

Rheda-Wiedenbrück.

Richard Bara besteht Prüfung zum 7. DAN

Mit Richard Bara leitet 41 Jahre nach der Vereinsgründung nun ein Träger des 7. DAN den heimische Karateverein Asahi Rheda-Wiedenbrück e.V.. Unter den Augen von 4 hochrangigen Karatemeistern absolvierte er jetzt seine Prüfung zum nächsthöheren DAN. Insgesamt 8 Prüflinge nahmen an der Prüfung hoher DAN Grade in Neuss teil. Zum Prüfergremium gehörten mit Roland Hantzsche (8. DAN), Jamal Measara (9. DAN), Ulrich Heckhuis (8. DAN) und Shuzo Imai (8. DAN) einige der Karategroßen Deutschlands. Nicht teilnehmen aus persönlichen Gründen konnte einer der weltweit höchstgraduierten Karateka, Hanshi Fritz Nöpel (10. DAN). Ein so hochwertiges Prüferteam war erforderlich, da an diesem Tage nur Prüfungen ab dem 6. DAN abgenommen wurden. Neben Richard Bara trat, wie auch schon bei seiner letzten Prüfung in 2013, Achim Keller aus Essen vor die Prüfungskommission.

Für den 60-jährigen Emsstädter begann die Prüfung schon Anfang des Jahres mit einer schriftlichen Ausarbeitung. Hier widmete sich Bara dem Thema Charakterschulung durch Kampfkünste, hier dem Karate-Do. Richard hat sich zum Ziel gesetzt nicht nur das Besiegen eines Gegners zu lehren, sondern auch wie man sich selbst besiegt. Hier setzte er sich u.a. mit der Frustbewältigung, der Überwindung des inneren Schweinehunds und der Selbstbeherrschung auseinander. So möchte er vermitteln, mit sich und anderen besser zurecht zu kommen, mit den eigenen, aber auch mit den Schwierigkeiten und Problemen anderer umzugehen, sich in einer Gruppe bzw. in der Gesellschaft konstruktiv zu beteiligen, um Gemeinschaft und auch um Gemeinsames zu kämpfen. Diese Schulung lässt Richard mit ins Training seiner Gruppen einfließen. Dies beginnt mit der Einhaltung von Regeln, mit Hinweisen, wie sich das regelmäßige körperliche Training auswirkt, wie uns die Regelmäßigkeit des Trainings und die ständigen Wiederholungen von Techniken schulen oder die Geduld mit uns selbst fördern. Dabei ist es für Bara auch wichtig, die Verbindung zu den Wurzeln der Kampfkunst (Tradition) herzustellen.

Am Prüfungstag standen für den Emsstädter im praktischen Teil Kata (Kampf gegen mehrere imaginäre Gegner) sowie deren Anwendung (Bunkai) auf dem Programm. Aber auch zu der Ausarbeitung musste Bara Rede und Antwort stehen. In monatelanger Vorbereitung hat Richard noch einmal alle Katas verinnerlicht und immer wieder in sein Training einfließen lassen. Bei so einer hohen DAN Prüfung sollte man bestmöglich vorbereitet sein, weis man ja nie was die Prüfer einem alles abverlangen. Besonders vorbereitet hatte sich Bara auf die Katas Sochin und Nijushiho sowie deren Anwendung (Bunkai). Bei Kata Bunkai wurde Bara tatkräftig von Marian Garbos unterstützt. Mehr als ein halbes Jahr trafen sich die beiden regelmäßig sonntags zum Training, in den letzten Wochen vor der Prüfung sogar fast täglich. Da Marian, der neben dem Karate auch seit vielen Jahren Aikido trainiert, wurden Kampfkunstübergreifend Techniken (Hebel und Würfe) analysiert und trainiert. Sofern ein Hebel oder Wurf mit einer Technik aus der Kata entsprechend interpretiert werden konnte, wurde er in die Bunkai eingearbeitet. Daneben stand Garbos als Angreifer zur Verfügung. Dies bedeutete, jede Menge Würfe und Hebel über sich ergehen lassen. Bei der Vorführung der Kata konnte Richard das Prüferteam mit seiner Kraft, Dynamik und den präzisen Techniken überzeugen. Es kam deutlich zum Ausdruck, dass Bara in den 41 Jahren, in denen er diesen Sport betreibt, akribisch an sich und seinen Techniken gearbeitet hat. Aber auch seine innere Ruhe und außergewöhnliche Gelassenheit zeichneten den Vollblutkarateka während seiner Prüfung aus. Um seine Gelassenheit hat ihn auch Achim Keller beneidet. Am Ende des Prüfungstages hat Richard sich neben den Gratulationen und netten Worten der Prüfer besonders über die beiden Worte „Gut gemacht“ von Shuzo Imai gefreut. Dies war dann doch noch ein ganz besonderes Lob.

Neben der ganzen Vereinsarbeit, Trainertätigkeit und den Prüfungsvorbereitungen in den letzten Jahren blieb ihm noch genügend Zeit sich fortzubilden. So ist er mittlerweile zertifizierter Gesundheitslehrer, Karatelehrer und Gewaltschutztrainer.

Auf die Frage wie er seine Zukunft einschätzt sagte Bara: „Immer noch beim Karate, hoch motiviert sein eigenes Karate zu verbessern und sein umfangreiches Wissen an seine Schüler weiter zugeben“. Und mit einem Grinsen im Gesicht, gibt er zu, dass er auch noch in Richtung des 8. DAN blinzelt.

Mit dem 7. DAN gehört Bara nun zu einer kleinen Gruppe von Karateka die diese Graduierung erreicht haben.

Der 7. Dan, so sagt man unter anderem, ist das Symbol der einmaligen Chance, der ungewöhnlichen Glücksmöglichkeit und außerordentlichen Freiheit, die die Notwendigkeit mit sich bringt, wachsam und diszipliniert zu sein, damit der Träger nicht in das „Nichts“ zurückfällt. Würdig, Selbstbeherrscht, Intelligent, Phantasievoll und Opferbereit, wissenschaftliche und philosophische Neigungen sowie Sinn für Mystik, so die positiven Eigenschaften des Übenden während des 7. DAN. Dieser Abschnitt im Karate – Leben ist im Allgemeinen ein begeisternder Weg, gekennzeichnet von bedeutsamen Freundschaften und großartigen Begegnungen.

Mit der Bitte um Veröffentlichung.
Besten Dank.
Mit freundlichen Grüßen

Udo Stephanblome

Foto: Richard Bara