

# WINGSIDEK

European Lok Yiu Wing Chun International Martial Art Association



**Royal Hong Kong Police  
Festival der Kampfkünste**

**Technikserie & Seminare '96**

Nr. **2**

DM 7,50

öS 60,-

sfr 7,50

# Inhalt Heft 2

## Januar 1997

Hong Kong Report.....	2
Si-Fu Wilhelm Blech trifft die Direktoren der VTAA und Moy Yat	
Royal Hong Kong Police erhält Wing Chun Unterricht von Meister Lok Yiu .....	5
Schulleiter trainieren bei Meister Lok Yiu .....	7
Training mit der RHKP ....	9
Festival der Kampf-künste .....	11
Benny Chung .....	13
Fong Song aus Hong Kong zurück .....	14
Ernährung nach den Fünf Elementen .....	16
Die vier Arten, Chi Sau zu verbessern .....	18
Armbefreiung .....	20
Das Wing Chun Familiensystem .....	22
Wer hat Aristoteles Wing Chun beigebracht? .....	24
Aus den Verbänden .....	29
Buchbesprechung .....	39
Der Fall Birol Özden .....	43
Der Fall Rainer Günther	46
Der Fall des DWCV – Klaus Filbrandt .....	47
Hong Kong-Reisetermine .....	48

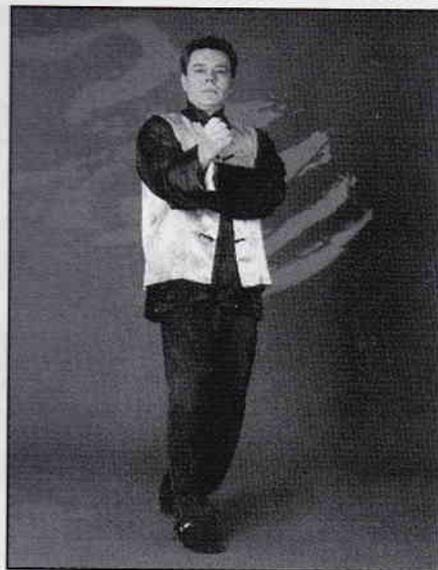
# ELYWCIMAA 詠春

# 詠春

## Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Die zweite Ausgabe unseres INSIDER ist fertig und liegt vor Ihnen. Es hat sich einiges in der Welt um Wing Chun – VT – WT – VC getan und darüber möchten wir unsere Leser detailgenau informieren.

Es liegt mir persönlich am Herzen, die Wahrheit ans Tageslicht zu bringen. Wir alle, die wir Wing Chun betreiben, wurden allzuoft – ich betone: zu oft! – belogen! Und das lassen wir nicht mehr zu! Auch dann nicht, wenn wir in der ELYWCIMAA dadurch zu "Outsidern" werden sollten. Die Wahrheit wird siegen! Niemand kann verhindern, daß die Lügen der Vergangenheit ans Tageslicht kommen. Wir müssen sie gemeinsam aufdecken und neue Lügen verhindern, wenn wir auch zeitweilig



Si-Fu Wilhelm Blech, Geschäftsführer der ELYWCIMAA und europäischer Vertreter von Meister Lok Yiu

von den Printmedien gestoppt, verschwiegen und sogar behindert werden.

Helfen Sie uns dabei und helfen Sie unserer ELYWCIMAA, denn die sind wir alle! Und für die bisher erwiesene Unterstützung sage ich Ihnen an dieser Stelle mein ganz persönliches Dankeschön.

Sollten Sie sich dazu entschließen können, unseren INSIDER zu abonnieren, dann würden Sie unsere Sache deutlich erleichtern: Wir könnten dann die weiteren Ausgaben besser planen.

Schließlich sollten wir auch nicht vergessen, daß wir, daß wir alle erst durch meinen Si-Fu Lok Yiu die Wahrheit erkennen konnten und hierfür danke ich meiner ganzen "Familie".

Nun hoffe ich, daß Sie bei der Lektüre unseres zweiten INSIDER viel Neues und Interessantes finden werden, das Sie ein Stück näher an Ihr persönliches Ziel bringt. Ich wünsche Ihnen dabei wie auch beim Training des authentischen Wing Chun viel Spaß

Ihr

Si-Fu Wilhelm Blech

### Impressum:

INSIDER ist ein verbandsinternes Magazin der ELYWCIMAA zur Information ihrer Mitglieder. ELYWCIMAA und Lok Yiu sind eingetragene Warenzeichen und gesetzlich geschützt!

Verlag und Herausgeber: ELYWCIMAA Si-Fu Wilhelm Blech GmbH&Co KG, Karl Marx-Straße 48, D-66564 Ottweiler. Bankverbindung: Volksbank im Kreis Ottweiler eG, BLZ 592 915 00, Kto.Nr. 500 011 084. Anzeigenleitung: Wilhelm Blech.

Redaktion: Hans Edelmaier, A- 6395 Hochfilzen 272

Druck Sochor International Printers, A-5700 Zell am See.

Alle Rechte vorbehalten. Ohne schriftliche Genehmigung der ELYWCIMAA darf kein Teil dieser Zeitschrift elektronisch, fotomechanisch oder in anderer Form vervielfältigt, bearbeitet, gespeichert oder übersetzt werden. Für nicht ausdrücklich verlangte Texte, Fotos, grafische Vorlagen sowie Ton- und Bildträger jedweder Art übernehmen Verlag und Herausgeber keinerlei Haftung. Gerichtsstand ist D-66564 Ottweiler.

# Die Direktoren der VTAA treffen sich mit dem europäischen Vertreter von Meister Lok Yiu, Si-Fu Wilhelm Blech

**ELYWCIMAA**

Am 20. Oktober um acht Uhr abends war es wieder so weit: Si-Fu Wilhelm Blech traf sich zum wiederholten Male mit den Söhnen Yip Mans und Tsui Sheung Tin zum gemeinsamen Arbeitsessen. Natürlich war auch die Familie Lok zugegen.

Die besprochenen Themen waren Wing Chun in Fatshan in der Volksrepublik China, in Hong Kong und natürlich in Europa, speziell in Deutschland, sowie Wai Po Tangs geheimes Messer aus Fatshan. Grund dafür war der kürzlich in der WT WELT erschienene Bericht über Wing Chun in Fatsan aus der Feder Keith Kernspechts. Soviel zum Inhalt: Diesem Märchen sollte man tunlichst keinen Glauben schenken.

Alle Beteiligten waren bestürzt über die Fotos und den Text dieses Artikels. Die VTAA wird sich hierzu noch gesondert äußern. Mit den Worten Yip Chuns: "Wir müssen solchen Dingen in Zukunft Einhalt gebieten!"

Ich werde mehrere WT-Magazine nach Fatsan mitnehmen und diesem Unsinn einen Riegel vorschieben. Über die weitere Entwicklung dieser Angelegenheit werden wir Sie weiter im



INSIDER informieren.

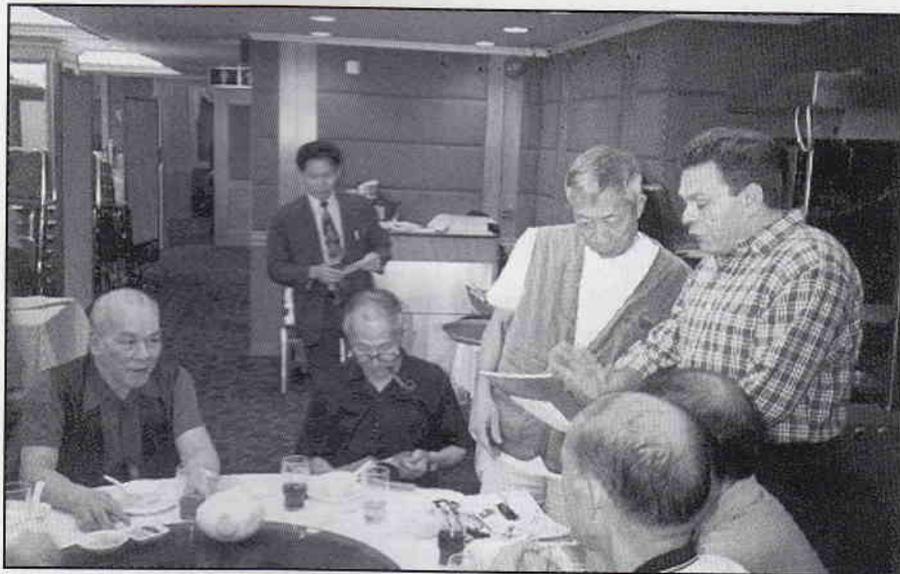
Über die Arbeit der ELYWCIMAA in Europa äußerten sich alle Anwesenden sehr positiv und versicherten, Si-Fu Blech mit allen verfügbaren Mitteln zu unterstützen und die Wahrheit über Wing Chun ans Licht zu bringen.

Ein weiteres Thema war das Wing Chun von Wai Po Tang, speziell seine Aussage, das geheime Bart Cham Do in Fatsan erlernt zu haben. Hiezu äußerte sich Yip Chun: "Ja, Wai Po Tang war mit mir in Fatsan: Sechs Stunden Zugfahrt hin und wieder zurück. Dazwischen sechs Stunden Aufenthalt in Fatsan. Das müssen wirklich geheime Lernmethoden von Wai Po Tang sein, womöglich unsichtbar für mich. Es hat kein Training in Fatsan stattgefunden!" Alle am Tisch haben sich über diese Story amüsiert und darüber gewundert, was alles in der europäischen Welt des WT-WC-VT-VC an Träumen gesponnen wird.

Alle baten auch künftig um eingehende Information, was in der Wing Chun-Szene so an Atemberaubendem erzählt werden.

Die mit nach Hong Kong gereisten Schulleiter der ELYWCIMAA aus Italien, Kroatien und Deutschland haben die Anwesenden auch darüber befragt, wie denn das nun sei mit Mr. Leung Ting, der "closed door student" von Yip Man gewesen sein will. Und alle Anwesenden waren über diese Frage sehr verwundert: "Ist das denn in Europa nicht bekannt? Wir, die Söhne unseres Vaters und Großmeisters Yip Man müssten es wissen. Die Antwort ist: Nein! Mr. Leung Ting hat nie persönlich von unserem Vater Unterricht erhalten!"

Aber wie erklärt sich dann das Zustandekommen von Fotos, die das Gegenteil zu beweisen scheinen? Darüber mehr im nächsten INSIDER.



# Die Royal Hong Kong Police erhält Wing Chun Unterricht von Meister Lok Yiu

**ELYWCIMAA**

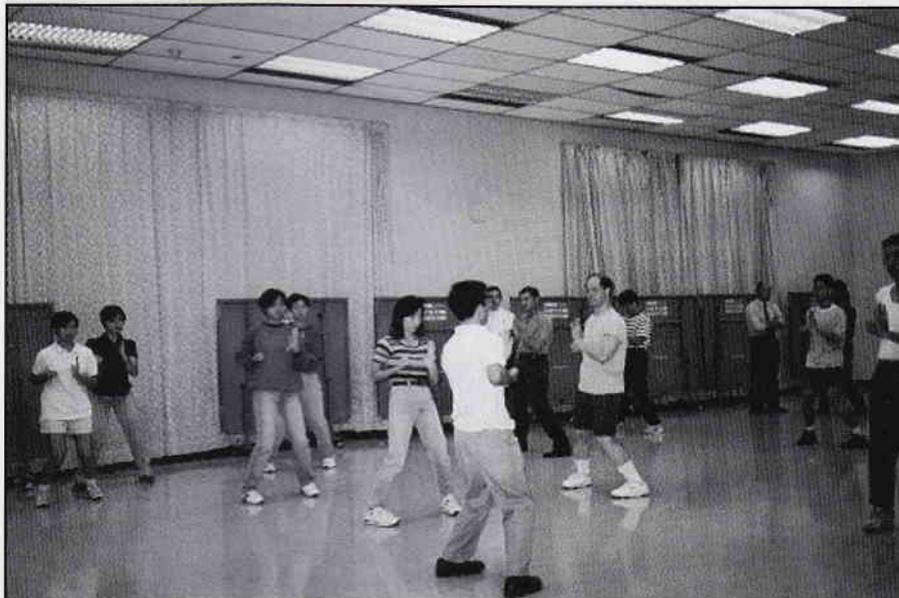
Seit zwei Monaten werden Polizei-offiziere, verdeckte Ermittler, Polizistinnen und Rauschgiftfahnder (um nur einige Sparten zu nennen) von Meister Lok Yiu in Wing Chun unterrichtet wobei er von seinen Söhnen und Benny Chung sowie einem Schüler Si-Hing Sangs tatkräftig unterstützt wird. Der Unterricht findet in Gruppen zu 50 Personen statt. Von Tag zu Tag werden es mehr, weil sich immer neue Interessenten anmelden.

Meister Lok Yiu auf die Frage, warum er in seinem Alter noch die Mühe des Unterrichts auf sich nimmt: "Die Wahrheit soll auch in Hong Kong ans Tageslicht kommen! Mein To-Dai Wei Lam (so wird Wilhelm Blech von Lok Yiu genannt) arbeitet in Europa hart daran und ich will ihn unterstützen, wo ich nur kann; obendrein ist das nur ein kleiner Beitrag, den ich damit leiste".

Wie ist es dazu gekommen?

Lok Yiu: "Eines Tages erhielt ich einen Anruf von der Royal Hong Kong Police in der Person eines Mr. Choy Kin-Cheung, ob von meiner Seite aus dafür Interesse bestünde (es hatten sich auch andere Wing Chun-Lehrer dazu gemeldet). Ich sagte zu.

Nach einem strengen Auswahlverfahren, das sich über Monate hingezogen hat, erhielt ich die Zusage. Es zeigt sich eben immer, daß die Wahrheit auf Dauer doch stärker ist als die



Lüge".

Was unterrichten Sie?

"Um einen gewissen Standard zu erreichen, werden wir die ersten sechs Monate die Basisarbeit unterrichten, wie ich sie von meinem Si-Fu Yip Man erlernt habe. Daran schließt ein von mir speziell zusammengestelltes Programm an, um eine rasche Verteidigungsfähigkeit herzustellen".

Wäre dieses Programm auch bei der europäischen Polizei verwendbar?

"Natürlich! Die Prinzipien des Wing

Chun sind auf der ganzen Welt anwendbar! Mein To-Dai Wei-Lam ist während seines Aufenthaltes von Oktober bis November 1996 mein persönlicher Assistent. So kann er nach Europa viele wichtige Erkenntnisse mitnehmen. Auch wird ihn die Royal Hong Kong Police unterstützen, wenn Anfragen von europäischen Polizeibehörden kommen sollten".

Mr. Choi Kin-Cheung, wie ist es zur Entscheidung für Meister Lok Yiu gekommen?

"Jeder in Hong Kong kennt Wing Chun und weiß, daß Meister Lok Yiu die unumstrittene Kapazität dieses Kampfstile ist. Sie wissen das ja auch, was soll ich also mehr darüber sagen? Die Entscheidung ist uns leicht gefallen".

Wer hat sich noch für diese Aufgabe beworben?

"Es waren einige. Auch einer, der in Deutschland sehr stark vertreten ist, hat sich beworben. Er hat mir in einem Telefongespräch persönlich mitgeteilt, daß auch deutsche Polizeischulen Wing Tsun unterrichten. Ich fragte ihn nach Referenzen, die dieser Herr aber nicht vorlegen konnte. Er hat aber angeboten, jeden Unterricht persönlich abzuhalten und das auch noch ohne Honorar! Was soll man von einem solchen Angebot halten? Die Royal Hong Kong Police kann sich so etwas nicht leisten!

Besagter Bewerber war Mr. Leung Ting! Unsere Entscheidung, diese Aufgabe Meister Lok Yiu zu übertragen, der unser Vertrauen besitzt, war also richtig. Hier geht es nicht um Promotion und Geld, sondern um das Leben unserer Beamten; da können wir uns keine Fehler leisten!"

Das Interview mit Lok Yiu und Choy Kin-Cheung führte Benny Chung,



# Deutsche, kroatische und italienische Schulleiter trainieren bei Meister Lok Yiu

ELYWCIMAA

Beim diesjährigen Trainingsaufenthalt jener zehn Schüler Si-Fu Wilhelm Blechs, die aus den verschiedensten europäischen Ländern nach Hongkong angereist waren, standen wie immer zahlreiche Besichtigungen Hong Kongs auf dem Programm.

Beim Antrittssessen der Europäer waren auch diesmal wieder Yip Chun, Yip Ching und Moy Yat, ein Gast aus den USA, zugegen. Tsui Sheung Tin ließ sich entschuldigen, weil ihn eine Augenentzündung plagte.

Beim Essen freuten sich über die wachsende Zahl der europäischen Wing Chun Enthusiasten, die nach Hong Kong an die "Wiege der Wahrheit des Wing Chun" gereist waren, um direkt und aus erster Hand die originale und authentische Unterrichtsmethode Yip Mans zu studieren. Die sollten sie dann in Europa unter dem Dachverband der ELYWCIMAA weiter verbreiten.

Auf dem Trainingsprogramm standen wie immer die unerläßlichen Basisübungen des Wing Chun. Dann folgten Programme für die fortgeschrittenen Schüler. Andere Schüler übten unter Anleitung von Si-Ba Kwong Chi Sau und Go Sau. Meister Lok Yiu war zugegen und korrigierte die Europäer tatkräftig und mit Hingabe. Auch er leg-

te im Chi Sau selbst Hand an und erläuterte den staunenden Schülern höchst aufschlußreiche Dinge. So hatte beispielsweise Kruno Bagadur aus Zagreb ebenda von Leung Ting Unterricht erhalten und zu dem, was er hier vor Ort sah, existierten himmelhohe Unterschiede.

Er erzählte auch, wie es dazu gekommen ist: "Damals, als sich Leung Ting und Keith Kernspecht getrennt hatten, wollte ersterer ein neues europäisches Hauptquartier in Zagreb er-

richten und er unterrichtete mich persönlich bis zum Ende der Holzpuppenform. Damals hatte in Europa noch niemand dieses Programm absolviert. Selbst Keith Kernspecht war nach Aussage Leung Tings weit weg davon. Er hätte damals erst Siu Lim Tau, Chi Dan Sau, Poon Sau und den ersten Satz des Chi Sau erlernt".

Was soll man dazu sagen?

Zurück zum Training: Lok Yius Söhne führten Lap Sau, Chi Sau und



Gruppenfoto

Go Sau im Zusammenhang und mit faszinierender Präzision vor. An jedem Punkt ihrer Bewegungen war die völlige Kontrolle und die Schnelligkeit ohne ersichtliche Anstrengung zu spüren.

Anderntags demonstrierte Kwong die Technik des Langstocks. Da war Power in der Stockspitze und man hörte förmlich das Zischen der Luft!

Und dann der Höhepunkt: Meister Lok Yiu demonstrierte mit seinem Sohn Sang Chi Sau, daß allen Anwesenden der Mund offen stand. "Welches Gefühl muß es sein, auf diesem höchsten Niveau im Wing Chun angelangt zu sein!" so der Ausruf eines Schülers.

Andere Kommentare: "Ich habe alle Wing Chun Lehrer aus den USA, Europa und Hong Kong Wing Chun-Se-



Meister Lok Yiu mit To-Dai Weillam

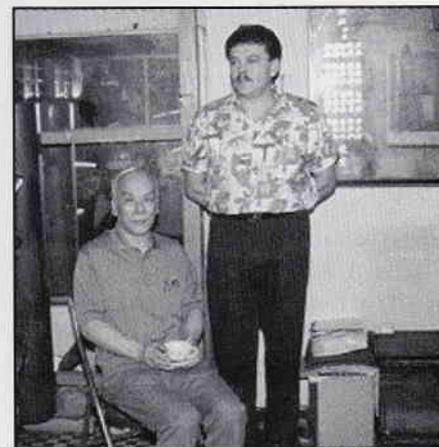
minare abhalten gesehen – jetzt habe ich es verstanden! Alle kopieren Wing Chun, aber hier ist das Original!"

"Ich habe in sechs Tagen über von Wing Chun gelernt als in den vielen vergeudeten Jahren vorher!"

Alles in allem waren die Schüler vom Training und der Familie, die in Hong Kong großgeschrieben wird, begeistert. Einige haben sofort für nächstes Jahr in Hong Kong bei Meister Lok Yiu und seinen Söhnen gebucht!



Beim 78. Geburtstags Meister Lok Yius.



# Training mit der Royal Hong Kong Police

ELYWCIMAA

Am Donnerstag, den 24. Oktober 1996 war es soweit: Die deutschen, kroatischen und italienischen Schulleiter gingen zusammen mit Si-Fu Wilhelm Blech und der Familie Lok ins Hauptquartier der Royal Hong Kong Police, um dort authentisches Wing Chun zu unterrichten.

Schon der Einlaß ins Gebäude war wegen der strengen Sicherheitskontrollen schwierig. Doch uns gab das ein Gefühl der Sicherheit. Im Sportzentrum zuerst einmal der Sicherheit zuliebe – eine Einweisung in die hiesigen Gepflogenheiten. Und dann kamen auch schon die ersten Schüler!

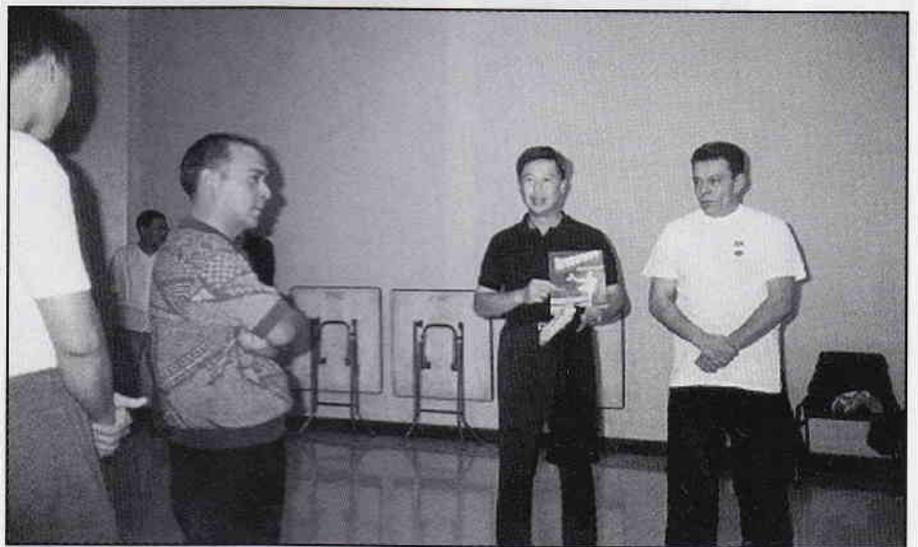
Umziehen und los ging es!

Zu unserer Verwunderung trugen einige Chinesen Sportkleidung, andere Straßenanzug mit Handy am Gürtel. Was sollte das denn? Die Erklärung war einfach: Sie waren im Dienst. Es waren Kriminalpolizisten und verdeckte Ermittler dabei.

Mr. Choy Kin-Cheung erklärte uns einige Dinge, die aber nicht für die Öffentlichkeit bestimmt waren. Nach Ansprachen von ihm und Si-Fu Blech wurden Geschenke ausgetauscht.

Das Training war nicht anders als in der Schule Lok Yius auch – eben authentisches Wing Chun. Andrea Tavernelli zeigte die Sil Lim Tau vor und Si-Fu Blech demonstrierte mit seinen Si-Hings Kwong und Sang Chi Sau und Go Sau. Es gab großes Staunen über die Fertigkeiten der Gwai-Los.

In freundschaftlicher und gelassener Atmosphäre widmeten sich alle Anwesenden im Training ganz und gar



DER INSIDER für die Royal Hong Kong Police



Andrea Tavernelli zeigt die Siu Lim Tau.

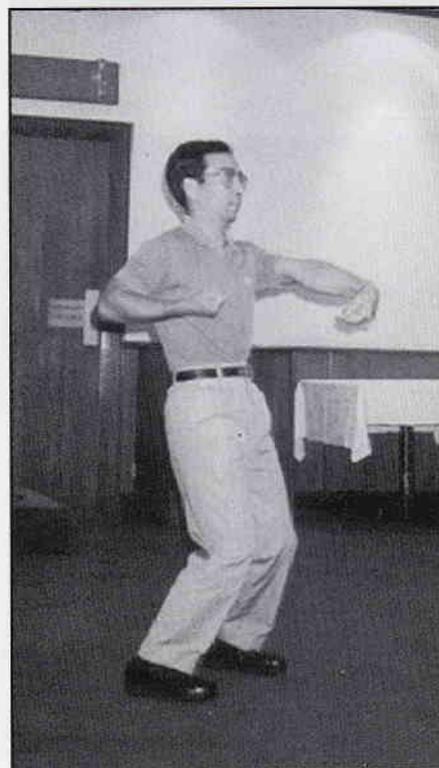
dem Erlernen des traditionellen und authentischen Wing Chun nach der Lehre Yip Mans, dem einzigen Großmeister der Wing Chun Familie.



Si-Fu Wilhelm Blech und Choy Kin-Cheung



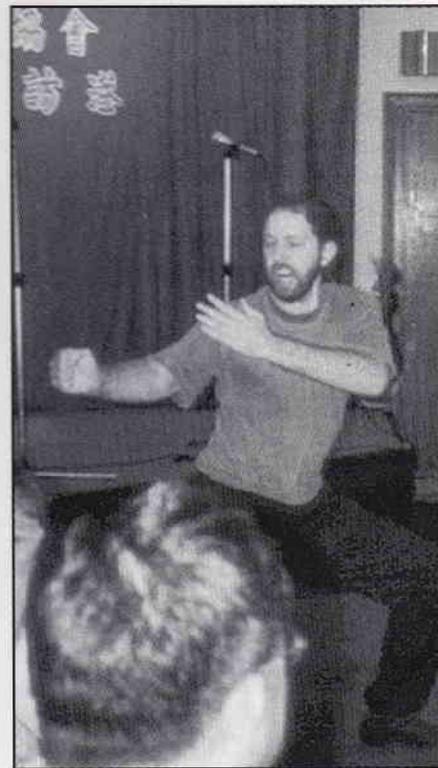
Beim Training in der Halle der Royal Hong Kong Police



Sang bei der Biu Jee



Wing Chun-Stil



Hung Kuen-Stil

# Royal Hong Kong Police organisiert großes Festival der Kampfkünste

Dieser Abend sollte ein großer Abend der Kampfkünste in Hong Kong werden: Erstmals veranstaltete die Royal Hong Kong Police ein derartiges Festival. Eingeladen waren fünf Nationen, die verschiedenen Stilrichtungen ihrer Kampfkünste vorzuführen. Es waren Teilnehmer aus England, Neuseeland, Taiwan, China und Deutschland angereist.

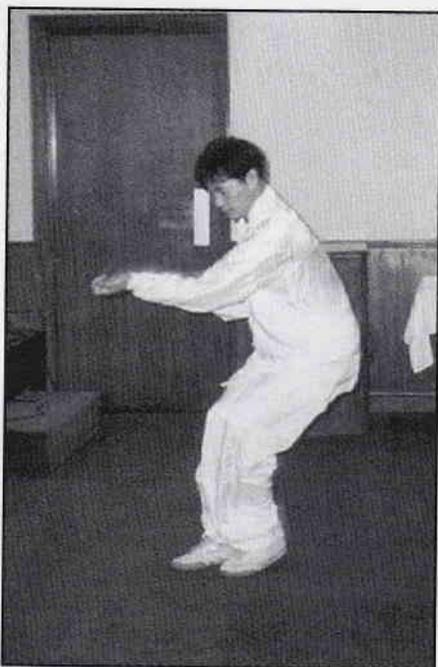
Gezeigt wurden verschiedenste Stile, darunter Tai Chi, Hung Kuen, Chy Le Fat, Pak Mee, Lo Han, Lau Gar Kuen, Adlerklauen-Stil, Chi Gong und Pa-Kwa sowie Wing Chun. Und sogar

bei letzterem waren alleine vier verschiedene Stilrichtungen zu sehen, die nichts mehr mit Yip Mans Wing Chun zu tun hatten.

Die Familienmitglieder Meister Lok Yiu waren als Ehrengäste geladen und zu diesen zählte auch Si-Fu Wilhelm Blech.

In der Eröffnungsrede des Präsidenten der Royal Hong Kong Police wurde Meister Lok Yiu als lebende Legende des Wing Chun und als ältester noch lebender Schüler des einzigen Großmeisters im Wing Chun, Yip Man, vor-

Links: Die Ausschreibung



Lo Han-Stil



Si-Fu A-Cheng mit Wei-Lam neben Lok Yiu

gestellt. Alle Anwesenden erhoben und verbeugten sich und applaudierten. Für alle Anwesenden und selbst für die anderen Gwai-Lo war Meister Lok Yiu die Kapazität des Wing Chun schlechthin.

Nach der Vorstellung aller vertretenen Meister und Stilrichtungen ging es auch sofort ans Eingemachte:

Alle Demonstrationen wurden hervorragend dargeboten. Die Reihenfolge war von den nördlichen zu den südlichen Stilen arrangiert.

Zwischendurch gab es ein opulentes Abendessen aus der kantonesischen Küche zu genießen.

Nach dem Essen wurden die südlichen Stile von Meister Lok Yius Sohn Sang vorgeführt, der die Biu Zie Form zeigte. Dann demonstrierte er mit seinem Schüler A-Hung das Chi Sau und Go Sau. Da hatten es die anderen Wing Chun Stile nach ihm schwer, die präzisen und faszinierenden Bewegungen Sangs zu überbieten.

Ein Gwai-Lo aus Neuseeland kam an unseren Tisch und entschuldigte sich für die Vermessenheit, daß er geglaubt hätte, in China Wing Chun gelernt zu

haben. Als er fragte, ob er Unterricht erhalten könne, waren alle erstaunt. Und Meister Lok Yiu antwortete ihm: "Jau – ja, bei meinem einzigen weißen Schüler Weilam!"

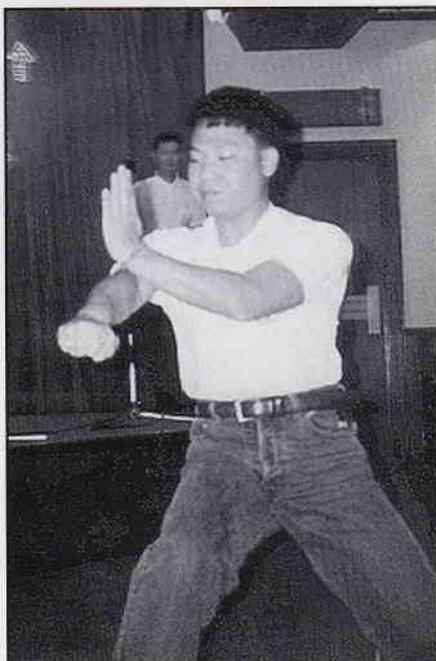
Dem Neuseeländer klappte der Unterkiefer herunter und er war sichtlich geschockt! Erst als ihn Benny Chung

über das Verhältnis Lok Yius zu Weilam (Si-Fu Blech) aufklärte, verstand er: Keine Chance! Für niemand!

Nach dem Ende des Festivals wurden der freundschaftlichen Verbundenheit wegen noch einige Gruppenfotos gemacht und Meister Lok war an diesem Abend ein begehrtes Motiv!



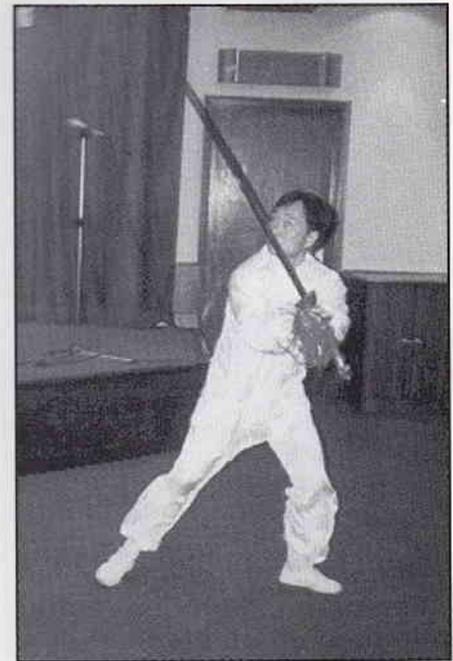
Ansprachen



Choy Le Fat-Stil



Pak Mee-Stil



Lo Han Schwert

Alles in allem ein gelungener Abend für die ELYWCIMAA. Im nächsten Jahr werden wir mit einer starken Gruppe von Lehrern dabei sein!

Im Namen aller Beteiligten der ELYWCIMAA bedanken wir uns bei der R.H.K.P. für diesen gelungenen Abend!

## Benny Chung

### Der Sekretär der LYWCIMAA Hong Kong

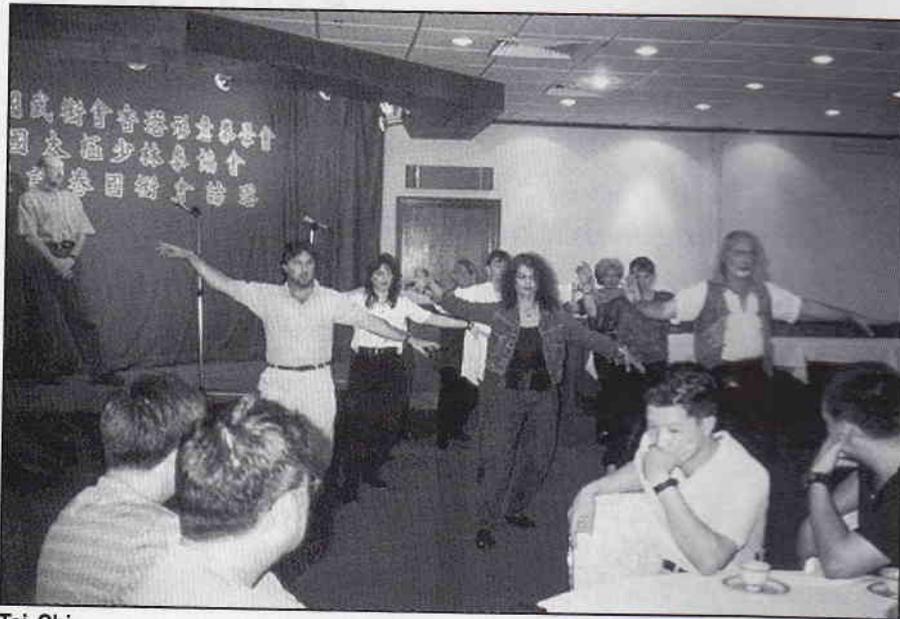
Es ist nicht leicht, über Benny Chung etwas zu Papier zu bringen. Immerhin sei hier der Versuch unternommen:

Er wurde 1952 in Hong Kong geboren und absolvierte nach Schulabschluß eine Sekretärschule, deren Niveau bei uns der mittleren Reife entspricht.

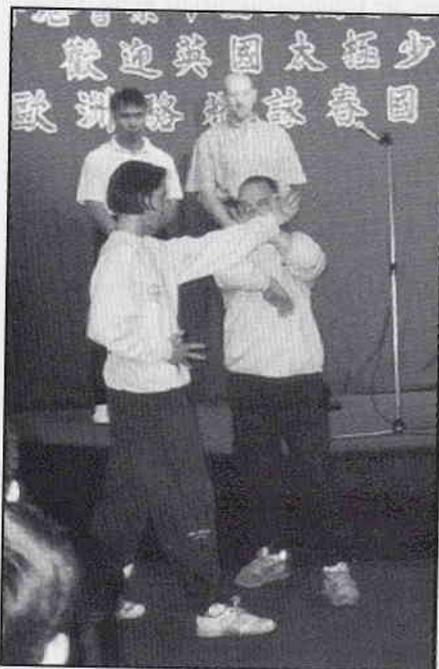
Später war er Vorarbeiter in einer Jeansfabrik, Betriebsleiter und später Arbeitervertreter.

1972 kam er durch einen Freund zu Wing Chun und Meister Lok Yiu. Bei ihm lernte er auch Kwong und Sang kennen und die drei schlossen Freundschaft, die bis zum heutigen Tag hält. Sie trainierten zusammen, gingen zusammen aus und erlebten so manche Jugendsünde zusammen.

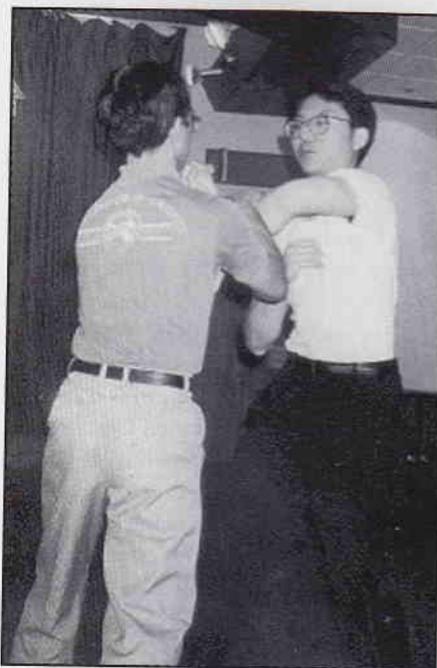
Benny Chung ist heute verheiratet



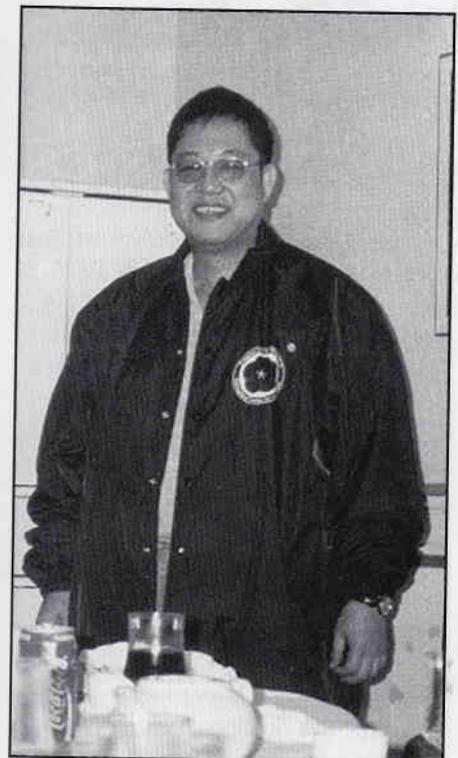
Tai Chi



Selbstverteidigung



Chi Sau mit Sang und A-Hung



und betreibt mit Sang Lok ein kleines, aber gutgehendes Taxiunternehmen in Hong Kong.

Als Sekretär der LYWCIMAA erledigt er alle anfallenden Tätigkeiten für die Organisation. Die Arbeitssitzungen der VTAA mit der ELY bereitet er mit akribischer Perfektion vor.

Wann immer er gebraucht wird – Benny ist zur Stelle und scheut keine Mühe, alles perfekt zu erledigen. Er beherrscht den Kantondialekt wie das Mandarin perfekt in Wort und Schrift.

Er hat Si-Fu Blech die Einzigartigkeit der chinesischen Denkweise gelehrt und nur so läßt sich Wing Chun völlig begreifen – es reicht nicht, Bong, Tan und Pak Sau zu kopieren: Man muß es begreifen!

An dieser Stelle möchte Si-Fu Blech im Namen der ELYWCIMAA dem Benny Chung ein großes Lob aussprechen: Herzlichen Dank, Si-Hing Benny für all Deine Mühe mit den Gwai-Los!

詠  
春  
傳  
正  
統

Wing

Chun

Cheun

Cheng

Tong

Erbe des richtigen reellen Weges

# Fong Song aus Hong Kong zurück

Thomas Spieske

## Die Vorgeschichte

Mein Werdegang im Bereich des Kampfsports zieht sich jetzt schon über sieben Jahre hin. Fünf Jahre lang habe ich recht intensiv den Shotokan-Stil betrieben. Auf drei- bis viermaliges Training pro Woche folgten des öfteren noch Wochenendlehrgänge. Die Anreise ging dabei oft über mehrere hundert Kilometer.

Irgendwann fing ich an, mir meine Gedanken über die Praktikabilität des Stils zu machen. Das Studium der allgemein bekannten Trivialliteratur am Kampfsportsektor führte mich nach eineinhalbjährigem Karatetraining an eine WT-Schule. Hier begeisterte mich anfangs einfach alles, weil nur von Selbstverteidigung die Rede war. Genau das also, was ich suchte!

Nun trainierte ich ein Vierteljahr lang Karate und WT nebeneinander, konnte mich aber trotz allem von Karate nicht völlig lösen. Rational kann ich das nicht begründen. Warum ich dann WT doch lieber sein ließ, daran waren die Aussagen meines Lehrers schuld. Er hatte für meinen Geschmack ganz spezielle und ungewöhnliche Ansichten, die Grund genug waren, um "auf Wiedersehen" zu sagen.

Ich widmete mich wieder mit vollem Herzen dem Karate, aber der Selbstverteidigungsgedanke ließ mir keine Ruhe.

Verschiedene Quellenstudien, auch

ausländische Texte, führten mich zu dem Schluß, daß die Art von Karate, die ich lernte, wenig mit jenem Karate zu tun hatte, das auf Okinawa entwickelt worden war.

Ich sah für mich aber keine Möglichkeit, diese alte Kunst zu erlernen. Das lenkte meine Aufmerksamkeit auf verschiedene Stile. Einige sah ich mir nur an, andere versuchte ich zu erlernen.

Auf diese Weise kam ich auch zum ESDO. Hier hielt ich schon nach etwa der Hälfte eines Ausbildungslehrganges die Übungsleiterlizenz in der Hand!

Als ich aber außerhalb der Trainingszeiten mit einem Freund "härter" trainierte, mußte ich erkennen, daß die Techniken nicht funktionierten. Sie waren – jede für sich gesehen – auch keine Neuentwicklungen. Das und das Ausbildungsniveau in diesem Verband bewogen mich dazu, auch hier meinen Hut zu nehmen und die hier verbrachte Zeit in der Schublade "Erfahrungen" abzulegen.

Mein nächster Weg führte mich zur Neueröffnung einer Ving Tsun-Schule, die nach Wong Shun Leung unterrichtete. Hier trainierte ich über einhalb Jahre lang intensiv. Die Schülerzahl war nie sehr groß und das ermöglichte mir einen gewissen Freiraum für Privattraining. Doch auch diese Periode ging zu Ende: Auch in dieser Schule hatte der Darwinismus seine Existenzberechtigung – Survival of the

Fittest. Gegen meinen Trainer hatte ich nie eine Chance, weil er größer und stärker war als ich. Desgleichen sind auch kleinere Trainingspartner nie an mich herangekommen.

Damit waren die ersten sieben Jahre Kampfsportenerfahrung gesammelt. Was folgte war tiefe Niedergeschlagenheit. Sollte wirklich immer nur der Stärkere gewinnen? Oder derjenige, der mehr Schläge einstecken kann? Wenn man das bejaht, kann man sich jedes Training sparen!

### Wing Chun läßt mich nicht los!

Die Geschichten, die ich über Wing Chun gelesen hatte, haben mich nicht losgelassen. Sollte ich das nicht doch nochmals angehen und Zeit, Geld und Schweiß in einen Traum investieren? Es mußte doch noch etwas anderes geben, das ich nicht kannte! Da blieb nur noch eines: Kontakt aufnehmen mit Wilhelm Blech und sehen, ob auch er wie so viele andere nur meine Geldscheine zählen will. Telefonisch vereinbarten wir einen Termin und ich fuhr die 400 Kilometer zu meinem heutigen Si-Gung, um mich persönlich vorzustellen.

Das erste Treffen verlief anders als ich es bisher in der Kampfsportszene gewohnt war: Man ging ins Café und unterhielt sich über Wing Chun – mehr nicht. Doch ehe ich wieder nach Hause fuhr, bekam ich eine kleine Demonstration am eigenen Leib zu spüren. Das war anders, als ich es bis dahin gesehen oder gespürt hatte. Doch all die Power, die ich fühlte, warf in mir die Frage auf: Wenn dieser Mann tatsächlich besseres Wing Chun hat, will er es auch lehren?

Bei meinem zweiten Besuch in Ottweiler wurde mir genau diese Frage beantwortet. Zwei seiner Schüler trainierten mich und mit mir. Auch sie besaßen Fertigkeiten, die ich zuvor noch nie gesehen hatte.

Darauf folgte ein erster Besuch bei meinem Si-Fu Rolf Wichter. Auch bei ihm sah ich eine ganz spezielle Biomechanik.

Nach langem Überlegen und vielen Zweifeln entschied ich mich für eine Ausbildung nach ELYWCIMAA-Standard und buchte eine Trainingswoche bei Familie Lok zusammen mit meinem Si-Gung und anderen Mitgliedern der ELYWCIMAA.

### Hong Kong

Dreizehn Stunden Flug ab London sind ein schwerer Schicksalsschlag – pure Qual. Sie wecken in mir Zweifel über die Richtigkeit dieses Schrittes. Sie machen mich aber auch begierig, endlich alle Wing Chun-Größen zu sehen.

Am zweiten Tag löst sich dann die Anspannung: Das Begrüßungessen mit Familie Lok, die sehr freundlich wirkt und uns Europäer willkommen heißt. Weitere bekannte Gäste waren Yip Chun, Yip Ching und Moy Yat.

Eine Zeit lang verlief das Essen harmonisch, bis die Diskussion zwischen Moy Yat und Lok Yiu (auf chinesisches) lauter und nachdrücklicher wurde. Plötzlich wurde Andreas, ein Schüler Wilhelm Blechs, aufgefordert, seine Siu Lim Tau vorzuführen. Danach wurde Moy Yats angereicherter amerikanischer Schüler ebenfalls dazu aufgefordert. Er hat wohl nicht die beste Siu Lim Tau seines Lebens gezeigt – sie barg Fehler, die nur auf Moy Yats Lehrweise zurückzuführen waren. Nachdem Lok Yiu genau das Moy Yat unterbreitet hatte, verließ der das Restaurant, lud aber alle Anwesenden zu einem weiteren Abendessen ein.

Lok Yiu besitzt trotz seines Alters und seiner Herzoperation eine unglaubliche Lebenskraft und Dynamik. Das wurde sichtbar, als er während der Diskussion aufstand und seine Worte mit Demonstration der Techniken unterstrich. Keiner seiner anwesenden Kung Fu-Brüder setzte ihm auch nur ein Wort entgegen.

Dasselbe Bild bot sich mir während des Abendessens, das auf Einladung Moy Yats stattfand. Hier waren u.a. die Familie Lok, Moy Yat, Yip Ching, Yip Chun, Tsui Seung Tin, Wong Shun Leung und Siu Yuk Men anwesend. Und auch während des gesamten Trainings bei Lok Yiu änderte sich dieser Eindruck nicht.

Noch ehe ich das erste Training beendet hatte, war mir bereits klar, daß im Wing Chun nur ein einziger wirklich das Sagen hatte: Lok Yiu! Das folgende Training festigte diese Meinung noch nachhaltig.

Es hat keinen Zweck, das in den Übungsstunden Gesehene zu beschreiben – es ist unmöglich. Ich kann aber sagen, daß Lok Yius Wing Chun den höchsten Level hat und seine To-Dais das unterrichtet bekommen. Ein Besuch in Hong Kong lohnt sich allemal. Wir wurden hauptsächlich von Lok Yius Söhnen trainiert. Er selbst unterstützte seine Söhne immer, wenn er das für nötig hielt, und legte auch selbst an uns Europäern Hand an.

Wir trainierten auch gemeinsam mit der Wing Chun-Klasse der Hongkong Police, die von Lok Yiu und seine Söhne unterrichtet wurden.

### Die Quintessenz

Diese "Pilgerfahrt" nach Hong Kong zeigte mir, daß innerhalb der ELYWCIMAA Wing Chun mit höchstem Standard gelehrt wird. Ich weiß nun, was in der ganzen "Wing-ChTsun Szene" abläuft und es lohnt sich nicht, auch nur einen einzigen Gedanken daran zu verschwenden. Das befreit Geist und Körper, um gut üben zu können. Deshalb kam ich Fong Song aus Hong Kong zurück.

### Fragen

Ich führe in der Folge noch die interessantesten Fragen auf, die in Hong Kong gestellt wurden:

**1. Hat Yip Man das Wing Chun, das er in Fatsan lehrte, in Hong Kong verändert?**

**Yip Chun:** Diese Frage ist nicht genau zu beantworten. Yip Man hat in Fatsan nur etwa zehn Jahre lang gelehrt. Vielleicht hat er aus Zeitgründen nicht das gesamte System unterrichten können. In Hong Kong hat er jedenfalls nur einen einzigen Weg und den komplett gelehrt.

**2. War Leung Ting "closed door student" von Yip Man?**

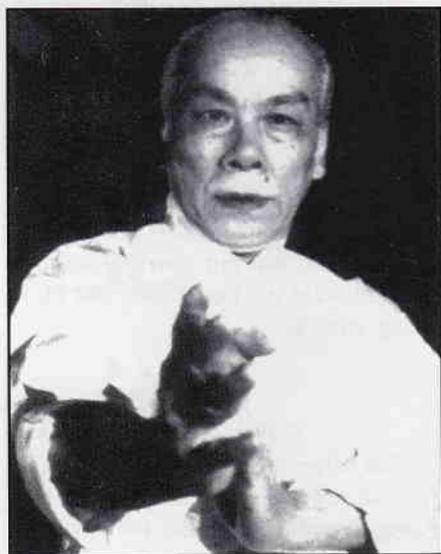
**Yip Chun, Yip Ching und Moy Yat:** Leung Ting hat von Yip Man niemals Unterricht erhalten!

**3. Warum hat Lok Yiu Wing Chun erlernt?**

**Lok Yiu:** Ich hatte keine andere Wahl. Als Yip Man die Restaurantarbeitervereinigung unterrichten sollte, sah er sich viele Mitglieder in einem Probetraining an und suchte zwei davon heraus: Leung Sheung und Lok Yiu. Diese beiden mußten Wing Chun lernen.

Fürth, am 10. November 1996

Thomas Spieske absolviert gegenwärtig im Martial Art Zentrum München eine Ausbildung zum Assistenzlehrer.



# Ernährung nach den Fünf Elementen

Astrid Hanke

Die traditionelle chinesische Medizin (TCM) zeigt mit der Ernährung nach den Fünf Elementen eine Möglichkeit, die Nahrung auch hier im Westen heilsam und zugleich nährend für Körper, Seele und Geist einzusetzen.

Im Sinne des ganzheitlichen Menschenbildes werden die Grundpfeiler der TCM gebildet von der Akupunktur, der chinesischen Kräuterkunde, Bewegungsübungen und der Ernährungslehre.

Aus chinesischer Sicht bedeutet Gesundheit das harmonische Zusammenspiel der Organe durch ein ausgewogenes Angebot von Energie und Substanz. Die Balance zwischen Yin-Wurzel „Substanz“ und Yang-Wurzel „Energie“ ist ausschlaggebend für Gesundheit, Aktivität, Ausgewogenheit und Wohlbefinden des Menschen. Krankheit entsteht erst dann, wenn Yin und Yang im Ungleichgewicht sind. Yin, das weibliche, passive Prinzip, umfaßt alles Dunkle, Kalte, Feste und Flüssige, die Nacht und den Winter. Die Yin-Wurzel des Menschen bedeutet alles Sichtbare, woraus der Organismus besteht, also Blut, Säfte und Substanz des Körpers. Yang ist der Gegenpol, in der Qualität aktiv und männlich. Es umfaßt alles Helle, Warme, Energetische, den Tag und die Sonne. Die Yang-

Wurzel des Organismus ist alles Unsichtbare am Menschen, was Leben ausmacht: Qi und Wärme, die Energie, die alle Funktionen aufrecht erhält.

Zeichen einer starken Yin-Wurzel zum Beispiel wären demnach kräftige Knochen und Zähne, glänzende Augen und Haare, rosige Wangen und Lippen.

Eine starke Yang-Wurzel zeigt sich durch Lebensfreude, Willenskraft, Mut, eine kräftige Stimme und starke Ausstrahlung. Von der Qualität der Wurzeln hängt es ab, ob der Mensch gesund, glücklich und ausgeglichen ist.

Natürlich spielen auch Einflüsse wie Umwelt und Konstitution, also vorgeburtliche Anlagen, für die Gesundheit eine wichtige Rolle. 30% des nachgeburtlichen Energiebedarfs bezieht der Mensch aus der Atemluft und 70% aus der Nahrung, die energetisch hochwertig sein sollte, um Yin- und Yang-Wurzel ausreichend zu ernähren. Kommt es durch energielose Nahrung zu einem Mangel oder Überschuß an Yin oder Yang, kommt es zu organischen Störungen und schließlich zu Krankheit. Die Yin-Wurzel zum Beispiel wird geschwächt durch intellektuelle Überanstrengung, Schlafmangel, austrocknende Nahrungs- und Genussmittel wie Kaffee, Schwarztee, Rotwein und Zigaretten (Blut- oder Yin-Mangel); erste körperliche Anzeichen sind

Blässe und Lichtempfindlichkeit der Augen.

Die Yang-Wurzel wird geschwächt durch energielose und abkühlende Nahrungsmittel wie Fabrikzucker, Milchprodukte, Südfrüchte, zuviel Rohkost und industriell verarbeitete Nahrungsmittel wie Tiefgefrorenes und Mikrowellenkost. Zunächst kommt es so zu einem Qi-Mangel, welcher mit Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, kalten Händen und Füßen einhergeht. Wird nicht therapiert beziehungsweise die Ernährung geändert, kommt es zu einem Yang-Mangel, das heißt zu innerer Kälte. Die Beschwerden verstärken sich, Erschöpfung und Kälteempfindlichkeit nehmen zu, Aktivität, Lebensfreude und sexuelle Bedürfnisse nehmen ab.

Nicht nur Mangel-, sondern auch Fülle-Syndrome sind pathologisch und erfordern oft eine Änderung der Ernährungs- und Lebensgewohnheiten; zum Beispiel entsteht eine Yang-Fülle durch stark erwärmende Nahrungsmittel wie Kaffee, Rotwein, Schweinefleisch, Wurst, gegrillte Fleischgerichte, scharfe Gewürze und hochprozen-

tigen Alkohol. Erste Symptome wären hier Hitzeempfindungen, rötliche Gesichtsfarbe, übermäßige Aktivität und Schlafstörungen.

Um ernährungsbedingten Gesundheitsstörungen vorzubeugen oder diese zu behandeln, ist die Ernährung nach den Fünf Elementen sehr geeignet und wirkt energetisch ausgleichend auf den gesamten Organismus.

Die Nahrungsmittel werden nach der traditionellen chinesischen Medizin eingeteilt in die Fünf Elemente Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser; ihnen wird jeweils eine Jahreszeit, ein klimatischer Einfluß, eine Farbe, ein Yin-Organ, ein Yang-Organ, eine Sinneswahrnehmung, ein Geschmack und eine Emotion zugeordnet (Tabelle). Weiterhin wird eingeteilt nach der thermischen Wirkung in heiße, warme, neutrale, erfrischende und kalte Nahrungsmittel. Die thermische Wirkung ist das bedeutendste Kriterium, um ein energetisches Ungleichgewicht zu harmonisieren.

Am wichtigsten ist es, mit der Nahrung die Mitte zu stärken. Die Organe der Mitte sind Milz und Magen; sie

sorgen dafür, Substanz und Energie aus der Nahrung zu extrahieren und in körpereigene Energie umzuwandeln. Ist die Milz energieschwach, kommt es zu Symptomen wie Müdigkeit und Konzentrationsschwäche.

In erster Linie sollte also dafür gesorgt werden, daß die Organe der Mitte ihre Aufgabe der Energiegewinnung erfüllen können; dies ist möglich mit neutraler, auch warmer Nahrung, besonders mit Vollwertgetreide, Karotten, Kürbis, Fenchel, Kohl, Bohnen, Hülsenfrüchten, Nüssen, Fisch und Rindfleisch beziehungsweise Huhn, vorzugsweise als Suppe zubereitet.

Um selbst die Nahrung nach den Richtlinien der Ernährung nach den Fünf Elementen zubereiten zu können, folgen in der Fortsetzung Abhandlungen über die einzelnen Wandlungsphasen (Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser), über die Zubereitungsmethoden und Übersichten über die Nahrungsmittel, die einem Element zugeordnet werden.

Einfache Rezepte, die mit der jeweiligen thermischen Wirkung angegeben werden, runden die Artikelreihe „Ernährung nach den Fünf Elementen“ ab.

## Zuordnung zu den Fünf Elementen

Fünf Elemente	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Jahreszeit:	Frühling	Sommer	Spätsommer	Herbst	Winter
Klima:	Wind	Hitze	Feuchtigkeit	Trockenheit	Kälte
Farbe:	grün	rot	gelb	weiß	schwarz
Yin-Organ:	Leber	Herz	Milz	Lunge	Nieren
Yang-Organ:	Gallenblase	Dünndarm	Magen	Dickdarm	Blase
Sinn:	Sehen	Sprechen	Schmecken	Riechen	Hören
Geschmack:	sauer	bitter	süß	scharf	salzig
Emotion und Geisteshaltung:	Zorn Großzügigkeit Toleranz	Freude Intelligenz Intuition	Vernunft Stabilität Grübeln	Traurigkeit Vertrauen Gerechtigkeit	Angst Mut Bescheidenheit

Astrid Hanke ist Heilpraktikerin und Gesundheitsberaterin

# Die vier Arten, Chi-Sau zu verbessern

Si-Fu Wilhelm Blech

## 1. Habe ein Gefühl der Geschmeidigkeit und Lockerheit

Um das richtige Gefühl der Geschmeidigkeit zu bekommen, müssen Sie einen richtigen Stand haben. Der Kopf sollte eher nach rückwärts als nach vorne geneigt sein, die Hüften nach innen gerichtet und die Rückenmuskeln maximal gedehnt. Der Rücken beschreibt dabei eine sanfte konvex gekrümmte Linie. Dieser Stand sieht so aus, als ob man auf dem Rand eines hohen Stuhls säße.

Die Bauchmuskeln sollten angespannt sein. Auch der Trizeps-Muskel muß angespannt sein, um die Krafterwirkung und den Schock des gegnerischen Angriffs zu absorbieren. Das ist

es, was "das Chi in den Tan Tien senken" bedeutet.

Man kann nicht mit dem Brustkorb atmen, sondern muß statt dessen Bauchatmung anwenden. Geschmeidig bedeutet nicht zu steif und nicht zu weich.

Machen Sie einmal ein einfaches Experiment: Nehmen Sie einen falschen Stand ein und versuchen Sie Chi-Sau! Sie werden ein Gefühl der Verkrampfung und viel mehr Löcher in Ihrer Verteidigung bemerken, als wenn Sie sich in einen richtigen Stand sinken lassen.

Um mit einer großen Krafterwirkung fertigzuwerden, verteidigen sie sich, indem Sie die Struktur Ihres Körpers (das Knochengestüt) einsetzen und nicht die Muskeln. Wenn Ihre

Struktur der Kraft des Gegners nicht länger standhalten kann, dann geben Sie nach! Beschreiben Sie in Ihren Bewegungen kleine und keine großen Kreise.

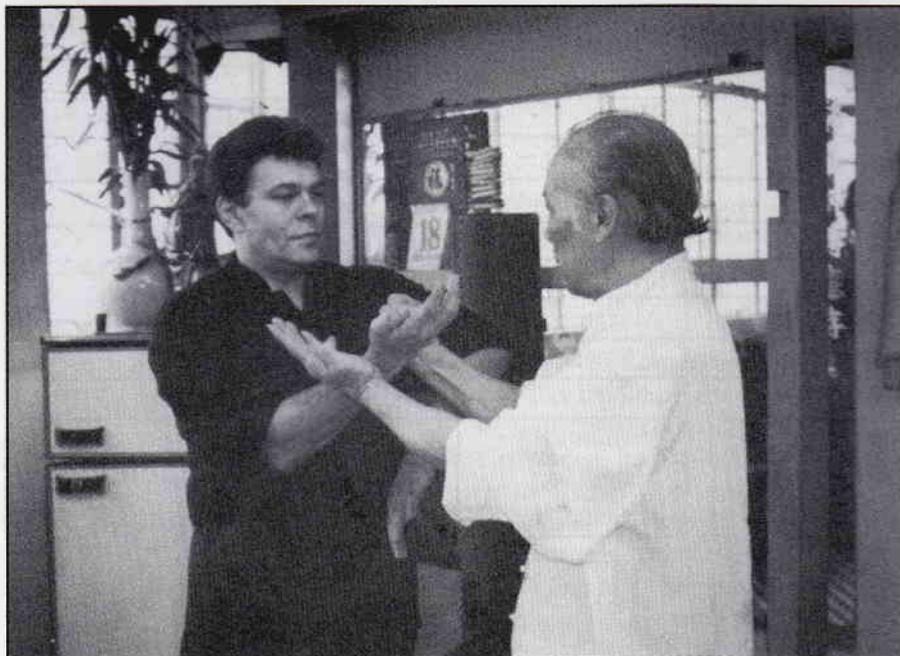
## 2. Sei folgerichtig!

Beim Chi-Sau sollte die Kraft zwischen Ihnen und dem Handgelenk Ihres Partners an allen Punkten des Durchlaufs die gleiche sein. Das nennt man "Folgerichtigkeit haben". Haben Sie nicht an einem Punkt eine starke Kraft und an einem anderen keine! Sobald Sie Folgerichtigkeit erzielen, wird es für Sie leichter sein, die Angriffsabsichten Ihres Gegners auszumachen, weil Sie einen Druckwechsel sofort im Handgelenk fühlen.

## 3. Funktion vor Äußerlichkeiten!

Die Kampfbewegungen eines Anfängers sind oft ein formloses Durcheinander. Der Anfänger lernt strukturierte Techniken wie Tan, Bong und Fook. Diese werden miteinander zu strukturierten Sätzen verbunden. Zu diesem Zeitpunkt sieht das Kämpfen sehr entschlossen, elegant und wie im Kino aus.

Wenn der Schüler Fortschritte macht, lernt er Stoßen und Ziehen. Schließlich werden alle Elemente verknüpft. Das Endergebnis sieht oft formlos aus, so wie bei einem absoluten Anfänger. Man ist oft enttäuscht, wenn man sieht, daß die vertraute Struktur verschwunden ist. Das Kämpfen ist



nicht mehr roboterhaft und es ist jetzt in seinem Ablauf nicht mehr vorhersehbar.

#### 4. Gebräuche Yin und Yang

In vielen Fällen sind die vermischten Kampfkationen von Wing Chun-Schülern schwerfällig und zäh oder zu schnell und zappelig und alle Bewegungen laufen durcheinander. Dem läßt sich abhelfen, indem man im Chi Sau viel langsamer übt. Jeder einzelne Schlag sollte schnell und knackig ausgeführt werden, die Verbindungsbewegungen zwischen den Schlägen aber langsamer.

Große Aufmerksamkeit gebührt dem Yin und Yang (weich und hart).

#### Kampf-Tips

1. Wenn der Kontakt verloren ist, warten und angreifen oder sofort angreifen.
2. Wenn Du getroffen wirst, schlag zurück. Das trägt dazu bei zu verhindern, daß Du Dich versteifst.
3. Versuche immer, eine schützende Hand vor dem Körper zu haben.
4. Wenn Du stößt, dann stoße immer aus einem Zustand vollkommener Entspannung heraus. Auf diese Weise hat der Stoß viel größere Kraft.
5. Habe immer einen Arm draußen, wenn der Gegner zwei draußen hat. Gebräuche einen Arm, um zwei zu kontrollieren.
6. Versuche immer, entspannt zu sein.
7. Gebräuche oft den Jam Sau, um den Gegner zusammenzudrücken und zu versteifen, dann schlage zu.
8. Versuche den Gegner zu verspannen. Dazu sind tiefe Fook Sau-Schläge eine geeignete Taktik. Ziehe ruckartig an einer trägen Kraft.



Alle Aktionen sollten sehr klar sein und dadurch mehr Kraft und Erfolg erzielen. Es ist eine falsche Ansicht, daß alle Aktionen schnell zu sein hätten – einige sind schnell und andere wieder langsam. Üben Sie die Verbindungsbewegungen leicht und nicht zu schnell. Machen Sie schnelle leichte

Angriffsbewegungen und langsame Kontrollbewegungen.

Stöße müssen langsam ausgeführt werden, sonst haben sie keine Wirkung auf das Gleichgewicht des Gegners. Ein sehr schneller Stoß bewirkt einen Schock und stört das Gleichgewicht nicht.





Es hat gute Gründe gehabt, warum wir bisher noch nie Techniken der ELYWCIMAA veröffentlicht haben. Einer davon ist, daß es unerhörte Schwierigkeiten bereitet, aus nüchternen Bildserien auf einen Bewegungsinhalt zu schließen. Das gilt ganz allgemein bei motorischen Aufgaben, ungleich mehr aber im Wing Chun! Diese Kampfkunst besitzt ja eine sonst nirgends übliche spezifische Bewegungsstruktur, deren Effizienz gerade in bestimmten Detailbewegungen liegt und all das ist in Bildern selbst mit erläuternden Texten nur sehr schwer darstellbar.

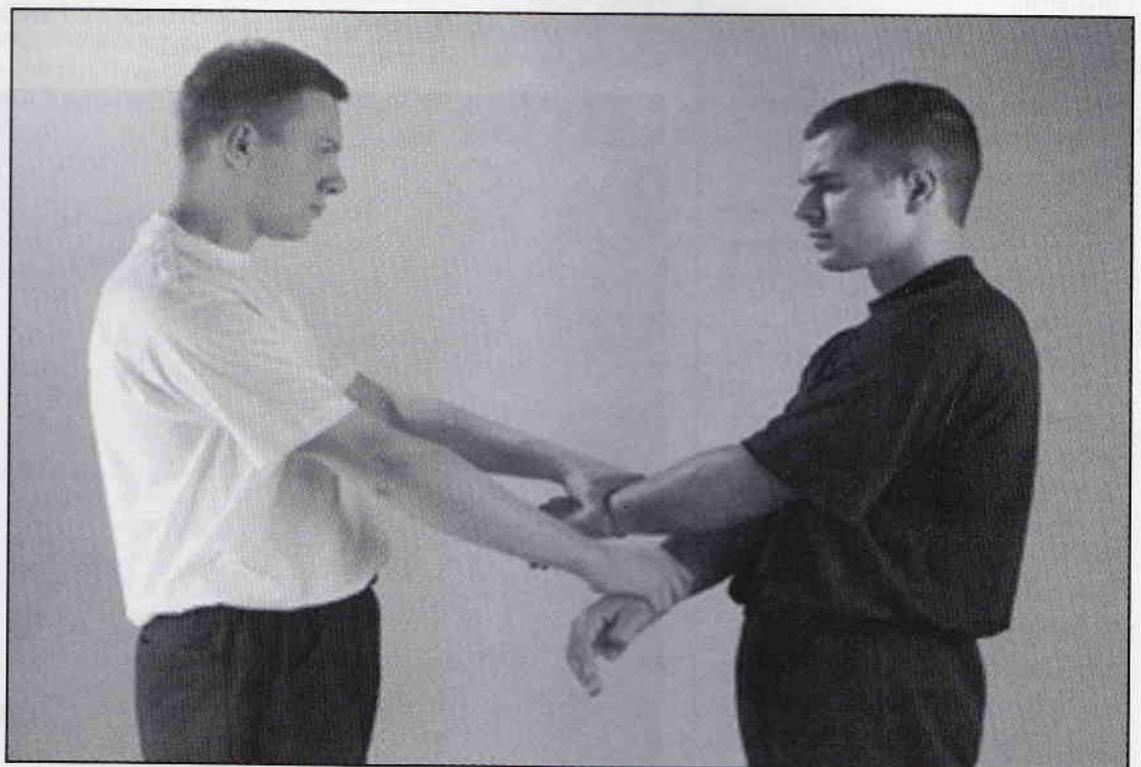
Immerhin: Wir versuchen es. Hier unsere erste Folge über Wing Chun-Technik.

Die Redaktion

# Armbefreiung

Si-Fu Rolf Wichter

Zu diesem Thema findet man immer wieder veröffentlichtes Bildmaterial mit unzähligen Bewegungen und entsprechend umfangreichen Beschreibungen. Es geht auch anders, obwohl es schon gar nicht so weit kommen sollte wie in Bild 1 gezeigt.

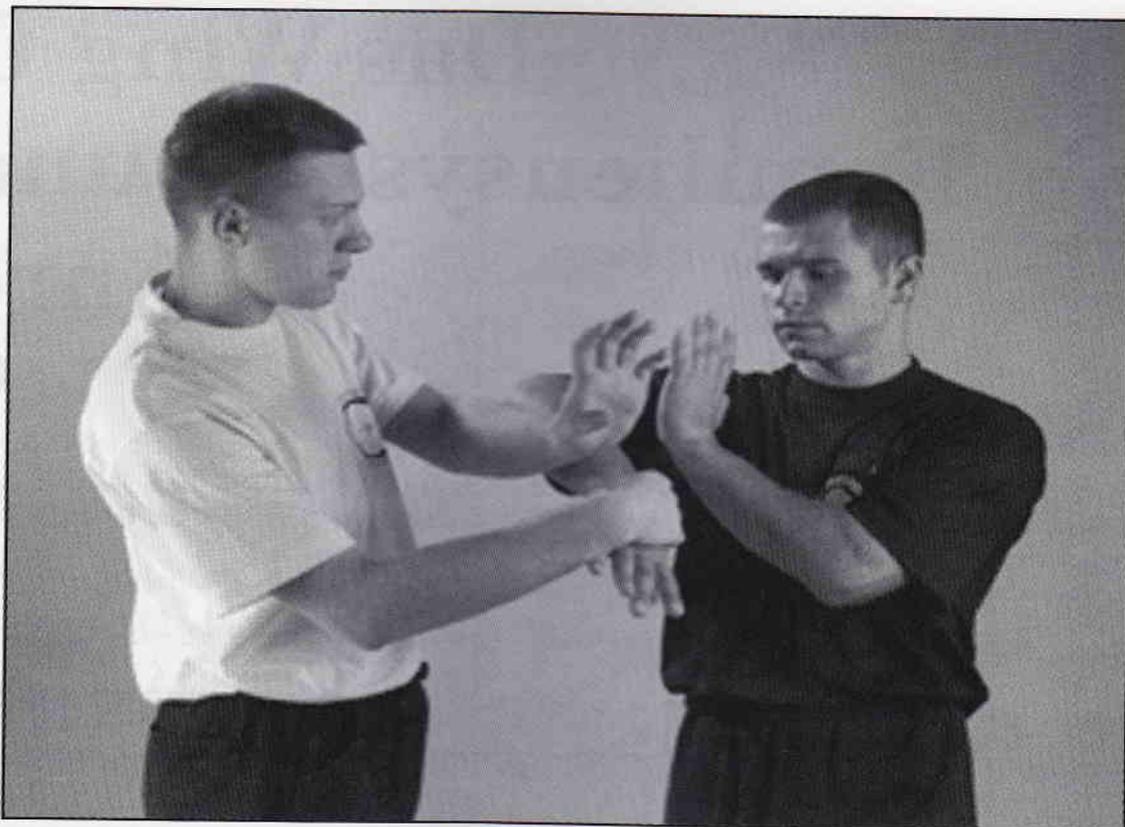


## Bild 1

Der Angreifer (weißes T-Shirt) hält den Verteidiger (schwarzes T-Shirt) an beiden Armen (gekreuzt) von vorne fest und verschafft sich eine gute Ausgangsposition für die weitere Auseinandersetzung.

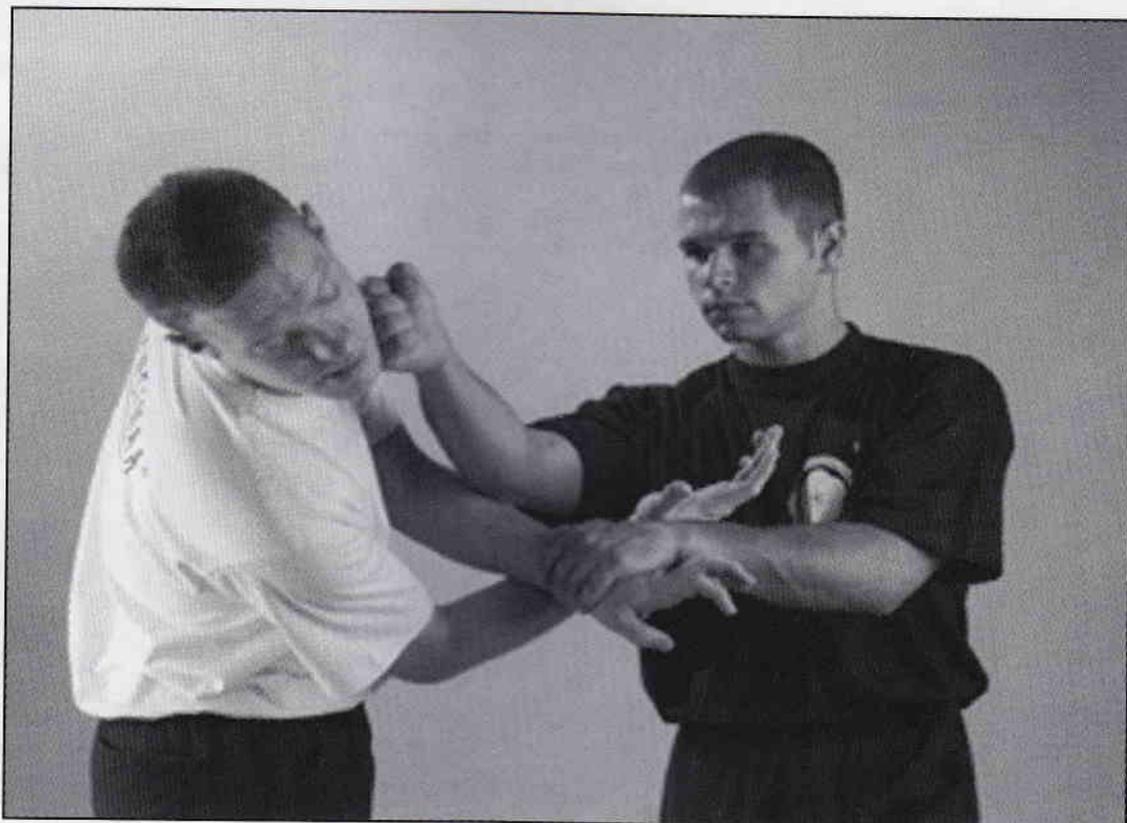
**Bild 2**

Der Verteidiger (schwarzes T-Shirt) befreit und schützt sich gleichzeitig durch Bong-Sau/Wu-Sau Position gegen einen weiteren Angriff.



**Bild 3**

Der Verteidiger (schwarzes T-Shirt) führt aus seiner Bong-Sau/Wu-Sau Position heraus sofort einen Gegenangriff. Der besteht aus Lap Sau auf den oberen Arm des Angreifers (weißes T-Shirt) und gleichzeitigem Fauststoß zum Kopf.



# Das Wing Chun Familiensystem und die Anreden

ELYWCIMAA

Auf vielfachen Wunsch hin möchten wir hier die Anreden im Wing Chun darstellen und auflisten. Wie bekannt handelt es sich um ein sogenanntes „Familiensystem“, demzufolge werden auch die entsprechenden Anreden so wie innerhalb einer Familie verwendet.

Im Chinesischen (genauer: Cantonesischen) „hört“ sich das folgendermaßen an:

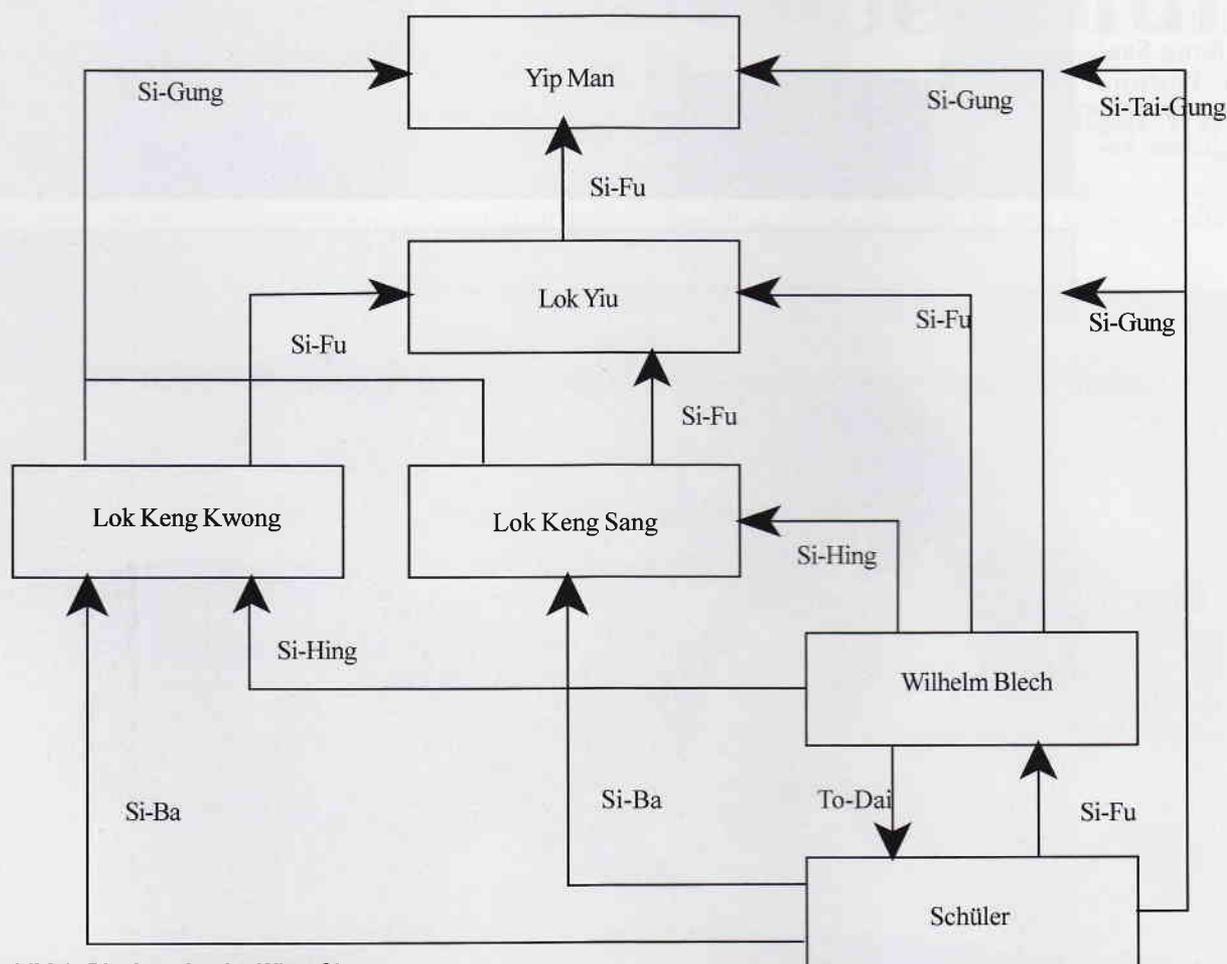
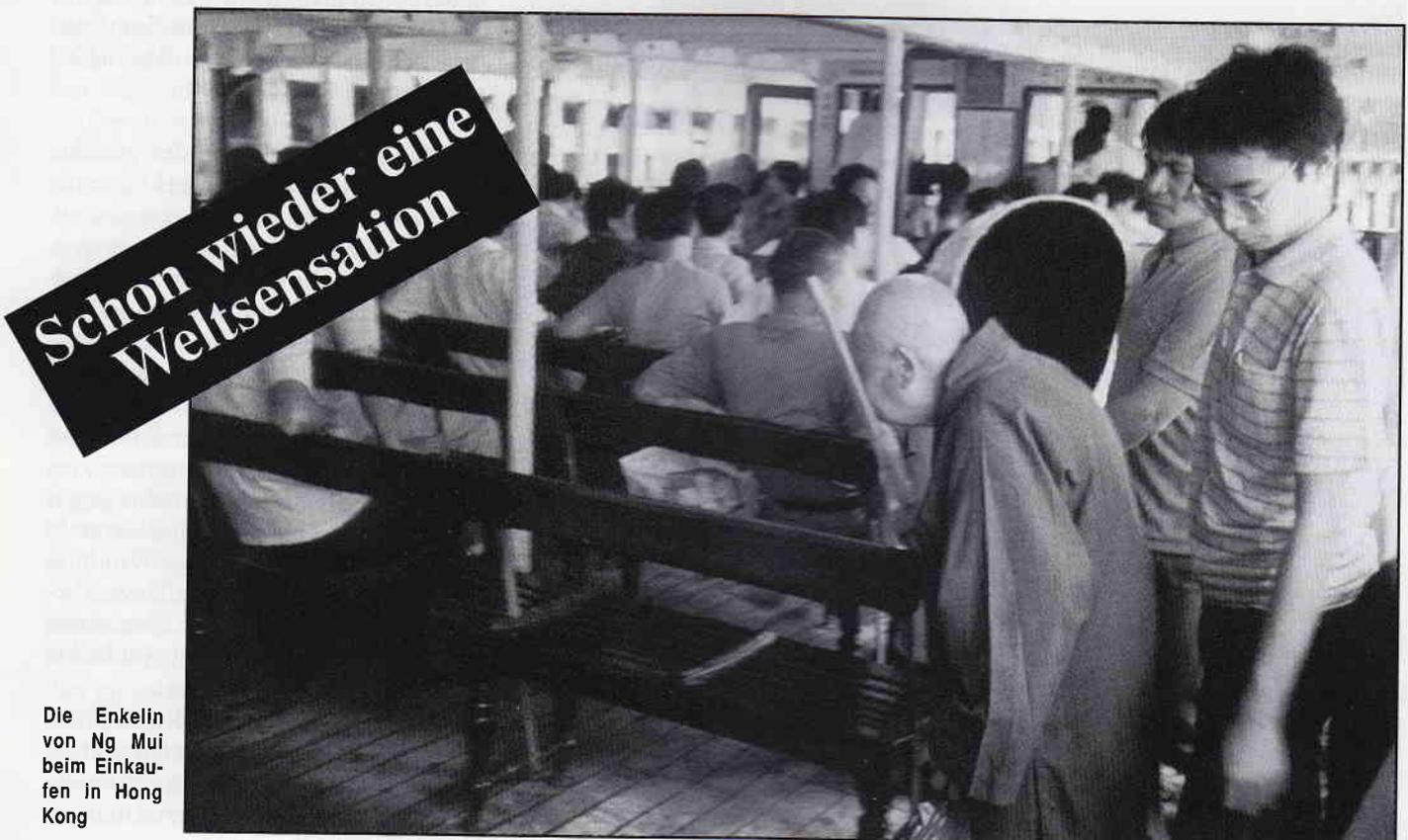


Schaubild 1: Die Anreden im Wing Chun

Aus Gründen der Übersichtlichkeit haben wir im obigen Schaubild nur einige Anreden verwendet, wie sie im Wing Chun Verwendung finden.

Diese Seite bringt eine vollständige Liste aller „Verwandtschaftsgrade“. Jede(r) Wing Chun Betreibende sollte zumindest die am häufigsten benutzten Anreden kennen und auch verwenden.

To-Dai:	Schüler	To-Sün:	Enkel
Si-Hing-Dai:	Jüngere und ältere Brüder zusammen	Si-Hing:	Älterer Bruder
Si-Dai:	Jüngerer Bruder	Si-Je-Mui:	Schwester
Si-Je:	Ältere Schwester	Si-Mui:	Jüngere Schwester
Si-Fu:	Lehrer	Si-Mo:	Frau des Si-Fu
Si-Suk:	Onkel, Si-Dai des Si-Fu	Si-Ba:	Onkel, Si-Hing des Si-Fu
Si-Suk-Ba:	Onkel, Si-Hing-Dai des Si-Fu	Si-Gu:	Tante, Si-Je-Mui des Si-Fu
Si-Gung:	Großvater, Si-Fu des Si-Fu	Si-Mo:	Frau des Si-Gung
Si-Suk-Gung:	Großonkel, Si-Dai des Si-Fu	Si-Ba-Gung:	Großonkel, Si-Hing des Si-Fu
Si-Tai-Gung:	Urgroßvater, Si-Fu des Si-Gung	Si-Mo:	Frau des Si-Tai-Gung
Si-Jo-Gung:	Ururgroßvater, Si-Fu des Si-Tai-Gung	Si-Jo:	Alle Vorgänger des Si-Jo-Gung



**Schon wieder eine  
Weltsensation**

Die Enkelin  
von Ng Mui  
beim Einkau-  
fen in Hong  
Kong

# Wer hat dem Aristoteles Wing Chun beigebracht?

## Diesmal keine Glosse

Hans Edelmaier

Die Entwicklung des Kriegswesens im griechischen Altertum ist mit der Einführung der Phalanx an einen Wendepunkt gelangt: Galt bis dahin der aristokratische Einzelkämpfer als kriegerischer Idealtyp, so kam es mit der geschlossenen Phalanx auf die Gemeinschaftsanstrengung der Polis (d.i. der Stadtstaat als Gesellschaftstypus der archaischen und klassischen Periode) an.

Unter der Phalanx (zu deutsch nicht unzutreffend „Walze“) versteht man das enge Zusammenrücken der Lanzenkrieger in eine dichte und durchschnittlich 8 Rotten tief gegliederte Schlachtaufstellung. Auch der Anfüh-

rer der gesamten Schlachtaufstellung (der Polemarch und die Strategen) ebenso wie die Unterkommandanten der einzelnen Poliskontingente (Lochagen und Pentekonter) sind nunmehr in die Schlachtfeldformation eingetreten, niemand sticht mehr optisch hervor. Gibt es eine schönere Metapher für das egalitäre Bürgertum ganz im Sinne der zweieinhalbtausend Jahre späteren französischen Revolution?

Ganz so war es natürlich nicht und ohne verantwortlichen Anführer und ohne tüchtige Unterführer wäre schon die Aufstellung einer solchen Schlachtaufstellung mit wenigstens fünftausend Mann niemals gelungen. Und auch in

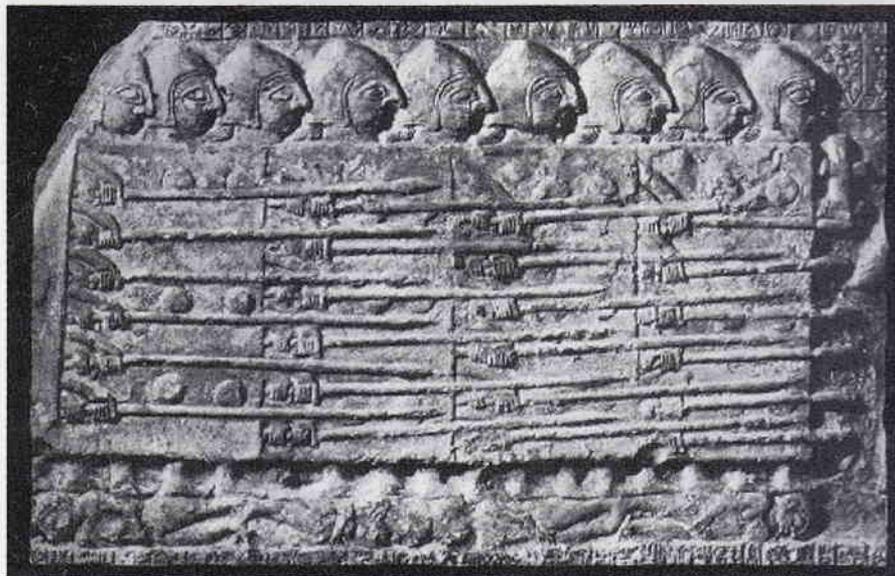
der Schlacht selbst hatten diese Führer wichtige Funktionen, etwa der Polemarch am rechten Flügel usw.

Dennoch hat Aristoteles in seiner „Politika“ in etwas schwärmerischer Weise die Ausbildung der griechischen Demokratie mit der Entwicklung der Phalanx gleichgesetzt: Das Bürgertum unternimmt gemeinsam und solidarisch die kriegerische Anstrengung und bedarf dazu nicht mehr des Adels.

Für unsere Wing Chun-Enthusiasten mag ein Teilaspekt aus diesem Geschehen von Interesse sein:

Man ist nicht erst in der griechischen Demokratie draufgekommen, daß Bewaffnete, die sich eng zusammenschließen (griechisch „Synaspismos“) und so in eine Schlacht eintreten, größere Stoßkraft besitzen und die Aufstellung des Gegners leichter durchbrechen. Schon die sogenannte Geierstele aus Lagasch, die auf etwa 2.500 v. Chr. zu datieren ist, zeigt den König Eannatum, wie er seine Truppen in einer phalanxähnlichen Formation gegen Umma führt. Und die marschierende ägyptische Infanterie in einer Wandmalerei des Neuen Reiches aus Theben beweist, daß auch unter den Pharaonen der Einsatz geschlossener Schlachthäufen nicht unbekannt war.

Auf europäischem Boden besitzen wir erstmals in der im ausgehenden 8. vorchristlichen Jahrhundert entstandenen Ilias des griechischen Dichters



Die Geierstele aus Lagasch, ca 2500 v. Chr.

Homer eine schriftliche Überlieferung über die geschlossene Schlachtordnung. In der Kampfparänese des Achill im 20. Gesang heißt es, daß selbst die Götter gegen eine Phalanx machtlos wären.

Allerdings ist um diese Zeit die Phalanx noch längst nicht voll ausgebildet (Protophalanx). Erst mit der Erkenntnis, die Ellbogenkraft – genau jene, die auch wir im Wing Chun nützen – einzusetzen, um den Schild (hoplon) effizient regieren zu können, ist die Möglichkeit gegeben, die Wirkung der Phalanx enorm zu steigern.

Bis dahin hatten die Griechen kleine, im Durchmesser etwa einen halben Meter messende Rundschilder verwendet, die sie vermutlich von den Schardana während des Seevölkersturms um 1200 v. Chr. übernommen haben. Es gibt keine gesicherten Funde, doch läßt sich soviel sagen, daß sie wahrscheinlich aus Fell oder Leder bestanden und die Ränder metallbeschlagen waren. Um sie greifen zu können, befand sich im Zentrum ein sogenannter Schildbuckel, der an der Innenseite über einen Handgriff verfügte.

Der Archäologe John Coles hat mit solchen Schildnachbauten experimentiert und herausgefunden, daß gerade die Flexibilität des Leders oder Fells dem Hieb des Bronzeschwertes oder dem Stoß der Lanze mit Bronzespitze entscheidend an Wirkung nahm: Während ein Ganz-metallschild aus Bronze von einem Speerstoß durchbohrt und vom Hieb eines Bronzeschwertes bis zur Mitte gespalten wurde, so drang der Speerstoß in den Fellschild nur wenig ein und er hielt gar 15 Schwert-hieben stand, ehe er unbrauchbar wurde.

Diese Kampfweise erforderte natürlich eine bewegliche Handhabung des Schildes und damit mehr Raum für jeden einzelnen Kämpfer. Das dauerte bis in jenes Zeitalter, das man nach dem vorherrschenden Malstil das „nachgeometrische“ nennt, am Ende der „dunklen Jahrhunderte“ Griechen-

lands.

Bis dahin war es in der Hauptsache der Adelige, der wohlhabend genug war, um sich dem Kriegshandwerk widmen zu können und der den Kampf gegen den Feind nicht nur organisierte, sondern ihn auch an vorderster Front ausfocht. Aus seinen Bauern rekrutierte er zwar Fußknechte und die tüchtigeren unter diesen haben auch an seiner Seite gekämpft; aber ansonsten kamen ihnen weniger wichtige Wach-, Späh- und Sicherungsaufgaben sowie das Heranschaffen von Verpflegung zu.

Dann, ungefähr in der Zeit zwischen 750 und 650 v. Chr., kam die

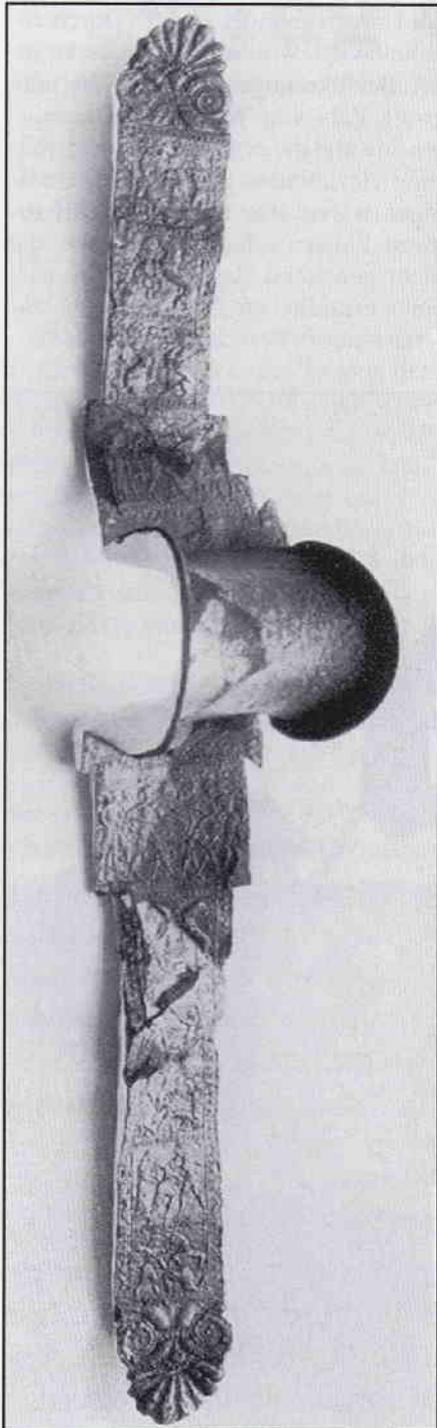
sogenannte „Hoplitenreform“ (ein Ausdruck, den der Altertumsforscher Anthony Snodgrass geprägt hat), an deren Ende die vollausgebildete Phalanx steht. Diese Entwicklung geht auf ein Ursachenbündel zurück: Durch zunehmenden Wohlstand kam es zu einer Bevölkerungsexpansion, die eine große Zahl von Wehrfähigen hervorbrachte und die es nun in die Kriegsführung einzubinden galt. Diese Wehrfähigen waren aber im Hauptberuf zu meist Bauern oder Handwerker, die nicht genügend Zeit hatten, um sich einer gründlichen Ausbildung zu unterziehen.



John Coles' Experimente mit einem Metallschild (links) und einem Lederschild (rechts), auf die mit Bronzeschwertern eingehauen wurde.

Und da erfand irgendein findiger Kopf den doppelgriffigen Schild:

Es wird ihn immer schon gewurmt haben, daß die Handhabung des ein-



Bronzenes Schildband mit Armbügel.

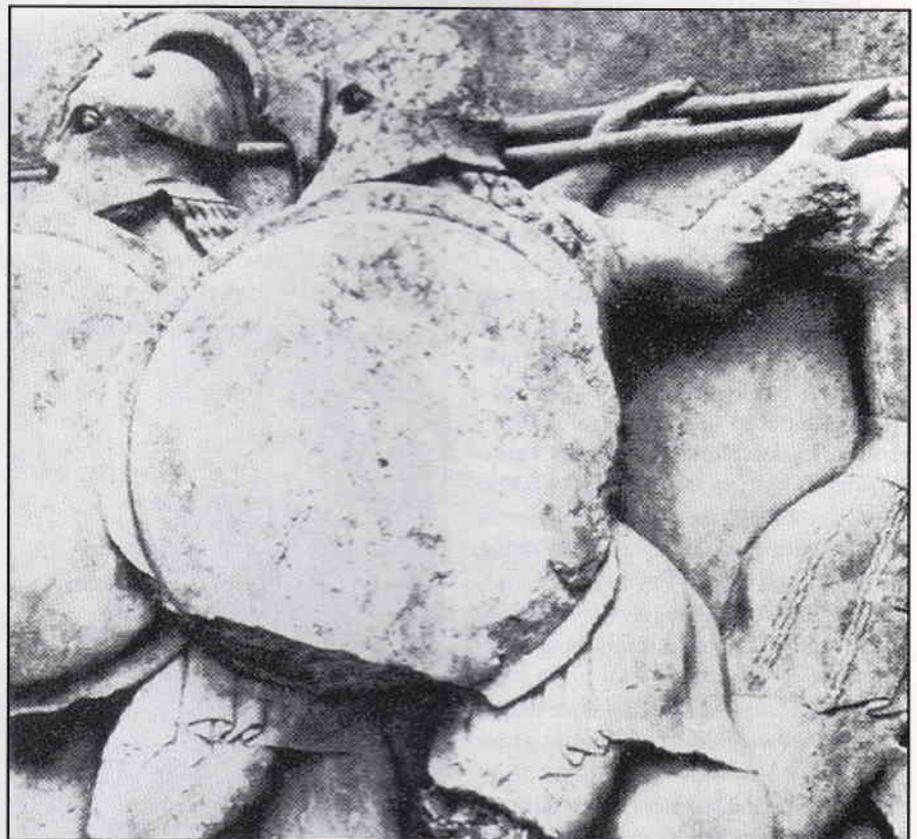
griffigen Schildes und das Abfangen von Schwerthieben des Gegners damit im linken Arm einen gehörigen Muskelkater bescherte. Und er fand heraus, daß zwei Griffe dieses Los beträchtlich erleichtern: Porpax war eine Schlaufe in der Mitte des Schildes, durch die man den Arm stecken konnte und an dem der Ellbogen ruhte. Antilabe war der Griff für die Hand am Rand des Schildes. Mit abgewinkeltem Ellbogen war es nunmehr weit weniger anstrengend, den Schild „zu regieren“, wie das bei den Althistorikern heißt. (Außerdem konnte jetzt der Schildbuckel wegfallen und das vereinfachte die Schildproduktion erheblich). Und für uns heißt das: Die alten Griechen haben die Ellbogenkraft entdeckt, die sich über zweitausend Jahre später auch eine Kampfnone namens Ng Mui im Kloster Shaolin in Hunan zunutze mach-



Innenseite eines Hoplon mit Schildband und Bügel, durch den der linke Unterarm geführt wurde (porpax), damit die linke Hand einen Henkel (antilabe) am Rand greifen konnte.

te!

Diesen zweigriffigen hölzernen und häufig metallverstärkten Schild nann-



Detail aus dem Gigantenfries am Giebel des Siphnischen Schatzhauses zu Delphi. Es zeigt Hopliten in der Phalanxschlacht und ist damit ein zeitgenössisches Bilddokument über den Einsatz des Hoplon.

te man Hoplon. Erstmals ist der Hoplon Anfang des 7. Jahrhunderts v. Chr. in der Vasenmalerei eindeutig zu identifizieren.

Die Einführung dieser Ellbogenkraft in das griechische Kriegswesen beschleunigte dank neuer Möglichkeiten aber eine revolutionierende taktische Entwicklung: Der Schild konnte jetzt größer (er maß nunmehr gut 90 Zentimeter im Durchmesser und mehr) und schwerer sein. Das bedeutete aber auch, daß die Krieger in der Phalanx noch viel näher aneinanderrücken konnten und ihre Schilde eine dichte und lanzenstarrende Schildmauer bildeten, die richtig eingesetzt kaum noch zu durchbrechen war! Damit war aus der Protophalanx eine richtige Phalanx geworden!

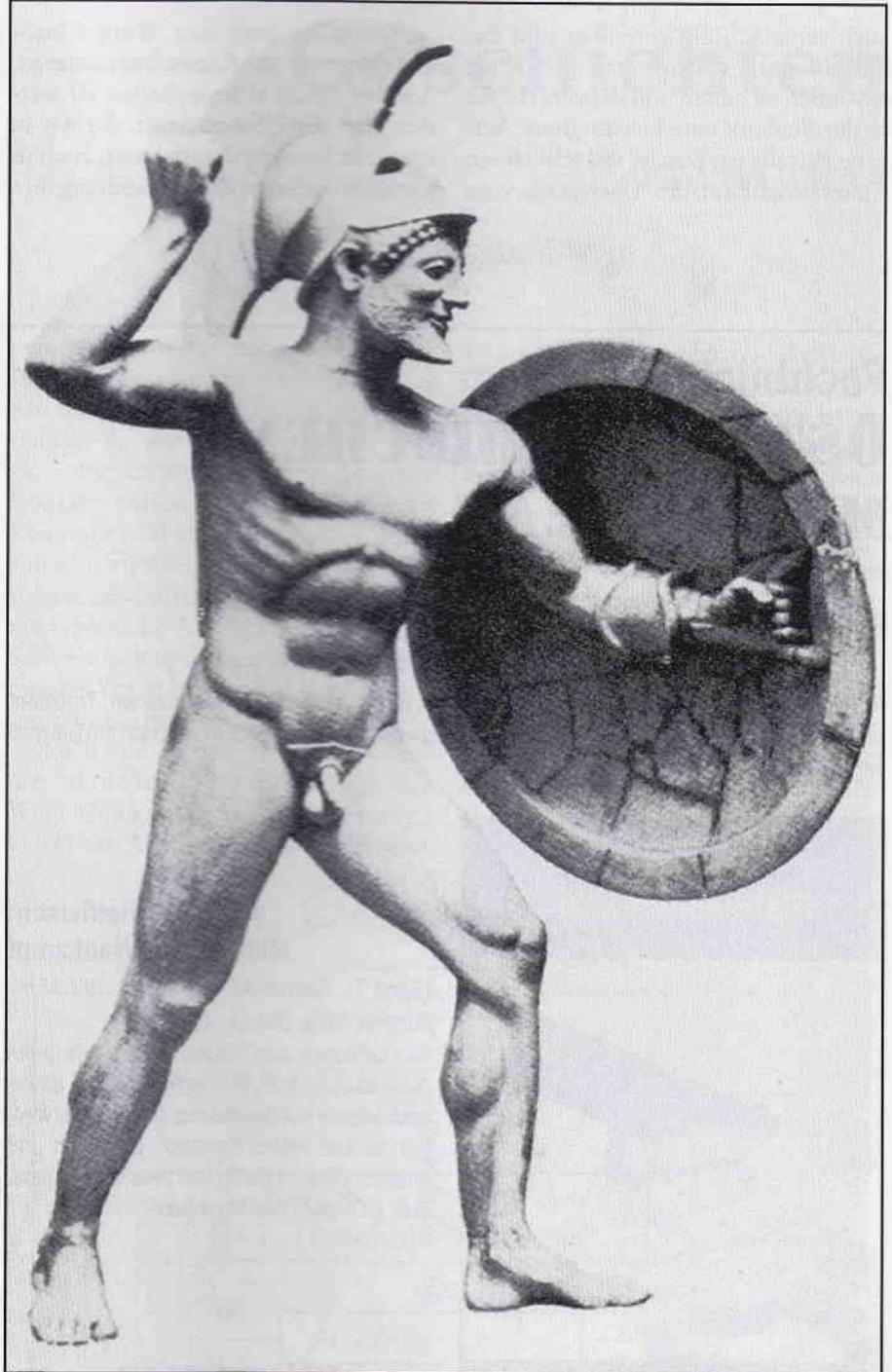
Allerdings: Mit dem Einzelkampf (Monomachie) des rauhbeinigen und individualistischen Adligen, der einen Krieg möglichst durch Zweikampf entschied, war es vorbei. An seine Stelle trat ein Massenheer, das an seine Hoplitzen (so nannte man die in der Phalanx stehenden Soldaten – eigentlich sonderbar, daß man sie nicht nach der Lanze als Angriffswaffe, sondern nach ihrem Schild als Schutzwaffe bezeichnete) wesentlich geringere Anforderungen an die Ausbildung und auch die Tapferkeit stellte: Sagt doch schon der alte Nestor in der Ilias, man möge die weniger Tapferen in die Mitte der Schlachtordnung stellen, „auf daß die Not sie zwänge zu streiten“.

Das, was man jetzt aber brauchte, war Disziplin, denn ohne sie war schon die Aufstellung zur Phalanx und erst recht die Bewegung darin unmöglich. Aber es dauert weniger lange, eine Phalanx einzuexerzieren, als einem Wohlstandsbürger den Einzelkampf beizubringen.

Diese „Hoplitisierung“ der egalitären, mit ausgeprägtem Gemeinsinn ausgestatteten griechischen Gesellschaft wertete die zuvor irrelevante Masse auf, indem sie ihre Unterordnung unter Aufgabe der Individualität

bewirkte. Isolierte Tapferkeit wurde in der Phalanx sinnlos, der Krieg war auch in seinem schwersten Aspekt, der

Schlacht nämlich, buchstäblich eine solidarische Gemeinschaftsleistung der Gesellschaft.



Hoplit mit dorischem Helm und Hoplon. Die Handhaben Porpax und Antilabe sind gut zu erkennen. Mit abgewinkeltem Ellbogen kann der Hoplit den schweren Holzschild lange halten, ohne zu ermüden. In der erhobenen rechten Hand hält er die Stoßlanze; sie fehlt bei dieser Skulptur aus dem Aphaia-Tempel in Aegina.

Und das hat Aristoteles zur Ansicht bewogen, daß die „Hoplitendemokratie die adelige Reitersuprematie abgelöst“ hat. Dieser Hoplit ist Bauer, der auch seine Scholle verteidigt und damit ein starkes Motiv hat, den Krieg gewinnen zu helfen und dem als Hoplit in der Phalanx eine bewältigbare Aufgabe gestellt ist. Das ist tatsächlich ein Charakteristikum des Übergangs vom

Adelsstaat zum Polisstaat, weil der Bürger als egalitärer und gleichberechtigter Hoplit in die Schlachtordnung eintritt.

Das alles mag den Wing Chun-Übenden nur am Rande interessieren. Aber es verdient festgehalten zu werden, daß die Ellbogenkraft, die wir in unserem Kampfstil ausnutzen, auch in gänzlich anderem Zusammenhang ihre

Bedeutung hatte. Sie hat wohl nicht die griechische Demokratie begründet, aber sie war eine wichtige Station dort-hin!

Dem Aristoteles hat natürlich niemand Wing Chun beigebracht, denn das entstand erst während der Herrschaft des Kaisers K'anghsi 1662 - 1722.

Aber wozu ein abgewinkelter Ellbogen gut sein kann, das haben nicht nur die Chinesen herausgefunden.

## Fachbücher aus dem ÖSTERREICHISCHEN MILIZVERLAG

### Ronald Riedel: Pistolenschießen

(Band 4), Format A5, 72 Seiten, 156 Abbildungen, Preis DM 20.- (öS 139.-)

Richtiges Schießen mit der Pistole zählt selten zu den Ausbildungsschwerpunkten. Trotzdem sollte jeder Soldat und Combat-Schütze Bescheid wissen. Umfassendes Lehrbuch am Beispiel der Glock-Pistole.



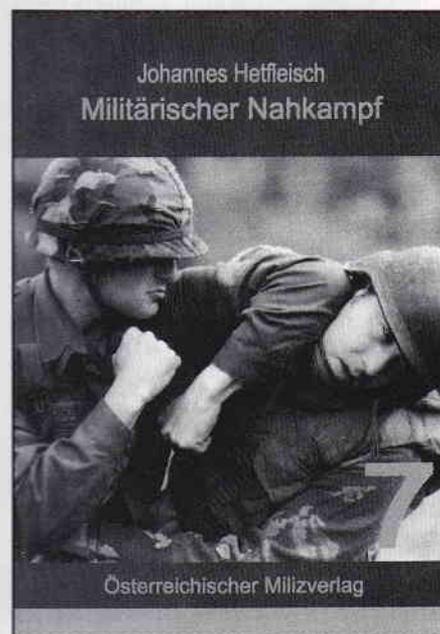
### Johannes Hetfleisch: Militärischer Nahkampf

(Band 7), Format A5, 96 Seiten, 192 Abbildungen, Preis DM 24.- (öS 168.-)

Das Lehrbuch zum Nahkampfkurs, wie er am Ausbildungszentrum Jagdkampf des österreichischen Bundesheeres abgehalten wird. Ein radikal neues Konzept, praktisch und effizient: So wird der Soldat zwar kein Rambo, aber er schafft das Machbare.

**MILIZVERLAG**

Postfach 81  
A-5010 Salzburg



# Wahre und unwahre Geschichten

ELYWCIMAA

Es kommt immer wieder einmal vor, daß sich die Wege von Menschen trennen. Das passiert natürlich hin und wieder auch in einem Lehrer-Schüler-Verhältnis. Dafür kann es die unterschiedlichsten Gründe geben. Wir sehen das als etwas völlig Normales und können darin nichts Verwerfliches erkennen – unabhängig davon, wie so etwas anderswo gehandhabt wird.

Wir machen uns aber Gedanken, wenn diese ehemaligen Schüler aus offensichtlich fadenscheinigen Gründen heraus das bestehende Verhältnis abgebrochen haben und ungeachtet ihres Wissens um die Unvollständigkeit ihrer Ausbildung weiter unterrichten. Den Schülern dieser Leute wird damit vorgespielt, daß ihr Lehrer eine Wing Chun Ausbildung abgeschlossen hat und kompetent ist. Das kann nicht richtig sein!

Die folgenden genannten ehemaligen Schüler von Si-Fu Wilhelm Blech haben innerhalb der damaligen Wing Chun Kung Fu Academy Germany Unterricht erhalten. Wahr ist, daß sie wissen, daß das Wing Chun des Meisters Lok Yiu sich von dem damals unterrichteten Wing Chun in seinem Aufbau deutlich unterscheidet. Unwahr ist, daß sie den richtigen Aufbau und die authentische Unterrichtsmethode erlernt hätten und unterrichten könnten. Wie sollen denn die Herren Deniz Haciabdurrahmanoglu, Frank Sledziowski, Alexander Krause und Reinhold Saldow Schülern das beibringen kön-

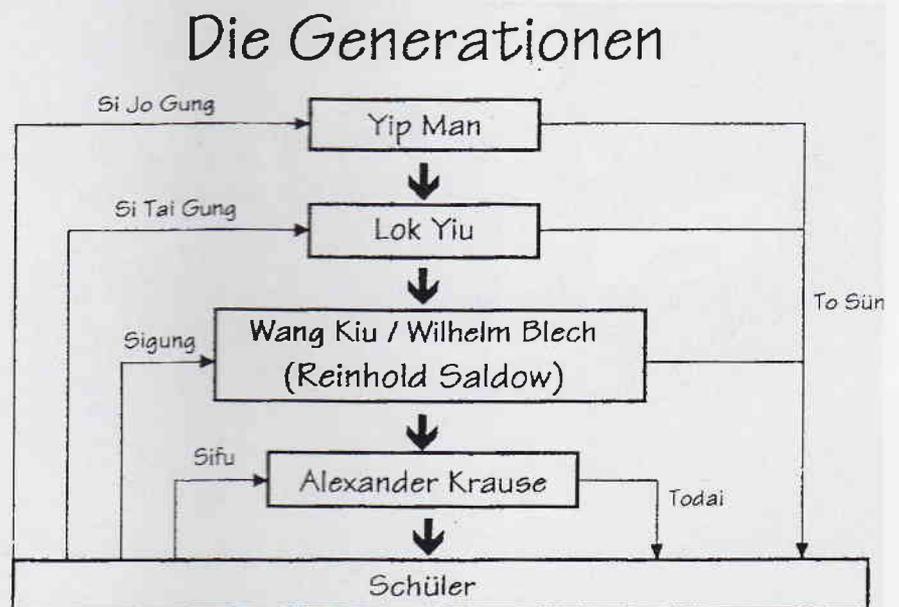
nen, was sie selbst nie erlernt haben? Diese Herren führen weiterhin Wang Kiu als Lehrer an, doch ist das nicht richtig: Er war ihr Si-Gung, zu dem sie lediglich am jährlichen Seminar Kontakt hatten. Aus dem heutigen Kenntnisstand ist zu sagen, daß Wang Kiu sein eigenes Wing Chun-Theoriesystem geschaffen hat, das in der Praxis erhebliche Mängel aufweist. Ihm fehlt einfach der Unterricht bei Großmeister Yip Man – einmal dabei gewesen sein reicht nicht!

So freute es uns, als wir per Post die "aktuelle" Prüfungsordnung der Wing Chun Kung Fu-Schule Frechen von Herrn Alexander Krause erhielten.

Es sind die unveränderten Unterlagen und Schriftzeichen der damaligen WCKFAG-Organisation. Dies ist die erste Anerkennung (nach immerhin vier Jahren) für die damals geleistete Arbeit, die auch Herr Krause gerne in Anspruch genommen hat.

Jedoch würde es uns aus reiner Neugierde interessieren, was Schüler dieser Schule auf die Prüfungsfrage "Wie heißt Dein Si-Gung?" (2. Schülergrad) antworten müssen?

Noch einmal: Die genannten Personen haben nichts mit der ELYWCIMAA und dem nach der Unterrichtsmethode von Meister Lok Yiu unterrichteten Wing Chun zu tun!



# Wing Chun Seminar in Südbaden

Si-Fu Detlef Wagner und Gerhard Niclas

Nach einer Pause von einem Jahr hat Si-Fu Wilhelm Blech im heurigen September wieder den Weg in die Breisgauemetropole Freiburg gefunden.

Die ersten beiden Tage seines Aufenthalts waren einem Seminar für die Schülerinnen und Schüler der Schulen Freiburg, Emmendingen und Markgräflerland gewidmet.

Zunächst ging es um die Grundlagen des Wing Chun. So wurde die Theorie des Fauststoßes ausführlich vorgestellt. Anschließend hatten die Schülerinnen und Schüler ausführlich Gelegenheit, im Jat San Choi ihre Erfahrungen in der praktischen Umsetzung zu machen. Wie Si-Fu W. Blech hier mit seiner schier unerschöpflichen Geduld die Anfänger und Fortgeschrittenen korrigierte, erfüllte uns ältere

Schüler ein weiteres Mal mit Bewunderung.

Dan Chi und Lap Sau beendeten den ersten Seminartag.

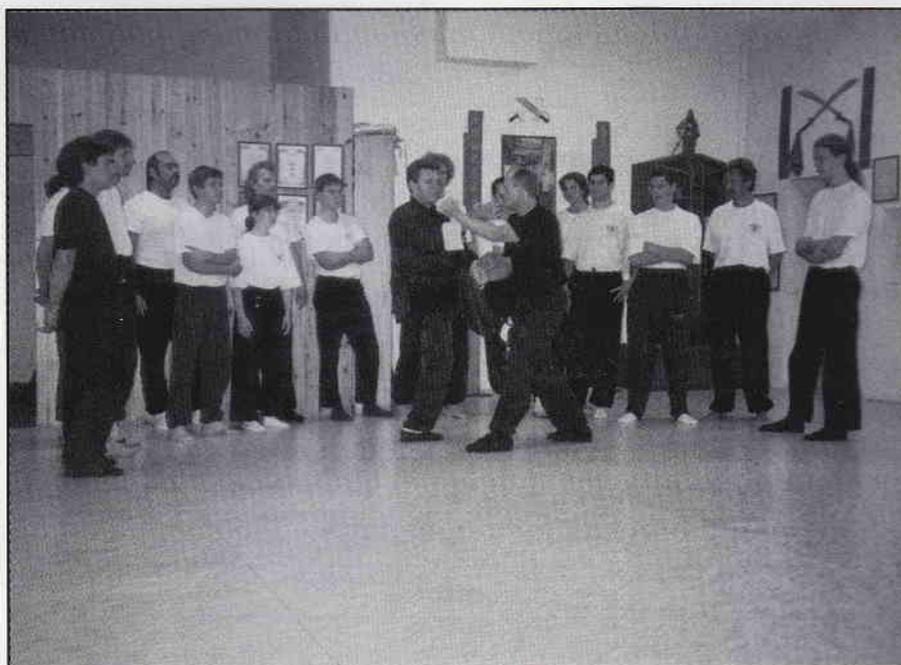
Am zweiten Tag dann Chi Sau für die etwas Fortgeschritteneren. Auch jetzt wieder intensive Trainingsatmosphäre, immer wieder durch Si-Fu W. Blechs Korrekturen unterbrochen und seinen Erläuterungen zu Theorie und Praxis. Abgerundet wurde das Seminar durch Partnerübungen mit vorgegebenen Technikabfolgen. Mit lang anhaltendem Beifall wurde Si-Fu W. Blech von den Seminarteilnehmern verabschiedet.

Im Nachhinein äußerten sich viele Schüler überrascht darüber, wie intensiv sich Si-Fu W. Blech um jeden einzelnen kümmerte. Voraussetzung dafür

war – neben seiner Begeisterung für das Wing Chun und seinem engagierten Unterricht – sicherlich auch die begrenzte Teilnehmerzahl.

Der dritte und vierte Tag waren dem Unterricht von Si-Fu W. Blechs Privatschülern vorbehalten. Daneben wurden mit den eigens angereisten Vertretern zweier Verbände aus der Schweiz und aus Kroatien die zukünftige Zusammenarbeit beschlossen. Gleichzeitig stellten sie ihren Aufnahmeantrag in die ELYWCIMAA.

Alles in allem also ein erfolgreicher Aufenthalt unseres Si-Fu W. Blech in Freiburg, der im nächsten Jahr – so der Wunsch – hoffentlich schon bald eine Neuauflage erfährt.



功 Kung  
夫 Fu  
振 Chang  
雄 Hong  
風 Fung

Durch Kung Fu erhältst Du mehr  
Selbstvertrauen und wirst ein besserer  
Mensch

# Wing Chun Seminar in Hamburg

Si-Fu Heiko Schwennesen

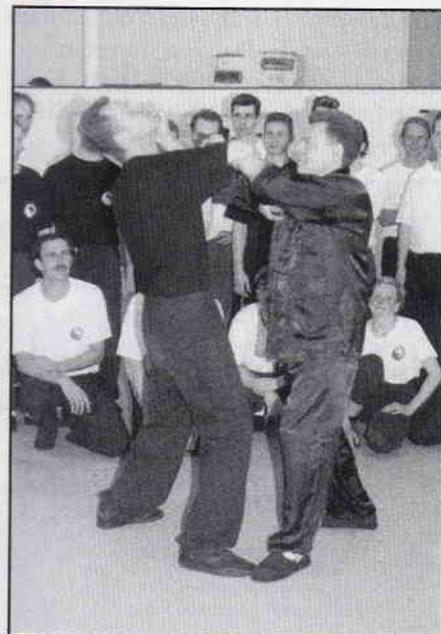
Ende August 1996 fand für die Mitglieder des Kung Fu-Zentrums Nord in Hamburg das Ereignis des Jahres in Sachen authentisches Wing Chun statt. Der Verbandsleiter schaffte es auch dieses Mal wieder, ein großes Seminar mit dem Präsidenten der ELYWCIMAA, Si-Fu Wilhelm Blech, auf die Beine zu stellen.

Nicht nur die Mitglieder des Zentrums sind zahlreich erschienen, sondern auch geladene Mitglieder aus anderen Kampfkunstsparten.

Von den grundlegenden Basisübungen wie der Siu Lim Tau und Jat San Choi ging es direkt über zu Lap Sau und das flexible Einsetzen bei der Kraftaufnahme mit Quan Sau.

Am zweiten Tag ging es nach kurzer Wiederholung zu dem von allen begehrten Chi Sau Ma und zu den Kum Kok-Übungen über. Für einige eine neue Erfahrung, im Chi Sau auch mit Kicks zu arbeiten.

Wer damit noch immer nicht genug hatte, bekam die Möglichkeit, im lockeren Go Sau die Wing Chun Perfektion von Si-Fu Blech am eigenen Leibe zu erfahren. Die Schüler dankten es ihm mit glänzenden Augen und großer Begeisterung sowie der Bekundung, bis zum nächsten Jahr eifrig zu trainieren.



春	Chung
生	Sang
桃	Tou
李	Lee
滿	Mun
庭	Ting
香	Heung

Im Frühling, wenn alle Blumen blühen, dann ist die Schule mit Schülern gefüllt; das gibt ein gutes Gefühl.



# Wing Chun in Prag

Si-Fu Ivan Rzounek

Im Sommer war es in Prag endlich so weit: Der To-Dai von unserem verehrten Meister Lok Yiu in Hong Kong und Leiter der ELYWCIMAA Si-Fu Wilhelm Blech gab auf Einladung sei-

nes tschechischen Schülers Si-Fu Ivan Rzounek ein fünftägiges Seminar über authentisches Wing Chun. Teilgenommen haben die Mitglieder der Ceska Asociace Wing Chun Kung Fu

(CAWChKF) und Gäste aus der Slowakei, die Mitglieder der Wing Chun Kung Fu Slowakia (WChKFS).

Rund hundert Teilnehmer haben sich täglich mehrere Stunden lang den traditionellen Übungen der ersten Form Siu Lim Tau, dem Jat San Choi, Chi Dan Sau, Chi Sau und Lap Sau sowie deren Anwendungen gewidmet. Trotz der großen Teilnehmerzahl konnte sich Si-Fu Wilhelm Blech jedem Schüler persönlich widmen.

Immer wieder konnte er beim Chi Sau demonstrieren, warum das authentische Wing Chun von Meister Lok Yiu weit überlegen ist – auch dem Wing Tsun, das Si-Fu Ivan Rzounek schon vor Jahren in Tschechien bekanntgemacht hat. "Nichts ist besser als das Original!"

In speziellem Einzelunterricht hatten dann die Teilnehmer die Möglichkeit, sich von Si-Fu Blech persönlich korrigieren zu lassen

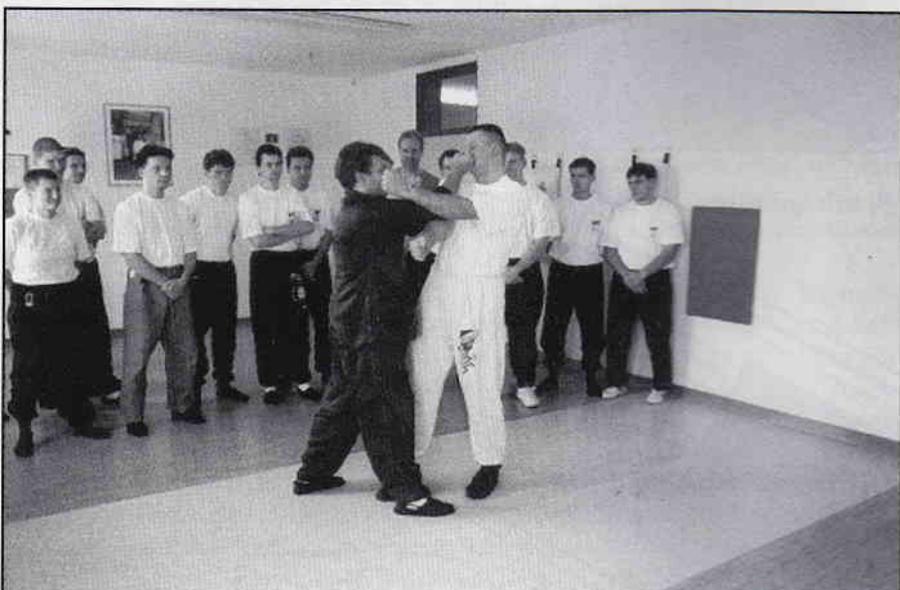
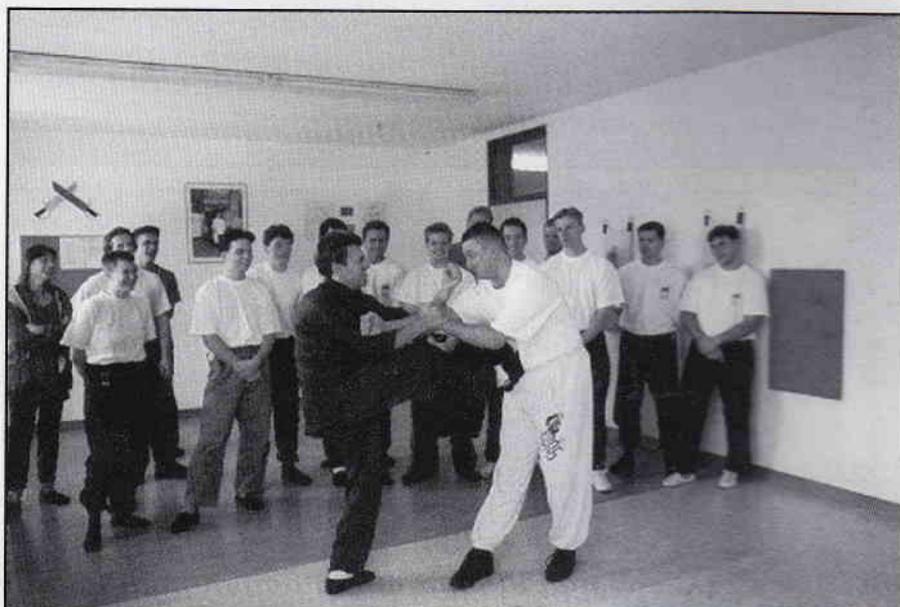
Als besonderen Leckerbissen zeigte er mit seinem Assistenten Si-Fu Detlef Wagner freies Chi Sau, das die Zuschauer in höchstem Maße verblüfft hat: Die tschechischen Schüler haben in den vergangenen fünf Jahren viele sogenannte Wing Tsun- und Ving Tsun-Meister zu sehen bekommen, doch diesmal waren sich alle einig: "Jetzt haben wir zum ersten Mal in unserem Leben echtes Chi Sau gesehen! Alles andere hatte mit Yip Mans Kampfkunst nichts zu tun!"

Von diesem Seminar sind alle Teilnehmer in dem Bewußtsein weggegangen, wirklich Wing Chun zu trainieren . . .



# Herbstseminar mit Si-Fu Wilhelm Blech in München

## Si-Fu Rolf Wichter



Den Abschluß der diesjährigen Herbstseminare bildete jenes am Martial Art Zentrum (MAZ) München bei Si-Fu Rolf Wichter.

Si-Fu Blech waren die Strapazen der vorangegangenen Seminare nicht anzumerken; im Gegenteil hatte man den Eindruck, daß er gerade jetzt zu seiner Höchstform aufzulaufen schien.

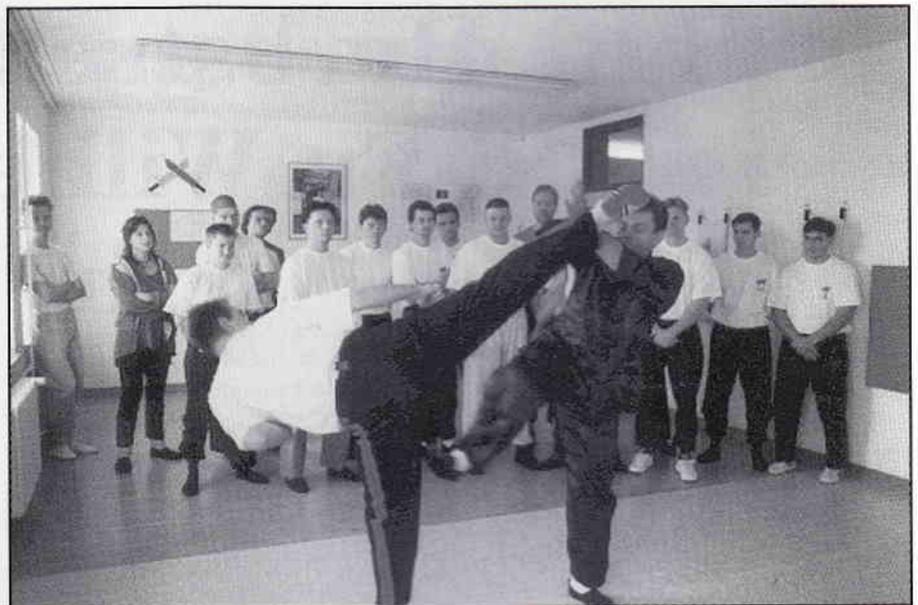
Am ersten Seminartag wurden hauptsächlich Kombinationen der wichtigsten und grundlegendsten Basisübungen des Wing Chun erklärt und geübt. Der zweite Tag baute darauf auf und ließ genügend Freiraum, um auch "anschaulich" auf die Fragen der TeilnehmerInnen entsprechend einzugehen.

Einigen der Anwesenden, die ihr erstes Seminar unter der Leitung Si-Fu W. Blechs besuchten, gingen die Augen über. Noch nie hatten sie Unterricht in einer so humorvollen und unterhaltsamen Weise erhalten oder es nur für möglich gehalten, daß Si-Fu W. Blech für jede(n) Teilnehmer(in) Zeit hatte.

Es begannen sich diejenigen, die bereits im MAZ-München eine Intensivumschulung der ELYWCIMAA begonnen hatten, spätestens jetzt zu fragen, was sie denn die letzten Jahre eigentlich gelernt haben. Sie waren einhellig der Meinung, daß sie noch nie etwas derart genial Einfaches und Effizientes wie dieses Wing Chun gese-

hen haben und freuen sich bereits auf das nächste Seminar der ELYWCIMAA im MAZ-München.

Bei einem gemeinsamen Essen zum Abschluß des anstrengenden und zugleich schönen Wochenendes war eines der wichtigsten Themen Meister Lok Yiu, seine Familie und Hong Kong. Denn Si-Fu W. Blech stand schon wieder einmal kurz vor den Reisevorbereitungen für seinen Trainingsaufenthalt bei seinem Si-Fu in Hong Kong.



詠  
到  
梅  
花  
樁  
法  
妙

Wing

Do

Mue

Fa

Joung

Fat

Miu

Schutzgebühr DM4.-



Kennen Sie schon . . .

. . . unsere Info-Broschüre?

Anforderungen über die Mitgliedsverbände oder direkt bei der ELYWCIMAA

Die Holzpuppentechnik „ist wundervoll wie eine Blume“

# Wing Chun Training in der Mozartstadt

## Wing Chun Keimzelle Salzburg ist aus den Kinderschuhen

Dr. Roland Schagerl

Seit nunmehr zwei Jahren findet in der Landeshauptstadt Salzburg regelmäßiges Wing Chun-Training statt. In enger, regelmäßiger Betreuung durch Si-Fu Rolf Wichter vom Martial Art Zentrum München trainiert Hans Edelmaier nach alter Tradition mit Wing Chun-begeisterten Salzburgern in kleinstem Kreis.

Die Wing Chun-Gruppe Salzburg bildet neben der Gruppe um Johannes Hetfleisch in Wr. Neustadt die zweite Wing Chun-Keimzelle in Österreich.

Nach mühevollen Anfängen – die Siu Lim Tau mußte noch auf einem

alten Dachboden erlernt werden – findet nunmehr der Unterricht regelmäßig zweimal wöchentlich statt. Trainingsaufenthalte im Martial Art Zentrum München sorgen dafür, daß auch in Salzburg authentisches Wing Chun erlernt werden kann.

Einen großen Schritt weiter brachte uns das erste Wing Chun Seminar im Februar 1996, das von Si-Fu Rolf und Andreas Wichter geleitet wurde. Das Seminar diente auch zum Erfahrungsaustausch mit unseren Wr. Neustädter Kollegen.

Anfang 1997 ist ein weiteres Wing

Chun-Seminar in Österreich geplant. Wir werden uns jedenfalls bemühen, auch in Salzburg den hohen Anforderungen Si-Fu Rolf Wichters entsprechend die Qualität des Wing Chun stetig zu verbessern und das Erlernte bis dahin zu festigen.

So hoffen wir, daß Si-Fu Wilhelm Blech diese Jahr seinen Weg auch zu uns findet, dann könnten wir ihm zeigen, wie weit das authentische Wing Chun auch in der Mozartstadt und im Osten Österreichs, in Wr. Neustadt, bereits Fuß gefaßt hat.

## Aller Anfang ist schwer

Johannes Hetfleisch

Die Entscheidung fiel am 15. April 1993: An diesem für mich höchst denkwürdigen Tag trafen sich mein Freund Hans Edelmaier, dessen Bekannter Lothar und ich mit Si-Fu Wilhelm Blech in Ottweiler. Nach fast fünfzehnstündiger Zugreise harrten wir der Dinge, die da kommen sollten.

Und mit Fug und Recht läßt sich behaupten, daß sich die Fahrt bezahlt gemacht hat. Unser Verständnis für das Wing Chun änderte sich fundamental und das hatte seinen Grund auch in der Person Si-Fu Wilhelm Blech: Geduldig und nichtsdestoweniger schlagkräftig ging er auf unsere tausend Fragen (und Versuche) ein. Danach haben Hans und

ich den Entschluß gefaßt, dieses System weiter zu erlernen.

Unsere Fahrten gingen noch öfter über die lange Strecke nach Ottweiler. Seit Rolf Wichter sein MAZ in München eröffnet hat, zeichnet er für das Wing Chun in Österreich verantwortlich.

Wegen der räumlichen Trennung zwischen Wiener Neustadt und Salzburg konnten wir nicht oft genug miteinander trainieren und das führte dazu, daß wir Wing Chun-Gruppen ins Leben gerufen haben.

Bei uns in Wr. Neustadt haben wir wegen meiner dienstlichen Auslastung (ich bin im Bundesheer als Nahkampf-

lehrer tätig) ein sehr flexibles Training, weil ein geregelter Schulbetrieb nur selten möglich ist. Zur Zeit haben wir eine Kerngruppe von drei Mann und drei weitere, die aus dem übrigen Österreich zu uns anreisen.

Auf Anregung Si-Fu Rolf Wichters werden wir unser System verfeinern, um die vorhandenen Interessen besser abzustimmen und das Wing Chun in der österreichischen Öffentlichkeit populärer zu machen.

Dazu soll auch das Seminar am 2. März 1997 dienen, das wir gemeinsam mit unseren Salzburger Freunden durchführen. Wobei wir hoffen, daß Si-Fu Rolf Wicher mit von der Partie sein wird.

## Kung Fu aus Übersee

Arash Asadi Mogladdam

Im Frühjahr dieses Jahres war es soweit. Um meine Neugier nach Wing Chun-Wahrheiten zu befriedigen, fand ich mich morgens um zehn Uhr in Duisburg ein. Dort nämlich gab Randolph (Randy) Williams ein Seminar.

Ein harter Tag sollte mir bevorstehen, acht geschlagene Stunden vollgepackt mit Techniken, „Griffen“ und ein paar „Schrauben“, auf typisch amerikanische Art und Weise vorgetragen.

Das Seminar begann mit der Einübung der Grundtechniken, wie sie Mr. Williams versteht, als da wären Pak-Da, Tan-Da, Gan-Da, Bong-Sau, Wu-Sau, Panches und einiges mehr. Danach ging es darum, diese in Partnerübungen umzusetzen und zu üben.

Nachdem schon zwei Stunden verstrichen waren und einige Teilnehmer durch das ständige Blocken – Yang blocks! – sich Blessuren an den Unterarmen zugezogen hatten, ging es mit dem Lap Sau-Programm weiter. Ein

Programm gut zusammengestellt aus unendlich vielen Angriffs- und Abwehrtechniken. Da die mit dem, was ich von meinem Si-Fu gelernt habe, nichts gemein hatte, fiel es mir besonders schwer, wohlwollend mitzumachen. Hier wurde nach dem Motto „viel ist viel“ Technik an Technik gereiht, wofür mir oft jeder logische Hintergrund fehlte (Wing-Chun dagegen ist sehr logisch und plausibel). Es wurden Abfolgen von Bewegungen aneinander gesetzt, einigemal geübt und schon ging es zur nächsten Technikreihe über. So entsteht bei uns der Eindruck, daß viel gelernt wird, weil man viel anbietet. Aber was man davon auch wirklich erlernen kann, das ist eine andere Sache?

Heute ist es sowieso normal geworden von allen Seite mit Reizen überflutet zu werden, so haben wir Konsumenten kaum die Möglichkeit, uns dieser falschen Realität zu entziehen.

In der letzten Trainingseinheit war der Combat-Lap Sau dran, wobei es darum ging alle vor den vorangegangenen sechs Stunden geübten Techniken frei einzusetzen, ein fragwürdiges Unterfangen. Es führte dazu, daß sich alle nur noch mehr verkrampften und die Techniken noch weiter an Härte zunahmen.

Fazit eines langen Tages: Es ist ein großer Unterschied zwischen einer qualitativen Repräsentation einer Sache und ihrer Qualität an sich.

Zur Person Randy Williams wäre zu sagen: Nett, aufgeschlossen, freundlich – alle Eigenschaften, die man für eine gute „Darstellung“ braucht.

Wer das Meer gesehen hat, denkt anders über die kleinen Gewässer

Aus China

### 3. ELYWCIMAA Seminar in der Schweiz

Am 28. und 29. September fand in Feldbrunnen (Solothurn) das 3. Seminar der Mitgliedsverbände der ELYWCIMAA statt.

Unter der Leitung von Si-Fu Wilhelm Blech, dem einzigen europäischen Repräsentanten von Meister Lok Yiu und seinen drei ältesten Schweizer Schülern (Peter Ingold, Peter Steiner und Martin Weber), wurde 2 Tage lang das authentische Wing Chun, so wie es Yip Man an Lok Yiu weitergegeben hat, unterrichtet. Dabei ging Si-Fu Blech nicht nur auf das Training der so wichtigen Basisübungen ein, wie z.B. Siu Lim Tau, Sat San Choi und Sat San-

Choi Heu Ma, sondern auch auf Schritte aus der Cham-Kiu Form und Kombinationen von Techniken der Siu Lim Tau in Verbindung mit Wendungen und Schritten.

Si-Fu Blech konnte so das Verständnis für die Anwendung der Siu Lim Tao fördern.

Anschließend standen Low- und Rundkick-Abwehrtechniken auf dem Programm, die durch ihre Einfachheit und ihre Wirkung alle Teilnehmer überzeugten. Auch an diesem Seminar nahmen Wing Chun Leute aus einer anderen Organisation teil. Sie haben in diesen zwei Tagen das erste Mal authenti-

Si-Fu Martin Weber

sches Wing Chun trainiert und sie meinten: "Wir sind überzeugt daß wir endlich den wahren Weg gefunden haben".

So wurde auch das dritte Seminar der ELYWCIMAA in der Schweiz für alle Beteiligten zum grossen Erlebnis und es konnte ein weiterer Schritt für die Verbreitung des traditionellen Wing Chun getan werden. Ich danke meinem Si-Fu Wilhelm Blech in Namen aller Schüler für seine Arbeit.

Nun reise ich schon zum zweitenmal diesen weiten Weg in eine Stadt mit sehr warmem Klima, egal ob tagsüber oder nachts. Wo immer man sich hinbegibt, ist man von Menschen umgeben. Was das Essen angeht, gibt es hier eine Vielfalt an Auswahl, so daß jeder auf seine Kosten kommt. Und kennt man sich einmal ein wenig aus, gibt es in Hong Kong eine Menge zu unternehmen, wie z.B. Märkte besuchen, Bootsfahrten machen, alten Dynastien nachspüren, und das alles gut erreichbar durch ein perfektes U-Bahn und Bussystem.

Schaut man dem ganzen Treiben in dieser Stadt zu, denkt man nicht daran, daß dies auch eine Metropole des Wing Chun Kung Fu ist, denn hier leben noch diejenigen, die mit Yip Man in Verbindung standen oder bei ihm lernten. Seien es seine Söhne Yip Chun und Yip Ching, Tsui Sheung Tin, Wong Shun Leung bis hin zu dem ältesten noch lebenden Schüler Meister Lok Yiu und seiner Familie, welche in Zusammenarbeit mit Sifu W. Blech erst den Einblick in diese Szene ermöglichten.

Nach 13 Stunden Flug in Hong Kong angekommen, mit dem Taxi vom Flughafen zum Hotel nach Kowloon, kurz eingchecked, dann runter zur „Food plaza“ und erst mal was essen. Da traf ich Si-Fu W. Blech mit Win Chun-Schülern aus Kroatien und Italien, welche ich noch vom letztenmal her kannte.

Am nächsten Abend fand ein Essen in einem klassischen chinesischen Restaurant mit Familie Lok Yiu und Mitgliedern der VTAA Hong Kong (Ving Tsun Athletic Association) statt. Es handelte sich um eine interessante Konstellation von Wing Chun Meistern, unter anderen Moy Yat, der in den USA lebt und dort Wing Chun unterrichtet.

Nachdem mit dem Essen begonnen wurde und jeder jedem bekannt war, konnten Fragen gestellt werden und es folgte eine rege Diskussion. Mit mir war auch T. Spieske aus München angereist. Er ist noch nicht lange in der

ELYWCIMAA und war vorher in zwei anderen Organisationen, die ihn nicht überzeugen konnten, tätig. Er hatte hier erstmals Gelegenheit, sich an der richtigen Quelle zu informieren und zu vergewissern. Seine Fragen wurden ausführlich beantwortet und er machte den Eindruck, daß er zufrieden war und nun die Wahrheit hörte. Diese Gespräche waren natürlich nur mit Hilfe unseres Übersetzers namens „Benny“ möglich. Er war unser wichtigster Ansprechpartner und machte seine Sache ausgezeichnet.

Ich selber hatte nie das Gefühl an der Quelle meines Wing Chuns zu zweifeln, worüber man sich aber immer vergewissern sollte, indem man sich einmal nach Hong Kong begibt. So ist es ein gutes Gefühl sicher zu sein, sich auf dem richtigen Wege zu befinden und mühsam ihn auch selber zu gehen. Es ist nicht einfach für jemand in Europa, sich diesen Weg in Hong Kong anzueignen und ihn hier richtig weiterzugehen. Manche geben nur einen Teil ihres Wissens weiter, um immer noch ein Geheimnis oder irgendeinen Vorteil für sich zu bewahren, vielleicht weil andere besser werden könnten als sie selber. Andere wieder denken zu sehr an finanzielle Interessen und gelangen letztendlich auch nicht an das Ziel der Zufriedenheit. Dies ist bestimmt ein brisantes Thema, wo schon viele Wing Chun-Begeisterte Erfahrungen gemacht haben, und deshalb sehe ich nur eine Möglichkeit, den Wing Chun Standard in Europa nach vorne zu bringen: Indem man nur die Wahrheit weitergibt, die Leute auf den richtigen Weg bringt, denn erarbeiten muß es sich jeder selbst. Jeder muß die Möglichkeit haben sich an der Quelle zu informieren. Das bietet die ELYWCIMAA jedem Schüler an. Wo gibt es das noch?

## Metropole Hong Kong

Oliver Ostertag

Im Vordergrund des zehntägigen Aufenthaltes in Hong Kong stand selbstverständlich das Training bei Meister Lok Yiu, wo jeden Tag in den Abendstunden im achten Stock unter harten klimatischen Bedingungen gutes Basistraining geleistet wurde. Meister Lok Yiu, seine beiden Söhne Sang und Kwong und der Übersetzer Benny gaben sich Mühe, uns auf den rechten Weg zu bringen, wobei sie immer wieder auf die Basis zurückgriffen, in welcher später der Erfolg liegt.

An einem Tag besuchten wir die „Royal Hong Kong Police Academy“, wo Meister Lok Yiu auch unterrichtet. Interessant zu sehen, wie Chinesen in einer Klasse unterrichtet werden, die auch noch am Anfang stehen. Wir waren dort herzlich willkommen. Abschließend verabschiedete sich der Leiter der Akademie sehr herzlich von uns.

Am Ende des Trainingsaufenthalts trafen sich alle noch mal zu einem gemeinsamen Essen, bei dem noch so manche Fragen geklärt wurden. Meister Lok Yiu gab zu verstehen, wie wichtig es sei, an unserem Wing Chun hart und ehrgeizig zu arbeiten und es korrekt in seinem Sinne weiterzugeben, gerade in der Zeit, wo viele Unwahrheiten sich zu behaupten suchen.

So beendete ich den Aufenthalt mit gemischten Gefühlen: Traurig gegenüber dieser netten Familie, in der man sich bei jedem Besuch ein Stück näher kommt trotz unterschiedlicher Mentalität, andererseits mit neuer Motivation, in Deutschland weiter am Wing Chun zu arbeiten. Ich sehe durch die ELYWCIMAA die Möglichkeit, den richtigen Weg zu gehen. Wichtig ist dabei, daß auch Erfolge verbucht werden und die Sache Freude macht.

Das Kung Fu Zentrum Nord in Hamburg feierte sein einjähriges Bestehen in der Blücherstraße mit einem Tag der offenen Tür. Neugierige und Interessenten konnten sich einen Nachmittag lang sehr ausgiebig informieren. Es gab drei Vorführungen und genügend kompetente Schüler, die den Anwesenden zur Verfügung standen. Einige Schüler kamen mit Bekannten und Verwandten, um zu zeigen, was sie in der Schule lernen und wie es auch einmal bei ihnen aussehen wird.

Trotz der obligatorischen halben Stunde Verspätung war jede Demo ein Erfolg. Die rund 80 Gäste wurden bestens betreut und hatten dank einiger kleiner Ausrutscher auch etwas zu lachen.

Ebenfalls sehr erfreulich war, daß auch Vertreter anderer ansässiger Kampfkünste in die Schule gekommen sind. Der Tai Chi-Experte Jan Silbersdorff hatte auf Grund eines Seminars leider die letzte Vorführung verpaßt, was ihn aber nicht davon abhielt sich für den INSIDER zu bedanken und auf einen Plausch in kleiner Runde zu bleiben.

Schließlich kam es noch zu einem Gespräch mit einem Schulleiter aus Polen, der Wing Chun aus der Linie

## Leserbief

Seit April 96 befinden wir uns in Kombinationsausbildung bei unserem Si-Fu Detlef Wagner der ELYWC-IMAA, nach dem wir vorher schon am regulären Gruppentraining teilgenommen hatten. In dieser Zeit wuchs in uns beiden die Neugier, tiefer in die Materie des Wing Chun einzutauchen verstärkt, die durch das normale Training nicht so recht befriedigt werden konnte. Deshalb hat uns unser Si-Fu angeboten, Privatunterricht zu geben.

Nach dem wir nun ein dreiviertel Jahr viele Stunden trainiert, geschwitzt und auch über Wing Chun geredet haben, wird es für uns immer klarer, daß dieser Schritt uns näher zum Wing Chun gebracht hat als das reguläre Gruppentraining. Wir haben uns natürlich auch über den finanziellen Aspekt Gedanken gemacht. Doch das

# Einjähriges Bestehen des Kung Fu-Zentrums Nord

Si-Fu Heiko Schwennesen

von Wong Sheung Leung unterrichtete. Man verständigte sich auf Englisch so gut es ging und wollte den Kontakt in Zukunft weiter ausbauen, da er öfters in der schönen Stadt an der Elbe sei.

Auf eine freundliche Einladung hin reagierte ein Mitglied einer anderen Organisation, die bis jetzt nur im Kölner Raum unangenehm von sich reden macht. Per „Einschreiben“ klärte mich dieses Mitglied über seine Einstellung zu Wing Chun auf (siehe Kasten)

Dies ist nur ein weiterer Hinweis darauf, daß zumindest die geistige Schulung in manchen Organisationen sehr zweifelhaft ist.

Nichtsdestotrotz freuen wir uns auf unsere neuen Mitglieder, die sich bereits für das Richtige entschieden haben und heißen sie herzlich willkommen.

Training im Privatunterricht ist in jeder Hinsicht intensiver als im Gruppentraining, sodaß die Kombinationsausbildung nur auf den ersten Blick als teuer erscheint.

Meistens geht so ein Training einen ganzen Tag, oder sogar mehrere, also ähnlich wie bei einem Seminar. Die Anzahl der Schüler ist gering gehalten, so daß unser Si-Fu viel mehr Zeit hat, auf jeden einzelnen einzugehen. Nicht zuletzt sind die Schüler ganz anders motiviert. Dies schafft eine arbeitsintensive Atmosphäre, bei der man viel mehr auf die Details, die das Wing Chun ausmachen, eingehen kann. Dank dem angenehmen Unterrichtsklima bringt das Training auch eine Menge Spaß mit sich. Seit dem Beginn unserer Ausbildung haben wir so viel mehr gelernt, als es uns im Gruppentraining möglich gewesen wäre.

## Einladung zum Tag der offenen Tür

Sehr geehrter Herr Schwennesen! Mit diesem Schreiben beziehe ich mich auf Ihr Schreiben vom 18.10.96. Sie mögen vielleicht gute Absichten haben, aber jedenfalls haben Sie schlechte Informationen. Ich bin kein Wing Chun Freund und bin es auch noch nie gewesen. Für einen Schüler von Si-Fu Birol Özden können Sie keine neuen oder in irgendeiner Form interessanten Informationen bieten.

Ich betrachte Ihr Schreiben als eine einmalige Belästigung und ersuche Sie höflich, dieses in Zukunft zu unterlassen. Wenn Sie trotz allem auf einen Kontakt zur E.V.C.C. nicht verzichten können, dann wählen Sie bitte den Weg über die Akademie in Köln. Dort wird man Sie an die zuständige Person weiterleiten. Die Telefonnummer entnehmen Sie der Fachpresse.

Marco Michael Heide  
Schulleiter der E.V.C.C.  
Hamburg, 25.10.1996

Für uns wird es jedenfalls langsam ernst: Im Frühjahr 1997 stehen die ersten Stunden bei unserem Si-Gung W. Blech an. Und schon Mitte des Jahres folgt unsere Prüfung zum Assistenzlehrer I, die uns bei erfolgreichem Abschluß ermöglicht, selbst Unterricht zu geben. Wir freuen uns jedenfalls auf viele weitere schweißtreibende Trainingsstunden.

Manuel Siebert  
Mark Enters  
Freiburg, 14.11.1996

Reid, Howard & Croucher,  
Michael: „Der Weg des  
Kriegers.“  
Verlag Heinrich Hugendubel,  
München 1986

# Buchbesprechung

Walter Klingsbigl, Hamburg

Anm. Inzwischen ist eine Neuauflage des Buches erschienen.

Wie die/der Wing Chun-Treibende aus leidvoller eigener Erfahrung weiß, herrschen über Geschichte, Tradition, Technik oder Trainingsaufbau unserer Kampfkunst häufig unterschiedliche Meinungen vor, von denen nicht wenige in die Bereiche Traum Mythos und böswilliges Gerücht einzuordnen sind. Dies gilt, in vielleicht nicht ganz so hohem Maße, für die Kampfkünste insgesamt. Die einschlägigen deutschsprachigen Magazine scheinen an einer Aufklärung dieser Verwirrung nicht nur nicht interessiert zu sein, sondern mit Mystifizierung, Geheimniskrämerei und Trivialisierung ihre Geschäfte zu betreiben. Will man/frau sich Überblick verschaffen, bleibt der Griff zum INSIDER und ins Bücherregal. Aus dem Wust von Büchern, in denen man wieder nur erfährt, welcher Stil der tödlichste ist, wie man unbesiegbar wird und daß Dr. Fu Man Chu mittels eines Dim Mak Bruce Lee getötet hat, ragen jene heraus, deren Anliegen die Schaffung von Klarheit ist. Einige von ihnen möchte ich im Rahmen dieser Zeitschrift vorstellen.

Den Anfang macht „Der Weg des Kriegers“ von Howard Reid und Michael Croucher. Das Buch entstand aus Recherchen, vor allem vor Ort, die im Rahmen einer Dokumentarserie für die BBC von den Autoren durchgeführt wurden. In den ersten beiden Kapiteln wird versucht, den Begriff „Kampfkunst“ von solchen wie „Krieg“ oder „Kampfsport“ abzugrenzen, sowie die Ursprünge der Kampfkünste zu untersuchen. In den folgenden Kapiteln werden ausgehend hiervon die weite-

ren historischen und geographischen Entwicklungslinien verfolgt. Diese führen vom indischen Kalarippayat zu den Küsten Chinas, der Tradition von Shaolin und den weichen Schulen, weiter zu den traditionellen Waffenschulen Japans, dem Okinaws-Karate und der modernen, inzwischen weltweit verbreiteten modernen japanischen Kampfkunstdisziplinen. Dem schließt sich ein Blick auf den gegenwärtigen Stand der Kampfkünste und ihre Rolle in der Gesellschaft an. Zum Abschluß wird eine kurze Übersicht über die wichtigsten Kampfkunstsyste-me der Welt gegeben. Fachausdrücke werden in einem Glossar erläutert, dem ein Quellenverzeichnis mit weiterführender Literatur folgt. Das neben dem historisch-geographischen wichtigste Aufbauprinzip des Buches ist in dem Versuch zu sehen, die jeweiligen Kampfkünste in Bezug zu einem weltanschaulichen Rahmen zu setzen.

Der Frage, was KAMPFKunst zur KampfkUNST macht wird zunächst nur oberflächlich nachgegangen, was bei einem derartigen Überblickswerk keine Kritik sein soll. Am Ende der Lektüre wird der Leser aber einen guten Eindruck davon haben, warum man/frau in diesem Zusammenhang von Kunst spricht. Reid/Croucher sehen in individuellen Können (im Gegensatz zu den Techniken von Kriegsheeren) und in der Regellosigkeit der Auseinandersetzung (im Gegensatz zum Kampfsport) die Kennzeichen für Kampfkünste. Ihr Ziel ist „die Abwehr eines Angriffes mit allen Mitteln in kürzest möglicher Zeit“ (S. 18)

Die Frage nach dem Ursprung der asiatischen Kampfkunstdisziplinen ist problematisch wenn nicht gar sinnlos. Dieses Problem sehen auch die Autoren. Quellen hierfür sind nicht vorhanden, die ersten Aufzeichnungen von Körperübungen stammen (laut Reid/Croucher) aus dem 3. Jahrhundert n. Chr. Es ist aber anzunehmen, daß die Wurzeln erheblich weiter zurückreichen, wie primitiv auch immer die Techniken sein mochten. Trotzdem wird versucht einen hypothetischen Ursprung in Mesopotamien zu konstruieren und die möglichen Verbreitungswege in den fernen Osten aufzuzeigen (Handelsrouten, fahrende Akrobaten etc.). Letztlich läßt sich auch nicht klären, ob z.B. die Kampfkünste Indiens oder Chinas älter sind, wenn auch eine gegenseitige Beeinflussung sehr wahrscheinlich ist. Auch die Geschichte von Bodhidharma, dem indischen Mönch, der im 6. Jahrhundert n. Chr. von Indien nach China reiste und dort das für die Kampfkünste so einflußreiche Shaolin-Kloster besucht haben soll, ist schlecht dokumentiert: es gibt eine einzige zeitgenössische Erwähnung der Reise aus dem Jahre 547 n. Chr.

Nimmt man/frau diese Ostwanderung eines Ursprungsstils an, wird klar, warum Reid/Croucher daran gelegen ist, das südindische Kalarippayat als eine einheimische Kampfkunst mit ungebrochener Tradition darzustellen. Kalarippayat weist zwei Stilgruppen auf, eine nördliche und eine südliche, deren Unterschiede erklärt werden. Waffenlose Techniken werden ebenso vorgestellt wie das Waffentraining und

das Üben der Formen. Es finden sich auch Hinweise auf die Ähnlichkeiten der Bewegungsmuster von Kalarippayat und dem Shaolin-Tempelboxen. Besonderen Wert legen die Autoren auf die Verbindung von Kampfkunst und ärztlichem Wissen bei den Meistern, sowie die damit in Zusammenhang stehenden Kenntnisse besonders empfindlicher Körperstellen, mittels derer Bewußtlosigkeit und sogar Tod herbeigeführt werden können. In den Kurzportraits verschiedener Meister werden diese Zusammenhänge berührt, ebenso jene zwischen Kampfkunst und Weltanschauung.

Das gilt insbesondere auch für die Darstellung der Tradition des Shaolin-Klosters. Wie bereits erwähnt, wurde das Shaolin-Kloster von Bodhidharma besucht, der hier den Chan- (jap. Zen) Buddhismus lehrte, mit dem die Kampfkünste des Klosters über mehr als ein Jahrtausend untrennbar verbunden waren. Als erstes wird idealtypisch der Unterschied zwischen harten und weichen Stilen beschrieben bezüglich Bewegung, Atmung und Einsatz der Energie. Die beiden Stilgruppen werden dann getrennt behandelt. Die harte, äußere Schule wird wieder in eine nördliche, durch zahlreiche und hohe Beintechniken gekennzeichnete und eine südliche mit explosivem Armeinsatz und tiefen Kicks unterschieden. Techniken, Waffen und Übungsformen werden dargestellt. Interessant hierbei ist die Einordnung des Wing Chun in die südliche Schule. Das geht soweit in Ordnung, als das Wing Chun den Einsatz der Arme betont und mit wenigen und tiefen Tritten das Auslangen findet. Auch geographisch ist diese Zuordnung richtig. Allerdings ist die Zurechnung zur harten, äußeren Schule dennoch zweifelhaft. Hier zeigen sich einige grundsätzliche Probleme des Buches. Die groben Einteilungsprinzipien und die zwangsläufige Beschränkung auf einen oder wenige Vertreter eines Stiles sind in einem solchen Überblickswerk nicht zu verhindern.

Als Vertreter des Wing Chun wurde Si-Fu Simon Lau aus London ausgewählt, ein Kung Fu-Enkel Großmeister Yip Mans. Wer die Unterschiede der Toudais des Großmeisters in Bezug auf das Wing Chun etwas kennt, wird die Problematik der Auswahl verstehen. Außerdem müssen sich die Autoren den Vorwurf gefallen lassen, die von ihnen selbst ins Spiel gebrachten Unterschiede im Umgang mit Energie zu wenig konsequent in ihren Untersuchungen der Kampfkunststile angewendet zu haben.

Eine Kenntnis der Art der Kraftentwicklung im authentischen Wing Chun hätte sie vielleicht auf die Idee gebracht, daß in unserer Kampfkunst die inneren Elemente überwiegen. Der mit unserem Stil vertraute Leser kann im Kapitel über die weichen Stile (Hsing-I, Pa-Kua, T`ai Chi Chuan) eventuell Verwandtschaften mit denselben entdecken. Dieses Kapitel ist durch seine ausführliche Darstellung der Verwurzelung dieser Künste in der Tradition des Taoismus und magischen, schamanistischen Vorstellungen besonders lesenswert.

Die Kultur Chinas übte auf jene Japans großen Einfluß aus. Vor allem die Gedankenwelt des Buddhismus faszinierte die Oberschicht, besonders aber die Samurai. Sie führte schließlich in einer Zeit anhaltenden Friedens zu einer Neuorientierung der Krieger, die nicht länger im eigentlichen Kriegshandwerk ihren Lebensinhalt sahen. Die funktionellen Gesichtspunkte der Kampfkünste traten zurück, die ästhetischen und moralischen Aspekte in den Vordergrund. Aus der Kampfkunst, dem Bujutstu, entwickelten sich der Weg der Kampfkunst „Budo“ und der Weg des Kriegers „Bushido“, in denen die individuelle Haltung und geistige Entwicklung des Kriegers im Mittelpunkt standen.

Im Bujutsu wurzelt eine der traditionellen Waffenschulen Japans, die 1447 gegründete Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu. Interessant ist, daß

sich die Techniken und Anliegen der Schule über die Jahrhunderte weitgehend erhalten haben und nicht jenem Anpassungsprozeß unterlagen, aus dem letztlich das Kendo, das Iaido oder die modernen Schulen des Karate, Aikido oder Judo hervorgingen. Unter anderem werden die Waffen (Schwert, Hellearbe etc.) immer noch gegen die Schwachstellen der mittelalterlichen Rüstungen gerichtet. Historische Entwicklung, Technik und Training des Katori Shinto Ryu werden ausführlich dargestellt.

Ebenso wird bei der Beschreibung des Okinawa-Karateverfahren. Okinawa, die Hauptinsel der Ryukyu-Inseln war lange Zeit ein Bindeglied zwischen China, dem es zeitweilig tributpflichtig war, und Japan, von dem es ab 1609 besetzt war. Der Bevölkerung war nach 1477 aus politischen Gründen das Tragen von Waffen verboten, was der bodenständigen waffenlosen Kunst des Te förderlich war. Mit dieser verbanden sich die aus China stammenden Shaolin-Schulen aber auch weiche Stile. Es entstanden in weiterer Folge das Shorin-Ryu Karate und das von weichen Stilen beeinflusste Goju-Ryu Karate. Die Ausbildung in diesem Stil, die zahlreichen Schlagtechniken, die Philosophie und die Bedeutung der Formen (Kata) sind Gegenstand der weiteren Ausführungen der Autoren.

Die heute bekannten und verbreiteten Formen des Karate (Shotokan, Wado-Ryu usw.) stammen vom okinawanischen Karate ab. Diese modernen Künste und andere (Naginata-Do, Judo) werden in weiterer Folge beschrieben, besonders im Zusammenhang mit der Geschichte Japans nach 1945.

In diesen Rahmen gehört auch die Entwicklung eklektischer Stile wie z.B. das Shorinji-Kempo. Ein kurzer Überblick über die Kampfkünste der Welt beendet die Arbeit, von Reid und Croucher, auf deren gute und reichhaltige Bebilderung noch hingewiesen sei.

Leserbrief

Sehr geehrte Damen und Herren der Redaktion!

Seit eineinhalb Jahren trainiere ich bei Si-Fu Schwennesen in Hamburg. Wir alle sind sehr zufrieden, wenn auch unser Si-Fu zeitweilig nicht im Training sein kann. Wir wissen, daß er oft in Ottweiler bei unserem Si-Gung trainiert und wir sehen jedesmal, daß er fast unaufholbare Fortschritte macht.

Zu meiner Frage: Bei meiner letzten Prüfung war Si-Fu Asadi der Prüfer in Hamburg, warum prüfte uns nicht mehr Si-Fu Schwennesen? Ist er dazu nicht mehr berechtigt? Ich weiß gar nicht mehr was jetzt richtig ist.

Jens Hamburg, 21.11.96

Lieber Jens, Das habe ich schon erwartet, daß die Schüler nervös werden. Was ist da wohl in der ELY los? Eigentlich nichts Weltbewegendes. Wir wollen nur in der ELY gleichwertige von der ELY anerkannte Prüfungen durch lizenzierte Prüfer abnehmen lassen. So haben die Schüler in Kozle (Polen) genau die gleiche Prüfung wie die Schüler in Sizilien.

Also eine Aufwertung aller Prüfungen in der ELY. Und für den Schüler vor Ort Sicherheit!

Dann noch zur Prüfung durch einen Lehrer:

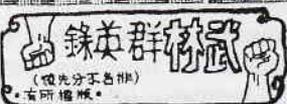
Stell Dir vor, Du lernst einen Beruf und Dein Lehrmeister prüft Dich nach 3 Jahren Lehrzeit selbst und läßt Dich durchfallen! Was denkst Du dann über ihn?

Es gibt doch eine Prüfungskommission vor jeder Industrie und Handelskammer, wo unabhängige Prüfer entscheiden. Das soll in Zukunft auch so innerhalb der ELYWCIMAA sein. Das ist eine Garantie für den Schüler.

Ich hoffe, daß Dir hiermit geholfen ist und Du nun weißt, was „richtig“ ist. Dein Si-Gung

元歎

詠春派宗師 葉問 葉問宗師父年屆七十一歲高齡，精神尚佳，去年一月間，曾到香港，在沙田山莊，主持開辦詠春拳術訓練班，每月收費十五元，有與眾不同技藝的青年，均可報名參加。



詠春派宗師 葉問 葉問宗師父年屆七十一歲高齡，精神尚佳，去年一月間，曾到香港，在沙田山莊，主持開辦詠春拳術訓練班，每月收費十五元，有與眾不同技藝的青年，均可報名參加。

詠春派宗師 葉問 葉問宗師父年屆七十一歲高齡，精神尚佳，去年一月間，曾到香港，在沙田山莊，主持開辦詠春拳術訓練班，每月收費十五元，有與眾不同技藝的青年，均可報名參加。

詠春派宗師 葉問 葉問宗師父年屆七十一歲高齡，精神尚佳，去年一月間，曾到香港，在沙田山莊，主持開辦詠春拳術訓練班，每月收費十五元，有與眾不同技藝的青年，均可報名參加。



詠春宗師葉問父親近照

難靠岸 時停航 人羣鼓噪

昨晚與尖沙咀碼頭開行之「一艘輪船」，因受風浪影響，在沙田山莊附近，與風浪大作，船隻失去控制，隨海流漂向沙田山莊碼頭，全船搭客驚慌失措，全船搭客驚慌失措，全船搭客驚慌失措。

美「時代週刊」出版人 抵本港主持印發事宜

「時代週刊」出版人美籍名流，於七月廿八日由美抵港，主持印發事宜。美籍名流，於七月廿八日由美抵港，主持印發事宜。美籍名流，於七月廿八日由美抵港，主持印發事宜。

作夕

刀斬了願告堅刀受傷，後往醫院救治，昨晨獲送醫院，今晨獲送醫院，今晨獲送醫院。

新開中西酒筵部

新開中西酒筵部 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵

新開中西酒筵部

新開中西酒筵部 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵 節日開筵

Eine Seite aus der Tin Sing Evening Pao vom 29. Juli 1969. Der Artikel ist mit „Yip Man Grandmaster“ übertitelt. Der Inhalt besagt, daß er 71 Jahre alt ist und mit 11 Jahren bei Schan Wa Chun als dessen jüngster Schüler zu lernen begonnen hat. Yip Man hat nie eine Wing Chun-Schule besessen, sondern in Lokalen unterrichtet, die seine Schüler für ihn angemietet haben.

Wir haben darauf verzichtet, den Inhalt des Artikels vollständig zu übersetzen, weil uns mit Sicherheit Übersetzungs- oder Interpretationsfehler unterlaufen wären, wie das mancherorts ja an der Tagesordnung ist. Aber in jedem China-Restaurant können Sie sich eine authentische Übersetzung besorgen.

# DER FALL EWCO - RAINER GÜNTHER

Hiermit möchten wir allen Mitgliedern mitteilen, daß wir uns von der EWCO und somit von deren Leiter, Herrn Rainer Günther, trennen mußten. Diese Entscheidung ist uns nicht leicht gefallen, da Herr Rainer Günther mit seinem Verband EWCO aus unserer Sicht ein fester Bestandteil der ELYWCIMAA war. Dies war aber, wie sich jetzt herausstellte, nur das Bild, das er gegenüber seinem Si-Fu W. Blech und allen Mitgliedern der ELYWCIMAA vorspielte. Viele Dinge, die sich im Laufe der Jahre zugetragen haben, sollen hier unerwähnt bleiben. Was aber letztendlich den Ausschlag für die Trennung von der EWCO und Herrn Rainer Günther gab, waren die verstärkt und vermehrt auftretenden „Hilfesuchen“ der Schulleiter und Ausbilder seiner Organisation an Si-Fu W. Blech und die ELYWCIMAA.

Den stundenlangen Besprechungen mit den Schilderungen der Vorkommnisse, denen man zunächst nur teilweise Glauben schenken konnte, folgten sehr lange Aussprachen mit Herrn Rainer Günther selbst, um eventuelle Mißverständnisse rechtzeitig ausräumen zu können. So konnte durch die Vermittlung Si-Fu W. Blechs größerer Schaden von der EWCO und Herrn Rainer Günther abgewendet werden. Nunmehr aber ist die von ihm heraufbeschworene Situation so eskaliert, daß sich mittlerweile die Mehrheit der Schulleiter und Ausbilder der EWCO in ihrer Existenz bedroht sehen und sich hilfeschend abermals an Si-Fu W. Blech und die ELYWCIMAA gewandt haben. So entbehren die Aussagen des Herrn Rainer Günther, daß er direkt bei Meister Lok Yiu in Hong Kong als sein Schüler anerkannt sei, jeder

Grundlage. Ein daraufhin von Schulleitern und Ausbildern der EWCO verfaßtes Schreiben an Meister Lok Yiu, ob diese Aussage der Wahrheit entspricht, wurde von ihm bereits eindeutig beantwortet.

Herr Rainer Günther war und wird niemals ein Schüler von Meister Lok Yiu sein können. Dies weiß Herr Rainer Günther ebenso, was er schon

mehrfach durch seine Unterschrift (siehe abgebildete Erklärung) bestätigt hat.

Die ehemaligen Schulleiter der EWCO haben ihren Aufnahmeantrag in die ELYWC bereits gestellt und dem wurde auch schon entsprochen. Somit können sie die bereits begonnene Ausbildung im authentischen Wing Chun fortsetzen.

Die Redaktion



European Lok Yiu Wing Chun International Martial Art Association

ELYWCIMAA Si-Fu W. Blech GmbH & Co. KG  
Karl-Marx-Straße 48  
D-66564 Ottweiler  
Germany  
Tel. +49-(0)6824-6631  
Fax +49-(0)6824-8870

ELYWCIMAA® **Gemeinsamkeit macht stark!**

## Erklärung

Hiermit erklärt Herr/Frau RAINER GÜNTHER, geboren am 31.07.51, daß er/sie nur aufgrund der persönlichen Mitgliedschaft in der 'European Lok Yiu Wing Chun International Martial Art Association' ('ELYWCIMAA') und dem Einverständnis des Geschäftsführers der 'ELYWCIMAA', Herrn Si-Fu Wilhelm Blech, die Möglichkeit erhält an einem Trainingsaufenthalt bei Meister Lok Yiu und seinen Söhnen in Hong Kong teilzunehmen. Dieser Trainingsaufenthalt findet in der Zeit vom 28.10.96 bis einschließlich 02.11.96 in Begleitung von Herrn Si-Fu Wilhelm Blech statt.

Desweiteren erklärt er/sie, daß keinerlei Schüler - Verhältnis zu einem Mitglied der Familie Lok bestanden hat, noch besteht.

Jedwedes Schrift- bzw. Bildmaterial jedweden Ursprungs das in der Öffentlichkeit fälschlicherweise dazu verwendet werden kann, daß doch ein solches Schüler - Verhältnis zwischen Herrn/Frau RAINER GÜNTHER und einem Mitglied der Familie Lok bestanden hat oder noch besteht ist kann nur aufgrund des Einverständnisses von Herrn Si-Fu Wilhelm Blech in seinen/ihren Besitz gelangt sein. Herr/Frau RAINER GÜNTHER bestätigt, daß er/sie niemals Unterricht von Meister Lok Yiu bzw. einem Mitglied der Familie in Abwesenheit Herrn Si-Fu Wilhelm Blechs erhalten hat oder erhalten kann.

OTTWEILER 15.10.96  
Ort, Datum

X   
Unterschrift

# DER FALL DES DEUTSCHEN WING CHUN VERBANDES - KLAUS FILBRANDT

Uns erreichen immer wieder Fragen zu einem ehemaligen Mitgliedsverband der ELYWCIMAA, dem DWCV (Deutscher Wing Chun Verband) des Herrn Klaus Filbrandt. Deshalb möchten wir hiermit diese Fragen, warum der DWCV des Herrn Klaus Filbrandt nicht mehr Mitglied der ELYWCIMAA ist, ein für allemal beantworten.

Die erste Kontaktaufnahme des Herrn Filbrandt mit der ELYWCIMAA und Si-Fu W. Blech kam durch Vermittlung von Herrn Rainer Günther (ein ehemaliger Schüler des Herrn Klaus Filbrandt), dem Leiter der EWCO in Köln, der mittlerweile ein Verbandsmitglied der ELYWCIMAA geworden war, zustande. Dieser erste Kontakt schief wieder ein, wurde aber von Herrn Klaus Filbrandt nach einem Jahr, in dem er den Aufbau der jetzigen ELYWCIMAA genau verfolgt hatte, wieder aufgenommen. So kam es zu einem ersten Gesprächstermin zwischen Herrn Klaus Filbrandt, der mit seiner Lebensgefährtin anreiste, Si-Fu W. Blech, Herrn R. Wichter, Herrn A. Wichter und Herrn M. Till auf Seiten der ELYWCIMAA. Es war ein sehr ergiebiges und interessantes Gespräch über seine Vergangenheit in der Kampfkunstszene.

So kam er natürlich auch auf seinen früheren (und einzigen!) „Si-Fu - Lehrer“ zu sprechen. Dazu konnten Si-Fu W. Blech sowie Herr M. Till aus eigener Erfahrung weitere Ausführungen machen. Nachdem Herr Filbrandt jedoch den durch entsprechende Beweise untermauerten Ausführungen Glau-

ben schenken mußte, konnte er seine Emotionen nicht mehr verbergen. Er weinte sich in den Armen seiner Lebensgefährtin aus und war für einige Zeit nicht mehr ansprechbar. Erst danach kam man zum Praktischen Teil des Wing Chun.

Herr Filbrandt gab sich vergeblich die größte Mühe, seine in langen Jahren erlernten Lat Sau und Chi Sau Techniken an Si-Fu W. Blech „auszuprobieren“. Anschließend nannte Herr Filbrandt das, was er in all den Jahren gelernt hatte, „Karate Tsun“ und bestätigte, daß er sich nun vorstellen kann, was authentisches Wing Chun eigentlich bedeutet,

Er freute sich, das richtige Wing Chun endlich gefunden zu haben! So stand sein Entschluß, der ELYWCIMAA als selbständiger Mitgliedsverband beizutreten und authentisches Wing Chun zu erlernen, schnell fest. Dem folgten noch zahlreiche Gespräche zwischen ihm und Si-Fu W. Blech sowie ein Treffen, zu dem Herr Filbrandt fünfzehn seiner Schulleiter und Ausbilder aus ganz Deutschland anreisen ließ. Nachdem jeder die Gelegenheit hatte, im praktischen Teil seine „Trickkiste“ auszupacken, stand schließlich eines fest: In Zukunft nur noch das authentische Wing Chun der ELYWCIMAA vertreten zu wollen.

Man einigte sich auf den Zeitraum eines Monats um alle Vorbereitungsmaßnahmen, die eine Mitgliedschaft mit sich bringt, abzuwickeln. Danach wollte Herr Filbrandt nach eigener Aussage Vollgas geben. Nachdem Herr

Filbrandt in seiner Eigenschaft als Leiter des DWCV den Mitgliedsvertrag sowie seinen eigenen Ausbildungsvertrag unterzeichnet hatte, folgte aber nur heiße Luft anstelle von Vollgas. Ein Beispiel hierzu sind die 17-1/2 Stunden Unterricht (vom 18.07.1995 bis 09.01.1996), die Herr Filbrandt von Si-Fu W. Blech erhielt – und dies in 1-1/2 jähriger Verbandszugehörigkeit. Was ihn keineswegs daran hinderte, im Fachmagazin KICK (Ausgaben 1 und 2/96) bereits Seminare in „DWCV Klassisch Wing Chun Kung Fu - Yip Man Stil bei Meister Lok Yiu“ ohne Einverständnis der ELYWC anzubieten.

In all dieser Zeit ist der DWCV seinen Zahlungsverpflichtungen nie nachgekommen. Es folgte ein Vergleich, da man von Seiten der ELYWCIMAA Herrn Filbrandts angeblichen Bemühungen um eine gute Zusammenarbeit noch immer Glauben schenkte. Nach den Aussagen Herrn Filbrandts lag die alleinige Schuld bei den Schulleitern und den Schülern des DWCV, die ihrerseits ihren Verpflichtungen nicht nachgekommen sind. Erst als auch diese Vereinbarung fruchtlos verstrich, kam es zur nunmehr unvermeidlichen Trennung, die rechtliche Folgen für Herrn Filbrandt und den DWCV nach sich zieht.

Wie schon früher in der EWTO, IWCO nun dem DWCV – was kommt als nächstes Herr Filbrandt?

Wieder einmal ein wahrer Meister des Wing Chun!

*Die Redaktion*



Training  
mit der  
Royal  
Hong  
Kong  
Police



Hongkong

„Hong Kong Live“

Nehmen sie diese Chance wahr!

Training, Hong Kongs Sehenswürdigkeiten, Besuch im Weltdachverband VTAA und vieles mehr!

Mai 97 der „letzte Termin“ vor dem Wechsel zu China!

Abflug Frankfurt, Köln, Hamburg, Stuttgart, München am  
02.05.1997

Ankunft in Hong Kong: 03.05.1997

Großes Essen mit der Familie Lok

Training 05.05-10.05.1997

Ablußeßen mit Familie Lok

Abflug von Hong Kong 12.05.1997

Ankunft in Deutschland 13.05.1997

Abflug Frankfurt, Köln, Hamburg, Stuttgart, München  
am 13.10.1997

Ankunft in Hong Kong: 14.10.1997

Grosses Essen mit der Familie Lok

Training 15.10-21.10.1997

Geburtstagsfeier von Lok-Yiu

Abflug von Hong Kong 23.10.1997

Ankunft in Deutschland 24.10.1997

Erleben Sie  
Wing Chung Live!  
Dann urteilen Sie selbst!  
Dann sind Sie ein  
INSIDER!

Ihre Chance! Nur 6 Plätze!

Melden sie sich bitte schnellstens schriftlich verbind-  
lich bist zum 31.03.1997 bei Si-Fu Blech persönlich  
an!

Anmeldung für den Herbsttermin schriftlich verbind-  
lich bis spätestens zum 01.09.1997 bei Si-Fu Blech  
persönlich!

✂ Hier abtrennen

Hiermit melde ich mich für die Reise nach Hong Kong an.

Name: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Termin: \_\_\_\_\_

Plätze: \_\_\_\_\_

Tel.Nr.: \_\_\_\_\_

Datum

Unterschrift

European Lok Yiu Wing Chun International Martial Art Association

The european umbrella organisation for authentic Wing Chun Kung Fu

Der europäische Dachverband für authentisches Wing Chung Kung Fu