

## Waffen im Hapkido

In den asiatischen Kampfsportarten werden viele unterschiedliche Waffen zu den verschiedensten Zwecken eingesetzt. Mit einigen dieser Waffen wird jedoch überwiegend nur noch aus historischen, artistischen oder spirituellen Gründen trainiert, da sie unzeitgemäß geworden sind. Andere hingegen kommen auch heute noch zum Einsatz und dienen der modernen Selbstverteidigung als hoch effektive Werkzeuge. Die meisten dieser jetzt noch gebräuchlichen Waffen sind nicht ausschließlich einer Kampfkunst zugehörig, sondern dem asiatischen Kulturkreis insgesamt zuzuordnen.

Die Bandbreite an Waffen im Hapkido ist groß und spiegelt dessen besondere Eigenschaft als weitreichende Kampfkunst wider. Das grundlegende Waffentraining umfasst folgende Waffenarten:

- Messer Techniken (Kal Sul)
- Kurzstock Techniken (Tan-Pong Sul)
- Stab Techniken (Chang-Pong Sul)
- Krück-Stock Techniken (Ji-Pang-I Sul)
- Schwert Techniken (Gum-Sul)
- Gürtel Techniken (Pho-Bak-Sul)
- Wurftechniken (Stein, Sand, Messer) (Tu Suk Sul)
- Fächer Techniken (Bu-Che Sul)  
Anmerkung: Zur Bewahrung der Überlieferungen in einigen traditionell ausgerichteten Systemen, wie dem sich auf die alten koreanischen Kampfkünste berufende Kuk-Sul-Won Hapkido.
- Verteidigung gegen Handfeuerwaffen  
Anmerkung: Die Verteidigung gegen Handfeuerwaffen gehört ursprünglich nicht zum traditionellen Hapkido, jedoch ist es heute in vielen Organisationen üblich, dass diese Techniken gelehrt werden.

## Historische Entwicklung

Geschichtlich gesehen wurden Waffen in Asien in drei Bevölkerungsbereichen entwickelt: Dem Militär, den Klöstern und den normalen Stadt- und Landbewohnern. Folglich reflektieren die speziellen Charaktere und Anwendungsprinzipien der einzelnen Waffen ihre historischen Wurzeln und die Begründung dafür, warum sich gerade diese Waffen in den jeweiligen Klassen entwickelt haben.

Das Schwert ist eine rein militärische Waffe, welche zum Einsatz im Krieg geschaffen wurde. In antiken Zeiten zielten militärische Waffen in ihrer Wirkung auf das schnelle Ausschalten des Feindes hin. Der Tod des Gegners wurde in Kauf genommen bzw. war beabsichtigt. Der Krückstock dagegen ist ein Gebrauchsgegenstand, der sich in der Selbstverteidigung zu einem praktikablen Werkzeug weiterentwickelt hat. Ursprünglich benutzen ihn Mönche und einfache Bürger, da ihnen der Waffenbesitz häufig verboten war und sie deshalb auf unverdächtige Gegenstände zurückgreifen mussten. In ihrer Wirkung sind die von Mönchen entwickelten Waffen genauso effektiv und benötigen mehr Geschick als Kraft.

Hapkido entwickelte sich als eine „neue“ Kampfkunst des 20. Jahrhunderts, nachdem die meisten traditionellen Waffen bereits vor hunderten von Jahren in Gebrauch kamen. Folglich war es, wie bei den meisten modernen Kampfkünsten auch, nicht erforderlich, komplett neue Waffensysteme zu entwickeln. Durch Einbringung ihrer Persönlichkeiten und unterschiedlichen Traditionen entwickelten die Hapkido Großmeister nach und nach die Kunst weiter und es entstand ein zeitgemäßes System. Großmeister Choi Yung Sul hatte bei seinem Training unter Takeda Sokaku,

einem gebürtigen japanischen Samurai, mit Gewissheit die gesamte Bandbreite der traditionellen japanischen Handwaffen erlernt. Hieraus übernahm er selektive Elemente und integrierte diese Techniken in das neue System des 20. Jahrhunderts. Über Jahre hinweg wurden diese Techniken durch die eigenen Beiträge der verschiedensten Hapkido Pioniere verbessert und modifiziert. So gibt Großmeister Ji an, dass er im Wesentlichen die Chang-Pong Techniken weiterentwickelt hat.

Daraus folgt, dass die Waffentechniken, wie sie heute im Hapkido praktiziert werden, verglichen mit anderen Kampfkünsten eine einzigartige Qualität und Aktualität besitzen. Wenn man Hapkido als ein Ganzes betrachtet, wird man schnell erkennen, dass dieselben Grundsätze, die in den waffenlosen Techniken wirken, auch für die Waffen gelten. Diese beinhalten die grundlegenden Prinzipien wie Kreisbewegung, fließende Bewegungsabläufe, Umleitung der Angriffskraft und die Kontrolle des Ki. Waffen werden für Hebel- und Wurftechniken sowie bei Schlagtechniken auf vitale Punkte eingesetzt. Dieses macht Hapkido zu einer der wenigen modernen Kampfkünste, die beide Kampfkarten, sowohl den waffenlosen als auch den bewaffnete Kampf, miteinander in ein einziges geschlossenes und erlernbares System integriert.

## **Der Gebrauch der Waffen**

Im Hapkido ist der Umgang mit Waffen durch festgelegte technische und philosophische Qualitäten bestimmt. Einfach zu verstehen ist es aus technischer Sicht, denn Waffen sind in ihrer Konzeption als Verlängerung des Armes oder Körpers einsetzbar und die Technik erfolgt auf Basis derselben physikalischen Prinzipien wie ohne Waffen. Die zugrundeliegende Denkweise beim Gebrauch lässt sich mit drei Worten beschreiben, nämlich praktisch, vielseitig und human.

### Praxisnah: Gebrauch realer, einsetzbarer Gegenstände

Die im Hapkido eingesetzten Waffen sind ursprünglich in ihrer praktischen Verwendung und Bedeutung für die unterschiedlichsten Situationen des modernen Lebens ausgewählt worden. Demzufolge sind Hapkido Waffen keine erfundenen Produkte, kompliziert oder teuer, vielmehr sind es einfache, nützliche und harmlose Gebrauchsgegenstände. Von ihrem Ursprung her kann man sie eher den Werkzeugen zuordnen, zusammenfassend gesagt, Hapkido Waffen stellen gewöhnliche Objekte des täglichen Lebens dar.

### Vielseitigkeit: Alles ist eine Waffe

Aus der Sicht eines erfahrenen Hapkidomeisters kann praktisch alles zu einer Waffe werden. Wenn man die oben aufgeführten Hapkido Waffen beherrscht, besitzt man eine große Bandbreite an Techniken, so dass man so gut wie jeden Gegenstand als Waffe nutzen kann.

Demzufolge hat das Waffentraining im Hapkido zwei Ziele:

- 1) das Erlernen des Umgangs mit der speziellen Waffe durch Erfahrung.
- 2) die Vermittlung grundlegender Prinzipien und Mechanismen, wie man demzufolge zahlreiche Gebrauchsgegenstände nutzen und als Waffe gebrauchen kann.

Zum Beispiel können Techniken mit dem Krückstock auch wahlweise mit einem Regenschirm oder einem mittellangen Stock eingesetzt werden. Kurz-Stock Techniken lassen sich auch mit einer zusammengerollten Zeitung, einem Rohr, einem Werkzeug oder jedem Gegenstand, welcher ähnliche physische Eigenschaften besitzt, anwenden.



Eine besondere Stellung hat das Schwert inne. Mit Sicherheit ist es eine antiquierte Waffe und deren Studium hauptsächlich nur von historischem Wert. Das Training mit dem Schwert fördert jedoch einerseits in hohem Maße nicht nur die körperlichen Eigenschaften, wie Kraft, Fokussieren der Kraft, Präzision und Ausdauer, sondern andererseits die geistigen Eigenschaften wie Konzentration, Entschlossenheit, Beharrlichkeit und Selbstdisziplin. Beherrscht man das Schwert, ist es danach ein Leichtes, Techniken mit einem mittellangen Stock anzuwenden.

Durch das Studium der Waffentechniken im Hapkido verlieren die speziellen physischen Eigenschaften der einzelnen Waffen ihre Bedeutung und die Möglichkeit ihrer Anwendung mit anderen Mitteln tritt in den Vordergrund. So ist es nicht zielführend, sich auf nur eine Bauart oder eine persönliche Neigung zu spezialisieren, da man sich selber von der Einsatzmöglichkeit einer Waffe abhängig macht und im Falle eines Kampfes Grenzen setzt.

#### Humanität: Eine Handlung muss verhältnismäßig sein

Der Anspruch an Hapkido als eine Selbstverteidigung muss bei jeder Technik der Frage auf Verhältnismäßigkeit in hoher Priorität standhalten. Dieses gilt insbesondere bei der Verwendung von Waffen. Grundsätzlich ist es das Ziel einer Selbstverteidigungstechnik, den Angreifer ohne ernsthafte Verletzungen auszuschalten. Obwohl auch Techniken mit stärkeren Wirkungen trainiert werden, sind diese wirklich nur für lebensbedrohliche Situationen gedacht. Jedem Hapkido-Inn muss bewusst sein, dass er jeden Schlag mit einer Waffe gegebenenfalls vor einem Gericht zu verantworten hat, besonders dann, wenn der Angreifer unbewaffnet ist. Auch wenn man sich moralisch im Recht sieht, bedeutet dies nicht automatisch, dass die Rechtsprechung genauso urteilt.

## **Das Waffentraining**

Das Waffentraining im Hapkido basiert auf Fähigkeiten, die man vorher mit waffenlosen Techniken erworben hat. Wenn man diese Erfahrung nicht besitzt, kann dies zu Frustrationen führen. Weil überdies der falsche Gebrauch einer Waffe zu eigenen oder Verletzungen an anderen führen kann, beginnt deshalb in der Regel das Waffentraining im Hapkido erst ab dem schwarzen Gürtel. In diesem Grad sollte der Schüler bereits eine adäquate körperliche und geistige Reife und Selbstbeherrschung entwickelt haben.

Hapkido Waffentraining umfasst nicht die historischen, rituellen Elemente, wie man sie in vielen anderen Kampfkünsten findet. Stattdessen konzentriert sich das Training auf die Ausbildung spezieller offensiver und defensiver Fähigkeiten, die man dann in der Vielfalt der Selbstverteidigungs-Situationen anwenden kann. Man muss sich darüber im Klaren sein, dass das Erlernen des Beherrschens einer Waffe Jahre bedarf, und selbst dann ist die Führung der Waffe nicht einfach. Unter den verschiedenen Hapkido Systemen gibt es heute einige Kontroversen, welche Waffe welchem Gürtel zuzuordnen ist. Früher wurden Waffentechniken erst nach dem 4. Dan trainiert, in manchen Verbänden sogar erst im 7. und 8. Dan.

Der Einsatz von Ki-Hap und „Kraftvolle Hände“ ist bei jedem Umgang mit der Waffe selbstverständlich genauso wichtig wie bei waffenlosen Techniken und Bestandteil jedes Waffentrainings. Der Unterricht verlangt jederzeit Konzentration und sorgfältiges Ausführen der Bewegungen. Fehlerhafte Anwendung einer Waffe kann ernsthafte Verletzungen verursachen.

## Der Kurz-Stock (Tan Pong)

Der Kurzstock wird im Hapkido für schnappende Schläge, Stiche und Blöcke eingesetzt, sowie schwerpunktmäßig zum Druck auf empfindliche Punkte, um damit Hebel-, Wurf- oder Würgetechniken zu verstärken. Zielpunkte von Schlägen sind in der Regel Knochen oder Nerven, um Brüche oder Lähmungserscheinungen herbeizuführen. Der Stock kann sowohl gegen bewaffnete als auch unbewaffnete Angreifer angewandt werden.

Aufgrund seiner Kürze ist der Tan-Pong eine besonders im Nahkampf äußerst effektive und außerordentlich mobile Waffe. Im Vergleich zu den längeren Stöcken ermöglicht der Tan-Pong schnelle Schlagkombinationen in kurzer Zeit. Er findet seinen Einsatz in belebten oder beengten Räumen, wo die Anwendung von längeren Stöcken ungeeignet ist. Aufgrund seiner Kürze ist es (mit Einschränkungen) auch möglich, ihn jederzeit in einer Tasche mitzuführen. Die Beherrschung der Tan-Pong Techniken ermöglicht in der Praxis, jeden formähnlichen Gegenstand als Waffe nutzen zu können. Selbst eine zusammengerollte Broschüre kann dadurch zu einer hocheffektiven Waffe werden.

Die Länge der Tan Pong ist variabel und richtet sich im Hapkido nach dem Körperbau des Ausführenden. Grundsätzlich betragen seine Maße in der Länge zwei Spannen. (1 Spanne = Abstand kleiner Finger zum Daumen), in der Dicke zwischen 2,5 cm und 3,5 cm. In seiner Beschaffenheit ist er aus nicht splitterndem Hartholz wie z.B. Eiche, Nussbaum oder Esche.

Entwicklungsgeschichtlich etablierte sich der Tan Pong im Hapkido nach Aussagen von Großmeister Pak In Shuk in den sechziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts, als die Hapkido-Meister das Bestreben hatten, mit ihrer Selbstverteidigung offiziell in die Ausbildung der koreanischen Polizei integriert zu werden. Dazu mussten sie jedoch Techniken aufweisen, die mit dem Schlagstock der Polizei ausgeführt werden konnten. So entstanden durch die Erarbeitung führender Meister die Tan-Pong Techniken. Die Verwandtschaft mit dem Polizeischlagstock erkennt man noch heute an dem Halteband, welches der Tan-Pong ursprünglich besaß.

Deshalb teilt man in der jetzigen Zeit die Tan-Pong Stockarten in zwei Kategorien auf, die mit und die ohne Halteband, welche beide im Hapkido eingesetzt werden. Das Halteband sichert die Waffe vor dem Entgleiten, erlaubt Schwünge und sorgt dafür, dass der Stock wieder gefahrlos in die Hand zurückkehrt. Auch stabilisiert es den Stock in dem Falle, dass dieser weggeschlagen würde. Der Tan Pong ohne Halteband ermöglicht mehr Griffvariationen und kontrolliertere Schläge, außerdem sind Schnappschläge mit dem unteren kurzen Ende möglich. Vorteilhaft ist sein eher harmloses Erscheinungsbild. In den letzten Jahren wird der Stock ohne Halteband bevorzugt, grundsätzlich sollte man jedoch im Hapkido mit beiden Formen trainieren.



In seiner Anwendung werden die einzelnen Stockteile, die Spitzen, die Enden, der Griff, und der Stiel für die unterschiedlichsten Techniken eingesetzt. So werden die Spitzen bei Stoßtechniken, die Enden bei Schlagtechniken und der Stiel hauptsächlich bei Drucktechniken zur Unterstützung von Hebel und Würfen genutzt. Grundsätzlich fasst man den Tan-Pong an einem Ende, ca. 3 cm über dem Ende, welches bei der Mehrzahl der Techniken der Fall ist. Dabei ist es wichtig, den Stock nicht fest und krampfhaft zu umfassen sondern in einem lockeren Griff zu belassen. Erst während einer Technik

wird Kraft eingesetzt. Die typische Schnappbewegung erreicht man durch eine Beschleunigung aus dem Handgelenk und einem Zug mit den drei kleinsten Fingern, wobei sich diese kreisförmig auf die obere Pongspitze überträgt.

Im traditionellen Hapkido werden zur Optimierung des kontrollierten Einsatzes der Ki-Energie die Tan-Pong Techniken normalerweise mit gestrecktem Zeigefinger ausgeführt. Dadurch ist allerdings der Finger extrem gefährdet und verletzungsanfällig, so dass in manchen Systemen diese Form nicht mehr gelehrt wird.

## Der Stab (Chang-Pong)

Unter einem Chang-Pong versteht man einen langen, geraden Stab, der sich in allen Kulturkreisen ebenso aus einem Gebrauchsgegenstand zur Waffe entwickelte. Der lange Stab hatte ursprünglich seine Funktion als Wanderstab, mit dem man gleichzeitig auch wilde Tiere abwehren konnte. Desweiteren diente er, von zwei Personen über der Schulter getragen, zum Transportieren von Lasten. In Folge seiner Vielseitigkeit kam er somit auch im Kampf zum Einsatz. Insbesondere die Mönche, denen das Tragen einer Waffe häufig nicht erlaubt war, entwickelten hierbei eine große Geschicklichkeit. Dass solche Techniken weltweit verbreitet waren, beweist besonders im westlichen Kulturkreis die Popularität von Mönch „Bruder Tuck“, einem Gefährten Robin Hoods mit seinen Stabtechniken.



In seiner Form und Beschaffenheit variiert der Stab, wobei seine Länge von der Größe des Ausführenden abhängig in der Regel zwischen 1,80 und 2,00 m bei einem Durchmesser von 3 cm beträgt. Normalerweise bestehen sie aus splitterfreiem Hartholz und nicht aus Bambus, sind rund und von gleichbleibendem Durchmesser.

Eine Sonderform des Stabes läuft an den Enden spitz zu, sodass sein Schwerpunkt in der Mitte liegt und er damit bei Rotationen besser zu beschleunigen und zu kontrollieren ist. Ursprünglich ist diese Bauform aber als Waffe im Hapkido nicht von Vorteil, sondern die einfache runde Form, da viele Würfe und Hebeltechniken unter Einsatz der Stab-Enden erfolgen und deshalb auch eine gleichbleibende Materialstärke an den Enden erfordern.

Das Material des Stabes muss je nach Verwendungszweck sorgfältig ausgewählt werden. Zum einen unterliegt es extremen Belastungen bei Schlägen mit dem Ende, welche wegen der Stablänge große Kräfte in das Material indizieren. Zum anderen hat das Material auch Einfluss auf das Gewicht der Waffe, wobei sich das schnelle Drehen und Rotieren besser mit leichten Stäben ausführen lassen, der Schlag beim Angriff mit schweren Stäben jedoch mehr Energie erhält. Beim Formenlauf bietet sich deshalb die leichtere Variante an, während beim Trainieren der speziellen Hapkidotekniken die Verwendung von schweren Stäben aus japanischer Eiche zu bevorzugen ist.

Physiologisch ist der Stab als Waffe optimal für Distanzen von ca. einem Meter geeignet, wobei Hapkidotekniken jedoch auch im Nahbereich angewandt werden. Die Haltung des Stabes erfolgt im Hapkido in der Regel mit beiden Händen, wobei Kraft und Geschwindigkeit umgesetzt und dabei die Kontrolle behalten werden kann.

Die gewünschte Anpassung der Reichweite erreicht man durch schnelle Griffwechsel oder Gleiten der Hände entlang des Stabes.



Grundlage der Waffentechniken im Hapkido ist, dass bei Beherrschen einer Waffe dieselben Techniken auch mit anderen „Gebrauchsgegenständen“ ausgeführt werden können, d.h. vorher Erlerntes in andere Situationen umzusetzen. Dieser Grundsatz der Intelligenz gilt auch für den Stab. Wahlweise können viele Techniken unter anderem auch mit einem Besenstiel, einer Schaufel, einem Stück Rohr oder einem Billard-Kö ausgeführt werden.

## Der Krückstock (Ji-Pang)

Der Ji-Pang, ein in allen Kulturen alltäglicher Gebrauchsgegenstand, wird ursprünglich als Spazier- oder Wanderstock genutzt. In seiner Eigenschaft als Gehhilfe für ältere oder behinderte Menschen bewährte er sich im Notfall als Verteidigungsgegenstand und wird in der Selbstverteidigung als hoch raffinierte und wirksame Waffe anerkannt.



Bedingt durch seine Länge ist der Ji-Pang als Waffe mittlerer Reichweite geeignet, wird aber durchaus auch im Nahkampf eingesetzt. Stocktechniken eignen sich zur Verteidigung gegen unbewaffnete wie bewaffnete, aber auch hervorragend zur Abwehr mehrerer Angreifer. Grundsätzlich sind die Einsatzmöglichkeiten des Krückstocks vergleichbar mit anderen Stock-Kampfsystemen, jedoch ermöglicht sein halbrunder Griff zusätzlich eine Vielzahl an Techniken, die dieser Waffe ihre eigene Identität verleihen. In seiner Vielseitigkeit gegenüber geraden Stöcken, wird er nicht nur für Schlag-, Block-, Würge- und Hebeltechniken eingesetzt, sondern die Spitze des gebogenen Handgriffes kann zusätzlich zum Druck auf Nervenpunkte benutzt werden. Bei der

Anwendung der typischen Hapkidotechniken wie Hebeln, Würfen, Würgetechniken und Blöcken bietet der gebogene Handgriff ideale Voraussetzungen. Die Stockspitze findet ihren Einsatz im Angriff auf vitale Punkte.

Naturgemäß hat sich in allen Kulturen eine große Vielfalt von Krückstöcken entwickelt. So verwandelte beispielsweise ein verborgener Degen im Stock eine einfache Gehhilfe in eine tödliche Waffe. Sicherlich erinnern sich noch einige an den Fernsehfilm mit John Steed und seinem Schirm.

Der Krückstock, so wie er beim Hapkido angewandt wird, einfach in der Handhabung und unauffällig, hat vorzugsweise die Form eines normalen, handelsüblichen einfachen Spazierstocks mit rundem Handgriff. Heute kennt man Rundhaken-Spazierstöcke aus verschiedensten Holzarten, von Kirschbaum, Nussbaum, Kastanie, Buche bis Eiche, aber auch aus Leichtmetall oder Acryl. Die im Hapkido gebräuchlichen Waffen sind aus Hartholz gefertigt, um nicht zu splintern und dennoch etwas flexibel zu sein. Auch Stöcke aus Hochleistungsdruckrohr, dessen Kunstfaser hart, aber sehr elastisch ist, haben sich für das Training bewährt. Bei Hapkidotechniken kommen alle Teile des Stockes zum Einsatz, wobei Form und Abmaße auf die Bedürfnisse des Ausführenden abgestimmt sein müssen. Üblicherweise hat der Krückstock eine Länge von ca. 1,50 m mit einem Durchmesser von drei bis 5 Zentimetern. Der an der Spitze befindliche Gummipuffer würde Stöße abschwächen, durch sein Gewicht die Balance des Stockes nachteilig beeinflussen und ist somit zu entfernen. Von großer Bedeutung ist ebenso der Durchmesser des Handgriffes, da er maßgeblich für die Handhabung und deshalb abhängig



von der Handgröße ist. Bei kreisförmigen Schlägen verliert man die Kontrolle, wenn er zu groß ist; wenn er jedoch zu klein ist, lässt sich der Stock nicht in der Hand drehen. Auch auf die Durchführung einiger Techniken hat die Griffgröße einen Einfluss. Ein weiter Griff erlaubt beispielsweise bei einer Technik das Einhaken um Hals oder Achsel, erschwert jedoch das Klammern eines Handgelenkes, weil es zu schmal ist und leicht wieder herausrutschen kann. Deshalb sollte man den Krückstock vor der Anschaffung immer erst einmal ausprobieren.

Wie auch bei den anderen Hapkidowaffen lassen sich die Hapkido-Techniken bei Beherrschen des Krückstockes ebenso auf andere gebräuchliche Alltagsgegenstände anwenden, selbst mit einem stabilen Regenschirm sind die meisten Techniken möglich.

## Das Schwert (Kum)

Die Kampfkunst des Hapkido entstand in ihrem System in den sechziger Jahren des 19. Jahrhunderts. Zu dieser Zeit unterrichtete Großmeister Choi Yung Sul seine ersten Schüler in Korea. Als Waffe galt das traditionelle Schwert zu dieser Zeit bereits als überholt, wenn auch japanische Offiziere im zweiten Weltkrieg noch ein Schwert führten, dieses jedoch eher als Statussymbol und nicht um es im Kampf zu nutzen.



Demzufolge hat sich im Hapkido auch kein eigenes Schwertsystem entwickelt. Großmeister Choi Yung Sul und Ji Han Jae brachten mit ihrem Wissen nur die Waffentechniken in das System ein, die sie in der Selbstverteidigung für effektiv und praktikabel beurteilten. Diese Techniken berufen sich auf die traditionellen koreanischen Künste und bilden eine Mischung aus geraden und kreisförmigen Bewegungen, wobei diese aber immer kurz und schnell und in ihrer Wirkung abschließend sind. Viele dieser Bewegungen lassen sich in ähnlicher Form auch in chinesischen oder japanischen Systemen wiederfinden.

Auch wenn das Schwert heute vorrangig eine antiquierte Waffe darstellt und die Wahrscheinlichkeit, dieses in einer Kampfsituation gebrauchen zu müssen, nicht gegeben ist, wird der Umgang mit dem Schwert im Hapkido dennoch weiterhin trainiert. Denn mentale Fähigkeiten wie Konzentration und Entwicklung der geistigen Stärke sowie die Körperbeherrschung werden hierdurch entscheidend gefördert und des Weiteren lassen sich die erlernten technischen Fähigkeiten auf in der Praxis vergleichbare Alltagsgegenstände umsetzen. Im Hapkido sind beim Schwerttraining im Gegensatz zum japanischen Iaido nicht die betont rituellen und formalen oder wie im Kumdo oder Kendo die sportlichen Aspekte enthalten, sondern hier beschränkt es sich in erster Linie auf ein praxisbezogenes Repertoire von einfachen, effektiven Blöcken und Gegenangriffen.

Schwerttechniken werden in den koreanischen Hapkidosystemen üblicherweise ab dem vierten Dan unterrichtet. Hierbei trainiert man hauptsächlich mit dem langen, zweihändig zu führenden Schwert, darüber hinaus aber auch mit dem kurzen Schwert, oder häufig gleichzeitig mit zwei Langschwertern. Zur Beherrschung fortgeschrittener Schwerttechniken praktizieren die daran interessierten Hapkidoisten üblicherweise zusätzlich ein anderes System wie Kumdo oder Kuk Sool Won.

Wie bei allen Hapkido Techniken so gilt es auch bei der Anwendung von Schwerttechniken immer auf die Abwehr eines Angriffes zu zielen und den Gegner dabei so wenig wie möglich zu verletzen.



Erlaubte Zielpunkte sind in erster Linie Hände und Unterarme, wobei Schwertstriche gegen die Arme den Angreifer entwaffnen sollen, sowie Knie und Knöchel, um den Angreifer unbeweglich zu machen..

Bei traditionellen Hapkido Techniken wird der Ki Zeigefinger auch beim Griff des Schwertes gestreckt, um den Ki-Fluss in die Arme nicht zu unterbrechen. Wegen der Verletzlichkeit des Fingers wird dieses inzwischen aber häufig nicht mehr praktiziert.

## Das Seil

Das Seil (Chul) findet man in allen Kulturkreisen als Alltagsgegenstand und kann im täglichen Leben zu vielen Funktionen eingesetzt werden. Aber auch in der Selbstverteidigung hat es seine Funktion als geeignete und effektive Waffe, wobei sich hier, wie bei den anderen Waffen auch, der Begriff „Seiltechniken“ nicht ausschließlich auf den Gebrauch eines Seiles bezieht, Vielmehr kommt hier auch eine große Anzahl ähnlicher Gegenstände wie z.B. Gürtel, Schals und Tücher zur Anwendung, andererseits eignen sich in der Praxis auch weitere Gebrauchsgegenstände wie Ketten, Kabel oder Bekleidung.



Prinzipiell ist das Seil als Waffe für den Nahkampf geeignet, zusätzlich aber auch für Schläge bei mittlerer Distanz. Es dient, wie andere Waffen auch, zur Abwehr unbewaffneter wie auch bewaffneter Angreifer. In der technischen Anwendung, auch wenn in eingeschränkter Form auch Schläge möglich sind, eignet sich ein Seil hauptsächlich zu Blocktechniken sowie zum Umschlingen der Handgelenke, der Knöchel oder des Halses des Angreifers. Hierdurch lassen sich eine Vielzahl von Armhebeln, Würfen, Festlege- und auch Würgetechniken ausführen, welche mit den Prinzipien der unbewaffneten Hapkidotechniken übereinstimmen.

Die Handhabung der Seiltechniken ist grundsätzlich schwierig und erfordert viel Übung und ein ausgeprägtes Verständnis der waffenlosen Hapkidoprinzipien. Während Seiltechniken historisch auch zum schnellen und geräuschlosen Töten eines Gegners angewandt wurden, ist dies ausdrücklich nicht das Ziel der Hapkidotechniken, sondern der Schwerpunkt liegt darin, den Gegner zu binden und bewegungsunfähig zu machen.

Spezielle Anforderungen an das Seil für das Training dieser Techniken gibt es nicht, in den meisten Hapkido-Schulen, wie auch im NWHV, übt man gewöhnlich mit einem Dobok-Gürtel. Dies hat den Vorteil, dass er jederzeit zur Verfügung steht und beim Umschlingen von Körperteilen auch keine Verletzungen und Schürfwunden auf der Hautverursacht.

Es gibt kein festgelegtes Maß für die Länge des Gürtels, jedoch benötigen die meisten Techniken mindestens einen halben Meter. Bei komplizierten Techniken, wie das Fesseln der Arme und der Beine des Angreifers, ist eine größere Länge erforderlich. Zum Beherrschen der Techniken sollte man jedoch mit unterschiedlichen Längen und Materialien trainieren, um an Flexibilität zu gewinnen.



## Der Fächer

Der Fächer, im Koreanischen „Bu Chae“ genannt, galt beim koreanischen Adel, insbesondere am königlichen Hof, als eine der bevorzugten Waffen, weil dort "konventionelle" Waffen verboten waren. Ihren Höhepunkt an Popularität erreichte die elegant wirkende und täuschende Waffe während der Zeit der Drei Königreiche. Klein und leicht konnte der Fächer jederzeit verwendet werden, denn er ließ sich gut in den typischen weiten und lockeren Gewändern der koreanischen Adelsklasse verstecken.



Diese Fächer bestanden meist aus einem besonderen, nur in Korea wachsenden Holz, dem "Pahk Dahl". Die besondere Eigenschaft dieses Holzes ist, dass es von Natur aus sehr hart ist, bei richtiger Behandlung fast so hart wie Stahl, und dabei aber sein geringes Gewicht beibehält. Zur Verstärkung und Erhöhung der Schlagkraft setzte man manchmal Metallrippen zwischen die Fächerblätter, die Spitzen waren oft mit Federn von exotischen Vögeln verziert. Diesen Trick nutzte man, um kleine Messer und im Extremfall sogar vergiftete Spitzen darin zu verstecken. Mit den festen Messern konnte man dem Angreifer entweder einen scharfen Schnitt zuzufügen, oder sie dienten beim Öffnen des Fächers als Schleudermaterial. Die verschärfte Form der vergifteten Spitzen wurde abhängig von der Substanz zum Parallelsieren bis hin zum Töten eingesetzt.

Im Hapkido wird der Fächer als Waffe im traditionell orientierten Kuk-Sul-Won trainiert, dessen Begründer Großmeister Suh In Hyuk bereits in den sechziger Jahren die überlieferten koreanischen Techniken in sein System eingebracht hatte. Hierbei handelt es sich hauptsächlich um Schläge und Stöße auf Nervenpunkte, während der geöffnete Fächer bei den Kombinationen den Angreifer kurzzeitig blenden soll. Zusätzlich können mit dem zusammengelegten Fächer jederzeit die Techniken des Tan-Pong angewandt werden.



## Techniken mit Wurfmaterial

Techniken mit den unterschiedlichsten Wurfmaterialien beruhen auf uralten koreanischen Traditionen. Zum ersten Mal kam ich mit diesen Techniken in Berührung, als wir 1967 bei Großmeister Pak In Syuk Messerwerfen trainierten. Ich hatte sie danach gedanklich schon als altertümlich bis hin zu „Zirkusstücken“ abgetan. Doch dann musste ich bei Großmeister Ji Han Jae stundenlang Steinwerfen üben und er verblüffte mich mehrmals, indem er aus dem Handgelenk vielfach gezielt Steine auf Nervenpunkte schleuderte. Er sagte, dass er praktisch immer einige lose Geldmünzen in der Tasche habe, um gegebenenfalls diese Techniken einzusetzen.

Grundsätzlich kann in einer Selbstverteidigungssituation alles Greifbare als Wurfobjekt genutzt werden. Ein Messer, eine Axt, Teller, Tassen, Werkzeug, Sand, Kies, Steine, Münzen, Flüssigkeiten (z.B. heiße Getränke) sind nur eine kleine Anzahl an Beispielen. Im herkömmlichen Hapkido gehört das Trainieren mit Wurfobjekten zum Training der höheren Danträger. Typisch dabei sind das aus der koreanischen Geschichte entstandene Werfen von Sand, kleinen Steinen, Münzen, Messer und Nadeln, wobei die dabei angewandten Techniken gleichermaßen für alle Objekte gelten.

### Sand

Sand wird in der Regel zum Blenden des Angreifers durch Schleudern in die Augen angewandt, andererseits aber auch, um den Angreifer durch das Werfen des Sandes vor die Füße und dem somit rutschenden Untergrund aus dem Gleichgewicht zu bringen. Der Sand kann sowohl mit den Händen geworfen, als auch mit den Füßen hoch gewirbelt werden.

### Steine

Steine eignen sich durch ihre große Masse und dementsprechend hoher Wirkung im Ziel zum Angriff gegen vitale Punkte und können durchaus zu ernsthaften Verletzungen führen. Trainiert wird das Werfen auf Zielscheiben aus dem Stehen, dem Liegen oder dem Gehen. Wichtig hierbei sind die Würfe aus dem Liegen unter dem Aspekt, dass der Verteidiger zu Fall gekommen ist und sich zur Abwehr einen auf dem Boden liegenden Stein greift.

### Münzen

Münzen werden, wie auch die Steine, einzeln oder auch zu mehreren geworfen und richten sich generell gegen vitale Ziele, wie bspw. die Augen, wobei sich jedoch jeder andere Ki-Punkt ebenso eignet. Häufig werden sie auch als Schocktechnik zur Vorbereitung auf andere Techniken angewandt, denn einige lose Münzen kann man hierzu immer in der Tasche haben. Die unterschiedlichen Wurftechniken unterscheiden sich in ihrer Anwendung nicht vom Werfen eines Steines. So kann eine mit Kraft geworfene Münze aufgrund ihrer hohen Energie in einer Holzscheibe stecken bleiben.

### Teller

Teller eignen sich bei größeren Entfernungen und treffen bei einem gezielten Wurf das Ziel mit dem Rand. Auch hier ist der bevorzugte Treffpunkt der Kopf. Die verschiedenen Wurftechniken, wie Vorhand- oder Rückhandwürfe, sieht man heute noch beim Werfen einer Frisbeescheibe und als antike Techniken finden sie deshalb noch ihre Anwendung in Selbstverteidigungssituationen.

### Pfeile

Eine alte koreanische Kampftechnik ist das Werfen von spitzen Gegenständen wie Pfeile oder Nadeln, wobei die Pfeile aus Metall, aber auch als Holz oder Bambus bestanden. In der Geschichte waren sie zudem auch häufig mit Gift benetzt und da man sie verdeckt in der Hand hielt, konnten sie kontrolliert auf mittlere Entfernung eingesetzt werden. Zielpunkte dabei waren Gesicht und Augen.

Detlef Klos