

Aus den Tiefen der Zeit – der Wudang Pai

Interview mit Tian Liyang

Die Wudang-Berge gelten direkt oder indirekt als Wiege des Taijiquan. Sie sind den Daoisten heilig und für die dort praktizierten Kampfkünste berühmt. Tian Liyang ist Traditionshalter der Wudang-Xuanwupai-Linie, betreibt im Wudangshan eine eigene Kampfkunstschule und unterrichtet auch regelmäßig in Europa. Im Interview mit seiner engsten Vertrauten Marianne Herzog erläutert er das System der Wudang-Schule und ihre Wurzeln in der daoistischen Kultur, die besonders mit den legendären Persönlichkeiten Zhenwu und Zhang Sanfeng verbunden sind. Zum Wudang-System gehört auch das Yangshenggong, dessen grundlegenden Methoden von allen Interessierten geübt werden können, dessen höhere Stufen jedoch einen Rückzug aus dem gesellschaftlichen Leben erfordern.

ABSTRACT

From the Depths of Time – the Wudang Pai Interview with Tian Liyang

The Wudang Mountains are viewed as the direct or indirect cradle of Taijiquan. They are holy to the Daoists and famous for the martial arts practiced there. Tian Liyang is a lineage holder of the Wudang Xuanwupai line, runs his own martial arts school in Wudangshan and also regularly teaches in Europe. In this interview with his closest confidant Marianne Herzog he explains the system of the Wudang school and its roots in Daoist culture, which are associated particularly with the legendary figures Zhenwu and Zhang Sanfeng. The Wudang system also includes the Yangshenggong; its basic methods can be practiced by all interested persons, while however the higher levels require one to withdraw from the life of society.

Meister Tian, Wudang gilt als die kulturelle Wiege des Taijiquan. Was unterscheidet das Taijiquan des Wudang Pai von anderen gängigen Taiji-Stilen?

Zuallererst ist die Wudang-Schule ein ganzes System und nicht nur eine einzelne Form. Sie wurzelt im Daoismus. Innen und Außen, Kampfkunst und daoistische Prinzipien werden gleichermaßen praktiziert.

Seit vielen Jahren beobachte ich die verschiedenen gängigen Taiji-Stile; es gibt da tatsächlich Unterschiede zum Wudang Pai, sowohl in China als auch in Europa. So gibt es viele Menschen, die ausschließlich auf die äußere Bewegung in der Taiji-Form achten und lediglich versuchen, ihre Taiji-Form immer weiter zu verbessern. Im Wudang Pai hingegen steht

das Innere – das Praktizieren von Essenz, Qi und Geist – im Vordergrund, aber auch die Harmonie der Bewegungen. Es wird großer Wert auf die Gesundheit gelegt, und durch das Praktizieren verbessert sich unser Gesundheitszustand spürbar. Außerdem verstehen Praktizierende des Wudang Pai das Taiji auch als Kampfkunst oder Selbstverteidigung. Das Wudang Taiji ist sehr anwendungsbezogen.

Im Wudang Pai wird besonderer Wert darauf gelegt, dass man zuerst die Hintergründe und Prinzipien versteht, bevor man konkrete Methoden und Formen erlernt. Wenn man das Taiji so erlernt, spürt man schon nach wenigen Monaten deutliche Erfolge: Man wird beweglicher, gesünder, erlangt immer mehr Selbstbewusstsein. Das Taiji wird zu einem Genuss.

Was meinen Sie damit: »Wudang Pai ist ein System«?

Es gibt verschiedene innere Kampfkünste im Wudang Pai: Die höchste Kunst ist das Taijiquan, dann das Xingyiquan und danach das Baguazhang, daneben gibt es noch das daoistische Yangshenggong [Übungen der Lebenspflege] und die Waffenformen wie Schwert, Stock, Säbel, Speer ...

Nehmen wir zum Beispiel das systematische Erlernen des Taijiquan: Beim Taijiquan beginnen wir zuerst mit daoistischen nährenden Übungen für die fünf Organe Herz, Leber, Milz, Lunge und Nieren, welche die Organe gesund erhalten und unsere Wurzel stabilisieren. Gleichzeitig stärken wir unseren Körper durch Aufwärm- und Dehnübungen. Dabei ist auch stets das Innere beteiligt, so dass der Körper durchlässig und beweglich wird und unsere Körperkoordination sich verbessert. Als Nächstes sammeln wir Qi, öffnen die inneren Tore und machen die Leitbahnen durchlässig. Außerdem praktizieren wir Entspannung von Körper und Geist durch Übungen des Fangsong [Entspannen und Loslassen] und die innere Haltung von Wuwei. Unser Körper und Geist werden dadurch in einen

natürlichen Zustand von Einfachheit versetzt, so dass sich das reine, aufrechte Yangqi im ganzen Körper verteilt und das schlechte, pathogene Qi den Körper verlässt. Man steht stabil und fest verwurzelt wie ein Fels und kann Kraft ableiten und umwandeln.

Danach werden äußere und innere Bewegung miteinander verbunden, zum Beispiel bei den Grundlagenformen »Fünf Schritte und sechs Bewegungen«, »Acht Methoden« und dem »13er Taiji«. Und dann erst erlernen wir das 64er geheim tradierte »Wudang Michuan Taijiquan«, bei dem wir Yin und Yang des Inneren mit den Bewegungen des Körpers in höchstem Maße in Einklang bringen.

Auf dieser Grundlage folgt dann das Tuishou, bei dem man Yin und Yang im Austausch mit dem Partner übt; man erlangt dadurch ein tiefes Verständnis für Balance und für die »Jin-Kraft«. Im Anschluss daran folgt das Sanshou (freies Push Hands): Hier kommen die bekannten Taiji-Prinzipien zum Tragen wie: »Bewegung durch Ruhe kontrollieren«, »Das Weiche besiegt das Harte«, »Sich später bewegen und früher ankommen« oder »Mit vier Unzen eine Tonne bewegen«. In die Praxis umgesetzt, werden nun die verblüffenden, wundersamen Effekte der inneren Kampfkunst des Wudang

武当派

Wudang Pai

无为

Wuwei

阳气

Yangqi

推手

Tuishou

散手

Sanshou

劲

Jin – innere Stärke,

Energie

Tian Liyang

Tian Liyang wurde 1970 in einem kleinen Bergweiler in der Provinz Hubei geboren. Schon als Kind interessierte er sich für Kampfkunst, seine Eltern hatten dafür aber kein Verständnis. Mit 14 Jahren verließ er sein Heimatdorf auf der Suche nach einem Kampfkunstlehrer. So lernte er You Xuande kennen. Er besuchte dessen Schule und verdiente gleichzeitig Geld für seinen Lebensunterhalt. Über Umwege folgte er Meister You in die Wudang-Berge und wurde 1988 als dessen Meisterschüler in der 15. Generation der Wudang Schule in der Wudang-Xuanwupai-Linie aufgenommen.

Anfänglich lebte Tian Liyang im Taihe-Kloster in den Wudang-Bergen; er wurde Haupttrainer seines Meisters und später auch Geschäftsführer dessen Schule »Sanfeng Wuguan«. Seit 1999 betreibt er seine eigene Schule, heute das »Liyang Neijia Wushuguan« in Liuliping bei Wudangshan. 2010 erhielt er eine Auszeichnung als einer der acht besten Taiji-Meister Chinas. Außerdem hat er einen Hochschulabschluss in Religionswissenschaften und Philosophie vom daoistischen Institut Wudang in Danjiangkou.



放松
Fangsong

玄武 真武
Xuanwu Zhenwu

德
De – Güte, Tugend



Seit 1999 kommt Tian Liyang regelmäßig zweimal im Jahr nach Europa und gibt Workshops vor allem in Deutschland, Belgien und Frankreich.

外家拳
Waijiaquan

内家拳
Neijiaquan

deutlich. Zu guter Letzt wird dies alles noch ergänzt durch eine hohe Charakterschulung und eine intensive Selbstkultivierung. Jede der drei inneren Kampfkünste des Wudang hat ihre eigene Systematik, doch alle führen am Ende zum gleichen Ziel.

Was verbindet denn die Wudang-Kampfkunst, von der Sie uns gerade erzählt haben, mit der daoistischen Kultur?

Man kann sagen, dass die Wudang-Kampfkunst und die daoistische Kultur unmittelbar verbunden sind. Der Daoismus mit seinem Gedankengut bildet in jeder Hinsicht die theoretische Grundlage für das Taijiquan von Zhang Sanfeng. So ist die Natur das Vorbild für die anmutigen Bewegungen, und die Gesundheit ist immer oberstes Ziel im Daoismus wie im Taijiquan. Daneben ist das

Taijiquan auch noch eine effiziente Kampfkunst, und die Prinzipien des Dao und des De dienen der Kultivierung des Übenden; Charakterschulung wird großgeschrieben.

Man kann auch sagen, dass die Kultur der Wudang-Kampfkunst die Verlängerung der daoistischen Kultur ist. Es heißt auch: *»Im Dao drückt sich das Wu [Kampfkunst] aus, und im Wu tritt das Dao hervor; Wu und Dao sind eins.«* So hat zum Beispiel Laozi im Daodejing gesagt: *»Das Weichste unter dem Himmel ist dem Härtesten unter dem Himmel überlegen.«* Das bedeutet genau dasselbe wie der Ausspruch im Taiji: *»Das Weiche besiegt das Harte.«*

Könnten Sie das bitte noch vertiefen und uns etwas mehr über die Kultur und die Tradition der Wudang-Pai erzählen?

Das ist ein sehr umfangreiches Thema. Zuerst möchte ich dazu auf zwei Persönlichkeiten eingehen: Die erste ist Kaiser Zhenwu – auch genannt »der Wahre Krieger«. Er lebte vor etwa 4000 Jahren zur Zeit des Gelben Kaisers. Zhenwu war der Sohn eines Kaisers und damit ein Kronprinz. Diesem Prinzen waren von Kindesbeinen an Ruhm und Reichtum gleichgültig. Daher verließ er schon sehr früh seine Eltern und den Palast, um in den Wudang-Bergen das Dao zu kultivieren. Mit 42 Jahren war er sowohl auf weltlicher als auch auf spiritueller Ebene auf höchster Stufe angelangt und verwaltete den Norden Beijings. Daher nannte man ihn den »Gott des Nordens« oder auch »Wassergott«.

Man sah in ihm die Verkörperung des mächtigen Sternbildes Xuanwu [welches eine Schildkröte und eine Schlange darstellt] und sagte, er sei vom Himmel herabgestiegen, als Segen für die Menschen und als Garant für Frieden.

Die Wudang-Berge sind vulkanischen Ursprungs, und Zhenwu ist die Gottheit des Wassers. Dem Wesen nach besiegt das Wasser das Feuer. So half Zhenwu durch die Kraft des Wassers, den Vulkan zum Erlöschen zu bringen.

Aus diesen Gründen gibt es keinen Tempel, keinen Palast, kein einziges Gebäude in den Wudang-Bergen und in einem Umkreis von 400 Kilometern, das nicht an Zhenwu [auch Xuanwu, »Dunkler Krieger«, »Wahrer Krieger«, »Nordkaiser« oder »Wassergott« genannt] erinnert oder ihm geweiht ist. Pilger aus der ganzen Welt reisen hierher, um ihn anzubeten.

Die zweite Persönlichkeit, über die ich sprechen möchte, ist Zhang Sanfeng, der vor circa 700 Jahren während der Ming-Dynastie gelebt hat und gut 200 Jahre alt geworden sein soll. Er war als junger Mann ein Anhänger des Konfuzianismus und ein guter Shaolin-Kampfkünstler. In seiner Lebensmitte reiste er in die Wudang-Berge und war begeistert von der wunderschönen Landschaft und der daoistischen Kultur. Er entschied sich, dort zu bleiben und den Daoismus zu studieren. Er tauchte tief in die daoistische Kultur ein, erlernte ihre Rituale und begriff die wahre Essenz des menschlichen Lebens. In dieser Zeit lernte er auch das wundersame Daodejing von Laozi kennen, dieses tiefgründige Werk, das die Phänomene der Welt beschreibt. Er

wurde vom daoistischen Meister – dem Wahren Menschen Huolong – unterwiesen und übte sich intensiv in Askese und daoistischen Praktiken.

Eines Tages beobachtete er den Kampf zwischen einem Adler und einer Schlange. Die Schlange besiegte plötzlich den viel größeren Adler, indem sie ihn auf Schlangenart umwickelte. Zhang Sanfeng zog daraus folgende Schlüsse: »Aus der Ruhe entsteht Bewegung«, »Ruhe siegt über Bewegung«, »Das Weiche besiegt das Harte« und »Vier Unzen bewegen eine Tonne«. Durch diese Grundprinzipien wurde Zhang Sanfengs Taijiquan unbesiegt. In der Yuan- und der Ming-Dynastie entstand nun die Wudang-Zhenwu-Xuanwupai-Linie, die in den Klöstern von Wudangshan geheim tradiert wurde und als deren Begründer Zhang Sanfeng gilt.

Später ist Zhang Sanfeng durch ganz China gereist und hat Wang Zongyue aus dem Bezirk Taigu in der Provinz Shanxi das Taijiquan übermitteln. In seinen späteren Jahren gab Wang Zongyue es dann an Jiangfa aus Wenxian weiter und der wiederum an Xingxiuhai aus Zhaobao in Wenxian sowie an andere in Chenjiagou, wo der Chen-Stil entstand. Im Laufe der Zeit entwickelten sich daraus der Yang-Stil, der Sun-Stil, zwei Wu- sowie andere Taiji-Stile. Alle diese im Volk geläufigen Stile heißen »Nördliche Wudang-Schule«.

Eine dritte Schule ist der südliche Wudang Pai, die sich in der Provinz Zhejiang verbreitete. Ein berühmter Vertreter davon war Zhang Songxi, daher heißt diese Schule auch »Songxi-Schule«.

Kampfkunst an sich hat bis heute einen hohen Stellenwert in dieser Welt. Denn durch Kraft und Kampfkunfertigkeiten war man in der Lage, seine Familie gut zu beschützen. Dieser Gedanke liegt bis heute noch den Kampfkünsten zugrunde und hat überall auf der Welt Gültigkeit. Daher ist Kampfkunst immer noch etwas, das in allen Ländern der Welt weiterentwickelt wird.

Eine der ältesten und berühmtesten Kampfkünste Chinas ist das Shaolinqan, das bereits über 1000 Jahre alt ist. Das Taijiquan von Zhang Sanfeng aus Wudang entstand etwas später. Wudang und Shaolin gelten bis heute als überragende Kampfkünste. Seit alters her heißt es: »Im Süden respektiert man Wudang, im Norden verehrt man Shaolin«.

Üblicherweise wird Shaolin als äußere Kampfkunst (Waijiaquan) und Wudang als innere Kampfkunst (Neijiaquan) bezeichnet. Diese Unterscheidung kommt daher, dass

die Shaolin-Kampfkunst auf den buddhistischen Mönch Bodhidharma zurückgeführt wird, der aus Indien nach China zum Songshan-Berg nach Shaolin kam; das heißt er kam von außen. Außerdem werden bei dieser Kampfkunst vor allem der »äußere« Körper – Muskeln, Knochen und Haut – trainiert; daher nennt man Shaolin eine äußere Kampfkunst.

Die Wudang-Kampfkunst von Zhang Sanfeng hingegen, vor allem das Taijiquan, betont das Praktizieren des Inneren, von Essenz, Qi und Geist. Die Bewegungen sind weich wie ziehende Wolken und fließendes Wasser; sie sind anmutig, geschickt und rund. Und das Taijiquan ist in China selbst entstanden. Daher heißt die Wudang-Kampfkunst »Innere Kampfkunst« und ist der Oberbegriff für die inneren Kampfkünste.

Diese beiden Kampfkunstschulen, eine weich, die andere hart, sind die berühmtesten Kampfkunstschulen Chinas und genießen seit dem Altertum einen guten Ruf.

1984 hat die Daoistische Vereinigung den Namen »Wudang-Zhenwu-Xuanwupai-Linie« zu »Wudang-Xuanwupai-Linie« vereinfacht. Da die Wudang-Berge der daoistische Ort sind, wo sich der Kaiser Zhenwu kultiviert und Zhang Sanfeng die Wudang-Schule begründet hat, werden die Wudang-Berge bis heute für den Daoismus und die Kampfkunst verehrt und sind ein sehr wichtiger Pilgerort.

Jetzt haben Sie uns einiges über die Wudang-Kampfkunst erzählt. Aber was ist eigentlich das daoistische Yangshenggong und wie hängt es mit der Wudang-Kampfkunst zusammen?

Nun – die Grundlage für die Entwicklung von Gongfu im Taijiquan [die besonderen Fähigkeiten, die das Taijiquan hervorbringt], sind im Daoismus vor allem die Dantian-Übungen [Dan Dao – »Der Weg des Zinnobers«]. Dabei legt man besonderen Wert auf seine Gesundheit und darauf, in einen natürlichen Zustand



Bis Mitte der 80er Jahre wurden die Formen des Wudang Pai und der Wudang-Xuanwupai-Linie in den Klöstern geheim tradiert. Erst seit dieser Zeit, im Zuge der Reform- und Öffnungspolitik Chinas, wurden die Wudang-Kampfkünste und inneren daoistischen Übungen der Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

养生功
Yangshenggong

功夫
Gongfu

丹道
Dan Dao

面壁
Mian Bi

内养功
Neiyanggong

zurückzukehren und ein langes Leben zu erreichen. Der »Weg des Goldenen Elixiers«, von dem im daoistischen Yangshenggong die Rede ist, ist eine der Hauptströmungen in der daoistischen Praxis.

Der Weg des Goldenen Elixiers benutzt den menschlichen Körper wie einen Kessel und Ofen und nimmt Essenz, Qi und Geist als Heilsubstanzen auf. Bei der Praxis des Kleinen Himmelskreislaufs wird zunächst das Qi von Himmel und Erde gepflückt und die Essenz von Sonne und Mond aufgenommen. In einer 100 Tage währenden Praxis wird das Qi dann im Dantian bewahrt und gesammelt und



Schüler und Schülerinnen aus China und der ganzen Welt kommen in die Kampfkunstschule von Tian Liyang und leben hier für einige Tage oder Wochen bis hin zu mehreren Jahren. Dort erlernen sie innere Kampfkünste, Waffenformen, Yangsheng-Übungen, aber auch andere Künste wie Kalligraphie oder TCM.

schließlich auf dem Renmai und dem Dumai bewegt, um in der Körpermitte die Substanz Dan [Zinnober] zu bilden.

Um den höchsten Zustand der Unsterblichkeit zu erlangen, gibt es noch die Praxis des »Nährens des Zinnobers«, die drei Jahre dauert, und danach die neun Jahre währende Meditationspraxis Mian Bi [einer Wand gegenüber sitzen]. Man spricht davon auch als »Das Qi pflücken und im Dantian sammeln«, »Die Essenz sublimieren und in Qi umwandeln«, »Das Qi sublimieren und in Geist umwandeln« und »Den Geist sublimieren und in Leere umwandeln«.

Zhang Sanfeng war seinerzeit vor allem wegen seiner Kampfkunst berühmt, aber letztlich hat er auf dem Weg des Goldenen Elixiers sein höchstes Ideal erreicht und ist eins mit dem Dao geworden. Demgegenüber ist die Kampfkunst unbedeutend.

Auch der Wahre Krieger Zhenwu sowie viele andere Daoisten, die das Dao in den Wudang-Bergen kultiviert haben, haben diesen höchsten Zustand erreicht.

Kann man denn auch als »normaler« Mensch daoistisches Yangshenggong praktizieren?

Das daoistische Yangshenggong ist ein System, das man nicht einfach nach Gutdünken praktizieren sollte. Wenn man wirklich den Weg des Goldenen Elixiers beschreiten möchte, muss man dem weltlichen Leben entsagen, am besten sogar ein mönchisches Leben führen oder sich in die Eremitage zurückziehen. Man sollte Ambitionen und das Streben nach Ruhm und Reichtum abstreifen. Außerdem braucht es einen wahrhaft guten Meister, den zu finden aber auch eine Frage der Vorherbestimmung ist – dieses Schicksal wird nicht jedem zuteil. Und wenn man als persönlicher Schüler in den inneren Kreis aufgenommen wurde, muss man beharrlich üben, das Dao kultivieren, das Dao begreifen, um schließlich das Dao zu empfangen.

Wenn man jedoch das weltliche Leben nicht hinter sich lassen und ein normales Leben führen möchte, kann man sich auf die grundlegenden Methoden des Weges des Goldenen Elixiers beschränken oder aber das Taiji-System erlernen. Auch damit tut man sehr viel für seine Gesundheit und erhält sich jung. So kann man das Leben genießen und gesellschaftlich Anteil nehmen.

Das ist eine ganz individuelle Entscheidung.

Welches sind denn grundlegende Methoden des Weges des Goldenen Elixiers und des Yangshenggong, die gut zu unserem Leben als »normale« Menschen passen?

Nun, da wären die »Sechs heilenden Laute«, das daoistische Neiyanggong, das daoistische 13er-Yangshenggong, der »Kleine Himmelskreislauf«, Dehn- und Lockerungsübungen, das Fangsong – das sind alles sehr gute Methoden! Wenn man nur eine davon täglich übt, tut man damit schon sehr viel für seine Gesundheit.

Wenn man Taijiquan systematisch betreibt oder daoistisches Yangshenggong praktiziert, welchen Einfluss hat das auf das eigene Leben?

Wenn man Taijiquan oder Yangshenggong praktiziert, wird sich durch die Übungen unmittelbar eine Veränderung im Körper einstel-

len. Junge Menschen werden noch kräftiger und vitaler, und das Lernen fällt ihnen leichter. Menschen mittleren Alters und alte Menschen können ihre Lebenszeit verlängern und gelangen zu höherer Lebensqualität.

Aber das ist noch nicht alles, was Taijiquan und Yangsheng bewirken können. Die Taiji-Übungen und das Verständnis der daoistischen Philosophie können dazu führen, dass wir die wahre Bedeutung menschlichen Lebens verstehen. Das Leben wird sinnhafter und wertvoller.

Daher sage ich immer: Taijiquan ist zum einen eine wunderbare Gesundheitsübung und dient außerdem der Selbstverteidigung. Es lässt den Gegner ins Leere laufen, sowohl auf körperlicher als auch auf mentaler Ebene, da er auf beiden Ebenen keinen Angriffspunkt mehr findet. Drittens ist Taijiquan eine Kunst, es steigert unsere Lebensfreude, und viertens ist Taijiquan eine Kultur.

Durch unser Üben bereichern wir unser eigenes Leben, es wird glücklicher und zufriedener. Dies führt zu einem größeren Verständnis für unsere Mitmenschen und für alle Lebewesen, zu einem harmonischeren Miteinander und schließlich zu Frieden.

Was ist eigentlich der Unterschied zwischen daoistischem Yangshenggong und Qigong?

Zuerst einmal hat das daoistische Yangshenggong die daoistische Philosophie zur Grundlage, das heißt, man sollte das Leben wertschätzen und Gutes in der Welt tun. Alle Lebewesen sollen in Harmonie miteinander und im Einklang mit der Natur leben. Körper und Geist werden somit im Yangshenggong gleichermaßen kultiviert. Nicht Ruhm, Reichtum oder Gier sollten die Antriebsfedern für unser Handeln sein, sondern Güte und eine positive innere Haltung. Wenn wir so positives Schicksal ansammeln und unser Üben auf diese Weise erfolgt, werden sich Glück und langes Leben von alleine einstellen.

Qigong hingegen ist ein moderner Begriff, der erst in den letzten Jahrzehnten als Oberbegriff für eine große Vielzahl von Formen entstand. Diese Qigong-Formen entwickelten sich auf der Grundlage von traditionellen daoistischen, buddhistischen oder auch im Volk gängigen Übungen. Qigong ist heutzutage überall sehr verbreitet.

Doch es gibt im Qigong die verschiedensten Ausprägungen. Viele Menschen erwarten vom Qigong Wunder, sie möchten zum Beispiel übernatürliche Fähigkeiten erlangen. In

den 80er Jahren gab es eine Qigong-Welle in China, bei der viele Menschen durch falsches Üben große psychische Probleme bekommen haben.

Um die positiven Wirkungen von Qigong zu erfahren, ist es also wichtig, genau hinzuschauen und gut zu überlegen, welche Qigong-Form man praktiziert.

Meister Tian, wie entstand Ihr Interesse an der Wudang-Schule und wie sind Sie selbst zu deren Traditionsträger (Chuan Ren) und Meister geworden?



Nun, ich möchte für diese Frage hier nicht detailliert auf meinen Lebensweg eingehen, sondern sie von einem übergeordneten Blickwinkel aus betrachten. Wenn man einen Traum hat, sollte man versuchen, ihn umzusetzen und sich auf seinem Weg nicht entmutigen lassen. Wichtig ist natürlich, dass man den richtigen Weg wählt und diesen bis zum Ende durchhält, dann bin ich überzeugt davon, dass es letztlich zu etwas Gutem führt.

So habe ich selbst meinen Weg Stück für Stück beschrritten. Ich lebe im Moment ein sehr gutes Leben, sicherlich besser als viele andere. Aber dieses gute Leben war nie mein Ziel. Meiner Meinung nach kommt das Glück von ganz alleine, wenn man seine Ideale konsequent verfolgt und nicht aufgibt.

Traditionsträger und Meister, das sind nur Bezeichnungen. Mir geht es nicht um diese Titel, das sind nur leere Wörter; wirklich wich-

传人
Chuan Ren

Die Wudang-Berge liegen in der Provinz Hubei südlich der Stadt Shiyan. Ihre daoistischen Tempel sind auf Geheiß des Kaisers Yongle um 1400 erbaut worden. Sie schmiegen sich harmonisch in die Landschaft und wurden von den höchsten Fengshui-Meistern Chinas entworfen. Seit 1994 gehören diese daoistischen Heiligtümer zum UNESCO-Weltkulturerbe. Hier liegen die Wurzeln der inneren Kampfkünste des Wudang, die 2006 in das immaterielle Kulturerbe Chinas aufgenommen wurden.



Auch wenn seine Hauptanliegen Gesundheit und Frieden zwischen den Menschen sind, betont Tian Liyang immer wieder die Bedeutung der Kampfkunst. Gemäß der daoistischen Philosophie sollte man nicht kämpfen, als Vertreter des Wudang Pai jedoch die Fähigkeit dazu in sich tragen.

Im YouTube-Kanal des TQJ wird es ein Video geben, in dem Tian Liyang einen kleinen Einblick in den Wudang Pai gibt.

Das Interview wurde geführt und übersetzt von Marianne Herzog, Taiji- und Qigong-Lehrerin, Sinologin, seit 1999 Organisatorin der Workshops von Tian Liyang in Europa, Dolmetscherin und Assistentin bei sämtlichen seiner Kurse in Deutschland.
www.wudang-europa.de,
www.wudanggongfuwang.com

Ein Dokumentarfilm über Tian Liyang: »Der Kampfkunst-Meister von Wudangshan« ist als DVD erhältlich. Die SWR/Arte Produktion wurde 2005 von Ulla Fels gedreht.

tig ist mir, die Wudang-Kultur und den Geist des Wudang in der Welt zu verbreiten, damit immer mehr Menschen Glück und Zufriedenheit erlangen. Das ist meine Aufgabe als Traditionsträger und Meister.

An dieser Stelle möchte ich mich bedanken: bei Wudang und bei meinem ehrenwerten Meister. Wudang hat mir viel gegeben, daher möchte ich Wudang auch etwas zurückgeben. Ich werde mich immer für die Wudang-Kultur einsetzen und möchte sie möglichst vielen Menschen zugänglich machen, damit diese wie ich zu Glück und Zufriedenheit gelangen.

Sie kommen nun schon seit 20 Jahren nach Europa. Worin liegen für Sie die Unterschiede im Unterrichten in Europa und China? Hat das Unterrichten in Europa Ihren Unterrichtsstil beeinflusst?

Ja, das stimmt, ich komme nun schon seit 20 Jahren zwei Mal im Jahr nach Europa. Zu sehen, wie meine Schüler und Schülerinnen, meine Meisterschüler und -schülerinnen unermüdlich und beständig lernen, zu sehen, wie sie Jahr für Jahr gesünder und zufriedener werden, das freut mich zutiefst. Genau darum geht es mir ja: dass das Leben der Menschen durch die Wudang-Kultur bereichert wird.

Was die Unterschiede im Unterrichten betrifft: Nun, es gibt natürlich kulturelle Unterschiede von Europäern und Chinesen, aber es gibt doch ein gemeinsames Ziel, das für alle gleich ist: Gesundheit. Das ist es, was alle Menschen brauchen.

Daher versuche ich, in Europa auf eine komplizierte Unterrichtsmethode zu verzichten. Mein Unterricht ist schlicht und einfach ver-

ständig und ermöglicht so den Teilnehmern und Teilnehmerinnen, das tiefgründige Dao zu verstehen. Dabei lasse ich mich von den Bedürfnissen der Gruppe leiten.

So hat sich in meiner 20-jährigen Unterrichtstätigkeit ein mir eigener »Tian-Liyang-Unterrichtsstil« entwickelt, den ich mittlerweile auch in China anwende. Und wenn ich die KursteilnehmerInnen betrachte, merke ich, dass ihnen der Unterricht Freude bereitet und sie dabei gleichzeitig die tiefe Bedeutung erfassen. Darauf bin ich schon ein wenig stolz. Viele besuchen wirklich fast alle meine Kurse; das sind natürlich oft diejenigen, die in Deutschland oder Europa selber die Wudang-Kultur weitergeben. Mein Wunsch, dass immer mehr Menschen in Europa die Wudang-Kultur mit ihren Vorzügen kennenlernen, geht in Erfüllung.

Zum Schluss würden wir gerne wissen, was Sie den Menschen in Europa, die die inneren Kampfkünste des Wudang erlernen, noch mitgeben möchten?

Während meiner 20-jährigen Unterrichtstätigkeit in Europa habe ich erlebt, wie meine Schüler und Schülerinnen Fortschritte machen, gesünder werden und mehr Lebensfreude erlangen. Ich konnte vielen auf ihrem Lebensweg Rat geben. Dies zu erfahren, beglückt mich sehr.

Ich wünsche meinen europäischen Schülern und Schülerinnen als erstes, dass sie sich über ihre eigenen Ideale und Wünsche klar sind. Wenn man etwas macht, ist es wichtig, dass man es wirklich gerne macht und dass es einem gut tut. Dann muss man beharrlich bleiben und sich nicht von auftauchenden Schwierigkeiten entmutigen lassen.

Der positive Einfluss, den die Wudang-Kultur auf das eigene Leben hat, die Begeisterung, die man dafür empfindet, kann dann Menschen im eigenen Umfeld anstecken. Es wäre schön, wenn immer mehr Menschen die Wudang-Kultur und den ihr innewohnenden Geist des Wudang kennenlernen und in ihren Genuss kommen würden.

Man kann es auch mit einem Spruch sagen: »Wenn man jemandem eine Rose schenkt, bleibt der Duft an der Hand.«

Indem man sein Herz öffnet und andere Menschen glücklich macht, werden die Leitbahnen ganz von selber durchlässig, man wird gesund und verlängert sein Leben. Wenn man Gutes tut, erfährt man selber Glück.