

Martial Arts Learning von GM Angelo

Wow, das tönt einfach gut! Was bedeutet mir das Erlernen der Kampfkunst (Martial Arts) und was bedeutet es für jeden, der versucht die ausgewählte Kunst zu verstehen. Am Anfang fangen wir vielleicht mit der Selbstverteidigung an um uns selber verteidigen zu können, unsere Familien oder diejenigen, die wir lieben. Oder vielleicht besuchen wir die Kampfkunst-Lektionen um uns einen Unterbruch/Pause zu geben Eltern zu sein und dem Alltag zu entfliehen. Es ist eine Art von Eskapismus (*aus Wikipedia: als Eskapismus, Realitätsflucht oder Wirklichkeitsflucht bezeichnet man die Flucht aus oder vor der realen [Welt](#) und das Meiden derselben mit all ihren Anforderungen zugunsten einer Scheinwirklichkeit, d. h. [imaginären](#) oder möglichen besseren Wirklichkeit.*) um sich selber zu verlieren für ein paar Stunden in etwas, das sie zu einem anderen Ort in ihrem Kopf bringt.

Machen Sie Kampfkunst oder studieren Sie diese?

Machen ist das Kopieren eines Stils oder Systems, ein vorgegebener Satz an Bewegungen, welcher keinen Denkprozess verlangt, es könnte verursacht worden sein durch eine Aggression oder einen Angriff, welcher Sie dazu bringt etwas auf eine gewisse Art und Weise zu tun, dass sie geprobt haben als Antwort auf diesen Angriff zu machen. Ja, wir wissen alle, dass wir die Bewegungen wiederholen müssen, immer wieder, damit diese zu unserer zweiten Natur werden, aber was, wenn wir gelernt haben die Bewegungen falsch auszuführen, nur weil uns diese so gezeigt wurden? Würden wir sagen, dass diese Art die Art ist, wie man Kampfkunst studieren muss? Einige Leute machen nur die „Pressure Points“ und denken dabei, das der „heilige Gral“ der Kampfkunst und es ist nicht notwendig irgendetwas anderes zu wissen oder zu trainieren, andere machen Karate im Alter von 70 Jahren immer noch in der gleichen Art wie sie dies taten als sie noch junge 25 Jahre alt waren, kann dies richtig sein?

Folgen Sie der Kampfkunst-Mode?

Es scheint auf der ganzen Welt wird nun MMA gemacht und Clubs tauchen überall auf, es wurde Kung Fu, Wing Chu gelehrt, als Bruce Lee es salonfähig gemacht hatte in den 70er-Jahren, als die Klubs auftauchten auch in der Provinz. Dann waren es Thai Boxen, BBJ, nicht BJ das ist ein Unterschied, Capoeira, Krav Maga etc. und ich bin sicher sie kennen noch viele mehr. Ich bin nicht respektlos gegenüber anderen Stils, ich mache nur eine Beobachtung unseres Lernens von irgendeiner Art. Wollen Sie nur den heissbegehrten schwarzen Gurt oder den Master-Titel, welcher scheinbar leichter erteilt wird in diesen Tagen als ein Spielzeug beim Happy Meal im MacDonalD. Wie kann ein Kind von 6 Jahren einen schwarzen Gurt erhalten, was sagen sie ihm oder ihr dann genau, wenn sie sich selber verteidigen können. Sie lassen sie nicht alleine irgendwo, obwohl diese denken, sie können schon alles oder ist dies der Fehler des Lehrers? Wir haben nichts dagegen, dass die Kinder spielen und

der nächste Karate Kid sind, aber wir können nicht alle Bruce Lee sein und für mich ist das Erhalten des schwarzen Gürtels die Erlaubnis vom Lehrer zu erhalten jetzt mit dem wirklichen Lernen zu starten, es ist eine Reise nicht ein Ziel. Studieren der gewählten Art sollte eine Ausbildung sein, eine Ausbildung über einem selber und das Leben ist nicht nur Formen zu kopieren, sondern enthält Ihre Kunst Prinzipien, welche Sie anwenden können in jeder Situation, egal welche! Wenn nur dem einen Stil gefolgt wird oder dem klassischen Stil „Wir machen es immer so wie es uns übergeben worden ist von den Masters“, oder eine andere Aussage ist „es ist Tradition“.

Frage dich selber, studiere ich oder kopiere ich?

Studieren ist das Nehmen irgendeiner Technik und das Anwenden der Prinzipien, damit es in jeder Situation wirkt. Die Techniken sind nur dazu da die Prinzipien zu studieren, diese sind nicht die Kunst oder das System. Ich wiederhole Techniken sind nicht die Kunst oder das System, diese sind der Weg um die Prinzipien zu studieren. Es gibt über 350 Prinzipien und ich zähle immer noch, viele davon sind übergreifend und sie werden in ganz verschiedenen Wegen verstanden, nur um Ihnen einen Anreiz zu geben, habe ich einige davon aufgelistet, das ist nicht die ganze Liste, aber sie werden eine Idee erhalten.

Gute Haltung (pflegen sie ihre Haltung), Fussarbeit (es gibt keine Armbewegung ohne entsprechende Fussarbeit), benutzen sie ihre Ellbogen, dann müssen Sie die Fussarbeit gebrauchen oder sie werden weich werden und die Haltung verlieren. Das sind die Grundsätze, es wird schwierig sein diese alle aufzulisten und zu erklären auf einem Weg, der diese rechtfertigt und die Bedeutung aufzeigt. Hier noch ein paar mehr: Kontinuität der Bewegungen, Absorption, Ablenkungen, Projektion, nie den gleichen Weg zurückzugehen, Kreise, Spiralen, Punkte, 3-Weg Aktionen, stören der Basis, Mittellinie, Hohlräume erschaffen, Verschiebungstheorie, keine zwei Sachen können auf dem gleichen Platz geschehen, eine Flugzeug-Landung, wenn Prinzipien angewendet werden, gebrauchen Ihres Kernes oder Körpers als eine Einheit, Zwerchfellatmung, die Energie irgendwohin zu gehen und die Liste geht weiter und weiter. Einige Leute haben mich gebeten alles aufzulisten, ich sagte zu ihnen es wird nichts helfen, da es nur Worte sind, diese haben nur eine Bedeutung, wenn sie diese gelernt haben, mit dem eigenen Körper gefühlt haben und das Gefühl an das eigene Unterbewusstsein vermittelt haben.

So zu studieren ist unterschiedlich für alle zusammen

Wir alle wissen wir leben in modernen Zeit, wo die Leute alles in Eile machen wollen. Wo 6 Personen der gleichen Familie in einem Raum sind, nur reden zum anderen und denken sie kommunizieren. Wir können nicht länger den Studenten machen, der ausserhalb des Tempels wartet, der prüft ob es seriös ist oder nicht, nur weil er einen Lehrer finden möchte der sein Geld nimmt und ihm dafür eine augenblickliche Gratifikation gibt, damit er danach jemand wichtiger sein kann. Nachdem jeder You Tube geschaut hat denkt er Kampfkunst zu machen und diese „Tastatur-Krieger“ sind sehr schnell eine Stellungnahme abzugeben, wo

sie falsch liegen ohne auch nur einen Funken für das Basisverständnis des Konzepts. Ich will ihnen nur kurz eine Mail zeigen, dass mir irgendjemand geschickt hat, welches mir alles sagt über die Person und deren Lehrer in nur acht Worten:

“My Instructor said we have the best style”

Reflexionen des Lehrens

Studenten kommen und gehen, tun so als ob sie loyal sind, aber dies ist nur Show.

Wie lange geht es bis ich meinen schwarzen Gurt bekomme, viele Jahre, ich will nicht lügen.

In den Tagen wo nur „Wasser“-Grade hinzugefügt werden, da gibt es keine Tiefe, nur Stroh.

Wissen ist flach, Egos gross, manchmal fragt man sich wer das Sagen hat.

Wir zahlten einen Fünfer weil wir wissen wollen, aber es ist nicht so leicht so zu wachsen.

Ich lerne immer gleich wie sie, sie halten sich an eine Sache und springen nicht in die Schlange.

Poem von GM Angelo