

Baat Cham Dao lehrt die Anwendung der Kurzscherter und perfektioniert Gung Lik und Ging!

In der Doppelmesserform ist auch die letzte Handtechnik des Wing Chun enthalten.

Die Doppelmesser sind die zweite Wing Chun-Waffe und die letzte Form des Ip Man Wing Chun.

Die »Acht Wege der Messer« schließen den Kreis zu den »Acht Pforten« in der Siu Lim Tao. Dies ist ein Hinweis darauf, dass diese Form vor allem die waffenlose Technik weiter verbessert.

Die »Acht Wege der Messer« bezeichnen die einzelnen Winkel, in denen die Kurzscherter verwendet werden. In jeder Sektion wird dementsprechend eine der Grundtechniken behandelt.

Das Prinzip der Einfachheit wird in dieser Form weiter geführt. In ihr liegt auch der Schlüssel zu den »versteckten« Techniken des Wing Chun.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	9
Einleitung	11

Kapitel 1

Der doppelte Nutzen der »Doppelmesser« im Wing Chun.....	17
Die Doppelmesser als Anwendung des Wing Chun im Waffenkampf....	17
Die Wirkung der Doppelmesser auf die waffenlosen Techniken.....	19
Die »innere Kraft« in den Waffenformen.....	20
Luk Dim Boon Kwun.....	20
Baat Cham Dao.....	21
Die mentale Kontrolle jeder Bewegung!	22
Der unbekannte Aspekt der Doppelmesserform	23
Die Schrittarbeit in der Doppelmesserform	25
Vorwärtsschritte und Rückwärtsschritte = erweiterte Möglichkeiten ...	26
Die »Acht Wege der Messer«	27

Kapitel 2

Beginn der Form	29
Zum Beginn der Form	29
Das Einnehmen des Standes	31
Der Fauststoß.....	33
Der Fußtritt	40

Kapitel 3

Sektion 1 – Kap Dao	47
Kap Dao mit Wendung.....	48
Kap Dao – Schritte	63

Kapitel 4

Sektion 2 – Jum Dao	81
Jum Dao mit Wendung.....	82
Jum Dao – Schritte	99

Kapitel 5

Sektion 3 – Gan Dao	127
Gan Dao mit Wendung.....	128
Gan Dao – Schritte.....	143

Kapitel 6

Sektion 4 – Kwun Dao	167
Kwun Dao mit Wendung.....	168
Kwun Dao – Schritte.....	183

Kapitel 7

Sektion 5 – Fak Dao	211
Fak Dao mit Wendung.....	212
Fak Dao – Schritte.....	227

Kapitel 8

Sektion 6 – Yat Gee Dao	253
Yat Gee Dao mit Wendung.....	254
Yat Gee Dao – Schritte.....	269

Kapitel 9

Sektion 7 – Tan Dao	319
Tan Dao mit Wendung	320
Tan Dao – Schritte.....	335

Kapitel 10

Sektion 8 – Faan Sao Cup Dao	373
Faan Sao Cup Dao mit Wendung.....	375
Faan Sao Cup Dao – Schritte	390

Schlusswort	437
Bibliographie.....	441
Über den Autor.....	443

Kapitel 1

Der doppelte Nutzen der »Doppelmesser« im Wing Chun

In einem Kung Fu-Stil wie dem Wing Chun-Stil sind nur zwei Waffen vorhanden, der Langstock und die Doppelmesser.

Wie bereits im vorigen Band über den Langstock und die Anwendung der Kampfprinzipien im Waffenkampf beschrieben, geht die Wing Chun-Theorie von der größtmöglichen Einfachheit aus. Komplizierte Formen und umständliche Bewegungsfolgen widersprechen diesem Prinzip und können im bewaffneten Kampf wohl schwer umgesetzt werden.

»Weniger ist mehr!« ist für den Kampf mit Waffen gegen einen bewaffneten Gegner ein wichtiger Grundsatz für die Effektivität im Kampf. Jeder Fehler kann leicht das Leben kosten.

Aus der Langstockform weiß man bereits, dass sie lediglich das grundlegende Konzept für den Waffenkampf im Wing Chun beschreibt, dann kann man die Doppelmesserform als die praktische Anwendung dieses Prinzips ansehen.

Die Doppelmesser als Anwendung des Wing Chun im Waffenkampf

Der erste Nutzen der Doppelmesserform besteht also darin, das Wing Chun-Prinzip auf die Doppelmesser und den Kampf mit Waffen zu übertragen.

Die Doppelmesserform erweitert also den Bereich der Anwendung des Wing Chun auf den Kampf gegen bewaffnete Gegner.

Man kann auch vermuten, dass der Langstock die Möglichkeit bietet, jede einhändige Waffe nach dessen Prinzip zu führen, wohin gegen die Doppelmesserform eine Erweiterung für das beidhändige Führen von Waffen gesehen werden kann. Dadurch, dass zwei Waffen gleichzeitig geführt werden, ist es logisch, nicht allzu schwere Waffen zu benutzen, da dies der Schnelligkeit und damit der Effektivität der Waffentechnik zugutekommt.

Ebenfalls ist es dann verständlich, dass die Waffen nicht übermäßig lang sein sollten, damit die Koordination dieser Waffen mit beiden Händen nicht zu umständlich wird.

Die Doppelmesser bieten in Hinsicht auf Gewicht und Länge einen guten Kompromiss, so dass man annehmen kann, dass man sich im Ip Man Wing Chun von Anfang an auf die Anwendung der Kurzschwerter spezialisiert hat, die dem Grundkonzept des Wing Chun als Nahkampfsystem entsprechen. Die waffenlosen Wing Chun-Techniken werden als gleichzeitige Techniken für Angriff und Verteidigung angewandt. Diesem entsprechen die Doppelmesser exakt.

Hier liegt also der Transfer von dem Kampfprinzipien des Wing Chun zu der praktischen Anwendung der Doppelmesser. Es wäre ebenfalls denkbar gewesen, in das Wing Chun-System ein viel größeres Repertoire an anderen Waffen zu integrieren und dementsprechend mehr Formen zu trainieren, wie das in anderen Wing Chun-Richtungen wie dem Chi Sim Wing Chun der Fall ist, welches hier auch als »Weng Chun« bekannt ist.

Da die einzelnen Formen des Wing Chun aufeinander aufbauen, gilt auch hier Regel, dass die letzte Form erst dann ein logisches Ganzes wird, wenn die Elemente der vorherigen Formen auf die richtige Weise zusammengefügt wurden.

Die mentale Kontrolle jeder Bewegung!

Die häufigste Bewegung der Doppelmesserform ist die Doppelte Jum Dao, die jeweils in der Mitte und am Ende einer Bewegungsfolge einen Abschnitt markiert.

Die Jum Dao-Position (einseitig) entspricht der Man Sao-Position in den waffenlosen Formen. Diese ist vor allem zu Beginn jeder Sektion der Holzpuppe zu finden. Die Häufigkeit der Jum Dao in der Doppelmesserform gibt einen Hinweis auf Ihre Bedeutung: Die Man Sao sollte möglichst ruhig gehalten werden, da man unter Stress in einer Kampfsituation relativ schnell dazu neigt, die eigene Mitte zu verlassen und damit einem Gegner die Möglichkeit gibt, einen Treffer zu landen. Die Regel aus den Kuen Kuit: »Die anderen gehen über den Bogen, ich gehe über die Sehne!« beschreibt das Prinzip der kürzesten Wege.

Dies kann jedoch nur konsequent und effektiv umgesetzt werden, wenn man die Kontrolle über seine eigene Bewegung perfektioniert hat. Daher heißt es auch in den Kuen Kuit:

»Ergänze die Hände mit der Körperhaltung, um einen guten Gebrauch von der Zentrallinie zu machen.«

Dies wird in der Doppelmesserform weiter kultiviert, Hier liegt ein weiterer mentaler Aspekt der Waffenformen im Wing Chun: Die Fokussierung auf die Präzision jeder einzelnen Bewegung.

Die bereits vorhandenen fertigen Wing Chun-Techniken werden in der Doppelmesserform nicht in dem Sinne erweitert, dass neue Techniken zusätzlich in gelernt werden müssen. Mit den Waffen verändert sich die Qualität der Techniken und es ergeben sich durch die erweiterte Schrittarbeit neue Möglichkeiten der Anwendungen.

Es verändert sich also keine Quantität durch die Doppelmesserform, sondern das Repertoire an Möglichkeiten wird erweitert.

Radius einer Waffe und der größeren Gefährdung für das Leben ist das ausschließliche Vorwärtsgen eine gefährliche Limitierung.

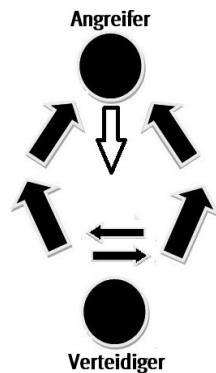
Vorwärtsschritte und Rückwärtsschritte = erweiterte Möglichkeiten

In den waffenlosen Formen werden die Vorwärtsschritte jeweils auf den Zirkelschritt begrenzt, der gemäß der Lehre der 3 Kampfprinzipien aus der Chum Kiu drei Aspekte beinhaltet: die Kontaktaufnahme mit der Wendung (Yiu Ma), das seitliche Ablenken (Sip Ma), um einen Angriff zu kontrollieren und das Vorwärtsgen (Biu Ma), um einen Gegner zu attackieren.

Im Zweikampf ohne Waffen ist das Ziel die schnellstmögliche Verkürzung der Distanz zum Gegner, um einen Kampf schnellstmöglich zu beenden. Daher begrenzt sich die Anwendung der waffenlosen Techniken auf einen sehr kleinen Raum und eine sehr einfache Schrittarbeit, die vor allem in dem Zirkelschritt der Holzpuppenform besteht.

Diese Schrittarbeit beschreibt gewissermaßen einen Halbkreis vor dem Gegner, wie in dem Diagramm der Schrittarbeit der Holzpuppe deutlich wird (siehe Grafik rechts).

Im Gegensatz dazu definiert die Schrittarbeit der Doppelmesserform eine neue Linie rechts und links neben dem Gegner, die in dem Zirkelschritt der Holzpuppenform noch gar nicht vorhanden ist. Ebenfalls enthält sie eine Drehung nach vorne um 180°, die den Raum hinter dem Gegner erschließt (siehe Grafik rechts oben auf der nächsten Seite).



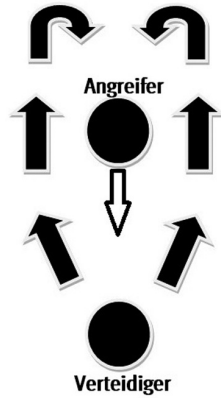
Die Rückwärtsschritte in der Form haben unterschiedliche Formen. Hier geht es darum, einer Waffe auszuweichen und sich so zu bewegen,

dass man sich außerhalb der Reichweite einer Klinge bewegt, um nicht

Es gibt einen geraden Rückwärtsschritt, einen schrägen Rückwärtsschritt um 45° nach hinten, eine halbe Wendung um 90 Grad rückwärts und eine Rückwärtsdrehung um 180° nach hinten.

Die Schrittarbeit in der Doppelmesserform erweitert damit die Anwendungsmöglichkeiten von Wing Chun-Techniken um viele weitere Möglichkeiten. Die kreisförmigen Bewegungen, die sich daraus ergeben, haben viel Ähnlichkeit mit einzelnen Ba Gua oder Aikido-Techniken, das ja ebenfalls vom Ba Gua beeinflusst ist.

Man kann daraus schließen, dass das Konzept der Doppelmesserform die Schrittarbeit des Wing Chun erst vervollständigt!



Die »Acht Wege der Messer«

Der Name der Form sagt bereits etwas über ihren Aufbau aus. Die Form besteht aus acht unterschiedlichen Grundtechniken, die in engem Zusammenhang mit den »Acht Pforten« stehen, die die unterschiedlichen Winkel von Angriffen definieren.

Eine Pforte beschreibt eine bestimmte Richtung an, aus der ein Angriff erfolgen kann. Die Doppelmesser werden nun beidhändig geführt. Die »Acht Wege der Messer« sind im Unterschied zu einer »Pforte« die Beschreibung dafür, wie mit den Messern die einzelnen Pforten auf dem kürzesten Weg miteinander verbunden werden.

Die Doppelmesserform besteht aus acht einzelnen Bewegungssequenzen, die jeweils einen bestimmten »Weg«, also eine Doppelmesser-Technik behandelt.

Kapitel 2

Beginn der Form

Zum Beginn der Form



Zum Beginn der Form steht man mit beiden Beinen geschlossen und hält die Messer zusammen in der linken Hand und lässt die Messer seitlich am Körper hängen.

Die Füße sind geschlossen, die Arme und Schultern sind entspannt.



Anschließend werden die Arme in die Ausgangsstellung gebracht. Der linke Arm mit den Doppelmessern in der Hand wird mit dem Ellbogen vor dem Körper gehalten, so dass der Unterarm senkrecht ist und die Messer senkrecht vor dem Körper gehalten werden. Der rechte Arm wird zurück gezogen mit dem Unterarm seitlich am Oberkörper, wie das aus den anderen Formen bereits bekannt ist.