



Gemeinschaft für Kampf- und Bewegungskünste
Lo-Han, Pinneberg
Wu-De



Der Begriff Wu-De setzt sich zusammen aus den chinesischen Wörtern „wushu = Kampf“ und „daode = Tugend oder Moral“ und bedeutet also die „Kampfkunsttugend“ oder „Kampfmoral“. In China gibt es eine selbstverständliche und enge Verbindung von Kampfkünsten und dem Streben nach menschlicher Vollkommenheit. Für die Kampfkünste wird neben den Tugenden des Konfuzianismus der für den Kampf unerlässliche Mut hinzu.

Um das Wu-De benötigt wirklich verstehen und leben zu können, bedarf es einer Verbindung zwischen Schüler/-in und Meister/-in, die weit über ein reines und oft kommerziell-geprägtes Trainer/-in und Sportler/-in – Verhältnis hinausgeht. Alles Wissen und Können der einen Seite wird nichts nutzen, ohne die Bereitschaft der anderen Seite sich dafür zu öffnen, diese anzunehmen und an sich zu arbeiten. Und dies ist bewusst so formuliert, da auch ein/e Meister/-in immer auch durch die Zusammenarbeit mit den zu Unterrichtenden an sich und seinem/ ihrem Charakter arbeiten und wachsen soll.

In der chinesischen Tradition war kein/e wahre/r Meister/-in bereit, Schüler/-innen in den Kampfkünsten zu unterweisen – mochten sie auch noch so talentiert sein und fleißig trainieren, wenn sie nicht bereit waren, zuerst die Kampfkunsttugenden zu verinnerlichen. Eine oft in diesem Zusammenhang verwendete Aussage lautet: „...Es geht weniger darum einen Gegner zu überwinden, sondern vielmehr darum sich selbst zu überwinden...“ Daher sind die chinesischen Kampfkünste mehr als Sport, Wettkampf und Selbstverteidigung, sondern eine Lebenseinstellung und ein lebenslanges Arbeiten an sich selbst: körperlich, geistig und charakterlich stabiler und stärker zu werden. Ohne sich dabei über andere Menschen zu stellen, sondern mit sich und seiner Umwelt in Einklang und Balance zu leben.

Sowie die Lehren der Kampfkünste werden auch die Ursprünge des Wu-De dem Shaolin-Kloster zugeschrieben, die wie das Kung Fu auch im Laufe der Jahrhunderte in den Kung Fu-Schulen erweitert worden sind. Ein Beleg dafür könnte sein, dass sich im Shaolin-Kloster sechs von zehn Regeln für die Mönche auf "WuDe" beziehen. (Deutsche Übersetzung des WuDe, Shaolin-Kloster Berlin)

Hier die wichtigsten Tugenden und charakterlichen Voraussetzungen für Kung Fu – Praktizierende:

- die Hingabe zu den Kampfkünsten, d.h. von ganzem Herzen lernen zu wollen,
- der Ehrgeiz und die Bereitschaft "bitter zu essen" bzw. Unangenehmes zu ertragen (chi ku),
- aufrichtige Bescheidenheit,
- Klugheit und Mut,
- Geduld und Beharrlichkeit,
- Ehrlichkeit, denn nur wer ein aufrichtiges Herz hat, gelangt zu wahrer Einsicht,
- Hilfsbereitschaft und die Bereitschaft, sich mit anderen freundschaftlich auszutauschen,



Gemeinschaft für Kampf- und Bewegungskünste
Lo-Han, Pinneberg
Wu-De



- für seine/-n Lehrer/-in und die Mitschüler/-innen eintreten und sein "Ich" der Gruppe unterstellen können
- Respekt und Loyalität in erster Linie dem/r Meister/-in gegenüber, aber auch gegenüber den Mitschülern/-menschen, Ahnen und allen anderen Kampfkünsten
- sich an gewisse Regeln und Prinzipien zu halten, und die Umgangsformen zu beherrschen

Die wichtigsten Aspekte des Wude umfassen:

1. **Ren**: die Mitmenschlichkeit, gegenseitig Liebe
2. **Yi**: die Rechtschaffenheit, Gerechtigkeit, urteilen mit dem Herzen, Gutmütigkeit.
3. **Li**: Respekt, Umgangsformen, Höflichkeit.
4. **Zhi**: Wissen, Verstand, Bildung und Weiterbildung,
5. **Xin**: Vertrauen, Ehrlichkeit und Offenheit, aufrichtig an etwas glauben, dazu gehört auch, dass man ein versprechen einhält standfest und voller Einsatz ist.
6. **Yong**: Mut, Tapferkeit.

Eine der wichtigsten äußerlichen Zeichen des Respekts ist die Begrüßung (Baoquan Li)

Die Abbildung von Handfläche und Faust auf dem Yin/Yang-Kreis wird im Chinesischen als "Baoquan Li" bezeichnet (wörtlich: der Ritus der zusammen gehaltenen Faust).

Hierbei handelt es sich um einen alten höflichen Begrüßungsritus, der seit jeher unter Kampfkünstlern üblich ist. Mit ihm wird der Respekt gegenüber der anzutreffenden Person ausgedrückt und ist daher auch bewusst als Logo für Lo-Han, Pinneberg gewählt worden.

Die rechte Faust steht für den Ausdruck von Kraft, und wird auf das 'Herz' der linken Hand gelegt, der Blick ist geradeaus gerichtet, die Augen sind Ausdruck des aufrichtigen Herzens, die Hände werden in etwa 20-30 cm Entfernung vor der Brust gehalten.

Was die Handfläche betrifft so steht der kleine Finger für Ästhetik, der Ringfinger für Gesundheit, der Mittelfinger für Wissen, der Zeigefinger für Tugend und der geknickte Daumen für Bescheidenheit.

Hier noch einige ergänzende Ausführungen anderer Quellen:

Überlieferte Kampfkunsttugenden (Wu De) sind außerdem (nach: Werner Lind, Lexikon der Kampfkünste):

die 5 Tugenden der Handlung

1. Qianxu (Demut)
2. Zunjing (Achtung)
3. Zhengyi (Rechtschaffenheit)
4. Xinyong (Vertrauen)
5. Zhongcheng (Loyalität)



Gemeinschaft für Kampf- und Bewegungskünste
Lo-Han, Pinneberg
Wu-De



die 5 Tugenden des Geistes

1. Yizhi (Wille)
2. Rennai (Ausdauer)
3. Yili (Beharrlichkeit)
4. Hengxin (Geduld)
5. Yonggan (Mut)

Wong Kei Ying und Wong Fei Hung selbst waren für 5 Tugenden bekannt und diese in der BO CHI LAM Schule genauso an die Schüler weiterzugegeben:

- Menschlichkeit 仁
- Ehrlichkeit 誠
- Weisheit und Wissen 智
- Mut 勇
- Disziplin 德

Quellen: <http://www.wuyuan.de/wude/>
<http://www.shaolin-tempel.eu/shaolin/index.php/de/die-kuenste-der-shaolin/wu-de>
<http://www.wushudwf.de/pages/wushu/wude.php>
<http://chinese-wushu.de/index.php?id=wu-de>
<http://www.e-k-o.org/ueber-die-eko/>