

Gewandtheit und Geschicklichkeit im WingTsun

HORST TIWALD

www.horst-tiwald.de

9. August 2012

Gewandtheit und **Geschicklichkeit** durch **sprachliche Benennungen** zu unterscheiden, kann für das Entfalten des **WingTsun im eigentlichen Sinne** hilfreich sein.

Was „**Gewandtheit**“ im Unterschied zur „**Geschicklichkeit**“ sein soll, dafür lassen sich leicht treffende Sätze finden:

- in meinem Sinne bezeichne ich mit dem Wort „**Gewandtheit**“ das **selbsttätige Verändern der Gestalt** meines Körpers, um mein **Gleichgewicht** zu erhalten oder mich **fortzubewegen**;
- mit dem Wort „**Geschicklichkeit**“ benenne ich das selbsttätige Verändern der Gestalt meines Körpers, um **etwas außer mir** zu verändern, z.B. als Nahrung mir anzueignen oder um einen Gegner abzuwehren;
- ich unterscheide also nicht nach der „**Form der Bewegung**“, sondern nach der „**Funktion des Bewegens**“!¹

Im **westlich geschulten wissenschaftlichen Geiste** könnte man nun frohlocken und diese beiden treffenden Sätze zu „**Definitionen**“ erheben und die Meinung eines „**Entweder-Oder**“ vertreten.

Man würde hier aber der Ansicht aufsitzen, dass ein Bewegung **entweder** eine „**Gewandtheit**“ **oder** eine „**Geschicklichkeit**“ sei.

Dies ist aber als **Tatsache** gar nicht der Fall!

¹ Vgl. meinen Text: „Über die ‚Funktion‘ und die ‚Bewegungsaufgabe““, zum Downloaden aus dem Internet www.horst-tiwald.de unter den Downloads im Ordner „*Theorie des MuDo*“.

Eine weitere Sackgasse wäre es, die Meinung zu vertreten, dass ich mit meiner Unterscheidung **das körperliche Bewegen überhaupt** in zwei Mengen einteile, eben in die „Geschicklichkeiten“ und in die „Gewandtheiten“.

Auch das ist nicht der Fall:

- denn jene Unterscheidung betrifft nur jene Bewegungen,
- deren Ziel eine **mechanische Transformation** ist,
- und die man als sog. „**Zweckbewegungen**“ bezeichnet.

Daneben gibt es nämlich noch andere Bewegungen, wie z.B. jene, welche eine **Information widerspiegeln oder tragen**²:

- wie die sog. „**Ausdrucksbewegungen**“ und die „**Darstellungen**“.

Aber auch hier gilt für das Bewegen selbst kein Entweder-Oder.

Jede **kämpferische Zweckbewegung** hat z.B. auch:

- einen **Ausdruck**, bzw. einen **Informationsgehalt**,
- den ich in der **Kommunikation** (auf der Grundlage einer „**hinhörend einswerdenden Kommunion**“) gewahren kann.

Eine weitere Sackgasse des Denkens ist dann die **voreilige Gleichsetzung**:

- von **Gewandtheit mit Rumpfbewegen**, d.h. mit dem „**Gestänge**“,
- und von **Geschicklichkeit** mit dem **Bewegen der Extremitäten**.

Da das „**Gestänge**“ das Fundamentale ist, liegt dieser faszinierende Irrtum sehr nahe.

Ich spreche da aus eigener Erfahrung!

Es gilt daher zu durchschauen:

- dass ich sowohl mit dem selbsttätigen Bewegen meines **Gestänges** etwas anderes „**geschickt**“ wegstoßen oder sogar wie das Krokodil mit einem Schlag des Schwanzes „**geschickt**“ töten und zur Beute machen kann;

² Vgl. hierzu: HORST TIWALD/KONRAD STRIPP: „*Psychologische Grundlagen der Bewegungs- und Trainingsforschung – eine Einführung in das psychologische Denken für Sportler, Trainer, Sportpädagogen und Sportpolitiker*“, GIESSEN/LOLLAR 1975, ISBN 3-87958-909-7.

- wie andererseits das „**gewandte**“ Bewegten der **Extremitäten** dem **Erhalt des Gleichwichts und des Fortbewegen**, z.B. auch beim Klettern dienen kann.

Das vom „**Gestänge**“ geführte „**gewandte Bewegten der Extremitäten**“ erzeugt ja auch beim „**erdverwurzelten Stand**“ die brauchbare Reibung mit dem Boden und somit hilfreiche „**Reaktionskräfte**“.

Wenn ich also meinen Unterarm mit **selbsttätigem** Bewegten gegen den mich bedrohenden Arm des Gegners schlage, dann kann dies ganz Unterschiedliches sein:

- es kann ein **Stoppen** der Bedrohung des Gegner sein, bei der ich die über meinen „**erdverwurzelten Stand**“ erzeugten **Reaktionskräfte** „**kraftschlüssig**“ durch mein „**Gestänge**“ leite und dem Gegner mit meinen starr gemachten Unterarm entgegensetze. Ich **panzere** mich, um den Gegner kein Eindringen zu ermöglichen;
- ich kann aber auch die **Aktionskraft** des Gegners, die mir dieser entgegenbringt, im dosierten Nachgeben „**gewandt**“ durch mein „**Gestänge**“ leiten und im Zusammenspiel mit meinem „**erdverwurzelten Stand**“ so ausbalancieren, dass mein Gleichgewicht erhalten bleibt;
- ich kann aber auch „**geschickt**“ gegendrücken, um den Gegner zu **veranlassen**, noch mehr zu drücken, wodurch ich mich dann „**gewandt**“ von der **Aktionskraft** des Gegners weg-schieben und an einen für das Kampfgeschehen **für mich günstigeren Ort bringen lassen kann**, z.B. um ihn dann **auf seiner nun ungeschützten Seite** angreifen zu können;
- ich kann aber auch mit spezifischem Druck seine beiden Arme so **kontrollieren** und meinen Druck „**geschickt**“ so gestalten, dass ich den Gegner dazu bringe, **immer beide Beine zu belasten**, wodurch ich mich gegen seine Tritte schützen kann.

So gibt es noch unzählige „**gewandte**“ und „**geschickte**“ Einsätze der **oberflächlich mit den gleichen Wörtern benannten Armbewegungen**.

Wer dies nachvollziehen möchte, kann sich in die Fotos von **YIP MAN**³ von seinem **Bewegen an der Holzpuppe** hineinversetzen.

³ Vgl. K.R. KERNSPECHT (Hrsg.): „**116 Wing Tsun Holzpuppen-Techniken – demonstriert von YIP MAN**“, 1992, S. 18-47, ISBN 3-927553-01-8.

Beim Betrachten dieser Fotos ist mir nämlich sofort aufgefallen, dass jene für den „**Wandel**“ entscheidenden Fotos fehlen.
Ganz ähnlich wie bei den Bilderserien im alpinen Skilauf.

Ich habe also mit **peripherem Sehen** jeweils **zwei benachbarte Bilder** ins Auge gefasst und meine **Achtsamkeit auf die unsichtbare Mitte fokussiert**.

Nach einigem Üben aktualisierten sich **die in mir als Erbkoordinationen aufbewahrten Bewegungsmuster** in einer Art **innerem Mitbewegen**, und erzeugten in mir ein Bild des „**gewandten und geschickten Dazwischen**“.

Dies entstand in der **Inneren Empirie** als eine umgekehrte sog. „**Ideomotorischen Reaktion**“).
Die „**Arbeit des Gestänges**“ stand dabei im Mittelpunkt.

Ich gewährte also bei diesen Fotos (aus meiner Sicht) den eigentlichen **YIP MAN**.

Man muss also **aus meiner Sicht** klar unterscheiden zwischen:

- dem eigentlichen **YIP MAN**, der mit der gewandten und geschickten Arbeit seines Gestänges ein ganz besonderes WINGTSUN realisierte und „**den Tod vermeidende Techniken**“ anwandte;
- und den später erweiterten **Hongkong-Techniken**, die (vorwiegend mit der **Arbeit der Extremitäten** aus der **Distanz** heraus) offensichtlich „**tödliche Techniken**“, die im „**Wettbewerb**“ dann aber „**sportlich**“ nicht vollzogen werden, auch als ihr besonderes Ziel ansahen.

Beim Hineinversetzen in das Bewegen eines Anderen spricht oft und vorerst die **angeborene Vernunft des eigenen Körpers**.

Ich will das an einem Beispiel zu erläutern suchen:

- man stelle sich wieder das **Bild mit dem Dachfirst** vor, auf dem ein Lebewesen balanciert;
- nun aber balanciert das Lebewesen nicht im Querstand zum Dachfirst, bei dem man seitlich nach links oder rechts abstürzen kann;
- das Lebewesen steht vielmehr so auf dem Dachfirst, dass die Schulterachse parallel zum Dachfirst zeigt und **es entweder nach vorne oder rücklings nach hinten abstürzen kann**.

Auch hier geht es um Balancieren durch Krümmen des „**Gestänges**“.

Wird hier aus der gedanklichen Distanz die Frage aufgeworfen:

- **„ob sich der Körper beim drohenden Vorwärtsfallen nach vorne oder nach hinten krümme“**,
- dann neigt der kopflastige Denker oft dazu, zu meinen,
- dass das Vorwärtsfallen verhindert werden würde,
- wenn man sich mit dem Kopf nach hinten neigt und den Körper entsprechend krümmt.

Der **ungeschulte** Körper mit seiner **angeborenen Vernunft** macht aber genau das Gegenteil:

- er neigt sich im Krümmen des Gestänges mit dem **Kopf weit nach vorne**,
- streckt sein **Gesäß nach hinten**
- und rudert sogar kreisend mit seinen Armen **nach vorne**.

Der schlaue Körper weiß nämlich in seiner **bereits angeborenen Erfahrung** besser als mancher Schlaumeier, was Not tut:

- er schiebt im Krümmen seine Fußsohlen nach **vorne**
- und erzeugt im selbsttätigen „**Wechselwirken**“ über seinen **„erdverwurzelten Stand“** (über die Reibung)
- eine **Reaktionskraft** nach **hinten**,
- welche er **„kraftschlüssig“** über sein bewegliches **„Gestänge“**
- in seinen **Körper-Schwerpunkt** leitet,
- und diesen rettend nach **hinten** schiebt.

Droht er dann im Anschluss an diese Aktion **nach hinten** zu fallen, dann kehrt er sein Verfahren um:

- er krümmt sich mit seinem Bauch nach **vorne**
- und mit dem Kopf **nach hinten**
- und rudert zusätzlich kräftig mit den Armen nach **hinten**.

Nun wird vielleicht mancher sagen, das hätte er auf Antrieb auch so gedacht.

Für diesen Skeptiker nun ein Bild aus dem **Kanu-Sport**.

Auch hier kann man **seitlich** ins Wasser fallen.

Fast alle:

- denen dies ohne Vorwarnung und Anleitung passiert,
- versuchen **mit dem Kopf voran** aus dem Wasser zu kommen,
- und krümmen daher auch ihr Gestänge dementsprechend.

Auch hier kann man sich aber nur hochziehen:

- wenn man sich so krümmt,
- dass man dabei das Boot **auf das Wasser drückt**,
- und dadurch entsprechende **Reaktionskräfte** erzeugt.

Dies bedeutet:

- dass man im Krümmen
- vorerst mit dem Kopf ins Wasser tauchen muss,
- um ihn dann mittels des „**gewandten Gestänge**“ selbsttätig aus dem Wasser ziehen zu können.

Das ist nicht **chinesische Schläue**, sondern die **Vernunft des Körpers**, die **weltweit angeboren** ist und die man **auch nutzen sollte**.