sozialen oder persönlichen Forderung. Es ist wünschenswert für die Weiterentwicklung des Sports, die Norm das Streben an der Bewegungsgestaltung zu orientieren. Wir können jedoch leider nicht leugnen, dass die Zweckmäßigkeit und die Ökonomie der Bewegung diese dem Zeitgeist zufolge stark beeinflussen.

Zuchtwahl der Bewegungsform

Hier werden die Prinzipien oder Gesetze verfolgt, auf deren Grundlage sich die Überlieferungswerte der kinästhetischen Form entwickeln. In unsere Bewegungsbeurteilung kann das eine bestimmte Bewegungsform bevorzugendes Wertbewusstsein stillschweigend eindringen. In einem gewissen Zeitraum wird dieses Bewußtsein zu einer sozialen Macht und wirkt sich auf die Bewegungsgestaltung aus. Wenn letztere mit der einer anderen Zeit verglichen wird, lassen sich die diachronische Mächte erkennen, die im Laufe der Zeit die Bewegungsgestaltung beeinflussen.

Wird eine neue Bewegungsform hervorgebracht, was im Sportbereich oft vorkommt, wird die „Zuchtwahl“ sichtbar. Dies ist ein Konflikt der alten Bewegungsform mit der neuen. Der Fosbury Flop (1968) beim Hochsprung in der Leichtathletik reizte die Springer rund um den Globus und verbreitete sich weltweit, da die Sprungsart für viele Springer effektiver oder beweglicher ist als die alte.

In der Bewegungsgestaltung des Sports sollen „Stilisierung“, „Elementarisierung“, und „Konstruktivierung“ der Bewegung als „negative Normen“ auf die Zuchtwahl wirken. Zudem soll die Norm des Strebens der Bewegungsgestaltung eigentlich das zum Ziel haben, woran sich „teleologisch“ die Weiterentwicklung des Sports orientiert. Die Kunstfertigkeit der sportlichen Bewegung bedeutet die Koexistenz der klar unterschiedenen vielfältigen Bewegungsformen, die „Verfeinerung“ der Bewegungsformen und die „Prägnanztendenz“ der kinästhetischen Qualität des vollziehenden Subjekts durch Entlastung der Ausführung.

Bewegungsgestaltung

Die menschliche Bewegung ist ihrer Natur nach das Gestaltete. Bei der Gestaltung ist Wiederholung unentbehrlich. Eine spezielle Verschränkung zweier einander widersprechender Gesetze wohnt der Bewegungsgestaltung inne. Bei weniger Stabilisierung durch Wiederholung wird keine Grundlage gebildet, auf der sich eine noch bessere Qualität der Bewegung entwickeln kann. Je fortgeschrittener die Stabilisierung der Bewegung ist, desto schwieriger wird das Verlernen, das zur Erreichung der neuen Qualität der Bewegungsfertigkeit verlangt wird. Für die Lösung dieses in der Praxis oftmals anzutreffenden Bewegungsproblems ist das kinästhetische Vermögen der „Differenzierung“ des vollziehenden Subjekts unbedingt nötig. Die Weitergestaltung der Bewegung ist nicht ohne Überstehen dieses Widerspruches möglich.

Teleologische Komposition der Bewegungsgestaltung

Die Bewegungsgestaltung impliziert eine auf die endlose Fertigkeit der Bewegung zielende Teleologie. Die Teleologie ist für die Schulung der japanischen traditionellen Kunst charakteristisch. Wurde auf einer Stufe der Schulung ein Ziel erreicht, kann das nächste Ziel ins Auge gefasst werden. Herrigel stellt in seinem Buch „Zen in der Kunst des Bogenschießens“ mit dem von seinem Lehrer Kenzo Awa stammenden Worten „Es schießt“ die teleologische Komposition der Bewegungsgestaltung dar. Das Buch teilt die Verwirrung dieses Philosophen Herrigel in der japanischen traditionellen Lehrpraxis der Kunst des Bogenschießens mit. In der Theorie der „Phasenstruktur der Bewegungsgestaltung“ sind die Wesensgesetze der für jede Phase charakteristischen kinästhetischen Erlebnisse beschrieben. Sie ist das Verdienst der Vorgänger, die mühesam den Weg zur Fertigkeit gegangen sind, und zudem ein Schatz für die Überlieferungspraxis der „Bewegungskultur“.

Kinästhetische „Vermöglichkeit“ (Husserl)

Die Theorie der Phasenstruktur der Bewegungsgestaltung stellt die Stufe der Fertigkeit dar, die ihrerseits die Horizontstruktur jeder Stufe voraussetzt. Bei ungenügenden Bewegungsfertigkeiten auch wenn seine Bewegungen fehlerlos scheinen, in einer schwierigen Situation seine praktische Ausführungsmöglichkeit leicht verlieren. Bei gut trainierten fertigen sportlichen Bewegungen ist die Ausführung nicht nur sicher oder prägnant, sondern der Athlet kann vermöge seines

kinästhetischen Horizontes auch eine sich plötzlich wandelnde Situation oder eine erregende Atmosphäre des großen Wettkampfes überwinden. Ein Beispiel dafür ist folgendes : In einem Durcheinander vor dem Tor erkennt der erfahrene Fußballspieler eine seltene Gelegenheit und schießt improvisatorisch. Ein weiteres Exampel ist die gelassene Ausführung der Übung des Turners vor einer großen Zuschauermenge, von der der Sieg seiner Mannschaft abhängt.

Mäeutische Lehrpraxis

1) Mäeutischer Ursprung der sportlichen Gemeinschaft

Die kinästhetische Struktur, die die Bewegungsgenese des anderen Menschen fördert ist nicht einfach. Die kinästhetische Solidarität, die wir in der traditionellen sportlichen Gemeinschaft beobachten können, soll von der schlichten Freundschaft unterscheiden. In der kinästhetischen Begegnung erfahren die Begegnenden „ein Sich-bewegend-bewegt-werden“ (Buytendijk) als ob ein Kind einen Menschen, der ihm gefällt, nachahmt. Es ist daher eine wichtige Aufgabe des Trainers, nach kinästhetischer Solidarität in seiner sportlichen Gemeinschaft zu streben. Nur in dieser Solidarität entsteht der kinästhetische Dialog, in dem sich allmählich die kinästhetische „Quasideckung“ (Husserl) zwischen dem Trainer und dem Athleten entwickelt. Dieser Sachverhalt wird wie folgt beschrieben : „Akte vollziehe ich nicht nur und werde nicht nur von dem Anderen als Akte vollziehend verstanden, sondern mein Aktvollzug motiviert in ihm einen gewissen Mitvollzug, Akt des die Mitteilung Aufnehmens, auf das Absehen der Mitteilung Eingehens“ (Husserl). Durch die Motivierung wird erst der Ausgangspunkt der mäeutischen Lehrpraxis gestaltet.

2) Einfühlung

Der Trainer soll durch die einführende Beobachtung der Bewegung des Athleten eine „passive Synthesis“ der „Kinästhesierung“ leisten können. Das bedeutet zu beobachten, wie und in welcher Situation sich der Andere bewegt und wie er seine eigene Bewegung empfindet. Das wird in der Lehrpraxis wie folgt ausgedrückt: „Sehen mit dem Leib“. Die Rede des Athleten über seine eigene Bewegungsweise kann auch als „Hören mit dem Leib“ beschrieben werden. Der Trainer kann anhand von Fragen und der Antworten des Athleten eine Möglichkeit finden, mehr über dessen kinästhetische Intentionalität und Bewertungsbewußtsein zu erfahren. Durch die einführende Beobachtung und den

kinästhetischen Verkehr versucht der Trainer die für die Gestaltungsphasen charakteristische kinästhetische Form zu erfassen. Dieses Einfühlungsvermögen des Trainers steigert sich durch das Streben, die kinästhetische Intentionalität des Athleten zu verstehen.

Die höchste Einfühlungsstufe ist der „virtuelle“ Vollzug („Vikarieren“: Husserl) des kinästhetischen Erlebnisses des Athleten durch den Trainer. Gelingen oder Misslingen dieser Tätigkeit üben einen entscheidenden Einfluß auf die mæeutische Lehrpraxis aus, da nur durch die Tätigkeit des Trainers sogar den Ausgangspunkt der kinästhetischen Verordnung gestaltet wird. Das Phänomen des virtuellen Vollzugs ist ein Erfolg der Analyse des immanenten Erlebnisses des Trainers.

3) Kinästhetische Verordnung

Die kinästhetische Verordnung durch den Trainer hat den Zweck, eine kinästhetische Bereitschaft des Athleten zu gestalten, die eine Formgenese der Bewegung ermöglicht. Ohne die Bereitschaft kann der Athlet die kinästhetische Verordnung des Trainers nicht übernehmen. Die Voraussetzung dafür ist die neu zu entwickelnde Kinästhesie als dem Athleten und dem Trainer gemeinsamen Zweck zu besitzen. Die Fähigkeit zum Bewegungsvervollzug des Trainers kann noch weiter gesteigert werden. Dafür soll dieser das Streben nach diesem kinästhetischen Vermögen fortwährend erwecken.

Der Athlet pflegt in seiner Trainingspraxis am kinästhetischen Scheideweg zu stehen. Er soll dabei selbst beurteilen und entscheiden. Die Entscheidung bedarf kinästhetischen Vermögens, was aber nicht im Problemkreis sittlicher Einstellung liegt. Das Vermögen wird als die „archaische“ Weisheit des Leibes (ursprüngliches Zeitraumbewusstsein) bezeichnet.

4) Darstellung der Kinästhesie durch den Trainer

Der jeweilige Zweck des Trainings soll die „immanente“ kinästhetische Qualität sein. Sonst ist eine Trainingsgestaltung nicht möglich. Die Darstellung der mitzubesitzenden Kinästhesie muss dem Kinästhesievermögen des Athleten entsprechen. Das heißt, die Darstellungsweise soll für den Athleten übernehmbar sein. Das Vermögen des Athleten kann der Trainer durch die Analyse des kinästhetischen Horizonts erfassen. Die methodische Erforschung des die Darstellungsmedien kinästhesierenden Vermögens ist zurzeit noch nicht ausreichend. Wir dürfen nicht übersehen, dass es auch

die hervorragende schriftliche Medien der kinästhetischen Darstellung gibt, wie das „Gorinsho“.

5) Konstruierung des Ausgangspunktes der kinästhetischen Verschordnung

Einen günstigen Zeitpunkt der kinästhetischen Verordnung zu finden ist eine wichtige Aufgabe des Trainers. Das Misslingen dieser Arbeit macht die bis dahin gestaltete Lehrpraxis des Trainers nutzlos. Dies kann den Verlust des Vertrauens des Athleten in den Trainer mit sich bringen. Der Ausgangspunkt der kinästhetischen Verordnung muss eine „motivierte“ kinästhetische Form aufweisen, die der Trainer durch seine eigene „archaische“ Weisheit des Leibes finden kann. Die schwierige mäeutische Motivation ist die des Verlernens, z.B. des Verlernens des Lasters der Bewegung, die oft die Zukunft des Athleten vernichtet. Die Problematik der Konstruierung des Ausgangspunktes bedarf noch der Überprüfung in der mäeutischen Lehrpraxis.

Literatur

- Kaneko, A. Waza no Denshou (Überlieferung der Kunstfertigkeit), Tokio, 2002
- Kaneko, A. Shintaichi no Keisei (Gestaltung der leiblichen Weisheit), Tokio, 2005
- Kaneko, A. Shintaichi no Kouzou (Struktur der leiblichen Weisheit), Tokio, 2007
- Kaneko, A. Supots Undougaku (Bewegungslehre des Sports), Tokio, 2009
- Kaneko, A. Undoukankaku no Shinsou (Tiefenschicht der Kinästhesie), Tokio, 2014