

MuDo - der Weg, der zu nichts führt ¹

CHRISTOPH BLUMBERG

Zu Beginn der Fachausbildung "*MuDo*"² erwarten viele Teilnehmer eine Definition oder Erklärung, was *MuDo* sei.

Das erweist sich schwieriger als erwartet, denn es kann kaum auf gemeinsame Erfahrungen zurückgegriffen werden.

Wie erklärt man einem Steppenbewohner, was Klettern ist oder einem Urwaldbewohner das Snowboarden? Und was hilft es da, wichtige und richtige Aussagen vorzutragen?

"Die Gesamtheit aller Do-Systeme, die den Gedanken des Taekwon-Do als letztes Ziel haben, nämlich die Erreichung des Satori wird Mu-Do, (Bu-Do) genannt.

*Im einzelnen unterscheiden sich diese Systeme aber oft sehr, nur ihre äußerliche Gestaltung des Do gleicht sich insofern, als eben auch die Idee der Konfrontation mit der Umwelt ein Hilfsmittel zur Erreichung des Satori ist."*³

"MuDo ist der Weg der Achtsamkeit [...]

*MuDo ist ein Konzept von verschiedenen praktischen Übungen und Einstellungen, die Sammlung und Achtsamkeit entfalten und als praktische Hinführung zu allen Bewegungskünsten dienen können."*⁴

¹ Dieser Text wurde veröffentlicht in DIETER GÜDEL, RAINER LANDMANN und OLIVER PRÜFER (Hrsg.): „*Gedankensprünge in Bewegung – Fragmente einer bewegten Sportwissenschaft - Festschrift zur Emeritierung von Prof. Dr. Horst Tiwald*“, HAMBURG 2003. ISBN 3-936212-06-6.

² CHRISTOPH BLUMBERG leitete als Lehrbeauftragter mehrere Jahre in der Sparte „*Kampf- und Budo-Sport*“ des Fachbereiches Sportwissenschaft der Universität Hamburg die Fachausbildung „*MuDo*“.

³ JAE HWA KWON: „*Zen-Kunst der Selbstverteidigung - Taekwon-Do – Karate*“, Otto Wilhelm Barth Verlag 1971, S. 100.

⁴ HORST TIWALD, Internet www.horst-tiwald.de unter den Downloads im Ordner: „*Theorie des MuDo*“.

Die fehlende eigene Erfahrung lässt sich so auch nicht herbeireden.

Genauigkeit der Definition ist an dieser Stelle also reiner Selbstzweck, aber nicht notwendig und unmittelbar verständnisfördernd.

Und vielleicht ist der Versuch der Definition sogar der Sache selbst nicht angemessen.

Immerhin handelt es sich bei *MuDo* um eine Zusammensetzung zweier japanischer Silben, und der chinesischen Schrift (von der sich die japanische herleitet) wird nachgesagt, dass ihre Bildhaftigkeit weit mehr Raum für Zwischentöne lasse als buchstabenbasierte Schriften. Ihre Kraft liege gerade in ihrer Mehrdeutigkeit.

Wenn also auch das, was "*mitschwingt*", auch mitgemeint ist und nicht definitorisch ausgegrenzt wird, dann entzieht sich der so gebildete Begriff der Eindeutigkeit und lädt dazu ein, sein Bedeutungsfeld zu erkunden.

Dazu werden auch die Teilnehmer der Fachausbildung aufgefordert.

Sie erfahren, dass "*Mu*" - "*Nichts*" oder "*nicht*" heißt und "*Do*" - "*Weg*".

Und sie bringen die Erwartung mit, dass es (auch) um Bewegen oder Sport geht, denn sie befinden sich ja in einer Fachausbildung.

Wie kann also die Zusammensetzung "*MuDo*" einen Sinn machen?
Was kann dieser Name bedeuten, wenn er wirklich ernst gemeint ist?

Es ist immer wieder erstaunlich, wie die unternommenen Deutungsversuche *MuDo* umkreisen und dabei unterschiedliche Aspekte zutage fördern.

Das führt stets wieder neu vor Augen, dass der von den Silben "*Mu*" und "*Do*" aufgespannte Raum lohnt, immer wieder neu ausgelotet zu werden.

Auch deshalb, weil sich mit weiteren Erfahrungen auch neue Zwischentöne entdecken lassen.

Mu - Do

Machen wir uns also auf den Weg.

Den Mu-Weg, den *Nicht- Weg*.

Den Weg, der nicht für alle Zeiten absolut festgelegt ist, sondern den jeder selber finden und gehen muss.

MuDo geht es so verstanden darum, nicht blind vorgegebene Bewegungen nachzumachen, sondern selbsttätig experimentierend zu erkunden, wie sich ein Bewegungsproblem, eine Bewegungsaufgabe lösen lässt.

Als eine Abkehr von den fertigen Bewegungslösungen im Sinne eines gültigen, quasi des offiziellen "*rechten*" Weges - so kann man das "*Nicht*" verstehen, das mit "*Mu*" vor den Weg gesetzt ist.

Der so gemeinte Nicht-Weg wendet sich gegen die fraglos übernommene Autorität und ermutigt zu eigenen Erkunden und Erkennen gangbarer Lösungen.

Mit etwas anderen Worten lässt sich *MuDo* als der *weglose Weg* übersetzen.

Dabei verlagert sich der Akzent wieder ein wenig.

Wer dem weglosen Weg folgt, sich also in unwegsamem Gelände sicher bewegen will, braucht vor allem zwei Fähigkeiten:

- Er muss offen sein für seine Wahrnehmung - JACOBY nennt das antenniges Verhalten⁵
- und geistesgegenwärtig.

Wo jeder Schritt Neuland betritt, ist hohe Achtsamkeit gefordert, damit im Tun zwei Fragen beantwortet werden können:

„*Was ist los?*“ und „*Was kann ich tun?*“

⁵ Vgl. HEINRICH JACOBY: „*Jenseits von >Begabt< und >Unbegabt<. Zweckmäßige Fragestellung und zweckmäßiges Verhalten - Schlüssel für die Entfaltung des Menschen*“, Hamburg 1994.

Wir kommen so zu einer noch freieren Übersetzung von *MuDo*:
Unterwegs zur Geistesgegenwart.

MuDo bedeutet im Bewegen - permanente Auseinandersetzung mit der Frage: „*Wie geht es weiter?*“

Es fördert die Wahrnehmung der Situation ebenso wie die Vielfalt der eigenen Antwort-Möglichkeiten, sowie die Geistesgegenwart, beides aufeinander abzustimmen, und den Mut, das so als notwendig Erkannte zu tun.

MuDo als *Kunst eines weiteren Schrittes.*

Das meint zunächst wohl nur die Kunst eines nächsten, lebendigen Schrittes.

Wenn wir aber mit JACOBY erkennen:
 das "*Entfaltung durch Gebrauch*"⁶ - zumal bei achtsamem - unausweichlich ist, dann kann ein weiterer Schritt auch einer sein, der die vorhergehenden übersteigt, weil er die Summe der Erfahrungen in sich aufgenommen hat und aus ihr entspringt.

In diesem Sinne ist *MuDo* der Weg, der erst im Gehen entsteht, dadurch, dass ihn jemand geht.

Denn erst aus der Begegnung von gegenwärtiger Situation und bisheriger Erfahrung erwächst der weitere Weg.

Gäbe es niemanden, der ihn ginge, existierte der Weg nicht.

Doch was ist das für ein Weg, der noch nicht vorgebildet vor uns liegt, sondern uns als Wagnis aufgegeben ist?

Hier nähern sich offensichtlich lebendiger Weg und der Weg des Lebens einander an.

Kehren wir zurück zu den beiden Silben "*Mu*" und "*Do*".

Welche Deutungen können wir noch wagen?

Der *Weg aus dem Nichts* - aus der Formlosigkeit, dem noch Ungestalteten erwächst ein Weg.

⁶ Vgl. JACOBY a.a.O.

Was zunächst nicht greifbar war, was sich noch nirgendwo abzeichnete, entfaltet sich im Tun und wird zur erkennbaren Form.

Es ist immer also auch ein *Weg ins Nichts*, in eine nicht vorgezeichnete Zukunft.

Ein Weg im Offenen und in die Öffnung.

Denn die Auflösung der gewordenen Gestalt bringt eine neue Bewegung hervor.

Das kreative Verlassen des auf Wiederholung und stillstehende Dauer drängenden Rhythmus führt den Weg in die Formlosigkeit des *Mu* zurück.

Alles, was vor einem liegt, kann derart ins Bewegen aufgenommen und verwandelt werden, dass das Widerständige in der Bewegung auflöst wird:

- Es ist *Nichts im Weg*.

Alles, was im Weg vorliegt, wird aufgenommen und im Bewegen mitgenommen.

Im einverleibenden Kohärenz-Finden verschwindet für mich die gegenüberstehende Gegenständlichkeit, und aus dieser Formlosigkeit tauchen in der Auseinandersetzung alle Dinge wie aus dem Nichts auf.

MuDo lässt sich erleben als ein *Weg aus Nichts*, ein Sich-Ereignen formlosen Wirkens, das formgebend wirkt.

Beachte ich dieses Geschehen, so ist *MuDo* die Arbeit der Achtsamkeit, die im Bewegen dieses entfaltet, es öffnet und der Gestaltung zugänglich macht.

Bewegen im Do

Was ist das für eine Bewegung, die da auf dem Weg ist?

Und wohin führt sie?

Bisher haben wir Weg stets als ein Abbild des Gehens verstanden. Das Aneinanderreihen von Schritten ergibt einen Weg.

Wenn wir aber genau hinschauen, sehen wir, dass diese Beschreibung nicht ganz zutreffend ist.

Denn der Weg, den wir mit *MUDO* gehen, ist anders.

Er ist nicht umkehrbar. Wir können nicht einfach umdrehen und dorthin zurückgehen, wo wir hergekommen sind. Der Weg ändert sich nicht nur, er verwandelt uns auch.

Stellen wir uns den Versuch eines Zurückgehens vor, dann wird deutlich, dass sich der Weg nicht nur in Schritten vollzieht, sondern in Sprüngen.

Wie beim Klettern kommt man nicht immer wieder zurück, auch wenn auf dem Hinweg alles ganz einfach schien.

Das gibt es im Bewegen- Lernen auch.

Eins kommt zum anderen und mit einem Mal gelingt etwas, das vorher lange Zeit unerreichbar schien. Plötzlich setzen sich alle Einzelheiten zusammen und der erste Bogen mit dem Snowboard klappt. Wir haben im Bewegen ein neues Muster gebildet. Nun gelingt es uns nicht mehr, uns in die Situation vor dem Gelingen zurückzusetzen.

Der Weg dorthin war eben kein wirklicher Weg aus einzelnen, aufeinander folgenden Schritten, die wir jetzt nur zurückzugehen brauchen. Er war nicht das notwendige Ergebnis eines systematisch aufbauenden Nacheinanders.

Der Absprung wird von verschiedenen Schülern an unterschiedlichen Stellen zu unterschiedlichen Zeitpunkten geschafft. Bereits das dürfte den Glauben an die notwendige und systematische Abfolge der Übungen stark in Frage

stellen.

Wird die Reihenfolge der Übungen geändert, bedeutet das für einige Schüler eine Verlängerung des "Weges", für andere eine Verkürzung.

Wie soll man da noch von Weg sprechen? Es lässt sich auch im Nachhinein nicht sagen, welche Übungen und Versuche den Sprung ermöglicht haben, welche notwendig waren, welche überflüssig.

Das Neue muss als Ganzes gekonnt werden. Und es kann auch nur als Ganzes gewagt werden.

Man stelle sich vor, man könnte erst einen Viertelschwung lernen, dann einen Drittelchwung, einen halben und so weiter bis zum ersten ganzen Schwung. Das wäre ein schöner, ebener Weg.

Doch der existiert nicht, selbst wenn uns mancher seine pädagogischen Bemühungen gerne so verkauft.

Wenn aber das Neue gelingt, sind wir dann auf unserem Weg voran gekommen? Wohin haben wir uns bewegt? Vorwärts - oder ist jetzt nur einfach alles anders? Wir sehen die Welt mit anderen Augen und können dies auch nicht rückgängig machen.

Es scheint dies eher eine Bewegung des Abtauchens und wieder Auftauchens zu sein als eine Fort-Bewegung.

Wir bewegen uns mit der Achtsamkeit also eher in der Vertikalen als in der Horizontalen. Diese Möglichkeit der vertikalen Bewegung beschreibt SLOTERDIJK anhand des Typus des Mystikers und des Helden:

*"Darum verkörpern Helden und Mystiker komplementär aufeinander bezogene Bewegungscharaktere; jeder von ihnen vertritt einen Flügel menschlicher Tiefenbeweglichkeit, sofern Menschen nicht anders können, als Auftauchende oder Eintauchende, zur Welt Kommende oder aus der Welt Gehende zu sein."*⁷ 5

Bei diesem Verlassen der Horizontalen gibt es die Sprünge und Brüche im Weg.

Was gewährleistet da den Zusammenhang, die Kontinuität des Weges?

- Allein unsere Identität.

Wir tauchen als andere wieder auf und bleiben die selben, weil und indem wir uns bewegen.

Zurück zum Ursprung?

Hat der Weg nicht doch eine Richtung, gibt es nicht doch ein Ziel?

Immer wieder wird die Achtsamkeit als ein Weg zurück zur Natürlichkeit, zu ursprünglicher Spontaneität gepriesen.

Oder wie KLEIST in seiner Schrift *"Über das Marionettentheater"* schreibt:

*"Doch das Paradies ist verriegelt und der Cherub hinter uns; wir müssen die Reise um die Welt machen, und sehen, ob es vielleicht von hinten irgendwo wieder offen ist."*⁸

In vielen Schulen der Achtsamkeit gibt es dieses Ideal vom Rückkehr zum Ursprung. Es taucht auch in der Form auf, dass die Entfernung vom Ursprung eine bloß vermeintliche sei, eine Illusion, die *"nur"* losgelassen werden muss:

"Nicht einer von euch, die ihr euch hier versammelt habt, ist unerleuchtet.

*Eben jetzt sitzt ihr alle als Buddhas vor mir."*⁹

Wenn der Weg darin besteht, das Spielenlassen der biologischen Ausstat-

⁷ PETER SLOTERDIJK: *„Weltfremdheit“*, FRANKFURT a. M. 1993, S. 72.

⁸ HEINRICH VON KLEIST: *„Sämtliche Werke und Briefe in vier Bänden“*, Dritter Band. Hanser Verlag, MÜNCHEN, WIEN 1982. S. 342.

⁹ MEISTER BANKEI: *„Die Zen-Lehre vom Ungeborenen“*, Otto Wilhelm Barth Verlag, 1988. S. 38.

tung¹⁰, wie JACOBY es nennt, nicht weiter zu stören, ist das auf dem Weg ein Fortschritt oder eine Rückkehr zum Ursprung?

Verwechseln wir das Nicht-Tun des Unnötigen nicht mit dem Nichts-Tun, so lässt sich ahnen, dass dieses Tun erst einmal gelernt werden will.

Es ist also durchaus eine neu erworbene Fähigkeit.

Weil aber die so gewonnene Leichtigkeit sich so mühelos anfühlt, reden deren Lehrer gerne so, als hätten sie es (im Prinzip) schon immer gekonnt, denn sie tun ja jetzt noch weniger als bisher.

In ihrem Zuviel-Tun war ihr jetziges Tun aber eben leider nur logisch bereits enthalten.

Lassen wir uns nicht täuschen, es ist ein Weg dorthin:

*"Die Natürlichkeit des Menschen liegt nicht hinter ihm im vergangenen Tiersein, sondern vor ihm: Als Möglichkeit ist sie ihm **gegeben**, als Wirklichkeit aber **aufgegeben**."*¹¹

Die Bewegung auf dem *Do* ist wohl am besten mit HEGEL als eine dreifache zu beschreiben. Die Achtsamkeit zu entwickeln meint ihre Aufhebung im dreifach hegelschen Sinne:

- Die Achtsamkeit hebt dabei unser natürliches Beachten auf - sie ist etwas anderes.
- Die Achtsamkeit bewahrt dabei zugleich unser Beachten auf - sie ist nichts anderes.
- Die Achtsamkeit hebt dabei dieses Beachten auf eine neue Stufe - sie ist das verwandelte Selbe.

Wie die Achtsamkeit ist auch das *MU* im *Do*:

- nie zu erreichen
- und doch immer schon eingeholt und darin bereits verwandelt - reine Bewegung.

¹⁰ Vgl. JACOBY a.a.O.

¹¹ HORST TIWALD: „*Die Kunst des Machens oder der Mut zur Unvollkommenheit*“, HAMBURG 1996. S.20.