



FOTOS: PASCAL MOIRA

Selbstverteidigung auf der Basis israelischer Nahkampftechniken: TV-Produzent Manuel Gamma im Functional Fighting. (Zürich, 12. April 2012)

Prügel...

◀ Fortsetzung von Seite 71

verzichtet auf Zigaretten, Alkohol und Kinderschokolade, um um 23 Uhr «kaputt» neben der Freundin ins Bett zu fallen, die zu Hause auf ihn wartet.

Es ist eine archaische Welt, von der er erzählt, in der die Dinge noch einfach und klar sind. Mann gegen Mann. Der Stärkere gewinnt. Eine Welt, in der noch urmaskuline Eigenschaften wie Mut, Risikofreude und Kraft regieren und in Schaukämpfen die, je krasser sie sind, desto demonstrativer zur Schau gestellt werden. Diese Tendenz der männlichen Inszenierung beobachtet der Berliner Sportphilosoph Gunter Gebauer zurzeit in vielen boomenden Sportarten, beim Basejumping, beim Snowboarden, beim Klettern. Weil sich Geschlechterrollen auflösen, werde Männlichkeit in immer extremeren symbolischen Darstellungen zurückerobert. Wobei Studien zeigen, dass sich dabei beide Geschlechter in traditionelle Rollen fügen. Salopp gesagt: Die Typen inszenieren sich als Supermänner, während die Frauen sie dabei anheimmeln und filmen.

Natürlich hat Kampfsport auch mit einem kompensatorischen Streben nach Macht zu tun. «Eine Angela Merkel», sagt Gebauer, «würde wohl kaum MMA trainieren, wie es umgekehrt immer arme Würstchen geben wird, die ihr gesellschaftliches Defizit über Muskelkraft wettmachen.» Umso interessanter ist, dass brutale Kampftechniken inzwischen auch ein Mittelschichtphänomen sind. In der Baspo-Studie aus dem Jahre 2008 ist die Gruppe der monatlich über 8000 Franken Verdienenden am grössten. In ih-



«Ohne das würde ich durchdrehen», sagt Philipp Gloor, Unternehmer aus Cham. (Rotkreuz, 17. April 2012)

rem weiteren Umfeld ist auch der Unternehmer Philipp Gloor anzusiedeln, der vor zwei Stunden noch in Poloshirt und Blazer in seiner Druck- und Werbetechnik-Firma in Cham sass und jetzt in einen aus Männern bestehenden Fleischberg verknotet ist, Arme und Beine in einer unergründlichen Systematik zerrend, schlagend, trendend. Seit vier Jahren trainiert er bei Yogaka, der grössten MMA-Schule der Schweiz. Bis zu fünfmal die Woche drei Stunden pro Tag. Heute sagt er: «Ohne das würde ich durchdrehen.»

Wie Kakerlaken essen

Warum, erzählt Philipp zwischen einhalb Stunden Bodenkampf und einhalb Stunden MMA. Angefangen hat es mit «Men's Health», also den Waschbrettbäuchen, die im Männermagazin zu sehen waren. Der drahtige Typ mit dem in präzisen Linien rasierten Bart wollte so einen. Zehn Jahre Krafttraining aber brachten den nicht hin. Trotzdem glaubte er «parat zu sein», als er einem MMA-Keller einen neugierigen Besuch abstattete, in dem es wie in diesem hier nach Schweiß und Gummi roch. Ein Fehler: «20 Kilo leichtere Buben fertigten mich wie ein Schulmädchen ab», erzählt er verlegen lächelnd. Heute mache er dasselbe mit doppelt so schweren Typen.

Der Muskelkater ist ein inniger Freund und das blaue Auge, das er zurzeit im Gesicht hat, «eine Kleinigkeit». Angenehmer Nebeneffekt dieses «Durchbeissens» und «Grenzen-Auslotens» aber, das im Würgegriff schon mal bis zur Ohnmacht gehen kann, ist nicht das Waschbrett unterm Nylonshirt und auch nicht der Spass, den er beim, wie er sagt, strategisch anspruchsvollen Schlagen oder Kicken

hat. «Dank MMA bin ich im Job total gelassen, schlaflose Nächte gibt es so gut wie nicht mehr», sagt der 33-Jährige, der sich vom KV-Stift zum Firmenbesitzer mit 20 Angestellten hochgearbeitet hat.

Laut Soziologe Gunter Gebauer ein weiterer Grund, warum brachialer Kampfsport inzwischen auch für die Mittelschicht attraktiv ist. Dank Filmen wie «Fight Club» von ihrem Randgruppen-Image befreit, bieten sie Menschen «in Aufwärtsbewegung» einen Raum, um Wünsche von sozialem Aufstieg auszuleben und das gute Gefühl der Überlegenheit im Job umzusetzen. Gewaltforscher Gunter A. Pilz hingegen deutet das Phänomen eher als Antwort auf eine Leistungsgesellschaft, in der Emotionen unterdrückt werden, man sich duckt, mit dem Strom schwimmt, funktioniert. «Ob man im Survival-Camp Kakerlaken isst, sich im Edel-Puff auf den Kopf urinieren lässt oder Kampfsport macht – es geht immer um Regulierung des Triebhaushalts.»

Angeheizt werde diese durch das Bedürfnis nach Kontrolle und Autonomie, das sich in einer Gesellschaft der Dauerkrise breiter mache. Die Schriftstellerin Joyce Carol Oates hat in einem Essay «Über Boxen» geschrieben, «dass sich Boxer gegenseitig bekämpfen, weil ihnen die wirklichen Gegner, auf die sich ihre Wut richtet, nicht zugänglich sind. Man bekämpft, was einem am nächsten liegt, was verfügbar ist.» Und das gifelt letztlich in der existenziellsten aller Körpererfahrungen, die in dieser sterilen Welt immer rarer werden – Schmerz.

Damit kennt sich auch der 40-Jährige aus, der in einer Zürcher Szene-Bar vor einem Bier sitzt: Manuel Gam-

«Schmerz ist immer eine Selbsterfahrung. Er lehrt mich Demut, erdet mich und sagt mir, wer ich bin.»

ma, TV-Produzent in Jeans, Mütze, Lederjacke. «Schmerz ist immer eine Selbsterfahrung. Er lehrt mich Demut, erdet mich und sagt mir, wer ich bin. Mit jedem Schlag, den ich aushalten kann, wachse ich ein bisschen mehr», erzählt er mit belegter Stimme. Momentan tut ihm die Luftröhre etwas weh, von einer «Würge-Übung unter Extrem-Stress». Überhaupt ist der Typ, der an Brad Pitts Seite im Film «Fight Club» eine ganz gute Figur gemacht hätte, «angeschlagen». Prügelte er doch gerade vier Tage lang im Streetfighting-Seminar, wo Selbstverteidigung in ihrer extremsten Form trainiert wird: in Real-Life-Szenarien, auf der Basis von Psychologie und Krav Maga – dem Nahkampfsystem der israelischen Armee.

Zum Biest werden

Das ist die andere Seite einer Tendenz zur körperlichen Aufrüstung in einem Land, in dem man nachts so unbeschwert herumspazieren kann wie nirgends sonst. Gemäss Kampfsport-Verzeichnis boomt mit Krav Maga auch brachiale Selbstverteidigung. Obwohl in westlichen Gesellschaften über die Jahrhunderte gesehen nie mehr Frieden war, Gewalt als Mittel des Problemlösens nie mehr geächtet wurde. Trotzdem meint man in der ruchlosesten aller Zeiten zu leben, was mit der

Die Schweiz kämpft

MILOU STEINER / RDB



Judo in Zürich anno 1964.

Zuerst Jiu-Jitsu, dann Karate

Die Geschichte des Kampfsports in der Schweiz beginnt 1929 in Zürich mit der Gründung einer Jiu-Jitsu-Schule. Die von den japanischen Samurai stammende Kunst der waffenlosen Selbstverteidigung bekam 1940 Konkurrenz durch Judo, das gleichzeitig Sport und Lebensphilosophie ist und das stoische Hinnehmen von Sieg und Niederlage lehrt. In den fünfziger Jahren wurde Aikido importiert, eine defensive japanische Kampfkunst. Filme von Bruce Lee machten das chinesische Kung-Fu in den siebziger Jahren einer breiteren Masse zugänglich, «Karate Kid» in den achtziger Jahren das japanische Pendant. Später verbreiteten sich Thai-Boxen oder Brazilian Jiu-Jitsu. Weltweit gibt es über 300 Kampfsportarten. Infolge der Globalisierung ist das Angebot breiter denn je. Grundsätzlich lässt sich sagen, dass die neuen Stile weniger philosophisch als sportlich sind. Ihr Fokus liegt auf Technik und Effizienz. (ck.)

Rund-um-die-Uhr-Erfahrbarkeit von Gewalt zu tun hat sowie der Brutalisierung von Fernsehnachrichten oder Filmen. Soziologe Gunter Gebauer sieht aber auch in diesem Phänomen ein kollektives Befinden der Hilflosigkeit, mit dem die da unten denen da oben gegenüberstehen. Manuel jedoch hat schon Erfahrungen mit Typen gemacht, die mehr Tier als Mensch sind, mehr Muskeln als Verstand haben. Damals in Amsterdam etwa, als ihm einer ein Messer an den Hals hielt, er alles wie in Zeitlupe wahrnahm, geschehen liess, weil er vergeblich dachte, dass Kurt «Verstehen Sie Spass?» Felix um die Ecke kommt.

Heute würde ihm das nicht mehr passieren, erklärt Manuels Trainer Christian Wanner, der jetzt auch am Holzschiff Platz genommen hat. Nur der Drei-Millimeter-Haarschnitt deutet darauf hin, dass der Kommunikationsberater und Coach im Anzug noch als Functional-Fighting-Experte dazuverdient. Und mit Seminaren, in denen er seine Kunden aus der Komfortzone des Capri-Sonne-farbenen Trainings-Lokals in Parkhäuser bestellt, um sie von 120-Kilo-Türstehern überfallen zu lassen. «Im Ernstfall» sagt er mit toderner Miene, «geht es weniger um Technik als um eine Energie, die auch den humanistisch schöngeistigen Menschen zum Biest werden lässt.»

Manuel nickt, nimmt einen Schluck aus dem Bierglas und erzählt, wie er im Seminar hellwach durch das Parkhaus ging. Das Adrenalin seine Schmerzen betäubte. Wie er den ersten Typen hinter sich liess, der auf den Boden spuckte. Den Zweiten, der ihn nach der Uhrzeit fragte. Wie dann die Faust des Dritten gegen seinen Kopf knallte. Und er «voll rein» ging.

ANZEIGE

Ragazer Detox

Regeneration von Körper und Geist durch ganzheitliche Reinigung & Entgiftung

Buchen Sie Ihr «Ragazer Detox»

GRAND RESORT Bad Ragaz

www.resortragaz.ch/detox