

## Von klaren Spiegeln, Gnade und Unterstützung

Es war schon eine Freude, als der jährliche Intensivlehrgang in Lebach näherkam. Obwohl erst unser zweiter Lehrgang insgesamt in unserem Karateleben, war klar, dass wir viel lernen würden (mehr als ein Anfänger speichern kann) und auch viel Schwitzen würden – und wenn nichts weh tut nach den Tagen, dann haben wir was falsch gemacht und nicht tief genug gestanden 😊

Dennoch war von Anfang an klar, dass wir „Gelbgrurte“ dieses Jahr das volle Programm durchziehen werden und beide Lehrgangs-Katas Ji'in und Meikyo trainieren. Hochmotiviert gingen wir ans Werk. Das Wetter war während des Lehrgangs nicht übermäßig heiß, die Temperaturen in der Halle und in unseren Körpern stiegen aber täglich – oder war das nur ein Gefühl?

Um es auf den Punkt zu bringen – **es war großartig** – wieder. Roman Adam hat uns an so vielen Stellen neuerlich so vieles beizubringen versucht, dass wir gar nicht so schnell auf unseren mentalen Notizzetteln mitschreiben konnten. Schnell... langsam... viel Kraft... wenig Kraft und über allem der Hüfteinsatz und das Wischen... wir hatten selten das Gefühl, dass die Zeit so schnell vorbeiging. Doch um bei der Wahrheit zu bleiben, muss auch erwähnt werden, dass jeden Tag gegen 20:30 Uhr – also kurz vor Abschluss des Lehrgangstages – die Komplexität der Katas ihren „Gelbgurttribut“ forderte und vor allem im Kopf ein dumpfes Brummen einsetzte, dass die Schrift auf den Notizzetteln verwischte und die Aufnahmekapazität sichtbar erreicht war. Auch das ist Karate, wie wir erfahren haben und wissen – der Weg, auf dem wir erst die allerersten Schritte gemacht haben und von dem wir noch nicht sagen können, wohin er uns führt. Die Katas Ji'in und Meikyo waren insofern perfekt gewählt, als dass die Übersetzungen sagen, dass wir uns stets selbst beobachten und verbessern können und noch viel Gnade und Unterstützung brauchen werden 😊, um auf unserem Weg weiterzukommen (bitte das Augenzwinkern des Autors zur Kenntnis nehmen).

Abschließend ein riesengroßer Dank an Sensei Roman Adam für einen weiteren großartigen Lehrgang in Lebach, verbunden mit Hoffnung auf viele weitere.