

„Regeln dienen dazu, dass das Leben gelingt“

Mit 18 000 verkauften Exemplaren ist der Göppinger Karateka Fiore Tartaglia der bundesweit meist gelesene Karatebuch-Autor. Kürzlich erschien sein fünftes Buch „Der Pfad der Flexibilität“, das sich erstmals philosophisch mit den japanischen Kampfkünsten auseinandersetzt. Leonhard Fromm hat sich mit dem deutsch-italienischen Lehrmeister unterhalten.



Herr Tartaglia, heute schon trainiert?

FIORE TARTAGLIA: Nein, ich hatte gestern Besuch bis weit nach Mitternacht, der eigentlich nur auf einen Espresso hatte vorbei kommen wollen. Und wenn ich weniger als fünf Stunden schlafe, lasse ich das 45-minütige geistige und körperliche Training am nächsten Morgen um 5.30 Uhr ausfallen. Ebenso an den Wochenenden, denn meistens besuche ich dann ohnehin Lehrgänge oder gebe Gruppentraining.

Widerspricht das nicht Ihrer Vorstellung von Disziplin?

TARTAGLIA: Nein, im Gegenteil. Es zeugt von meiner Disziplin, mich nicht von Äußerlichkeiten – auch nicht von Regeln – vereinnahmen zu lassen. Regeln dienen dazu, dass das Leben gelingt. Wenn sie uns beherrschen, erfüllen sie nicht mehr ihren Zweck. Außerdem würde meine Frau mit mir schimpfen, wenn ich zu viel Karate mache.

Was können Normalbürger von Karateka lernen?

TARTAGLIA: Das kommt darauf an, wie viele andere Quellen, wie zum Beispiel der Philosophie oder des Christentums, sie sich bereits erschlossen haben. Karate lehrt Geradlinigkeit in der Denkweise. So wird man klarer und entscheidungs-

freudiger in allen Lebensbereichen.

Können Sie ein Beispiel geben?

TARTAGLIA: Ich bin als Grafiker selbstständig. Um Punkt 10 Uhr trinke ich aber jeden Morgen im Büro meinen Espresso. Scusi, ich bin Südtaliener. Und da muss das Arbeitsleben für ein paar Minuten eben ruhen. Da könnte mir der dickste Auftrag durch die Lappen gehen, aber von diesem Ritual lasse ich nicht ab. Denn letztlich ist klar, wenn ich mir nicht erhalte, was ich zum Leben brauche, dann kann auf Dauer auch alles andere nicht gelingen.

Was ist aber elementar wichtig?

TARTAGLIA: Harmonie mit mir selbst, mit meinen Mitmenschen, der Natur und dem Universum.

Klingt sehr esoterisch. . .

TARTAGLIA: Ja, ich halte aber sehr viel von einem Leben, das einen Ab-

stand zu allem Materiellen hat. Wir entscheiden zu viel auf der Basis des Materiellen und zu wenig auf der Basis des Emotionalen. Deshalb werde ich auch nie äußerlich reich, ich weiß. Aber ich bin innerlich sehr reich. Wenn die Leute mehr um den Wert des inneren Reichtums wüssten, wäre die Welt bestimmt viel friedlicher.

Und diese Sichtweise lernt man durch Karate?

TARTAGLIA: Ja, denn Karate setzt mit Technik im Materiellen an und führt von dort ins Immaterielle. Ein Beispiel: Wenn mich jemand angreift, kann ich mit Technik reagieren und auf dieser Ebene verharren, also Kraft gegen Kraft. Dann siegt der Stärkere. Das spiegelt unsere Ellbogen-Gesellschaft wider. Oder ich kann mit Technik die Energie seines Angriffs aufnehmen und dieser eine andere Richtung geben. Dann bleibt die Harmonie seiner Bewegung erhalten.

Wie viele Karateka beherrschen Letzteres?

TARTAGLIA: Vermutlich eher die Minderheit. Vor 30 Jahren sind viele ins Training gegangen, gerade weil sie lernen wollten, sich gegen Stärkere im Alltag zu verteidigen. Diese Phase ist vorbei. Heute kommen viele Kinder auf Initiative der Eltern hin oder als Erwachsene, weil sie sich wohl fühlen wollen. Teilweise gehen die Teilnehmer das Training zu verkrampft und zu vordergründig an. Deshalb wird unser Sport von außen auch viel zu sehr als Kampf angesehen und weniger als Philosophie, bei der es um Grundhaltungen der Lebensführung geht.

Als Meister des 4. Dan können Sie mit einem Schlag aber auch einen Menschen töten, oder?

TARTAGLIA: Ja, aber auch hier geht es weniger um das Können als das Wissen. Auf der japanischen Insel Okinawa musste ein unbewaffneter Bauer im 17. Jahrhundert einen Samurai mit einem Schlag ausschalten können, sonst hätte der ihn mit seinem Schwert aufgeschlitzt. Heutiges Leben ist viel komplexer, weshalb auch die Entscheidung des Karateka nur viel differenzierter zum Ausdruck kommt. Im Kern geht es aber immer noch darum, zu wissen, was man zum Überleben braucht.

Und diesem Ziel dient Ihr fünftes Buch, „Der Pfad der Flexibilität“?

TARTAGLIA: Ja, ein solches Buch wollte ich schon mit 20 Jahren schreiben, doch damals hätte mir solch philosophische Botschaften keiner abgenommen. In der Zwischenzeit bin ich viel höher gradu-

iert, habe in Beruf und Familie viel erlebt und an persönlicher Reife gewonnen. Nun war die Zeit bereit für ein solches Buch, das viele persönliche Lebenserfahrungen beinhaltet. Es geht um eine Analyse, was zu Glück, Erfolg und Harmonie führt. Es beschreibt, wie man mit Ungeduld oder Aggression, Perfektionismus oder Egoismus umgehen sollte. Es ist für Menschen geschrieben, die bereits auf dem Weg sind, mehr über sich selbst wissen zu wollen und dabei bereits vieles sehen. Ihnen möchte das Buch dazu dienen, ihr Objektiv scharf zu stellen, um noch besser zu sehen.

Geht es ein wenig konkreter?

TARTAGLIA: Ich greife immer wieder Bilder und Szenen aus dem Kara-

tebuch an, die ich auf den Alltag übertrage. So gelten bei uns ganz feste Rituale wie die Verneigung vor dem Gegner vor dem Kampf. Sie zeugt vom Respekt, den man dem anderen entgegen bringt, und der Dankbarkeit, von ihm lernen zu dürfen und sich am Ausprobieren und der Weiterentwicklung zu freuen. In der Praxis neigen aber Höhergraduierte dazu, es als Zeitverschwendung zu sehen, mit Anfängern trainieren zu müssen. Sie tun es nur, weil es die Rituale vorschreiben. Die Verneigung verkommt zur Floskel. Im Buch erinnere ich sie, dass sie mit dieser inneren Haltung selbst Anfänger blieben. Denn der wahre Meister nutzt die Chance, sich in Details zu verbessern, auf die er sich im Kampf gegen Höhergraduierte nicht konzentrieren könnte. Und er vergegenwärtigt sich, dass er nur so gut ist, weil zuvor andere ihm Zeit geschenkt haben, Wissen zu erwerben.



tebuch an, die ich auf den Alltag übertrage. So gelten bei uns ganz feste Rituale wie die Verneigung vor dem Gegner vor dem Kampf. Sie zeugt vom Respekt, den man dem anderen entgegen bringt, und der Dankbarkeit, von ihm lernen zu dürfen und sich am Ausprobieren und der Weiterentwicklung zu freuen. In der Praxis neigen aber Höhergraduierte dazu, es als Zeitverschwendung zu sehen, mit Anfängern trainieren zu müssen. Sie tun es nur, weil es die Rituale vorschreiben. Die Verneigung verkommt zur Floskel. Im Buch erinnere ich sie, dass sie mit dieser inneren Haltung selbst Anfänger blieben. Denn der wahre Meister nutzt die Chance, sich in Details zu verbessern, auf die er sich im Kampf gegen Höhergraduierte nicht konzentrieren könnte. Und er vergegenwärtigt sich, dass er nur so gut ist, weil zuvor andere ihm Zeit geschenkt haben, Wissen zu erwerben.

Erzählen Sie mehr.

TARTAGLIA: In dieser Grundhaltung wird er Lernfortschritte nicht erzwingen wollen, sondern den Dingen ihre Zeit bis zur Reife lassen. Indem er in sich hineinhört und andere beobachtet, wird er selbst erkennen, ob sein Engagement und

seine Disziplin richtig dosiert sind. Dann erkennt er den Rhythmus des Lebens und wird beim Warten in einer Schlange nicht ungeduldig, sondern erkennt seine Chance zur Meditation. Okay?

Vermitteln Sie all diese Weisheiten auch im Training?

TARTAGLIA: Mittlerweile erhalte ich die ersten Rückmeldungen auf das Buch. Und viele Leser sagen: Ah, Fiore, das hast du auch bereits auf dem Lehrgang oder im Training gesagt. Würde ich über diese Grundhaltungen nicht auch im Training sprechen, bliebe alles technische Theorie. Die Technik, mit der sich meine ersten vier Lehrbücher befasst haben, bilden den Resonanzboden für mich, um überhaupt über das Leben zu sprechen. Rechtschreibung und Grammatik sind auch kein Selbstzweck, sondern Grundvoraussetzung, gute Gedanken schreiben und lesen zu können. Und dann muss man sie noch verstehen und im Leben umsetzen. Das erfordert regelmäßige Übung. Besonders freut mich, dass etliche Leser, die ich aus der Karateschule oder dem Geschäftsalltag kenne, mir rückmelden, ich würde exakt das leben, was ich hier schreibe.

Wie sind Sie überhaupt zum Karate gekommen?

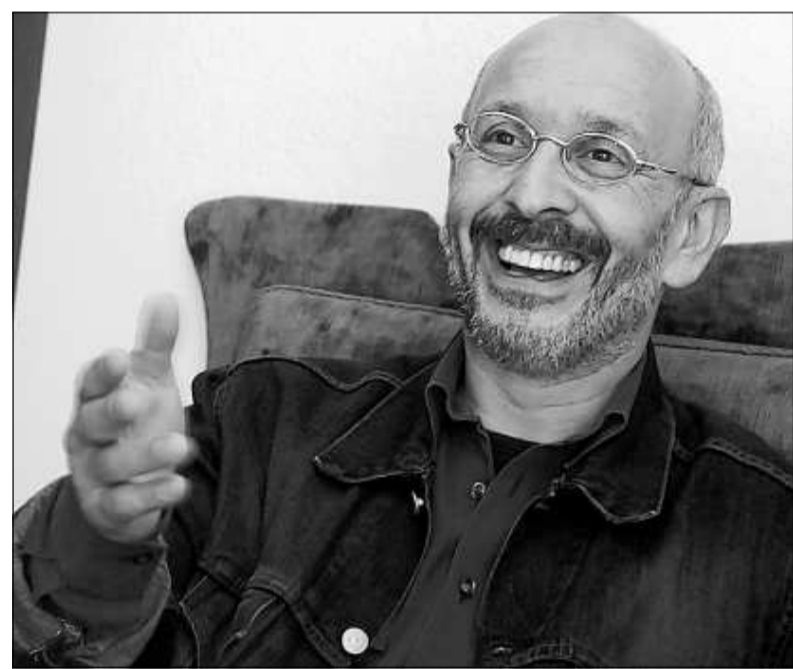
TARTAGLIA: Wie viele in den frühen 70er Jahren. Ich bin südlich von Neapel aufgewachsen, wo viele Konflikte sehr rau ausgetragen werden. Ich war klein, hatte schon früh eine Brille und wollte mich auch behaupten. So bin ich ins Training und es hat mir unwahrscheinlich Spaß gemacht. Als sich aber herum sprach, dass ich Karate mache, wurde ich plötzlich nicht mehr provoziert, obwohl ich mich noch gar nicht hätte verteidigen können. Diesem Phänomen, das mich faszinierte, wollte ich auf den Grund gehen.

Mit 21 Jahren haben Sie 1979 in Ihrem Heimatort eine Karateschule eröffnet. . .

TARTAGLIA: Ja, ich war zunehmend mit den Trainern nicht zufrieden und nachdem ich den Schwarzgurt hatte, wollte ich es besser machen. Man brauchte ja damals nur einen Anfängerkurs auszuschreiben und hatte bereits die Bude voll. Da wurden die Leute teils in der ersten Stunde mit harten Treffern abgeschreckt, damit sie das nächste Mal nicht mehr kommen.

Familiär bedingt wechselten Sie aber bald darauf nach Göppingen.

TARTAGLIA: Das war für mich eine harte Zeit. Ich hatte in Neapel



Fiore Tartaglia: „Wenn die Leute mehr um den Wert des inneren Reichtums wüssten, wäre die Welt bestimmt viel friedlicher.“ FOTOS: STAUFENPRESS

meine Karatewelt und hier konnte ich nicht einmal die Sprache. Ich büffelte zu Hause Deutsch und nach drei Monaten ging ich ins Sportstudio „Nippon“ zu Karl-Heinz Schmid, der mein erster Trainer wurde. Bei ihm und anderen Karateka habe ich Deutsch gelernt.

Sind nach dem Buch nun auch Seminare geplant?

Unsere Charakterköpfe

In der Reihe „Charakterköpfe“ erschienen bisher Interviews unter anderem mit „Käsepapst“ Johannes Münnich, dem Jazzsänger Bill Ramsey, der Journalistin Wibke Bruhns, dem Schweizer Kabarettisten Emil Steinberger, dem Mafia-Gegner Leoluca Orlando, der Schauspielerin Eva Mattes, der Fernsehmoderatorin Petra Gerster, dem Zirkusdirektor Gerd Simonet-Barum, dem Gehirnforscher Manfred Spitzer, dem Sternekoch Rolf Straubinger, der Psychologin

Steckbrief

Allein 2005 hat Fiore Tartaglia 4600 Exemplare seiner bislang vier Karate-Fachbücher verkauft, die mittlerweile in Deutschland und der Schweiz als offizielles Lehrmaterial gelten. Vor kurzem erschien sein fünftes Buch, in dem er sich erstmals philosophisch mit den japanischen Kampfkünsten auseinandersetzt.

Der 48-Jährige stammt aus der Gegend südlich von Neapel, wo er mit 16 Jahren den Kampfsport kennen lernte und mit 21 eine eigene Schule gründete.

1980 kommt der Architekturstudent mit der Familie nach Württemberg, wo er zunächst in Fabriken und als technischer Zeichner arbeitet. Parallel nimmt er Karateunterricht und legt 2002 die Prüfung zum 4. Dan ab. In Göppingen-Ursenwang betreibt der 48-Jährige mit seiner italienischen Frau Paola seit 21 Jahren ein Grafikstudio. 2003 eröffnet er das zweifache Vater mit einem Freund zudem in einer ehemaligen Wäschefabrik in Deggingen eine Karateschule mit 120 Schülern aller Altersklassen. Dort finden auch mehrtägige Kurse statt, die bundesweit ausgeschrieben werden. 2000 hatte der Lehrmeister sein erstes Fach-Buch veröffentlicht, das sekundenkurze Bewegungen in mehrere Sequenzen zerlegt, die der Grafiker auf der Basis von Fotos aufbereitet. Bis zu 2600 Skizzen umfasst jeder der ersten vier Titel. www.karate-books.com

TARTAGLIA: Ja, in unserer Degginger Karateschule werden wir künftig samstags ganztägig solche Kurse für Karateka inklusive warmem Mittagessen anbieten. Dort wird es in praktischen Übungen zunächst um An- und Entspannung, Respekt vor dem Gegner, Angst oder Harmonie gehen und im zweiten Teil werde ich zu diesen Themen jeweils vermehrt referieren. Dazwischen bleibt Zeit für Diskussion und persönliche Gespräche.

Und für Nicht-Karateka?

TARTAGLIA: Da bin ich mir noch nicht sicher, weil ich die Technik immer als Basis für die Lehre brauche. Es gibt aber einerseits Anfragen von Schulen, meine Thematik pädagogisch einzusetzen, zum Beispiel gegen Gewalt an Schulen oder Konzentrationsmangel. Denkbar wären auch Seminare für Geschäftsleute

mit dem Schwerpunkt auf Themen wie Umgang mit Stress, mit Konflikten oder die richtigen Entscheidungen zu treffen. Nur zu referieren hieße aber, meine Worte bleiben Behauptungen. Es braucht deshalb den praktischen Teil. Man könnte die Teilnehmer zum Beispiel den Unterschied zwischen Energie und Kraft erfahren lassen, wenn sie ein massives Brett spalten.

