

DRAGOS WING TSUN

KAMPFKUNST FÜR ENTHUSIASTEN SCHACHSPIEL FÜR KÖRPER UND GEIST



Sifu Martin Dragos Interview - Geschichte, Lebenswerk, Ansichten

Ich begrüße alle Leser auf das allerherzlichste und freue mich über dieses Interview. Im Folgenden soll der Begriff "Wing Tsun" für den Oberbegriff dieser Kampfkunst stehen und gleichzusetzen sein mit "Wing Chun" oder ähnlichen Schreibweisen.

1. Wie lange praktizieren Sie schon die Kampfkünste – Wing Chun – und wer war Ihr Lehrer?

Ich brenne für WingTsun. Seit meinem elften Lebensjahr praktiziere ich diese Kampfkunst. Jetzt bin ich 56. Ich komme aus Villingen-Schwenningen, bin als Sohn slowenischer Eltern geboren und aufgewachsen, die 1960 nach Deutschland emigriert sind.

Mit sechs Jahren habe ich zusammen mit meinem Vater meinen ersten Bruce Lee Film (Der Mann mit der Todeskralle) im Kino gesehen. Danach war mein Lebensweg vorgezeichnet, ich war buchstäblich paralysiert. Am nächsten Morgen baute ich mein erstes Nunchaku. Ich habe Techniken verschiedenster Kampfkünste aus Büchern geleert und mich oft mit meinen Mitschülern, welche Judo oder Ringen praktizierten, geprügelt. Mit 11 kaufte ich mir die zwei deutschen Buchfassungen von "Wing Tsun Kuen" (Bibel des Wing Tsun) von Leung Ting und übte mit Freunden die Inhalte aus. Ein Artikel im Karate-Budo-Journal, in dem Sifu Keith Kernspecht Wing Tsun in der Schweiz vorstellte, hat mich dann mit 13 Jahren dazu bewogen, in die Europäische Wing Tsun Organisation (EWTO) einzutreten. Mein erster Lehrer war der 64-jährige Walter Block aus Rottweil. Bereits drei Monate nach meinem Eintritt schloss er die Schule. Als kleiner Junge habe ich die Gründe hierfür nicht verstanden, nahm jedoch an, es habe mit gesundheitlichen Problemen zu tun.

Ich hatte bis dato nach drei Monaten Training den 2. Schülergrad erworben und folgte bis zum 6. Schülergrad einem Senior Schüler von Walter Block, Horst Korb, in Unadingen. Auch er schloss schließlich seine Schule, sodass ich daraufhin gänzlich auf mich allein gestellt war. Fortan lernte ich ausschließlich auf Seminaren mein "nächstes Programm". Kontakt zu anderen Kampfkünsten bekam ich stets nur durch Schüler, welche zuvor andere Kampfkünste erlernten und mit mir ihre gelernten Inhalte zur Diskussion stellten.

Formal betrachtet ist somit Sifu Kernspecht mein Si-Fu, Großmeister Leung Ting mein Si-Gung und es war Sifu Giuseppe Schembri, der für mich zum Tutor für das Durchlaufen der Lehrergradstufen wurde. Ihm folgte ich 9 Jahre. Nach 20 Jahren EWTO ging ich aus Gründen persönlicher Enttäuschungen eigene Wege.

Im Anschluss daran erlernte ich das Leung Ting System in einer "ursprünglicheren Form" einschließlich den Waffeln (Lok Dim Boon Kwan und Bat Cham Dao) unter Sifu Sergio Iadarola nochmals neu und fand heraus, dass es große Unterschiede zwischen Sifu Kernspechts Wing Tsun und jenem von GM Leung Ting gab. Da ich einen ausgeprägten Forscherdrang habe, ging ich diesen letzten Weg eher aus Neugier.

Ich war nie zufrieden, denn ich wollte etwas Praktisches für die Anwendung lernen. All meine Lehrer haben zeit meines Lebens wenig oder nichts erklärt und versucht, mich kleinzuhalten.

Jeder von ihnen hat von seinem Lehrer gelernt, Geheimniskrämerei zu betreiben und diese Tradition fortzuführen. Sie waren wie dressierte Zirkusperle, die nur das weitergaben, was sie selbst gelernt hatten. Ich habe viele Fragen gestellt, aber nur ausweichende Antworten bekommen. So wurden aus jeder Frage drei neue Fragen.

Tiefgehende Konzepte, irgendeine Form der Kampfsystematik oder innere Aspekte der Kunst – das alles habe ich niemals gelernt. Es gab nur aus dem Zusammenhang gerissene "Kuen Kuits". Diese "Worte der Weisheit" waren nichts als Worte der Verwirrung. Für mich waren sie nichts als Scherbenhaufen und Relikte der Vergangenheit, deren Bedeutung man erraten musste.

Genau dieser Umstand des "Auf-sich-Gestellt-Seins" löste in mir eine Dynamik und Gewohnheit des lebenslangen Forschens aus. Was ich heute tue, geschah nicht über Nacht, sondern ist das Ergebnis einer lebenslangen Entwicklung.

Über die Jahre entwickelte ich eigene Lösungen und eine schlüssige allumfassende Herangehensweise. Diese Methodik, die ich heute als "Kampfsystematik" bezeichne, ist die Basis für sowohl die visuelle, als auch die Chi Sao-Kontaktphase. Jedes Konzept, welches vorherigen Konzepten überlegen ist, bringt oft eine ganze Folge von weiteren Implikationen und Veränderungen mit sich, da alles im Einklang stehen muss. Es ging nie darum, ein einzelnes Detail zu adaptieren oder zu verändern oder an sich anders zu sein als andere, um mich abzuheben. Das wäre pure Eitelkeit. Wichtig für mich war einzig und allein eine Stimmigkeit in Bezug auf Anwendbarkeit, Logik und Vereinfachung im Denk- und Entscheidungsprozess.

Der konzeptorische Ansatz ist die Mutter aller Folgeerscheinungen und der einhergehenden Veränderungen. Daher habe ich heute nicht nur eigene Konzepte, sondern auch didaktisch notwendigen Methoden der Vermittlung. Meine Formen, Chi-Sao- und Chi-Gerk-Trainingsroutinen (Sektionen), aber auch das Waffenprogramm sind allesamt von diesen Entwicklungen geprägt.

Heute praktiziere ich gerade mal noch ca. 5 % des ursprünglichen Leung Ting/Kernspecht-Systems, das ich erlernte. Natürlich gibt es auch bei mir all die Bewegungen wie BongSao, TanSao, FookSao und so weiter - jedoch werden diese Bausteine von mir anders verwendet. Wenn mich daher heute Menschen fragen "von wem hast du gelernt?", erwarten sie zu hören, was die Quelle meines Wissen ist. Sie können sich einfach nicht vorstellen, dass ein einzelner Mensch ein neues Niveau schafft. Doch alles ist möglich, wenn Intuition und Fleiß zusammenkommen.

Mein eigenes System, das ich oft salopp als "meine Handschrift" bezeichne, ist heute unter der Marke "DRAGOS WING TSUN" bekannt.

2. In wie vielen Stilen (Kung-Fu oder andere Methoden) haben Sie trainiert?

Formal war dies stets nur Wing Tsun. Aber die Erfahrungen aus Querverbindungen, konzeptionellem Verständnis und Herangehensweisen, die ich durch Beobachtung von Phänomenen innerhalb verschiedenster Kampfkünste machte, hat ihren Ursprung in vielerlei Kampfkünsten. Es ist, als ob ein großes Bewusstseinsfeld betritt und zulässt, dass es uns leitet. Ich ließ mich zeit meines Lebens eher von Intuition und "Beobachtung zwischen den Zeilen", als von Ratschlägen leiten. Ich denke, ich bin ein guter Beobachter. Als Ingenieur habe ich gelernt, in Funktionen zu denken.

Im Grunde ist alles ganz einfach und lässt sich auf wenige Elemente zurückführen. Das ist wie beim Schachspiel. Es gibt nur wenige Regeln, aber unendlich viele Kombinationsmöglichkeiten. In der Malerei ist es nicht anders. Das Schwierigste ist dort, "viel mit wenig" auszudrücken. Wenn Pablo Picasso eine Taube mit wenigen Pinselstrichen zeichnen konnte, ist das wahre Kunst und Essenzen. Im Wing Tsun ist es dasselbe. Es geht darum, "viel mit wenig Aufwand" zu lösen, die Reaktionszeit durch den Fokus auf "Schlüsselmomente" zu verkürzen und die inneren Aspekte der Energiearbeit durch "Modelle" zu verwenden, die ihren Ursprung in Naturphänomenen haben. Es ist offensichtlich: Weniger ist mehr. Vielfalt ist nur vordergründig, sie ist die entfaltete Manifestation zugrundeliegender Phänomene.

Es ist nicht die Summe der Kampfkünste oder Lehrer, die darüber entscheidet, ob man ein System von Forman wird. Die Kunst besteht darin, Konzepte und Querverbindungen zu erkennen und ein Lehrer zu erschaffen, das für einen selbst funktioniert. Dazu muss man den Status Quo infrage stellen und akzeptieren, dass Dinge stets verbessert werden können. Gelebte Kampfkunst ist etwas sehr Persönliches und Individuelles. Es ist immer eine Form des Selbstausdrucks. Nicht zuletzt hat jeder Mensch einzigartige Fähigkeiten, Talente und Neigungen, aber eben auch Begrenzungen. Somit wird es stets zu einer eigenen Handschrift kommen müssen, um Kampfkunst wirksam anwenden zu können.

Es ist völlig sinnlos, viele Lehrer zu haben, die ihr eigenes Leben lang nach dem "Copy & Paste"-Prinzip gelernt haben und nicht wirklich tief in die Kunst eingetaucht sind. In vielen Kampfkünsten gibt es das Phänomen der Kommerzialisierung. Schnell angeleimte "Instruktoren" eröffnen eine Schule unter Lizenz, ohne selbst Jahre an Trainingserfahrung investiert zu haben. Unsere schnelllebige Zeit ist geprägt von Oberflächlichkeit und dem Fokus auf materielle Dinge. Auch die Kampfkunstwelt hat sich verändert. Junge Leute haben heute nicht selten gerade mal eine Aufmerksamkeitsspanne von 5 bis 10 Sekunden. Es mangelt ihnen an Konzentration und Willenskraft. Sie geben schnell auf und erwarten etwas zu bekommen, nur weil sie es fordern.

Die oberflächlich ausgebildeten Instruktoren geben ihr Halbwissen nun an die nächste Generation weiter. So verwässert sich das Niveau mit jeder Generation. Am Ende haben wir nur noch einen Scherbenhaufen, über den die Welt lacht. So sieht die Realität des Wing Tsun in Europa aus.

Ich habe diese Entwicklung früh erkannt und zeit meines Lebens nach Wegen gesucht, diesen Prozess umzukehren.

Und wie immer, wenn man den Status quo des Establishments gefährdet, wurde und werde ich stark bekämpft. Wenn du etwas gut machst, wirst du dafür nicht gelobt.

Es gibt zwei Denkschulen: Die eine richtet ihre Aufmerksamkeit in die Vergangenheit. Sie gehen stillschweigend davon aus, die "Quelle sei perfekt", sei vollkommen und man dürfe niemals etwas verändern. Sie leben das Copy & Paste-Prinzip.

Die zweite Denkschule sieht nach vorn, glaubt an Fortschritt und Entwicklung. Ich gehöre zwar tendenziell zu dieser Gruppe, aber ich bin auch davon überzeugt, dass wir die Vergangenheit würdigen und überprüfen müssen. Wir müssen sicherstellen, dass Inhalte dem Anspruch auf Funktion und Originalität gerecht werden. Es von Wert ist, sollte mitgenommen und weitergeführt werden. Wenn Lösungsansätze nicht funktional oder kohärent in einem Gesamtkonzept eingebunden sind, müssen wir Alternativen finden.

Der körperliche Aspekt ist oft eng verbunden mit dem physischen Trainingszustand eines Lehrers. Seine Handschrift ist zum Beispiel einer Einschränkung geschuldet, was sich direkt auf seinen Unterrichtsstil und die vermittelten Inhalte auswirkt. Ein Beispiel ist Bruce Lee, der eine Fersenverkürzung im linken Bein hatte. Seine Jünger gingen daher stillschweigend davon aus, dass dies grundsätzlich die richtige Art der Ausführung ist. Das ist aber ein Denkfehler. Denn die Einschränkung hat nur mit ihm selbst zu tun. Es ist ein verbreiteter Fehler, zu glauben, die persönlichen Umstände eines Lehrers würden die Essenz einer Kampfkunst verändern. Ich habe das bei vielen Lehrern im Laufe meines Lebens beobachten können.

In China weiß jedes Kind, dass man eine Kampfkunst niemals allein von einem Lehrer erlernen kann. Der Grund ist klar: Jeder Lehrer behält einen Teil seines Wissens zurück, um dem Schüler stets überlegen zu bleiben. Der heranwachsende Senior-Schüler wird so als potenzieller Konkurrent gesehen.

Wenn der Lehrer also in Rätseln steckt, nur das Nötigste sagt oder Wissen zurückhält, dann ist dies das "Stille-Post-Prinzip". Am Ende entsteht ein Konstrukt, welches nur noch in vereinfachter und abgewandelter Form etwas mit dem Original zu tun hat. Die Denkschule, die sich nur auf das Vergangene konzentriert, betrachtet dieses entstellte Konstrukt als "Heiligtum".

Ich bin davon überzeugt, dass man sich ständig verbessern muss – ähnlich dem japanischen Kaizen. Vergangenes zu würdigen ist hierbei kein Widerspruch, denn es ist die Basis, auf der man aufbauen kann.

Ich führe meine Schüler so an und unterstütze sie, dass sie mich eines Tages übertreffen werden. Nur so kann die Kampfkunst evolvieren immer besser werden, heilen und zu einer neuen Entwicklungsstufe reifen. Geheimkult ist der Tod jeder Kampfkunst.

3. Welche Hauptprinzipien sind den drei Formen mit leeren Händen inhärent,

a) Siu Nim Tao,

b) Chum Kiu und

c) Biu Tze? Sind sie miteinander verbunden und wenn ja, wie?

Formen - didaktische Werkzeuge zur Aneignung von Bewegungsmustern

Den drei ersten Formen des Wing Tsun, Siu Nim Tau, Chum Kiu und Biu Tze liegt ein didaktischer Aufbau zugrunde. Der Schüler beginnt mit einfachen Dingen und integriert nach und nach komplexere Strukturen und Aspekte. Der Fokus ist wie folgt:

Siu Nim Tao

Die Siu Nim Tau (Kleine-Idee-Form) legt den Grundstein für alle Techniken und Prinzipien im Wing Tsun. Ihre Hauptfunktionen sind die Vermittlung grundlegender Positionen, Bewegungen und beinhalten die Entwicklung einer entspannten Körperhaltung und beinhaltet die Haltungsgesetze für eine starke stabile Körperstruktur: die Streckung der Wirbelsäule, das Verriegeln des Kinns, das Senken des Schultergürtels, die richtige Atmung (Beckenbodenanhebung), das Einnehmen einer entspannten Brust. Abgesehen von der Öffnung des Standes und dem senkrechten Stehen, gibt es in dieser Form keinerlei Schrittarbeit. In dieser Phase ist der Schüler noch weit davon entfernt die 3 grundlegenden Kraftquellen für dynamische Ganzkörperbewegung zu verwenden, welche aus Senken, Aufrichten und Drehung des Körpers und Kombinationen dieser Bewegungsarten bestehen. Die Form wird daher teilweise als "statisch" betrachtet. Durch die isolative Verwendung der Bewegungen soll der Schüler seine Gelenke aufschließen und stärken. Dies gilt vor allem für die Handgelenke, welche als Schwachstellen angesehen werden.

Chum Kiu

Die Chum Kiu (Sinkende-Brücke-Form) baut auf den Grundlagen der ersten Form auf und führt neue Techniken ein. Ihre Hauptfunktionen sind die Integration von Schritt- und Drehbewegungen zu den erlernten Handtechniken. Es gilt, die drei grundlegenden Kraftquellen für aktive Bewegungen, Drehung, Aufrichten und Absenken des Körpers hinzuzufügen, sowie Gleichgewicht und Koordination zu fördern. Taktisch beinhaltet die Form Manöver für die Überwindung der Distanz und Schaffung einer Verbindung durch Kontrolle der gegnerischen Gliedmaßen. Die meisten dieser Kontrollmechanismen nutzen den senkenden Anteil des Erdprinzips (Grounding) zur Verstärkung der Kraft, wodurch die Form ihren Namen erhielt. Es gibt jedoch auch anhebende Kraftnutzung des Erdprinzips, welches als Rooting bezeichnet wird. Die Chum Kiu beinhaltet auch Defensivstrukturen zur Schaffung eines isolativen Zustandes zur Nutzung perspektivischer Vorteile (z.B. BongSao, LanSao). Auch Hebel und Kontrollmechanismen (Chi Na), sowie Einfingertechniken (Jip Sog) zur Einschränkung der gegnerischen Bewegungsmöglichkeit sind enthalten.

Biu Tze

Die Biu Tze (Stoßende-Finger-Form) ist die dritte und fortgeschrittenste Form des Wing Tsun. Sie beinhaltet Techniken, die in extremen Situationen verwendet werden. Ihre Hauptfunktionen sind die Einführung von Notfall- und Wiederherstellungstechniken. Vergleichbar einem Airbag, der nur dann zum Einsatz kommt, wenn wir in einer Notssituation die Oberhand verlieren, bietet die BiuTze Möglichkeiten der Bewältigung von Missgeschicken und taktischen Fehlern. Dazu zählen ungewünschte Kollisionen, Einbrechen von Positionen, das Halten und gefesselt werden, ungewünschte isolative Zustände, das Verlieren des Gleichgewichts, sowie Angriffe durch mehrere Angreifer.

In dieser Phase soll die Geschwindigkeit und die Reaktionsfähigkeit des Schülers, sowie Präzision und Genauigkeit der Techniken zur Reife gelangen.

Jede der 3 Formen spielt eine wesentliche Rolle im Wing Tsun Training und hilft dem Praktizierenden, seine Fähigkeiten schrittweise zu entwickeln und zu verbessern.

Mok Yan Chong Fat

An dieser Stelle möchte ich noch einen Blick auf das Set der Mok Yan Chong Fat (Holzpuppenform) richten. Die Holzpuppenform beinhaltet nur wenige Techniken, die über die ersten 3 Formen hinausgehen. Sie beinhaltet jedoch die meisten Tritte des Systems und vermittelt vor allem Flankenstrategien, um der Kraft eines stärkeren Gegners zu entgehen und ihn empfindlich von der Seite zu treffen. Hierzu zählen auch Strategien des Rückwärtsgehens. Die Holzpuppe stellt eine Möglichkeit dar, gefährliche Techniken gefahrlos, mit vollem Kräfteinsatz und hoher Wiederholungsrate zu üben. Auf diese Weise entwickeln wir funktionelle Kraft, stärken die Knochen und erhalten Korrekturen unserer Positionen.

Der Widerstand der Holzpuppe gibt uns Feedback für das richtige Timing von Richtungswechseln nach Sättigung von Bewegungen und ermöglicht die Entwicklung von Seitenstabilität für die Entwicklung "relativer Kraft". Der Blick des Übenden soll hierbei ständig auf den Kopf der Puppe gerichtet, jedoch "durchdringend" bzw. "peripher" sein, sodass wir durch das erweiterte Blickfeld mehr Übersicht bewahren. Das Arbeiten an der Puppe ermöglicht zudem den Fokus auf verschiedene Trainingsaspekte wie Elastizität, Geschwindigkeit, Bewegungsfluss oder Kraft.

Es gibt an sich keine "Holzpuppentechniken", wie viele Wing Tsun Praktizierende annehmen. Vielmehr beinhaltet die Form ein Set aus Strategieansätzen. Sie ermöglicht zudem das gefahrlose Üben von Techniken unter realem Kräfteinsatz und inhärent der bedingten Befreiung vom Trainingspartner.

Historische Zusammenhänge

Die historischen Zusammenhänge des Wing Tsun sind nicht eindeutig geklärt. Es steht außer Frage, dass die drei Formen ursprünglich zu einer einzigen Gesamtform gehörten. Es war ein Geheimkult, der dafür sorgte, dass diese Inhalte später getrennt wurden. In China ist es bis heute üblich, dass man einen Stil nur selten in Gänze von einem einzigen Lehrer erlernen kann. Der Meister hält einen Teil seines Wissens zurück, um dem Schüler überlegen zu bleiben.

Diese altmodische Denkweise stammt aus einer Zeit, in der es üblich war, dass ein Herausforderer das Oberhaupt einer Schule zum Kampf forderte und im Falle eines Sieges viele seiner Schüler übernahm. Der eigene Schüler wurde als potenzieller Konkurrent wahrgenommen.

Viele heutige Wing Tsun-Stilrichtungen stehen daher vor einem Scherbenhaufen, da die Geheimkultmentalität mit jeder weiteren Generation das überlieferte Wissen immer weiter verwässert.

Formen des DRAGOS WING TSUN

Die Formen des DRAGOS WING TSUN unterscheiden sich von den traditionellen Formen durch Inhalte und Art der Ausführung. Ich erforschte die Ahnenstile, verglich sie auf Gemeinsamkeiten und ergänzte "Missing Links" durch eigene Entwicklungen. Das Ergebnis ist ein System, welches in einer umfassenden und einzigartigen Weise alte Konzepte und Biomechanik verbindet. Bewegungen, die zwar ähnlich sind, werden hierbei oft gänzlich anders verwendet. Auf diese Weise erfuhren die traditionellen 3 Formen ein integratives "Update".

Formen sind ein wichtiges didaktisches Werkzeug zur Aneignung und Konditionierung jener Muster, die uns zunächst fremd sind. Diese Muster müssen ihrer endgültigen Ausführung entsprechen und hierbei alle Aspekte wie z.B. Haltungsprinzipien, Biomechanik, Innervorgänge, energetisches Moment und ein-schließen. Nur so kann vermieden werden, dass wir später "umlernen" und alles Bisherige wieder vergessen müssen. Mit einer "Krücke" zu gehen hat seine berechnete Zeit, darf aber nicht zum Selbstzweck werden. Schließlich wollen wir irgendwann natürlich und ohne Gehhilfe gehen.

4. Können Sie uns einige interessante Geschichten aus Ihren Anfängen im Kung-Fu und einige Anekdoten aus dieser Zeit erzählen?

Meine erste Holzpuppe baute ich mir, noch bevor ich überhaupt einen Lehrer hatte, im Alter von 12 Jahren. Meine Eltern wunderten sich über diesen "Apparat".

Schon ab der Grundschule hatte ich stets einen Mitschüler neben mir sitzen, der immer dann, wenn der Lehrer sich umdrehte, mit mir Wing Tsun übte. Alles, woran ich arbeitete, zeigte und übte ich dadurch mit anderen.

In der Mittelstufe wunderten sich in der Schule viele, weshalb eine große Anzahl von Schultafeln seltsame Dallen und Vertiefungen hatten. Der Grund war, dass ich nach dem Unterricht, diese Schultafeln für meine "One-Inch-Punch-Übungen" missbrauchte. Es machte einfach mir einfache großen Spaß.

Als Jugendlicher mit 16 Jahren wohnte ich freiwillig in einer Abstellkammer im Haus meiner Eltern. Die restlichen 3 Zimmer (45 qm) meiner Wohnung verwendete ich für meine erste Schule. Nach 1 Jahr hatte ich 30 Mitglieder.

Ich habe zwar studiert und mein Product Engineering-Diplom erfolgreich abgeschlossen, aber im entscheidenden Moment, da mein potenzieller künftiger Chef, der Leiter eines millionenschweren Softwareunternehmens, feierlich an mich herantrat, um mir die freudige Botschaft zu übermitteln, er würde mich einstellen, sagte ich ihm "Es tut mir leid, aber ich muss passen und bin nicht interessiert". Er hat sehr gestaunt, denn nicht jedem ist diese Antwort gönnlich. Der Hintergrund war, dass ich zu diesem Zeitpunkt, im Alter von 24 Jahren, bereits sehr erfolgreich mit Wing Tsun war. Ich hatte in all den Jahren unermüdetlich und fleißig gearbeitet und mir ein eigenes kleines Imperium und mit 19 Schulen und insgesamt ca. 1000 Mitglieder aufgebaut. Mein künftiger Chef verlangte jedoch, dass ich meine "ganze Arbeitskraft" künftig seiner Firma widmen und "meinen komischen Kung-Fu-Sport" gefälligst vergessen sollte. Daher musste ich ablehnen. Meine Leidenschaft und Berufung ließen es nicht zu. Ich glaube, es war der Forscherdrang und die Idee, meine Eltern stolz zu machen, weshalb ich studiert hatte. Das alles lief parallel ab, ohne zu wissen, wohin es führt.

Ich war bis zu meinem 35. Lebensjahr dennoch immer mehr oder weniger pleite. Das Geld floss für Lizenzen des Verbandes und meine eigene WT-Fortbildung, Mieten, Werbe- und Steuer Ausgaben ab. Das reinste Hamsterrad. Heute weiß ich, es war Eitelkeit. Die Konzentration auf nur einen Standort wäre vernünftiger gewesen.

Meine erste und letzte Privatstunde mit meinem Si-Fu, Keith Kernspecht, war ein dunkles Kapitel und markanter Wendepunkt in meinem Leben. Auf diese Doppelpunktstunde musste ich ganze 8 Jahre warten. Für die 600 Euro, die sie gekostet hatte, erhielt ich keine einzige Antwort auf meine Fragen. Mein Si-Fu schwiege beherrlich und grinste abfällig in seinen Bart. Es war ein Erwachen, denn für diesen Mann hätte ich früher meine Hand ins Feuer gelegt. Ich war aufs Mark und bis tief in meine DNA enttäuscht. Ich wusste, dass ich in dieser Organisation nichts lernen würde. Da es noch viele weitere negative Erlebnisse im Vorfeld gab, habe ich die EWTO-Verband schließlich verlassen. Auch meine Tutor in der Schweiz, Si-Fu Schembri, gab mir in 9 Jahren nie Antworten. Er führte nur durch Beispielen vor, das war mir immer schon zu wenig. Kein Wunder, dass ich mir die Welt sehr umfassend selbst erklären musste.

2004 gründete ich die "WT-Masters-Academy". Das war eine MasterClass-Intensivausbildung, die sich an fortgeschrittene WT-Enthusiasten richtete, die ihr Wissen vervollständigen und auch die Waffen lernen wollten. Dieses Wissen war damals extrem provokativ, da niemand damit gerechnet hätte, dass jemand das komplette System in weniger als 30 bis 40 Jahren erlernen könnte. Ich wurde ausgelacht, denunziert und (bis heute) bekämpft.

Niemand mutete mir Kompetenz und Fähigkeiten zu oder kannte mich so richtig. Ich war zwar für die EWTO damals der "Cheftrainer für Slowenien", aber in Deutschland ohne Beachtung. So entschied ich mich, ganze 5 Jahre lang, Anzeigen inserieren in der "Kampfkunst International" zu schalten. Dies war sehr kostspielig und ich konnte den damaligen Redakteur davon überzeugen, dass ich ihm all jene WT-Kundschaft zurückbringen würde, die abgewandert war, seit der größte Verband nicht mehr in dieser Zeitschrift inserierte. So geschah es auch. Meine Technikerien und Fachbeiträge wurden ein großer Erfolg und immer mehr Menschen kamen in meine Ausbildungen. In den kommenden 20 Jahren habe ich dadurch ca. 500 Lehrergade (Technikergrade) ausgebildet.

Auf diese Gesamtleistung bin ich ein wenig stolz. Leider habe auch in die Erfahrung gemacht, dass es einen Peak für alles im Leben gibt. Kein Vogel bleibt ewig im Nest. Erst recht, wenn seine Eltern ihn gesund und stark gemacht haben.

All die Schüler, die ich unterwiesen habe, haben dieses Wissen kopiert, adaptiert und unter den unterschiedlichsten Namen weitergetragen. So bin ich weiterhin fast unbekannt, obwohl ich der Vater jener "Liberalisierungsbewegung" bin, der in Folge dazu geführt hat, dass sämtliche europäische Organisationen ihre Standards angepasst haben, um selbst weiterhin erfolgreich zu bleiben. Ich hätte mir gewünscht, in irgendeiner Form im Bewusstsein der Folgegeneration weiterzuleben. Vielleicht geschieht das ja eines Tages.

5. Wie schwierig war das Training in diesen frühen Phasen Ihrer Entwicklung als Kampfkünstler?

In den Anfangsjahren gab es kaum Publikationen oder Videos. Internet hatte noch keinen Stellenwert und ein Smartphone gab es auch nicht, nur die guten alten analogen Handys. Mein erstes Smartphone hatte ich mit 24 Jahren. Anders als heute, wo wir umfassenden Zugang zu beinahe jeder Information haben, lagen Wissensquellen schlichtweg im Dunkeln. Ich konzentrierte mich einfach auf mich selbst und ließ meinem Ideenreichtum und Drang zum Experimentieren freien Lauf.

Zu meiner Anfangszeit war das Wing Tsun von Sifu Kernspecht schlicht. Wir haben monatlang Kettenfauststöße, Schritte mit Richtungswechseln und einfache Gleichzeitigkeit (TanDa, PakDa, GamDa, GanDa usw.) trainiert und waren hochzufrieden. Mein erster Lehrer, Walter Block zeigte mir einmal eine "exklusive Beintechnik", die er nach 10 Jahren endlich erlernen durfte: den "Bong-Gerk"(Schwingen-Fuss) gegen tiefe LowKicks. Da habe ich gestaunt. Wir würden heute vor Lachen vom Stuhl fallen, aber solche "Geheimtechniken" erhielten damals nur ausgewählte Lieblingsschüler von Sifu Kernspecht im Rahmen von Privatunterricht.

Man konnte mit den wenigen Manövern der Gleichzeitigkeit von Abwehr und Gegenangriff bereits ein Instruktor sein. So simpel war das Niveau. Mit den Jahren wurde das Niveau immer höher und die

Qualifizierung zum Instruktor anspruchsvoller.

Im Rahmen von normalem Schulunterricht oder Seminaren gab es faktisch niemals die Möglichkeit, über den Tellerrand zu schauen oder Dinge auszuprobieren, die "nicht zu unserem Programm" gehörten. Man musste dies schon heimlich tun. Explizit ist es in den meisten Verbänden bis heute ein "No-Go" sich für andere Kampfkünste zu interessieren oder an Seminaren teilzunehmen. Nicht selten droht der Verband hierbei mit Ausschluss. Es ist diese Art von "Mindcontrol", die ein Relikt aus Geheimplatzzeiten darstellt. Vermutlich ist das die Vorstellung gewisser Sifus von Macht. Noch erschreckender, als diesem Clowns-Spektakel zuzusehen, ist für mich die Tatsache, dass sich viele Wing Tsun Treibende nicht trauen, meine Seminare zu besuchen, obwohl sie dies gern täten. Zu groß ist ihre Angst vor ihren eigenen Sifus.

6. Waren Sie ein „Naturtalent“ im Kung Fu – fielen Ihnen die Bewegungen des Systems leicht?

Zwar fiel es mir nie schwer etwas zu erlernen, erst recht, da mein Interesse und Motivation für Kampfkunst und später Wing Tsun von Anfang an hoch waren. Dennoch ist es vor allem der Fleiß und die Bereitschaft die Extrameile zu gehen, die mich möglicherweise von anderen unterschied. Mein Vater, der fleißigste Mensch, den ich je gesehen habe, hat mir diese Strebsamkeit stets vorgelebt. Es hat nichts mit Glück oder überragendem Talent zu tun.

Fleiß allein waren aber nicht der einzige Faktor. Ich denke, ich bin ein guter Beobachter. Ich habe stets versucht, das Gesehene zu analysieren und weitergehende Implikationen und Zusammenhänge zu erkennen. Die bloße Imitation von Inhalten erfüllte mich nicht. Vor allem war ich nie ein Prüfungsjäger. Man musste mich mit großem Aufwand zwingen, die nächste Prüfungsstufe anzutreten. Zu groß war mein eigener Anspruch auf Perfektion. So bereitete ich mich beispielsweise ganze 6 Jahre vor, um damals von der 11. zur 12. Schülergradprüfung zu gelangen. Auch danach hatte ich kein Interesse an einem schnellen Durchlaufen der Lehrergestufen.

Als es für mich immer offensichtlicher wurde, dass meine Lehrer die gestellten Fragen nicht verstanden oder beantworten konnten, beflügelte mich dies noch mehr, eigene Lösungen zu suchen. Ich war früh eine Art Wissenschaftler, ohne mir dessen bewusst zu sein.

7. Wie hat sich Ihr persönliches Kung-Fu im Laufe der Jahre durch umfangreiches Üben und Training verändert/entwickelt?

Die Entwicklung einer eigenen Handschrift ist im Grunde unvermeidbar und sogar notwendig. Nicht nur nehmen wir dieselben Dinge unterschiedlich wahr, sondern haben auch individuelle Talente und Vorlieben. Meine Neigung zur Perfektion und Forscherdrang machten es mir nach einer Weile unmöglich, das Gelernte beizubehalten.

In der Anfangszeit lernte ich beispielsweise kuriose Konzepte wie z. B. "Magnetic Field Zone" (nach vorn Preschen, sobald in Reichweite) und die "Universallösung"(Vorgehen mit Hand und Fuß) kennen. Es gab nur schwammige und nichtssagenden Konzepte. Dasselbe gilt für die sogenannten "Kuen Kuits"(Worte der Weisheit), auf die ich bereits hinweg.

Ich sah, dass auch Lehrgrade, trotz der vielen Chi-Sao-Erfahrungen und technischen Vielfalt, in Auseinandersetzungen nie über Kettenfauststöße hinaus kamen. Alle Kämpfe basierten nur auf Schnelligkeit und Aggression. Wozu dann der ganze Aufwand, fragte ich mich. Für mich bedeutete dies, dass es im Wesentlichen keine Vorbilder gab, die Wing Tsun wirklich anwenden konnten.

Ich hatte das Glück, während meiner Technikerlaufbahn einen Schüler zu haben, der mit 140 kg Körpergewicht doppelt so schwer und zwei Köpfe größer war als ich selbst. Dieser extreme Unterschied im Kräfteverhältnis brachte mir sehr viele Einsichten. Im Extrem zeigt sich immer, was funktioniert und was nicht.

In den folgenden Jahren entstand eine immer ausgefeiltere "Kampfsystematik", welche funktional zwischen drei grundlegenden Arbeitsweisen unterscheidet. Vereinfacht gesagt gibt es Gesetzmäßigkeiten und Regeln für die visuelle und jene der Kontaktphase, also das Chi-Sao.

Die drei Grundlegenden Arbeitsweisen der visuellen Phase beinhalten:

1. Das Konzept des Zuorkommens, welches den Gegner daran hindert, seinen Angriff überhaupt auszuführen und diesen im Keim zu ersticken.

2. Das Konzept der Verteidigung, welches einen gegenwärtigen Angriff des Gegners ins Leere gehen lässt, während wir "nie in Gefahr" oder für ihn in Reichweite sind und einen besonderen Vorteilmoment schaffen, der sicherstellt, dass der Angreifer unseren Gegenangriff nicht abwehren kann.

3. Das Konzept der Notlösungsansätze. Es ist vergleichbar einem Airbag, der nur dann zur Auslösung kommt, wenn wir einen Fehler gemacht haben. Diese Konzeptansätze sind eng verknüpft mit der BiuTze-Form.

Die Motorik und Arbeitsweisen dieser 3 Konzepte sind recht unterschiedlich.

Allen Konzepten und Instanzen liegt stets das "Eine-Chancen-Limitierungs-Prinzip" zugrunde. Dieses besagt, dass wir einen einmal erzielten Vorteil von Anfang bis Ende beibehalten und ausbauen müssen, um nichts dem Zufall zu überlassen. Es ist das genaue Gegenteil von unkontrolliertem wilden chaotischem Schlagabtausch.

So schön Yip Man-Movies auch sein mögen, wo wir endlos lange Kämpfe beobachten können, so realitätsfremd sind diese jedoch auch. Im Kino erleben wir Dramaturgie, die mit angewandtem Wing Tsun wenig zu tun hat.

Ich erkannte die Schwächen des traditionellen Wing Tsun auch in der Didaktik, dem Nichtvorhandensein innerer Energiearbeit oder dem Fehlen von biomechanischen Kraftquellen, weshalb ich diese später in die Formen integrierte. Es ist dem Geheimkult geschuldet, dass die traditionellen Formen eine Ansammlung von Bewegungen mit großem Interpretationsspielraum sind.

So ist es kein Wunder, dass die Handschriften fast aller Original Yip Man-Schüler sehr unterschiedlich ausfallen.

Niemand kann mit Sicherheit sagen, wie manche Dinge zu verstehen sind, stets ist eine Interpretation notwendig. Dies deutet auf verlorenes Wissen. Ein Umstand, der mich schon immer störte.

Ich kann nur Verantwortung für Dinge übernehmen, die ich selbst kreierte, verstehe und praktisch getestet habe. Für manche Menschen klingt dies wie Ketzerei.

So entwickelte ich über die Jahre eigene Formen, Konzepte, Begrifflichkeiten, Chi-Sao-Sektionen, sowie ein umfangreiches Chi-Gerk Programm und integrierte umfassende Körperarbeit. Ich verwendete Schrittarbeit aus den Waffengattungen und neuen Schrittarbeitskreationen, um Funktionen zu ermöglichen, die bis dato ignoriert wurden. Beispielsweise wird das Verlieren des Gleichgewichts im traditionellen Wing Tsun als "Fehler" betrachtet. Wenn dies passiert, wird der Lehrer sagen "trainiere einfach härter", damit das künftig nicht passiert. Dabei ist dieser Aspekt bewältigbar, z. B. durch stabilisierende Techniken wie Einhaken, Impulsieren oder spezielle Schritttechniken, bei denen wir den Gleichgewichtsverlust zu unseren Gunsten nutzen können. Entsprechend nahm ich in den Formen Anpassungen vor, die diese Aspekte für den Schüler konservieren und trainierbar machen. Nicht zuletzt sollten die Formen den Schüler dahingehend unterstützen, sich durch Wiederholung und Konditionierung an für ihn neue Bewegungsmuster zu gewöhnen.

Was hier geschieht, ist vergleichbar mit der Automobilindustrie: 1885 erfand Karl Benz sein erstes Automobil. Es war ein dreirädriges Gefährt mit Speichenrädern und einer Lenkurbel - für heutige Begriffe eine Seifenkiste. Zeitgemäße Autos haben auch ebenfalls dieselben grundlegenden Funktionsbausteine (Energiequelle, Lenksystem, Bremsen, Getriebe usw.), doch ist jede dieser Funktionen heute ausgefeilter und spezialisierter: Spezialisierungen, spezielle Treibstoffe, Hochleistungsbremsen, Sensoren usw. Diese Automobile sind somit leistungsfähiger, fahren schneller und haben neue Eigenschaften.

Dieses Beispiel ist durchaus auf Kampfkünste anwendbar, wenn man bedenkt, dass die Kampfkünste "zusammenwachsen" und voneinander lernen. Gerade in der MMA-Szene beobachten wir eine Tendenz der Integration aus verschiedenen Bereichen. Dies gelingt nicht immer, da unterschiedliche Kampfkünste oft unterschiedliche Konzepte verfolgen. Das bloße Kopieren einer Technik ist daher stets ein oberflächlicher Prozess. Klüger wäre es, einen Blick auf die Konzepte zu werfen und hierbei nach Kompatibilität zu suchen.

In der Vergangenheit zu leben macht daher für mich wenig Sinn. Sie ist vielmehr die Basis, auf der wir aufbauen und Weiterentwicklungen vornehmen sollten.

Auch in der Kontaktphase des Chi-Sao gab es in meinem Wing Tsun viele Veränderungen. So hat in den letzten Jahren eine Integration der inneren Energiearbeit stattgefunden. Es handelt sich hierbei um metaphysische Betrachtungsweisen nach der 4-Elemente-Lehre mit den Attributen Erde, Wasser, Feuer und Luft und bildet das Fundament der Harmonielehre.

Erde steht hierbei für die Nutzung von Schwerkraft und aufbäumender Kraft. Wasser beinhaltet das Anpassungsprinzip, den Energiefluss und die stetige Wandlung.

Feuer stellt die Verdichtung explosionsartig eingesetzter Kraft dar.

Luft steht für Agilität und die "Nicht-Greifbarkeit", das Vermeiden des Gebens jeglichen Ansatzes, aber auch dem Prinzip der Änderung von Geschwindigkeit, Rhythmus oder der Verwendung von Täuschungen.

Es würde den Rahmen wohl sprengen, diese Prinzipien hier umfassend darzustellen.

Wir finden die Arbeitsweisen der Harmonielehre z.B. in den unterschiedlichsten inneren Systemen wie z. B. Tai Chi Chuan, Bagua Zhang, Xing Yi Quan, Aikido usw. Nicht zuletzt wurde Wing Tsun in alten Zeiten auch als das "Tai Chi des Südens" bezeichnet.

Inneres Wing Tsun ist stets von Leichtigkeit und Harmonie geprägt. Wenn etwas für uns schwer und unüberwindbar erscheint, können wir sicher sein, dass wir auf dem falschen Weg sind.

Die wichtigsten Ansätze des "inneren Wing Tsun", welches ich heute betreibe sind: Verwendung "voller Bewegungen", Beachtung von Sättigung und Richtungswechsel, Ausdehnung und Implosion, Verwendung gedanklicher Modelle anstelle von Merkmformeln, energetische Auf- und Entladung (Repelling, inneres Sinken), Vermeidung fester Pläne, Verwendung "Relativer Kraft", Beachtung von Hebelarm-Schaltern und Kraftgrenzen, Verwendung von Isometrik, Vereinfachung von Entscheidungsprozessen durch Konzentration auf Schlüsselmomente. Wiederum würde die Ausführung dieser Aspekte hier zu weit gehen.

Die mentale Kontrolle bekommt bei alledem einen besonderen Stellenwert, da die Anwendung innerer Prinzipien nur möglich ist, wenn es uns gelingt, im Kampf das Kopfkino der Emotionen zu beherrschen. Angst und Aufregung führen zu Energieblockaden und dem Verlust des "Flow", der jedoch notwendig ist, um mit reiner Wahrnehmung zu arbeiten. Der Stellenwert von Meditation und Mindset wird hier ersichtlich.

8. Was sind die wichtigsten Punkte in Ihren heutigen Lehrmethoden? Und was sind die wichtigsten Eigenschaften für einen Schüler, um den Wing Chun-Stil zu beherrschen?

Die wichtigsten Punkte meiner heutigen Lehrmethode sind:

1. Schaffen einer gesundheitlichen und physischen Basis (Chi-Gong)

2. Verständnis des Lernweges und der Didaktik

3. Aneignung grundlegender Hand-, Körper-, Tritt- und Schrittarbeit als Vorbereitung der taktischen Phase

4. Verständnis der Konzepte und Strategien der Nicht-Kontakt-Phase

5. Verständnis der inneren Arbeitsweisen/Energiearbeit der Kontaktphase (Chi-Sao)

6. Erschließung der Waffen als verlängerte Handlungsoption. Verständnis der Querverbindungen.

7. Mindset, mentale Vorbereitung und philosophische Betrachtungen

9. Was sind die wichtigsten Eigenschaften eines Schülers für das Erlernen des Wing Chun-Stiles?

1. Der Schüler muss zunächst das Gefäß seiner Vorerfahrungen "leeren", um neues Wissen aufnehmen zu können

2. Der Schüler kann seinen künftigen Lehrer nur Vertrauen schenken, wenn er sich zuvor von seinen "Fähigkeiten" überzeugt hat. Auch der Lehrer muss verstehen, dass dieser Prozess notwendig ist. Dies muss nicht mit Aggression einhergehen. Ein guter Lehrer wird stets mit Leichtigkeit seine Fähigkeiten demonstrieren können, ohne den Schüler zu verletzen. Es ist niemals förderlich, einem Lehrer "blind" zu vertrauen.

3. Der Schüler sollte nun fleißig sei und mehr tun, als von ihm erwartet wird, um die Konzepte des Lehrers zu verinnerlichen

4. Der Schüler soll das Gelernte ständig auf Konsistenz und Anwendbarkeit überprüfen

5. Der Schüler sollte seine Stärken erkennen und ausbauen und selbst kreativ werden

6. Der Schüler solle den Lehrer eines Tages übertreffen, ohne überheblich, arrogant oder in Überbewertung des eigenen Könnens zu verfallen; er sollte bescheiden bleiben

7. Der Schüler sollte erkennen, dass er ewiger Schüler bleibt, auch wenn er keinen direkten Lehrer mehr haben sollte

8. Der Schüler sollte mit seinem Wirken ein Beispiel für jene Schüler werden, die ihm fortan folgen.

10. Glauben Sie, dass es trotz aller technischen Veränderungen in den letzten 30 Jahren immer noch „reine“ Kung-Fu-Stile gibt?

So etwas wie einen "reinen" Kung-Fu-Stil hat es nie gegeben, davon bin ich fest überzeugt. Diese Frage tangiert zwangsläufig die Entstehung von Kampfkunst und kultureller Evolution im erweiterten Sinne. Meine persönliche Sicht auf diese Frage steht im Zusammenhang zu den verborgenen "Kulturbürgern", den "falschen Göttern", "Elchheim-Kult" oder welchen Namen wir ihnen auch sonst noch geben mögen. Wer hat die Pyramiden gebaut? Wir sind trotz unserer wissenschaftlichen Errungenschaften heute nicht in der Lage, diese nachzubauen. Dies bedeutet, es gab weit höher entwickelte Hochkulturen vor unserer Zeit. Wer hat vor 6000-12000 Jahren auf einen Schlag dafür gesorgt, dass einfache Bauern den Zugang zu Mathematik, Astrologie, Architektur, Medizin und höherer Technologie bekamen?

Ich denke, es ist dieselbe Quelle, die damals auch Kampfkunst als Teil der Kultur dem Menschen zugänglich machte. Aus den hierarchisch gegliederten Machtstrukturen dieser (womöglich außerirdischen) Besucher gingen in Folge die Pharaonen und Königsfamilien hervor. Für ihre ausführenden Organe, welche militärisch organisiert waren, war Kampfkunst Teil ihres Handwerks. Mit Sicherheit gab es unter diesen Soldaten und Feldherren auch Vermischungen mit dem "gewöhnlichen Volk", wodurch Kampfkunst auch in die Bevölkerung getragen wurde. In Folge gab es immer Eigen- und Neuentwicklungen und interdisziplinäre Vermischungen von Gedankengut.

Wir sehen das auch in der Geschichte der Welt. Es ist weniger wahrscheinlich, dass sich Kampfkunsteperten zusammen an einen Tisch setzten und ein neues System kreierten. Vielmehr lernte ein Schüler zunächst eine Kampfkunst und später eine weitere. Auf diese Weise kam es zu Vermischungen und Ergänzungen, aber auch zum Wegfall von alten Strukturen. Dies ist ein dynamischer und kreativer Prozess, der über Generationen zur Schaffung neuer Strukturen und teilweise fließender Übergängen führt. Er findet selbst heute, beschleunigt durch die MMA-Kultur, statt. "Original" ist im Wesentlichen nur das Prinzip, die Namen und Etiketten der Künste hingegen wechseln wie Hemden. Was gestern noch der Teilaspekt eines Tai Chi-Ablegers war, könnte morgen schon "Magic Hands" heißen.

In meinen Augen wachsen die Kampfkünste wieder zusammen, da wir aufgrund der technologischen Möglichkeiten unbegrenzten Zugang zu Informationen haben, die es früher nicht gab. Dies ist dem Wesen des Menschen geschuldet, welches auf Vernetzung und das Finden von Lösungen für Probleme basiert. So hat es immer Interaktionen gegeben mit allem, was uns umgibt. Dies macht auch vor den Kampfkünsten nicht halt.

11. Glauben Sie, dass verschiedene „Stile“ in der Kunst des WT/WC/VT wirklich wichtig sind? Warum?

Unser Bewusstsein ist theoretisch grenzenlos. Doch in der Realität werden wir feststellen, dass wir meist nur ein begrenztes Spektrum an Erfahrungen unser Eigen nennen. Die Vernetzung mit neuen Bewusstseinssebenen kann unsere Lernerfahrung daher begünstigen und erweitern. Dinge, die wir zunächst belächeln, können sich im weiteren Verlauf bei Zugrundelegung eines bestimmten Blickwinkels als intelligent und nützlich erweisen. Lernen wir voneinander statt uns zu bekämpfen, denn schließlich ist jeder auf seinem Weg.

12. Was ist Ihre Meinung zu den heutzutage so beliebten Sportturnieren im Vollkontakt Kung-Fu und ähnlichen MMA-Veranstaltungen?

Ich mag MMA-Wettkämpfe nicht. Natürlich muss man anerkennen, dass MMA-Kämpfer austrainierte und mutige Athleten sind, die vor Kampfgeist strotzen. Sie geben wirklich alles und trainieren hart. Mir gefällt jedoch nicht, wie solche Wettkämpfe ablaufen. Der Kräfteinsatz und das Verletzungsrisiko sind hierbei real, aber die Methode des Wettkampfes in Bezug auf die Verwendung von Wing Tsun-Arbeitsweisen sind unsinnig und nicht praktikabel.

Die Regeln zwingen die Kämpfer alle gleich zu arbeiten. Es gibt kaum Spielraum für auch nur annähernd Wing Tsun-typische Arbeitsweisen. So gibt es oft Einschränkungen wie z.B.:

1. Verbot von Grifftechniken

2. Verbot von Techniken die hinter dem Gegner stattfinden

3. Verbot von Angriff vitaler Stellen (Unterleib, Hals, usw.)

4. Verbot der Verwendung von Handflächen oder Grifftechniken zum Gesicht

5. Verbot von Angriff der gegnerischen Körperwerkzeuge (Ellbogen mit der Schulter, Ellbogen zur Faust etc.)

6. Verbot von Verwendung von Ellbogen am Boden

7. Verbot von Hebeln oder Würgetechniken

8. Verbot vom Zugtechniken (Lap-Sao)

9. Verbot von Ellbogen in Kombination von Zug am Hals

10. Verbot von Kniestößen oder Tritten zum Kopf, wenn Gegner am Boden liegen

...und so geht das ständig weiter.

Dabei hat man als körperlich unterlegener Verteidiger im realen Leben nur die Chance empfindliche Körperpartien anzugreifen. Gerade im Wing Tsun sind wir auf den Ausbau von Vorteilen im Sinne einer "1-Chancen-Limitierung" angewiesen. Ein wilder Schlagabtausch, der dem Gegner stets ermöglicht, sich immer wieder aufs Neue zu organisieren führt im Wesentlichen zur völligen Entstellung einer angemessenen und klugen Verhaltensweise. Zum Schluss geht es nie noch um Einsteckvermögen, Schnelligkeit und Ausdauer. Die Sportler werden für ein "Brot-und-Spektakel" missbraucht. Ich sehe darin wenig Ruhm oder Sinn.

Die Veranstalter wünschen sich einen langen und erschöpfenden Kampf, damit die Zuschauer entsprechend ausgiebig und lang das Geschehen verfolgen können. Nicht zuletzt kostet ein Ticket in der ersten Reihe manchmal tausende von Dollar. Ein Kampf, der nach 3 Sekunden vorbei wäre, käme da einer Katastrophe gleich.

Ansonsten ist dies reine Rufschändung, wenn man beispielsweise behaupten würde, dass jemand als "Wing Tsun-Kämpfer" antritt, nur weil er ein paar Kettenfauststöße oder andere typisch identifizierbare Techniken benutzt. Das ist allenfalls ein schlechter Scherz.

Man wird bei Wettkämpfen durch eine inszenierte Behinderung an allem gehindert, was funktioniert und entscheidende Vorteile bringen würde. Nur am Boden sehen wir tendenziell zu mindest eine Möglichkeit, mit Ablenkungen und Kontrollmechanismen zu arbeiten, wie wir es vom Chi-Sao kennen. Diese ist bedingt durch die Körperweisen und die Möglichkeit Druck oder Zug zu steigern. Im DRAGOS WING TSUN sprechen wir hierbei von einem "geschlossenen System". Auch Hebeltechniken sind erlaubt. Dies ist der einzige Grund , warum zum Schluss viele Kämpfe dann am Boden enden und "Ju-Jutsu typische" Arbeitsweisen Vorteile bringen. Funktionell betrachtet ist dies eigentlich "Wing Tsun am Boden", nichts anderes. Aber genau genommen müsste man dies auch im Stehen zulassen.

Ich finde das Ganze extrem undankbar, weil dann im Nachgang behauptet wird, Wing Tsun sei nicht wirksam und ähnlicher Unsinn. Selbst das Tragen von Handschuhen verzerrt das Ergebnis für beide Seiten: einerseits sind Schlagtechniken teilweise gedämpft, andererseits sind besonders feine Techniken nicht möglich.

Auch die Tatsache, dass Menschen viele Jahre trainieren müssen, um ihre Fertigkeiten zu entwickeln, zieht auch tendenziell denkende, friedfertige und intellektuelle Menschen in den Bann des Wing Tsun. Dies sind zugleich Menschen, die keinen Wert darauf legen, sich zu profilieren. Sie sind weniger Ego behaftet und dies ist der Grund, weshalb nur wenige von ihnen an Wettkämpfen teilnehmen würden. Soweit meine Sicht der Dinge.

13. Wie unterscheiden sich Ihrer Meinung nach die Prinzipien und Konzepte des Wing Chun von anderen Kung Fu-Stilen?

Ich möchte diese Frage zugleich mit einem Schwenk in die Geschichte beantworten. Als innere Kampfkunst setzt Wing Tsun auf die Strategie des Einsatzes von List zur Überwindung roher Gewalt. Die Kraft eines Angreifers wird nicht als "störend" erachtet, sondern genutzt, um diese gegen ihn selbst zu verwenden.

Wing Tsun ist stark wissenschaftlich orientiert und vor allem eine konzeptionelle Kampfkunst. Sie umfasst Prinzipien und Handlungsgrundsätze, die sich, in Bezug auf die technische Ebene, an der Philosophie des Taoismus orientieren. Das Taoismus ist eine Naturphilosophie, welche Phänomene der Natur beschreibt und versucht, diese für das tägliche Leben nutzbar zu machen. Wir nutzen sozusagen die Weisheit der Natur. Dies hat zunächst einmal rein gar nichts mit Kampfkunst zu tun.

Taoistische Prinzipien finden im Wing Tsun jedoch direkte technische Anwendung. Nachgiebigkeit und Elastizität, wie sie beispielsweise der Bambus oder Äste eines Baumes zeigen, finden wir in den spannungsgeladenen Gliedmaßen des Wing Tsun-Kämpfers umgesetzt. Während sich der Bambus biegt, um nicht zu brechen, geben wir im Wing Tsun aus demselben Grund nach und verwenden die aufgestaute Energie für den nächsten Schritt der Entladung.

Auch das Wasser-Prinzip finden wir im Chi-Sao umgesetzt: je mehr Druck wir aufbauen, desto leichter spüren wir Lücken und strukturelle Schwächen auf. Dem Wasser-Prinzip folgend sind wir in der Lage, uns exakt an den Gegner anzupassen.

Die Imitation bestimmter Tiergattungen ist ganz allgemein dem Taoismus geschuldet. Wir finden dies auch im Wing Tsun verwirklicht. So sind es vor allem der Kranich-Stil("White Crane Young Chun") und der "Emel"-Schlangen-Stil(einem Ableger des Shaolin KungFs), welche als Teil der Entstehungsgeschichte eingeflossen sind. Auch der "Ling Lom"(Luftaffen-Stil), welches als Vorläufer des Thaiboxens angesehen wird, sowie "Yang Family-Boxing"(Vorläufer des Tai-Chi) sind, der Handschrift nach zu urteilen, ebenfalls in die Entstehung des Wing Tsun eingeflossen. Shaolin "Weng Chun" nimmt für sich in Anspruch, als Gesamtstil diese Ursprungsstile zu Zeiten des Shaolin-Klosters verinnerlicht zu haben. Chronologisch gibt es hierfür jedoch keinen Beweis - diese Allegation könnte auch nach dem Shaolinkloster stattgefunden haben. Nicht zuletzt war Shaolin vor allem Bekannt für seine Langstock-Technik. Dennoch finden wir auch im WingTsun Elemente des waffenlosen "harten Shaolin" wieder, die jedoch im "weichen" Wing Tsun anders verwendet werden.

Es gibt populäre Kampfkünste, wie Karate, die aus dem Young Chun-Kranichstil des Wing Tsun hervorgegangen sind.

Wir finden dort noch dieselben Elemente in den alten Formen wieder. Andere Bereiche wiederum sind in Vergessenheit geraten oder unbekannt. Auch im Karate öffnet man sich heute den historischen Quellen und integriert immer weiter alte Aspekte.

Oft sind es gerade Teilaspekte, die im Laufe der Zeit verschiedener Kung-Fu-Systemen zur Blüte geführt wurden. In ihren späteren Ausprägungen erhielten diese Aspekte schließlich eine dominante Stellung und wurden zum Prinzip. Wir sehen das z.B. beim "Kakie-Kumite" Abhärtungstraining des Karate.

Wing Tsun ist möglicherweise die Mutter vieler Kampfkünste. Wann es zur synergetischen Verschmelzung jener Ahnenstile kam, liegt historisch im Dunkeln. Wir sehen jedoch heute deutlich in der Verwandtschaftsbezug oder gemeinsamen Attribute. So hat Tai Chi und Wing Tsun gleichsam ein flussbasiertes taoistisch geprägtes Gefühlstraining.

Es ist dem Ego Einzelner geschuldet, dass wir aufgrund der vielen Umetikettierungen historische Quellen so schwer zuordnen können. Aber die Arbeitsweisen deuten dennoch auf Verbindung und geistige Vaterschaft.

So ist Bruce Lees "Jeet Kune Do" der Teilaspekt des Zuorkommens innerhalb des Wing Chun oder "russisches Systema", der weiche Aspekt des Wing Chun, ergänzt um weitere Aspekte und Anpassung neuer Konzepte für militärischen Einsatz.

Als Faustregel gilt: die modernen Kampfsportarten(Boxen, Kickboxen, Teakwondo) sind oft nur Teilaspekte ganzheitlicher älterer Kampfkünste. Keine Kampfkunst kann von sich behaupten, sie sei ganzheitlich, wenn sie nicht alle Aspekte und Phasen eines Kampfes, einschließlich der Waffen, beinhaltet.

Ich sehe beispielsweise den Ursprung des Aikido in der waffenlosen Bewältigung gegen einen Schwertkämpfer. Die Phase des Ringens entstanden womöglich aus der Notwendigkeit, nach überbrückter Waffendistanz, den Gegner durch Wurf und Hebeltechniken zu Fall zu bringen. All dies sind jeweils Teilaspekte einer übergeordneten vollständigeren Kampfkunst.

In Folge wurde jede dieser Phasen durch Weiterentwicklungen zur Blüte geführt und der ursprüngliche Gesamtstil verdrängt und vergessen.

Leider gilt dies auch für heutiges Wing Tsun. So ist mancher Lehrer ist "Chi-Sao-geiligt" und vergisst es, die Nicht-Kontakt-Phase gebührend in sein Training zu integrieren. Dasselbe gilt für Bodenkampf. Eine umfassende Kampfkunst sollte alle Bereiche des Kampfes integrieren.

14. Glauben Sie, dass Kung-Fu im Westen auf dem gleichen technischen Niveau ist wie in China-Hongkong?

Wir hatten in Europa bereits eine Hochkultur der Kampfkunst. Durch die Erfindung des Schießpulvers geriet die Bedeutung der waffenlosen Kampfkunst jedoch zunehmend in Vergessenheit. Bei den traditionsbewussten Chinesen war dies jedoch anders. Man sagt, dass in Europa und vor allem in Deutschland energetische Feldlinien (Leylines) zusammengetragen und, dies möglicherweise einer Gründe für Erfindereidung und Kreativität darstellt. Auffällig viele Erfindungen von weltweiter Bedeutung kommen aus Deutschland. Obgleich Wing Tsun und deren Vorfahren sich in China formierten, erfuh die Kampfkunst jedoch im europäischen und vor allem deutschen Raum Impulse und Veränderungen, die es auf ein neues Niveau hoben.

Der Geheimgult der Chinesen ist leider eine Erscheinung, die der Weiterentwicklung des Wing Tsun zum Nachteil gereichte. In China weiß man, dass man eine Kampfkunst niemals von einem einzigen Lehrer erlernen kann. Ich hatte einst einen Vergleichskampf mit einem Vertreter eines "Affen-Stils", der mir dies erzählte. Der Lehrer wird einen Teil des Wissens stets zurückhalten, um dem Schüler auch langfristig überlegen zu bleiben. So ist ein Schüler gezwungen, mehrere Lehrer zu haben, um möglichst viele Facetten einer Kampfkunst aufzunehmen. In alten Zeiten war es nicht unüblich, dass eine Schule durch Herausforderungskämpfe von einem Konkurrenten übernommen wurde. Daher wurden auch die eigenen Schüler als potenzielle Konkurrenten betrachtet.

Ich würde sagen, es ist kein rein westlich oder chinesisches Phänomen, denn auch Europäer neigen manchmal dazu, chinesische Traditionen zu übernehmen. Auch ich habe sehr unter den Auswirkungen des Geheimkults gelitten, was später der Grund und Auslöser für mich wurde, die "Wing Tsun-Liberalisierungsbewegung" ins Leben zu rufen.

15. Glauben Sie, dass es grundlegende Unterschiede in der Herangehensweise oder den körperlichen Fähigkeiten chinesischer Kung-Fu-Praktizierender im Vergleich zu europäischen oder amerikanischen Praktizierenden gibt?

Menschen sind verschieden - sowohl in ihrer Art zu denken, als auch in Bezug auf körperliche Merkmale. Während z.B. leichtgewichtige Asiaten sich mit Akrobatik und Wendigkeit leichter tun, besitzen sich größere und schwerere Volksgruppen wie Amerikaner oder Europäer auf eigene Qualitäten wie Kraft und Einsteckvermögen. Natürlich gibt es Ausnahmen. Ich beobachte zeit meines Lebens das Phänomen, dass sich kleinere und leichtere Personen stets schneller und agiler bewegen und angepasste Lösungen verwenden, als sehr schwere Menschen. Es bleibt ihnen nichts anderes übrig. So würde ich es nicht an der Nationalität oder Volksgruppe festmachen, sondern an der individuellen körperlichen Erscheinung. Man vergleiche nur einmal im Boxsport Fliegengewicht mit Superschwergewicht, die Unterschiede in Bezug auf Agilität und Schnelligkeit sind auffällig. Auch in der Art zu denken gibt es Unterschiede. Während sich die Asiaten ihrer Kultur und ihres Erbes verpflichtet fühlen und tendenziell versuchen, "nicht vom rechten Weg" abzukommen und nichts zu hinterfragen, sind Europäer eher pragmatisch und offen für Neues. Amerikaner hingegen sind schneller gelangweilt und haben manchmal Schwierigkeiten einer Sache längere Aufmerksamkeit zu widmen. Diese Erfahrung berichtete mir einst Emin Boztepe, einer meiner ehemaligen Kollegen der EWTO-Zeit. Wie immer gibt es Ausnahmen, aber die Tendenz scheint zu stimmen.

16. Kung-Fu wird heutzutage oft als Sport (Wu Shu) bezeichnet. Stimmen Sie dieser Definition zu?

Vermutlich ist dies gesteuert. Das "Brot und Spiele Konzept" des alten Rom basiert auf Unterhaltung der Massen, aber auch auf dem Prinzip der Konkurrenz und des Gegeneinander. Man wird mich für diese Behauptung vielleicht als Verschwörungstheoretiker bezichtigen. Menschen sollen davon abgehalten werden, selbst kreativ zu sein und kooperativ mit anderen an Problemen zu arbeiten. Stattdessen wird eine Kultur des Wettstreits, der Ellbogen-Mentalität, der Hierarchien und des Gegeneinander geschafften. Dies entfernt uns von unserem wahren Wesen als menschliche Gattung. Die Versportlichung von Kampfkunst ist ein allgemeiner Trend, die uns von unserer Individualität und einem auf Harmonie basierenden Miteinander trennt. Wir sehen das heute in fast jedem Lebensbereich.

17. Glauben Sie, dass Sie in Ihren Studien der Kunst des Wing Chun noch weitere Schritte unternehmen müssen?

Natürlich! Wissen ist niemals absolut oder begrenzt. Jeder von befindet sich auf einer endlosen Reise des Lernens und Wachsens. Nur jene, die sich als ewig Lernende sehen, werden auch in Zukunft Fortschritte machen.

Ich kenne einige meiner Stärken und auch Schwächen und sicher wird es auch Bereiche geben, von denen ich noch nichts weiß.

Das können bereits einfache Dinge sein, wie z.B. die Frage, ob man alle Techniken auf beiden Seiten gleich gut beherrscht, Steigerungspotenzial in Geschwindigkeit und Kraft oder die Verbesserung des Reaktionsvermögens. Wir dürfen stolz sein auf das, was wir erreicht haben, aber uns niemals zurücklehnen und in Arroganz verharren. In meiner jetzigen Phase interessiert mich die Vervollkommnung meiner Fähigkeiten zur inneren Energiearbeit, welches für mich höheres Wissen darstellt.

Derzeit wissen wir alle mehr als wir "können" und es geht darum, dieses Wissen in Können umzuwandeln.

18. Wie sehen Sie Wing Chun Kung-Fu derzeit in der Welt?

Der Geheimkult und die Kommerzialisierung haben dem System großen Schaden zugefügt. Die "Instant-Instruktoren-Industrie" hat aus Profitgier eine Generation von schlecht ausgebildeten Lehrern hervorgebracht.

Es geht sogar so weit, dass wenn jemand wirklich überragend ist, er von dieser Generation angegriffen wird, da er den Status des Mainstreams bedroht. Es hat lange gedauert, bis ich dies verstanden habe. Offensichtlich ging es in den letzten Jahrzehnten nicht darum, jemand zu sein, sondern nur noch zu gelten. Doch was nützen uns schöne Titel oder Urkunden ohne echte Fähigkeiten?

Instruktoren, die über fast keinerlei Tiefgang oder Erfahrung verfügten und ihr Halbwissen an die nächste Generation weitergeben, haben dem Ruf des Wing Tsun großen Schaden zugefügt.

Doch gibt es auch Hoffnung am Horizont. Derzeit zeichnen sich neue Tendenzen ab. Es gibt einen Bewusstseinswandel zur Rückbesinnung und Reintegration alter Quellen. Ich selbst habe zu dieser Entwicklung beigetragen.

19. Verbessert der Waffenaspekt des Wing Chun (Langstock und Zwillingsschwerter) die Fähigkeiten des Schülers im waffenlosen Kampf oder sind diese beiden Fähigkeiten völlig unabhängig voneinander?

In der Tat könnte man den Langstock lernen, ohne das waffenlose Wing Tsun zuvor gelernt zu haben. Es ist eine andere Distanz und Verlängerung unseres Potenzials, wenn wir es mit einer Waffe großer Reichweite zu tun haben.

Dennoch folgen wir auch beim Langstock den Wing Tsun-Prinzipien, welche aufgrund der Einfachheit der Geometrie besonders gut sichtbar werden.

Nicht umsonst sagt man, dass der Langstock gerade für den fortgeschrittenen Wing Tsun-Lehrer den Lehrer darstellt.

So erlangte ich durch das Arbeiten am schweren Langstock Erkenntnisse in Bezug auf Körperinheit, relativer Kraft, Nutzung von Impulsarbeit und Aspekt des taktischen Vorgehens. Der Langstock selbst stellt die Angriffsbesetzungslinie dar.

Dennoch stellen sich die Erkenntnisse nicht automatisch ein. Man muss auch hier ein guter Beobachter sein, der in Funktionen denkt. Ich habe früh die Langstockschrittarbeit in den waffenlosen Teil des Systems übernommen.

Die Arbeit mit den Zwillingsschwertern begünstigt die Entwicklung schneller Reaktionen und die Stärkung der Sehnen. Jeder Treffer kann das Ende des Kampfes bedeuten. Entsprechend müssen wir uns durch schnelle Schrittarbeit aus Gefahrenzonen bewegen und einen zugleich einen Vorteilsmoment schaffen, der die Überbrückung der Distanz für uns sicher macht. Der Legende nach war eine von Yip Man Lieblingstechniken der "Phen On Kuen" (Auge-des-Phoenix-Schlag bzw. Zeigefinger-Kuppen-Schlag), der auf der entspannten Griffhaltung der Messer beruht. Dieser leicht geöffnete Griffhaltung kompensiert Kräfte durch Sehnen und ist notwendig, damit Rotationskräfte unser Handgelenk beim schnappartigen Vorschnellen der Messer nicht verletzen.

Die Arbeit am Langstock und Messer sind überdies exzellente Möglichkeiten für den Aufbau explosiver Kraft aus der Körpermitte.

20. Wie wichtig ist das Training mit dem Muk Yan Chong für die Entwicklung der Fähigkeiten des Schülers?

Das Training an der Holzpuppe befähigt den Fortschritt des Schülers erheblich. Auf der taktischen Ebene vermittelt das Training an der Holzpuppe Flankenstrategien zu Bewältigung und Überwindung eines stärkeren Gegners. Während wir bei der Ausführung der ersten drei Formen ohne Widerstand und nur vor dem Spiegel üben, erhalten wir durch das Training an der Holzpuppe in jedem Augenblick Feedback und Korrekturen.

So werden wir beispielsweise feststellen, dass wir in manchen Positionen und Winkeln mehr Kraft haben oder dass wir uns selbst Schmerzen zufügen, wenn die Auftrefffläche unserer Gliedmaßen nicht durch Muskeln gedämpft wird. Wir erfahren die Grenzen für Gleichgewichtsverlust und bekommen das Gefühl für das richtige Timing in Bezug auf Richtungswechsel nach Sättigung. Wir können selbst wählen, worauf wir beim Training unseren Fokus legen: z. B. Elastizität, Kraft, Schnelligkeit, peripheres Sehen usw. und diese Aspekte entsprechend kultivieren.

Das Training an der Puppe kann nicht alle Aspekte eines lebendigen Trainingspartners ersetzen, hat jedoch einen hohen Stellenwert, wenn es darum geht, häufige Muster durch hohe Wiederholungszahlen anzuzeigen und unser Nervenkostüm zu konditionieren. In manchen Bereichen wiederum ist es einem realen Partner sogar überlegen, denn gefährliche Techniken, wie z.B. ein starker Tritt zum Knie oder einen Schlag zum Hals (FakSao) können wir einem lebendigen Trainingspartner nicht zumuten.

21. Was ist das wichtigste Element beim Unterrichten der Kung-Fu-Kunst: Selbstverteidigung, Gesundheit oder Tradition?

Gesundheit ist die Grundvoraussetzung, die uns auf technisches Training vorbereitet, weshalb Chi Gong als Teilaspekt von Kampfkunst gesehen werden kann.

Durch Selbstverteidigung erwerben wir Fähigkeiten und wachsen über uns selbst hinaus. Sie führt zur Kultivierung und Veredelung des Menschen, wodurch dieser zu einem wertvollen Menschen innerhalb der Gemeinschaft wird.

Tradition ist der Rahmen, welcher wertvolle Errungenschaften in Bezug auf Ethik und Tugenden für die nächste Generation konserviert.

22. Formen und Chi-Sao, was ist das richtige Verhältnis beim Training?

Es geht nicht um ein Verhältnis oder investierte Trainingszeit. Vielmehr müssen wir den Prozess der Reifung und der Erlangung von Fähigkeiten verstehen.

Ich vergleiche dies gern mit dem Erlernen eines Musikinstruments:

Wenn wir ein Musikinstrument erlernen (z.B. Klavier oder Gitarre) befassen wir uns zunächst mit der Erschließung der Noten und dem Einnehmen der notwendigen Griffpositionen. Nur die richtige Stellung erzeugt den korrekten Ton.

Beim Üben der Formen(Siu Nim Tao) entspricht dies dem Einnehmen verschiedener Positionen zur Erzeugung einer Funktion.

Es folgen einfache Kombinationen der zuvor gelernten Muster. Dies wäre vergleichbar dem Erlernen der Cham Kiu oder Biu Tze Form.

Chi Sao repräsentiert die Ebene der gefühlten Wahrnehmung und des Timings.

Durchaus könnte man dies auch als gefühlte Logik betrachten. Es steht in Verbindung mit jenen Regeln, die uns helfen Strategien anzuwenden und den richtigen Rhythmus oder Moment für das eigene Handeln zu finden.

Viele Wing Chun Linien verwenden bei der Vermittlung des Chi-Sao kleine vordefinierte Übungsschritte, sogenannte "Chi-Sao-Sektionen". Dies wiederum wäre vergleichbar dem Üben von einfachen Musikstücken in einem Notenheft. Wir erfahren zum ersten mal Harmonie für bestimmte festgelegte Szenarien.

Obwohl es für Außenstehende so aussieht, als könnten wir schon "frei spielen", ist dies noch nicht der Fall. Wir folgen lediglich dem Notenheft. Es geht in dieser Phase um die Erlangung von Routine und dem Vertrauen werden mit den zuvor gelernten Bewegungsmustern. Wir erhalten eine Vorstellung, wie die Muster verwendet werden können.

Das Ziel der Reise ist noch lange nicht in Sicht. Erst mit zunehmender Routine werden wir immer weiter in die Lage versetzt, unabhängig vom "Notenheft" bzw. Sektionen zu spielen.

Schließlich kommen wir in den Zustand der Beherrschung, wo uns Notenhefte sogar behindern und uns für eigene spontane Lösungen im Weg stehen.

Wir erreichen die Phase des virtuellen Spielens, wo wir nicht nur eigene Lieder komponieren, sondern uns spontan in jede Band oder Orchester einbringen könnten.

Alle Lernabschnitte waren stets nur didaktische Hilfsmittel. Das Ziel ist die freie Verwendung des erlernten Wissens und die Schaffung eines neuen Niveaus, wenn wir Erfahrungen einbringen, die bislang außerhalb des Gelernten lagen.

Die hier erwähnten Schritte gelten gleichermaßen für Chi-Sao und die visuelle Kampfphase.

Der didaktische Aufbau von Form über Chi-Sao zu Freikampf kann nicht übersprungen werden.

23. Haben Sie einen allgemeinen Ratschlag, den Sie den Praktizierenden im Allgemeinen weitergeben möchten?

Mein Rat an Wing-Tsun-Praktizierende: mache dir einen verlässlichen Trainingspartner, um außerhalb des Trainings eigene Erfahrungen zu machen und sie verlässlicheren. Gebe dein Wissen an andere weiter. So wirst du stets tiefer in die Materie eintauchen müssen, als wenn du Wissen nur konsumierst. Es bringt zudem Regelmäßigkeit in dein Training. Sei kein "Prüfungsjäger", sondern stets nur an echtem Lernen interessiert. Vorsicht vor Lob, es könnte dich nachlässig machen. Unterschätze in Auseinandersetzungen niemals einen Gegner, sondern nehme jeden Gegner ernst.

Mein Rat an Schulleiter: Konzentriere dich nur auf eine Schule, der du deine volle Aufmerksamkeit widmest. Innerhalb dieser Schule solltest du den Unterricht selbst leiten, um einen einheitlichen Standard zu gewährleisten. Das Einsetzen von Assistenten macht aus einer Schule mehrere Unterrichtsstellen, ohne dass du dir dessen vielleicht bewusst bist. Es ist leichter, einen neuen Schüler zu gewinnen, als bestehende Schüler langfristig zu motivieren und zu halten. Sorge dich insbesondere um die schwächeren Mitglieder deiner Schule und schaffe eine Kultur des harmonischen Miteinanders.

Allgemein: Wähle nicht den erstbesten Lehrer, nur weil er in deinem Ort die naheliegendste Instanz ist. Die Wahl des "falschen" Lehrers kann dich Jahrzehnte an Entwicklung und des persönlichen Wachstums kosten. Selbst wenn ein Lehrer weit entfernt wohnt, kann sich der weiteste Weg lohnen. Nichts kann den Fortschritt eines Schülers mehr befähigen, als das praktische Beispiel eines wahren Meisters! Nimm dir Zeit, verschiedene Lehrer zu besuchen, um eine Entscheidung zu treffen. Können und Persönlichkeit sollten den Ausschlag geben.

24. Manche Leute denken, dass es sehr notwendig ist, zum Training nach Hongkong – China oder Taiwan zu gehen. Teilen Sie diese Ansicht?

Ich beobachte, dass es auf der ganzen Welt Menschen mit phänomenalen Fähigkeiten gibt und dies nicht das Privileg einzelner Nationen ist. Während wir in Asien Traditionsbewusstsein beobachten können, liegt der Fokus in westlichen Kulturen auf Forschung und Entwicklung. Beide Aspekte haben ihre Berechtigung.

25: Was sind Ihrer Meinung nach die größten Veränderungen in der Kunst, seit Sie mit dem Training begonnen haben?

Zunächst einmal konnte ich über die Jahre eine Zunahme des Entwicklungsstandes innerhalb aller Wing Chun-Linien beobachten. In der verschiedenen Linien konkurrieren gewissermaßen und lernen voneinander. Es genügt, dass nur wenige Individuen innerhalb einer Linie diesen Prozess vornehmen. In Folge entsteht stets eine Dynamik der Adaption. Ich kann mehrere dutzend Entwicklungen innerhalb des DRAGOS WING TSUN benennen, welche von anderen Verbänden im Laufe der Zeit übernommen wurden. Dieses Phänomen der ständigen Korrektur und befruchtenden Wachstums betrifft alle Kampfkünste und ist nicht nur auf Wing Tsun begrenzt. Gerade der technische Fortschritt und die sozialen Medien haben zu dieser Entwicklung beigetragen.

Speziell im Wing Tsun haben unterrepräsentierte Trainingsbereiche wie z.B. Bodenkampf oder später innere Aspekte der Energiearbeit, wie wir sie in den inneren Kampfkünsten sehen, in den letzten Jahren Einzug gefunden.

26: Mit wem hätten Sie gerne trainiert, mit wem Sie es nicht getan haben (tot oder lebendig)?

In den früheren Lebensabschnitten hatte ich bezogen auf Wing Tsun natürlich unterschiedliche Idole (Bruce Lee, Leung Ting, Kernspecht), die ich heute jedoch mit anderen Augen sehe. Während ich in den Anfangsjahren nur das technische Genie betrachtete, ist mir heute der Charakter eines Menschen bei weitem nicht egal. Mich faszinieren historische Meister wie Johannes Liechtenauer(deutscher mittelalterlicher Schwertkampf), Hattori Hanzo Masahige(Ninjutsu), die mir auch für den Bat Cham Dao(Zwillingsschwerter)-Kampf durchaus Einsichten brachten. Auch bewundere ich lebende Legenden wie Nidar Singh Nihang(Großmeister des indischen Shastar Vidya). Ich bin immer wieder überrascht, wie viel die unterschiedlichen Kampfkünste doch gemeinsam haben. Ich würde mir wünschen, mit noch viel mehr anderen Wing Chun-Meistern und Vertretern innerer Kampfkünsten in Austausch zu gehen. Einerseits, um zu sehen, wo man selbst steht, andererseits, um neue Eindrücke zu gewinnen.

27: Was würden Sie jemandem sagen, der Wing Chun Kung-Fu lernen möchte?

Zunächst mal, dass nicht überall Wing Chun enthalten ist, wo Wing Chun draufsteht. Die Standards und Unterschiede könnten nicht größer sein. Man muss sich ein umfassendes Bild machen.

28: Was motiviert Sie nach all den Jahren noch?

Es gibt nach oben kein Ende, nur unbegrenzten Raum für Wachstum und Entwicklung. Seit meiner Kindheit war mir in Bezug auf Kampfkunst und Wing Tsun niemals langweilig. Kein einziges Training, dass ich in den letzten 40 Jahren gehalten habe, war identisch. Es bleibt immer interessant, da wir es stets mit einzigartigen Individuen zu tun haben. Die Herausforderung, eigenen Schwächen zu überwinden und zu wachsen ist für mich eine große Motivation. Ich finde das unfassbar spannend. Darüber hinaus ist es auch schön zu sehen, wie man nicht nur selbst wächst, sondern Menschen, die mir folgen, ebenfalls Fortschritte machen. Ich glaube in jedem von uns existiert der Wunsch, dass sein Dasein für andere einen Unterschied ausmacht.

29: Glauben Sie, dass man Freikämpfe machen muss, um auf der Straße gute Selbstverteidigungsfähigkeiten zu erlangen?

Jede spezifische Fähigkeit bedarf eines spezifischen Trainings. Wir lernen Schwimmen nicht durch Trockenübungen. Je näher wir an der realen Verbindung trainieren, desto besser werden wir uns vorbereiten. Der Begriff "Straße" wird oft als Synonym für reale Umgebung gesehen, wo alles möglich ist. Jede Art von künstlich geschaffener Umgebung wird jedoch stets unter Bedingungen ablaufen, welche von der Realität abweichen: Überraschung, ungleiche Voraussetzungen in Kraft oder Erfahrung, das Fehlen von Fairness und die Möglichkeit, sogar getötet zu werden. Es gibt letztlich keine Möglichkeit die Realität zu 100 % zu simulieren. So bleibt alles ein Spiel der Wahrscheinlichkeiten.

30: Was halten Sie vom Mischen von Kung-Fu-Stilen? Hebt das Üben des einen die Wirksamkeit des anderen auf oder kann es im Gegenteil für den Schüler von Vorteil sein?

Wir haben hier dasselbe Phänomen wie im MMA-Bereich. Die Idee, sich die "Rosinen aus dem Kuchen" zu picken, alles zusammenzuwürfeln und etwas Überlegenes und Neues zu kreieren wird immer an Stellen stoßen. Dies liegt daran, dass die verschiedenen Systeme nicht selten unterschiedliche philosophische Ansätze, Strategien und Konzepte verfolgen. Dennoch kann die Betrachtung von Aspekten, welche bisher nicht in Gleichung eingeflossen sind, Auslöser für neue Arbeitsweisen sein. Gerade in der MMA-Szene ist man stets auf der Suche nach neuen Lösungen.

31: Was ist Ihre philosophische Grundlage für Ihr Kung-Fu-Training?

Kung-Fu bezeichnet "harte Arbeit", bzw. eine "besondere Fähigkeit" die wir uns erworben haben. Das Erlernen von Kampfkunst ist kein "Hobby" und vor allem kein Prozess, der je abgeschlossen sein wird. Die Selbstkultivierung kennt keine Begrenzung. Nur wenn Kampfkunst mit festen Bestandteilen des eigenen Lebens wird, können sich die Mechanismen entfalten. Man vergleiche das Ganze mit dem täglichen Ritual des Zähneputzens, das ebenfalls nicht in Frage stellen würde. Der Unterschied ist jedoch, dass wir uns darauf einstellen, in unseren Fertigkeiten ein stets ein höheres Niveau zu erreichen.

Als Lehrer fasziniert mich das Lernen aus der Natur. Meine Intuition ist offen, da ich mein Wissen teile. Ich beobachte andere Lehrer, die nie über den Copy & Paste Status hinausgekommen sind, da sie ihr Wissen zurückhalten. So vergleiche ich mich gern mit einem Baum, der Früchte trägt und dadurch Tiere anzieht. Je mehr er dies tut und Nutzen für seine Umgebung bietet, desto mehr wird er durch seine Besucher begünstigt, weil diese Tiere in Folge neue Nährstoffe mitbringen. Im nächsten Jahr erzeugt der Baum noch mehr Früchte. Der Kreislauf des Lebens kann sich so immer weiter entfalten. Von meinen Schülern erwarte ich Ehrlichkeit, Hingabe und Hilfsbereitschaft gegenüber weniger erfahrenen Mitschülern. Dazu gehört auch die Achtung vor Älteren. Sobald ich Feuersicherheit oder Egoismus erkenne, ist der Unterricht beendet. Ich wünsche mir Schüler, die mit Freude und Begeisterung an sich arbeiten. Schließlich sollen sie mich eines Tages übertreffen.

32: Haben Sie ein besonders denkwürdiges Kung-Fu-Erlebnis, das bis heute als Inspiration für Ihr Training geblieben ist?

Schwer zu sagen. Es sind weniger einzelne Ereignisse, als die Summe vieler Herausforderungen und Erlebnisse, die man bewältigt hat, die unseren Charakter formen. Extremsituationen haben hierbei einen besonderen Stellenwert. Dazu gehören lebensbedrohliche Situationen, Überwindung von Angst und Momente, in denen wir auf uns allein gestellt waren. Ich hatte mit 16 Jahren ein lebensbedrohliches Szenario mit einer Gruppe von Skinheads, in der ich durch den Rädelführer mit einem Messerangriff bedroht wurde. Es ging nicht nur um Drohgebärde, sondern er hat wirklich versucht mich zu verletzen! Ich hatte mehr Glück als Verstand und konnte dem Angreifer das Messer aus der Hand treten. Anschließend gab es Revanche, welche zu meinen Gunsten ausfiel. Die Jahre danach habe ich besonders hart trainiert und auch meine Escrima-Fähigkeiten vertieft.

33: In welcher Beziehung stehen die Chi-Sao-Aspekte des Trainings zur praktischen Anwendung der Wing Tsun-Techniken, die in den drei Formen des waffenlosen Kampfes verwendet werden?

Zunächst mal müssen wir verstehen, dass es im Kampf eine taktische visuelle Phase gibt, die mit Chi-Sao nichts zu tun hat. Hier gibt es stets Anfälligkeiten. Diese Phase basiert auf Antizipation, Erfahrung und dem Nutzen von Wahrscheinlichkeiten durch geschickte Wahl von Taktik und Strategie.

Chi-Sao wiederum ist die Domäne der überbrückten Distanz. Sie findet nur in "geschlossenen Systemen" statt. Ein geschlossenes System wiederum bezeichnet ein Konstrukt, in welchem wir Druck oder Zug steigern können und somit Flussprinzipien anwenden können. Dürfen wir z.B. unbedingt durch Wettkampfgeln einen Gegner nicht greifen oder ziehen, können wir Chi-Sao nicht anwenden. Real angewendet können Chi-Sao-Momente sehr kurz sein.

Der Name "Chi-Sao", der für "Klebende Hände" steht ist eigentlich missverständlich, denn mindestens die Hälfte des Chi-Sao-Vorgangs ist das Gegenteil davon: nämlich der Vorgang des Kontaktlösens, der Nutzung des entstandenen Vorteils. Man stelle sich einen Schraubenzieher vor, mit dem wir mit zunehmender Kraft eine Schraube in eine Unterlage hineindrehen. Plötzlich rutschen wir ab. In Folge wird die Unterlage beschädigt. Der Vorgang, der Vorgang des kontrollierten Hinein Drehens beinhaltet das Halten des Kontakts, der Vorgang des Abrutschens "die Ernte".

So ähnlich ist das beim Chi-Sao. Druck oder Zug werden gesteigert und zugleich entweder Hindernisse durch perspektivische Vorteile überwinden oder durch Zuhilfenahme einer helfenden Hand beseitigt. Chi-Sao dient insofern als Kontrollmechanismus oder dem Aufspüren von Lücken, Schwächen und Chancen.

Der Vorteil des Einsatzes von Chi-Sao besteht in der sofortigen und unmittelbaren Information, die Reaktionsgeschwindigkeit über den Gefühlshass ist unmittelbar und wesentlich schneller, als jede visuelle Wahrnehmung. Unser Gegenüber hat dadurch den Eindruck, wir "können seine Gedanken lesen".

Chi-Sao bezieht sich nicht nur auf Hände, sondern bei genauerer Betrachtung auch auf Körper und Bearbeit. Wir sprechen dann von "Chi-San" oder "Chi-Gerk". Je weiter wir von einem Gegner entfernt sind, desto mehr Spielraum für taktische Manöver haben beide Seiten. Daher ist es ein primäres Ziel, immer näher an den Gegner heranzukommen und seine Möglichkeiten durch effektiver einzuschränken. Es hat also nicht unbedingt nur mit dem Einsatz immer stärkerer Waffen (Knie oder Ellbogen) zu tun.

Bei meinen praktischen Erfahrungen mit besonders kräftigen und großen Personen stelle ich immer wieder fest, dass nach der Chi-San und Chi-Gerk-Phase letztlich optimale Kontrolle ermöglichen. Es ist vergleichbar einem Schachspiel, das zunächst mit vielfältigen Zugmöglichkeiten startet, im Verlauf aber immer weiter zur Bewegungseinschränkung und schließlich zum "Schachmatt" führt.

34: Gibt es heute im Vergleich zu Ihren Anfängen Mängel in der Art und Weise, wie Kampfkünste gelehrt werden?

Der Einzugs der "Brot-und-Spiele-Mentalität" durch umfassenden Medienpräsenz und MMA-Plattformen führte zur Verrohung der Menschen. Dies ist in meinen Augen ein schlechtes Beispiel für heranwachsende Jugendliche. Aggression und Schläger-Mentalität sind das Gegenteil von Respekt und Rücksichtnahme. Es geht nur noch um schnelle Ergebnisse. Den jungen Leuten fehlt es an Geduld und Ausdauer. Auf den großen Medienplattformen geben unerfahrene selbsternannte Kampfkunstexperten Trainingsanleitungen von Dingen, die sie nicht mal ansatzweise verstehen oder beherrschen. Likes und Klickzahlen geben ihnen das Gefühl ein VIP zu sein. Eine Kultur der Oberflächlichkeit. Besonders die ganz jungen Menschen haben nicht selten eine Aufmerksamkeitsspanne von nur noch 10 Sekunden, bevor ihre Konzentration abreißt. Demut ist gänzlich zum Fremdwort geworden. Die Jugend erwartet, dass sie etwas bekommt, nur weil sie es fordert. Insofern mache ich mir ernste Sorgen über die Zukunft der nächsten Generation.

Lehrer, für welche Schülerzahlen und Mitgliedsbeiträge das einzige Kriterium sind tragen ihr Übriges zu dieser Oberflächlichkeit bei. Kaum jemand ist bereit ernsthaft an sich zu arbeiten.

35: Darf ich Sie fragen, was Ihrer Meinung nach die wichtigsten Eigenschaften eines erfolgreichen Kung-Fu-Praktizierenden und Kampfkünstlers im Allgemeinen sind?

Hier einige begünstigende Faktoren:

- Routine und Rituale des beständigen Übens
- Selbstreflexion und kritisches Hinterfragen
- Die Bereitschaft etwas Außergewöhnliches zu erreichen
- Ehrlichkeit gegenüber anderen und vor allem gegenüber sich selbst
- Ein Mindestmaß an Talent oder die Bereitschaft, härter zu üben als andere, wenn wir über wenig Talent verfügen

- Echtes Interesse an der Materie. Es bringt nichts, wenn wir an einem Training teilnehmen, zu welchem man uns gezwungen hat oder weil wir aufgrund eines Vorfalles einen Schnellkurs besuchen, um schnell einen handvoll "Tricks" zu lernen
- Das Setzen von Zielen und die Dokumentation von Einsichten und Erkenntnissen
- Regelmäßige Überprüfung des eigenen Status Quo durch Interaktion mit Gleichgesinnten. Dies muss

nicht zwingend im Rahmen von Wettkämpfen geschehen.

- Ein Vorbild sein für andere, indem wir moralische Grundsätze wahrhaftig leben; Gutes tun, auch wenn niemand es sieht

- Mensch und Natur achten, das Leben unterstützen.

Diese Aufzählung kann beliebt fortgesetzt werden.

Für mich impliziert die Beschäftigung mit Kampfkunst nicht nur unser eigenes, sondern auch das Leben anderer zu verbessern und zu erhalten. Es hat somit die Veredelung des Menschen zum Inhalt.

36: Welchen Rat würden Sie Schülern in Bezug auf ergänzendes Training (Laufen, Gewichtheben usw.) geben?

Im Wing Tsun benötigen wir funktionale Kraft. Bodybuilding mit Gewichten sind daher eher kontraproduktiv. Besonders die Verkürzung von Muskeln kann unsere Geschwindigkeit beeinträchtigen und die Beweglichkeit einschränken.

Die Mindestkraft im Wing Tsun ist definiert durch Fähigkeit, sich mit unseren Gliedmaßen von etwas wegzudrücken oder heranzuziehen. Diese impliziert auch die hierzu notwendige Seitenstabilität unserer Bewegungen. Daher ist ein Training an der Holzpuppe "ein Muss". Das Training mit dem Langstock ermöglicht exzellente Entwicklung von Körpereinheit und die Verwendung starker Muskelgruppen. Ich verwende besonders schwere Bat Cham Dao-Zwillingsmesser zur Stärkung meiner Sehnen. Es gibt das Phänomen der "vollen Bewegungen", welches ein Aspekt aller inneren Systeme ist. Daher verwende ich zusätzlich zu den oben genannten Methoden einen großen aufblasbaren Gummiball, mit welchem ich sozusagen extreme Druckbewegungen gegen Widerstand ausführe; das Ganze mit oder ohne vorherigen Kontakt, also im Sinnes eines Schlages, dessen Wirkung nach Aufprall weiter wirkt. Konditionell betrachtet ist jede Art von Kardiotraining geeignet. Mit zunehmender Kondition wird unsere Fähigkeit, uns nach hartem Training zu erholen zusätzlich gesteigert.

Auch Ernährung hat maßgeblich Einfluss auf unsere Leistungsfähigkeit. Hierüber lassen sich ganze Bände schreiben. Ich hab das Glück, in einer Umgebung zu leben, in der ich wilde Kräuter sammeln kann, wenn die Jahreszeit es zulässt. Letztendlich müssen wir unseren Körper von allen Giften befreien und alle Nähr- und Mineralstoffe zur Verfügung stellen, die er benötigt. Dieses Kapitel würde aber hier den Rahmen sprengen.

37: Was macht Ihnen am meisten Spaß am Wing Chun?

Ich genieße den Zustand des Flows. Oft werde ich gefragt, was ich gerade getan habe und wundere mich über mich selbst, dass ich dies gar nicht so genau sagen kann, da mein Körper bereits instinktiv reagiert.

38: Warum ist es Ihrer Meinung nach so, dass viele Schüler nach zwei bis drei Jahren Training abfallen?

Dies kann viele Gründe haben: Manchmal ist es schlicht die Tatsache, dass der Lehrer den Schüler klein hält, das Training monoton wird und somit der Reiz des Neuen fehlt. Insbesondere, wenn Fortschritte nicht sichtbar gemacht werden oder das Ziel der nächsten Etappe unklar ist, fehlt manchen Menschen der Ansporn und Sinn.

Menschen, die von sozialer Anerkennung abhängig sind und im Training zurückfallen, verlieren nicht selten den Mut, da sie mit Gesichtsverlust kämpfen. Wieder andere bekommen Nachwuchs und ihr Ehepartner verbietet die Ausübung des "Hobbys", da finanzielle Mittel und volle Aufmerksamkeit zu Hause eingefordert werden.

Mit zunehmender Leistungsstufe wird das Pensum der zu übenden Inhalte für manche Schüler als Last empfunden, da man durch seine Lebensumstände oder arbeitsbedingt nicht die Zeit oder Energie hat, dies alles zu üben. Kampfkunst war noch nie der Weg für die Masse, sondern eher jener für Individualisten und Enthusiasten. Die breite Masse spielt Fußball oder geht ins Fitnessstudio, wo es motorisch einfacher zugeht.

39: Gab es Zeiten, in denen Sie beim Kung-Fu-Training Angst hatten?

Nein, niemals (huch, das ist nun selbst für mich überraschend;-)

40: Was denken Sie über die Zukunft dieser Kunst? Und möchten Sie noch etwas hinzufügen?

Wing Tsun wird vermutlich in den kommenden Jahrzehnten noch allerhand "Re-Branding" erleben. Ich würde mir wünschen, das dieses "Juwel der Kampfkunstwelt" in der Zukunft den gebührenden Platz und die Beachtung erhält, den es verdient. Für mich selbst wünsche ich mir, dass auch das, was ich in den letzten Jahren erschaffen habe, nicht in Vergessenheit gerät.

Ich habe zeit meines Lebens viel Energie verwendet, das Ansehen des Wing Tsun wieder herzustellen, indem ich begann, altes Wissen wieder zu integrieren.

Dies ging einher mit der Aufhebung des Geheimkults durch die von mir 2004 initialisierte Liberalisierungsbewegung. Seither wurde ich von den großen Verbänden als "Public Enemy" betrachtet und bekämpft.

Und doch sind viele Wing Tsun-Verbände seither meinem Beispiel gefolgt oder haben Entwicklungen und Konzepte kopiert. Dinge, die früher als exklusives "Geheimwissen" galten, sind heute jedermann zugänglich. Daher bin ich auch ein wenig stolz, meinen Teil zu dieser Gesamtentwicklung beigetragen zu haben.

Derzeit arbeite ich an einer Online-Community-Plattform für DRAGOS WING TSUN, um auch international Enthusiasten Austausch und Vernetzung mit dieser Kunst zu ermöglichen. Mitte des Jahres 2025 wird dies auf <https://dragoswingtsun.com> ersichtlich sein.