

Tai Chi Chuan - Die Kunst, die sich weiter entwickelt

Interview mit Meister Koh Ah Tee von Nigel Sutton

NS: Meister Koh, danke, daß Sie mir heute diese Gelegenheit geben, Sie zu interviewen. Ich weiß, Sie sind sehr beschäftigt. Es ist jetzt einige Jahre her, seit ich Sie zuletzt interviewt habe und ich bemerke, wenn ich Ihre Klasse beobachte, daß Ihre Bewegungen und Betonungen anders zu sein scheinen, als das letzte Mal.

KAT: Natürlich, weil in der Kunst genauso wie im Leben, muß es einen kontinuierlicher Prozeß geben. Die Welt und die Gesellschaft bewegen sich weiter; heute ist das Zeitalter des Computers und das Denken der Menschen bewegt sich weiter und verbessert sich, sodaß die Art, wie wir über Dinge heutzutage denken anders ist, als vor 20 Jahren oder 10 Jahren oder manchmal sogar gestern. *Zum Beispiel hat Zheng Man Qing über die Yin-Yang Querverbindung zwischen dem gewichteten Fuß und der gegenüberliegenden Hand gesprochen. Heutzutage betone ich das nicht, sondern konzentriere mich auf den Taiji Ball, aber ich bin sicher, wenn Zhen Man Qing heute hier wäre, wäre er sehr glücklich.*

NS: Das heißt, daß Ihre Kunst sich über das hinaus entwickelt, was Meister Zheng gelehrt hat?

KAT: Wir dürfen nicht vergessen, daß Zhen Man Qing ein Mensch war, kein Gott oder Unsterblicher. Was er konnte, können wir. *Nur weil wir jemanden bewundern, bedeutet das nicht, daß wir alles, was er sagt als die absolute Wahrheit betrachten sollten. Wir müssen unsere eigenen Nachforschungen anstellen, es für uns selbst wahr machen.* Als Lehrer können wir unseren Studierenden sagen, wie die Dinge gemacht werden sollten; wir können ihnen zeigen, wie die Dinge gemacht werden sollten. Aber wie viele dieser Studierenden können tatsächlich tun was wir ihnen sagen oder zeigen? Um auf mein vorheriges Beispiel zurückzukommen, das von der Yin-Yang-Querverbindung, ich glaube, daß das nicht so wichtig ist, wie mit jedem Teil des Körpers zu einem kleinen Taiji-Ball zu werden. Wir machen die Yin-Yang-Querverbindung nicht in der Schwert Form, das ist unmöglich.

NS: Sie scheinen sagen zu wollen, daß die Rolle des Lehrers nicht so wichtig ist wie die des Studierenden?

KAT: *Der Studierende muß sich auf sich selbst verlassen und ehrlich und tapfer sich selbst testen. Er kann sich nicht auf den Lehrer verlassen.* Viele Leute üben Jahrzehnte, aber haben keine Resultate. Das ist so, weil sie im Grunde nicht die Fähigkeit entwickelt haben, selbst-kritisch zu sein; auf ihre eigenen Bewegungen zu hören, darauf zu hören, was ihr Körper ihnen sagt. Wenn du "song" bist und darauf hörst, ob der eigenen Körper in Balance ist; ob, wenn ein Teil sich bewegt,

alles sich bewegt; dann kannst du Fortschritte machen. Zu viele Leute üben Taijiquan als wenn sie im Supermarkt einkaufen gehen. Eine Minute sind sie von diesem Sonderangebot angezogen, die nächste von jenem. Sie bleiben nicht stehen, um zu überlegen, was sie wirklich wollen und machen sich dann auf, das zu holen. Wie oft hast Du unzufriedene Studierende sagen hören, daß sie 10 Jahre bei diesem oder jenem Lehrer vergeudet haben? Diese Leute sind dumm. Was immer du auch an Erfahrungen hast, kannst du verwenden, um besser zu werden. Diese Studierenden müssen ihre Fähigkeit kritisch zu unterscheiden entwickeln und verwenden.

NS: Wie also überprüft eine Studierende/ein Studierender sich selbst?

KAT: *Alles kommt aus der Form; die Form repräsentiert, was du gelernt hast und geübt hast.* Ich habe früher gesagt, daß, wenn du die Form übst, aber nicht push hands, dann hast du nur die halbe Kunst. Jetzt glaube ich fest, daß die Form das wichtigste ist. Ganz eindeutig, wenn du nur push hands machst und nicht auch die Form machst, dann wirst du niemals die wahren Fertigkeiten des Taijiquan erlernen. Aber wenn du die Form korrekt machst, dann wird sich daraus alles andere entwickeln; push hands, Anwendungen, Schwert, alles. Wie weißt du dann, ob deine Form korrekt ist? Das ist eine Frage, bei der es darauf ankommt, wo du deinen Schwerpunkt setzt beim Ausüben der Kunst. Wenn du schöne Bewegungen machen möchtest, dann wird diese Art einer ästhetisch anzusehenden Form nicht zu echtem Taiji führen. Aber wenn du weißt, was du wirklich willst und immer wieder überprüfst, ob deine Form korrekt ist in Hinblick auf deine Erwartungen, dann wird die Form zur Basis von allem.

Was genau ist dieses wahre Taijiquan? Nun, das ist wenn dein Zentrum der Balance sich so klein und so rund anfühlt, daß deine Arme und Beine, dein Körper zu verschwinden scheinen. Je kleiner dieser Punkt ist, umso größer die Geschicklichkeit. Ein anderer Name für Taijiquan könnte gut "Fehlerkorrigierendes" Boxen sein oder "Intelligentes Boxen". Das letzter heißt nicht, daß du einen Dokortitel brauchst oder gut sein mußt im Studieren, sondern eher, daß du intelligent sein mußt, im Verfolgen deiner Ziele und im Korrigieren deiner eigenen Fehler. Mach die Form korrekt, aber frage Dich immer wieder, warum es so ist, daß durch das korrekte Üben der Form Taijiquan funktioniert. Du mußt die Antwort für dich selber finden. Zheng Man Qing sagte, daß Taijiquan für die Gesundheit ist. Er hat nicht lang und breit erklärt, wie es auf diese oder jene Art verwendet würde und doch konnte er es verwenden. Darum, wenn du korrektes Taijiquan üben kannst, wenn deine Form korrekt ist, dann wirst du feststellen, daß du die Kunst verwenden kannst. Aber wenn deine Form nur eine leere Hülle ist, dann kannst du 100 Jahre üben und wirst es trotzdem nicht verstehen.

NS: Meister Koh, ich sehe, daß Sie oft gesagt haben, Taijiquan "verwenden". Könnten Sie mehr darüber sagen?

KAT: Wenn du Taijiquan nicht zum Kämpfen verwenden kannst, dann kannst du es nicht Taijiquan nennen. Wenn die Faust eines Angreifers auf dich zukommt, mußt du glücklich sein. Taijiquan als eine Kriegskunst muß das Gegenteil von dem sein, was andere Kriegskünste sind. Das heißt, daß du nicht wissen willst, was ein Angreifer dir tun wird, und du willst keine Ahnung haben, wie du reagieren wirst. Die Geschicklichkeit, die du für Anwendungen des wahren Taijiquan brauchst, kommen alle aus der Form. Was ist eine wahre Anwendung? Das heißt, daß es keine Gestalt und keine Form gibt. Du mußt nicht denken, was du tun wirst. Statt dessen kommt es automatisch. Wenn du denken mußt, sind deine Reaktionen langsam; du bist nicht "song". Dein Geist, deine Achtsamkeit muß sehr "song" sein und ohne Furcht. Das Wort Furcht darf in deinem Geist nicht vorkommen. Es sollte kein solches Wort in deinem Vokabular geben. Ein Geist, der "song" ist, ist wichtiger als ein Körper, der "song" ist, weil alles vom Geist kommt. Was in den Chinesischen Kriegskünsten als "dan liang" (Courage) bezeichnet wird, wird durch das wiederholte Üben der Form trainiert - auf diese Weise wird es natürlich. Wiederholte Übung in dieser Art entwickelt eine Art von Ruhe. Im Taijiquan bedeutet Kämpfen, entspannt auf den Angreifer zu warten, nicht wissen, was du tun wirst, es einfach passieren zu lassen. Menschen, die eine Kampfposition einnehmen und ihre Fäuste fest ballen, haben sich selbst in einem Zustand von Starrheit fixiert/gefangen. Wahres Taijiquan in Anwendung ist wie der Blitzschlag, nicht wie der Donner, der lauten Lärm macht und zu spät ankommt. Ich werde immer schneller sein, als mein Gegner, weil ich dort bin, wo er sein will. Er muß eine Distanz überwinden, um zu mir zu kommen, ich bin schon hier. Um weiter das Bild aus der Natur zu verwenden, im Taijiquan sind zhou und hua (nachgeben und neutralisieren) wie der Wind, während da (schlagen) wie das Wasser ist; aber das Wasser ist tief und hat gefährliche Strömungen. Als ich mit Huang Hsing Hsien gepusht habe und er mich nicht wegstoßen konnte, begann er, zu schlagen. Ich habe ihn darauf aufmerksam gemacht, daß das gefährlich war und ich auch ihn schlagen könnte. Indem er mich schlug, gab er mir eine Gestalt oder Form, die ich verwenden konnte, wenn ich mich dazu entschieden hätte. Das ist so, weil in dem Moment, in dem du eine Idee hast, jemanden anzugreifen, dann weichst du von den Taiji Prinzipien ab, die verlangen, daß die Kraft des Angreifers gegen ihn verwendet wird. In dem Moment, in dem der Gegner Kraft gegen dich einsetzt, ist er verloren, denn das ist Kraft, die du borgen kannst. *Taijiquan ist wie das Meer, aber es ist nicht wie die schönen lauten Explosionen der Wellen, die gegen die Felsen schlagen, sondern es ist eher wie die tiefen, tödlichen Strömungen unter der Oberfläche.*

NS: Meister Koh, Sie haben Ihr Zusammentreffen mit Huang Hsing Hsien erwähnt. Können Sie mir mehr darüber erzählen?

KAT: Als ich mit Huang gepusht habe, waren sechs andere Leute anwesend. Drei von ihnen waren Huang's Schüler, tatsächlich waren 2 von ihnen selbst Lehrer, der Rest war mit mir gekommen, um ihn zu besuchen. Zhen Yuan Liang und

Chen Hua, die für Huang unterrichteten, waren da mit Chen Siu Lan, einem seiner Schüler. Die anderen Anwesenden waren Qiu Jing Bao, Huang Wen Yong und Feng Da Hun. Wenn ich mit dir über Wu Guo Zhong oder Huang Hsing Hsien spreche, dann beruht das, was ich sage, auf meiner tatsächlichen Erfahrung mit ihnen. Ich pushte mit Huang und obwohl ich gehört habe, daß die Leute sagen, daß mit ihm zu pushen so ist, wie von einem eisernen Balken entwurzelt (gepusht) zu werden, müßte ich sagen, daß das Unsinn ist. All das (folgende) ist vor den Leuten passiert, die ich schon genannt habe. Sie alle sind von ihm hin und her geschleudert worden, aber er konnte mich nicht bewegen, so begann er zu schlagen. Alle Anwesenden haben gehört, wie Huang zugegeben hat, daß sein Können 70% Weißer Kranich war. Sie haben auch seine Antwort gehört auf meine Frage, warum er dann nicht ausschließlich Weißer Kranich unterrichtet. Seine Antwort war, daß es leichter wäre, mit Taijiquan Geld zu verdienen. Du weißt, daß eine Menge Lehrer ihre eigenen Schüler verwenden, um ihr "fantastisches Können" zu demonstrieren und alles, was du im besten Fall siehst, ist eine Übertreibung und im schlimmsten Fall etwas, was ein simpler Trick ist. Du mußt nur an die "leere Kraft" denken. Ich glaube nicht daran, weil ich noch nie einen Lehrer oder Proponenten getroffen habe, der das bei mir anwenden konnte.

NS: Was also sollen wir in unserem Training betonen, wenn wir Fortschritte machen wollen?

KAT: Beim Üben der Form betone das Kreisförmige. Ein Kreis hat keine Ecken, sodaß du ein großes Gewicht bewegen kannst oder einer großen Kraft begegnen kannst, ohne Muskelkraft zu verwenden.

Großmeister Zhen Man Qing veranschaulichte das in seinen "Dreizehn Kapitel" mit dem Beispiel eines mechanischen Systems, das auf Kugellagern basiert. Die Bewegungen in der Form, die deutlich horizontale Kreise verwenden, sind unter anderem Rufeng Sibi (Scheinbarer Abschluß; "Scheinbar versiegeln") und der Wechsel von Zurückrollen zu Drücken. Aber beachte, daß diese Bewegungen auf inneren Kreisen basieren, nicht auf externen Blüten. Je runder etwas ist, umso kleiner ist die Fläche, die mit dem Grund in Kontakt ist, daher kann das Objekt auch leichter und agiler sein. Im Taijiquan versuchen wir, unseren Körper so zu verwenden, daß diesem Prinzip Rechnung getragen wird. Aber wir müssen auch deutlich unterscheiden zwischen Agilität und davon treiben. Wir sprechen nicht von einem mit Gas gefülltem Ballon. Wenn du fähig sein willst, gleichzeitig von der Kraft deines Gegners zu borgen (jie jing) und sie herauszuschleudern (fa jing), dann mußt du rund sein. *Wenn du eine Gestalt hast, dann wird es Ecken geben, aber wenn du rund bist, dann kann jeder Teil des Körpers, der mit dem Gegner in Kontakt kommt, benutzt werden.* Wenn du das alles tun kannst, dann werden all die verschiedenen Aspekte der Kunst verinnerlicht sein. Peng jing ist etwas, das innen [im Körper] ist, nicht außen. Wenn du Taijiquan wirklich verwendest, dann kannst du peng, lu, ji und an nicht sehen. Sie sind alle innen. Wenn du etwas

sehen kannst, hat es Gestalt; der höchste Grad der Kunst hat keine Gestalt und keine Form. *Je kleiner die Bewegungen, desto höher ist die erreichte Grad von Gong Fu.* Wenn dein fa jing korrekt ist, dann wird dein Gegner keine Gelegenheit haben, "song" zu sein, keine Gelegenheit auszuweichen oder zu entspannen. Sogar wenn du einem Gegner begegnest, der völlig still zu sein scheint, so macht er/sie doch Bewegungen, die du nützen kannst, denn er/sie muß nach wie vor atmen. Nur eine tote Person ist völlig bewegungslos.

NS: Ist Partnerarbeit wichtig?

KAT: Erst vor kurzem hat mich einer meiner Schüler dasselbe gefragt. Er wollte wissen, ob es notwendig wäre, immer wieder defensive oder attackierende Bewegungen mit einem Partner zu üben, um Taijiquan zum Kämpfen zu lernen. **Meine Antwort war ein kategorisches Nein.** Ich würde sogar sagen, daß, wenn du so übst, du weit entfernt bist vom wahren Taijiquan. Viele Lehrer sagen, daß push hands dasselbe ist wie Kämpfen aber wenn sie das sagen, dann demonstrieren sie damit nur, daß ihr Taijiquan-Können auf Hand-Methoden beruht, auf Techniken. Aber erinnere dich an die Lehre: **in Taijiquan gibt es keine Hände!** Wenn wir sagen, daß im Taijiquan sich die Hand nicht bewegt, dann heißt das nicht, daß die Arme in einer fixen Position gehalten werden, sondern daß wir das nehmen, was der Gegner uns gibt und es zurück geben; wir beginnen nicht damit, daß wir dem Gegner dieses oder jenes antun wollen. Sogar wenn du ein push-hands-Wettkampf Champion bist, ist es nicht unbedingt wahr, daß du die Fertigkeiten des Taijiquan in der Anwendung beherrschst. Gut zu sein im push hands, ist nicht dasselbe wie gut zu sein im Kämpfen - vor allem wenn wir über die Stierkampf-ähnlichen Wettbewerbe im Kräfteressen sprechen, die oft als push hands durchzugehen scheinen. Wenn du diese Art von Geschicklichkeit gegen einen geschickten Gegner verwendest, dann gibst du ihm nur Kraft, die er gegen dich verwenden kann.

NS: Zum Abschluß, Meister Koh, wohin denken Sie geht die Entwicklung der Kunst?

KAT: Dinge verbessern sich und verändern sich und Taijiquan ist da keine Ausnahme. Wenn Zheng Man Qing heute hier wäre, wie würde sein Taijiquan aussehen? *Vergleiche Zheng's Kunst mit der der Chen Familie, die mehr dem Shaolin ähnlich zu sein scheint.* Die Leute fragen mich, warum ich so viel Wert darauf lege, Zheng Man Qing's Kunst zu studieren, wo ich doch den Mann selbst nie getroffen habe. Aber laß mich dich fragen: Es gibt Millionen von Christen auf der Welt, die nie Jesus getroffen haben, Millionen von Buddhisten, die nie Buddha getroffen haben, aber sie betrachten die Lehren dennoch als wertvoll genug, um ihr zu folgen - haben sie unrecht? Zheng Man Qing hat Aufzeichnungen über seinen Lehren hinterlassen, seine Bücher, die auf das Dao hinweisen, dem er folgte. Ich denke, diese Lehren sind es wert, ihnen zu folgen. Frag dich selbst, warum Zhen Man Qing sich entschieden hat, sein letztes

Taijiquan Buch "Eine neue Methode des Selbst-Studiums" zu nennen? Weil dort alle Antworten stehen - das heißt, daß du die Kunst selbst studieren kannst und das höchste Niveau erreichen kannst, wenn du seinen Lehren folgst. Meine Schüler fragen manchmal, ob ich mir nicht Sorgen mache, daß mich Zheng Man Qing's Schüler besuchen kommen, vielleicht, um die Dinge in Frage zu stellen, die ich sage; aber ich kann ehrlich sagen, daß ich mich auf ihren Besuch freue!