



## Das Tor ins Reich der Mitte

öffnete sich für mich und meine Reisegefährten am 1.8.2012.

Von Beijing ins Wudang-Gebirge – dem Ursprung des Taijiquan – dann nach Handan/Guangfu (dem Heimatort unseres Lehrers und Wirkungsort des Yang-Stil-Begründers Yang Luchan) und dann zurück nach Beijing – so sollte die Reise ablaufen. Dabei wollten wir vor allem unter der Leitung von Meister Yang Jian Chao Taijiquan (Yang-Stil) üben, aber auch Land und Leute kennenlernen.

Der 10-Stunden-Flug in einer Boeing 777-300 gab zunächst uns Reisegefährten die Gelegenheit zum Kennenzulernen, denn wir sechs Schüler kannten uns bisher nur vom Sehen.

### Beijing

Meister Yang Jian Chao holt uns vom Flughafen ab. Nach dem üblichen Stau bleiben wir nur kurz im Hotel, das direkt gegenüber eines Hutongs – so heißen die traditionellen Altstadtviertel von Beijing – liegt. Durch den Hutong geht es zum Beihai-Park – ein wunderschöner, weitläufiger Park. Im Anschluss daran genießen wir das erste von vielen sehr, sehr guten Abendessen.



Unser Taiji-Training startet gleich am nächsten Morgen im Beihai-Park. Wir üben an einem ruhigen Platz mit Meister Yang Jian Chao die

38er-Kurzform nach seinem Vater Yang Zhen He. Nach dem Training erkunden wir weiter die Stadt. Die verbotene Stadt ist heute abgesperrt. Daher besuchen wir den Zhongshan-Park, ein ehemaliger kaiserlicher Garten, der direkt an den Wassergraben der Verbotenen Stadt grenzt. In der Abenddämmerung üben wir hier nochmals Taiji, bevor der Tag gesellig mit einem Abendessen in einem kleinen Restaurant direkt gegenüber vom Hotel ausklingt.



An unserem letzten Tag in Beijing besuchen wir den Yuan-Ming-Yuan-Park, eine der Sommerresidenzen der chinesischen Kaiser. Diese riesengroße Gartenanlage wurde durch westliche Armeen in den Jahren 1860 bzw. 1900 geplündert und niedergebrannt. Seit Mitte der 80er Jahre ist der Park wieder geöffnet und bietet wunderschöne Seenlandschaften mit Lotus, Seerosen und vielem mehr wie auch einige restaurierte bzw. wiederaufgebaute Gebäude. Leider sind heute sehr viele Leute hier, wir finden in der Hitze keinen geeigneten, ruhigen und vor allem schattigen Platz zum Üben. So packen wir nur noch und kaufen Reiseproviant, bevor unser Nachtzug ins Wudang-Gebirge um 17.00 h losfährt. Meister Yang Jian Chao hat für uns Schlafplätze gebucht.



### Wudang-Berge

Die Wudang-Berge liegen im Nordwesten der zentralchinesischen Provinz Hubei (nahe der Stadt Shiyan); sie gehören zu den heiligen daoistischen Bergen. Seit dem siebten Jahrhundert ist das Areal mit seinen 72 Gipfeln mit Tempel- und Wegsystemen bebaut worden. Ab dem 14. Jahrhundert entstand hier ein einzigartiger Komplex von Gebäuden der daoistischen Religion.

Auf den alten Steinwegen kann man zu den zahlreichen Tempel, Palästen, Klöstern, Brücken und Einsiedeleien gelangen. 1994 wurde das Wudang-Gebirge von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt. Heute sind nur noch vereinzelt sind Mönche und Nonnen mit langen Haaren zu einem kleinen Dutt gebunden, alte Mönche mit weißen Bärten und daoistischen schwarzen oder gelben Gewändern anzutreffen. Aber noch immer zieht es Pilger in die Wudang-Berge.



Wir alle freuen uns, dass wir in die Wudang-Berge an den Ursprungsort des Taiji reisen und dort mit Meister Yang Jian Chao unser Taiji praktizieren zu können. Alle heutigen Taijistile entstanden – so sagt man - auf der Basis der Wudang-Kampfkunst, deren Ursprünge dem berühmten Daoisten Zhang

Sanfeng zugeschrieben werden, der in den Wudang-Bergen gelebt haben soll – ob er wirklich eine historische Person ist, ist unklar.

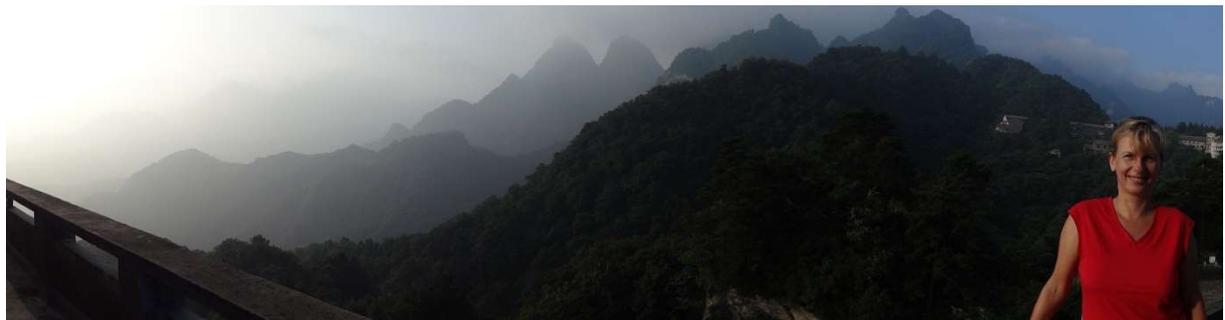
Nach rund 1.300 Eisenbahnkilometern erreichen wir Wudang City mit eineinhalb-stündiger Verspätung. Wudang Shan empfängt uns mit heftigem, andauerndem Regen. Der Fluss hat ganze Häuser mit sich gerissen und es sind Tote zu beklagen. Mit dem Bus fahren wir in den Nationalpark bis zu unserem Bergdorf. In der Nacht nimmt die Stärke des Regens und des Windes nochmals zu. Das läßt hoffen, dass die Wolken bald verschwinden und „sich die Wasserdrachen dann in ihre Behausungen zurückziehen“.



Am nächsten Morgen fließt und tropft überall Wasser, aus den Bergen dampft es unaufhörlich. Aber trotzdem ist der Blick auf und in die Berge atemberaubend. Nach einem typischen warmen chinesischen Frühstück machen wir uns mit dem Bus auf zum „Tempel zur Purpurwolke“ (Temple of Purple Heaven/Zi Xiao Gong). Trotz des Regens ist die Anlage wunderschön und ihre Energie ist fast greifbar. Wir praktizieren Taiji auf einem überdachten Platz, direkt neben einer riesigen Steinschildkröte. Wie so oft schauen uns die Chinesen zu.

Gegen Mittag läßt der Regen nach und es klart auf. Endlich!

Schon am Abend können wir auf der Dachterrasse Taiji üben. Hier oben werden wir nun jeden Tag üben und dabei immer wieder den Blick in die Wudang-Berge mit ihren gezackten Gipfeln schweifen lassen können.



Es sind anstrengend schöne Tage – wir sind ständig auf den Beinen, entweder beim Taiji-Training oder beim Rundgang durch die Berge, Tempel und Klosteranlagen. Nachdem der Regen nun abgezogen ist, kommt die Sonne heraus – das bringt schwülheiße Tage. Randvoll mit Eindrücken und lahmen Knochen schlafe ich jeden Abend schnell ein.



*Tianyi Zhenqing Palast (unser „Schwalbennest“)*



*Die letzte Treppe zum „Südlichen Tor“*



Am Abend des zweiten Tages hören wir schon beim Abstieg aus den Bergen das Rattern der Notstromaggregate. Die nächsten zwei Tage haben wir weder Wasser noch Strom. Der tagelange Regen hat unten in der Stadt die Stromversorgung und damit auch die Wasserpumpen lahmgelegt. Wie abhängig wir von der Energieversorgung sind, wird uns jetzt bewusst. Die heißersehnte Dusche fällt aus, Wäsche waschen auch.

Na dann!



*Tai-Chang-Tempel*



*Auf dem Hoteldach*



*Kulinarische Genüsse*

Wenn wir nicht lernen und üben, ziehen wir durch die Bergwelt, besichtigen Klöster und fühlen uns einfach wohl, wozu auch die gemeinsamen kulinarischen Erlebnisse erheblich beitragen. Meister Yang Jian lobt die Gruppe, weil wir fleißig und ausdauernd üben - „wie Chinesen“. Manchmal stehen wir sogar vor dem eigentlichen Unterricht auf dem Dach und wiederholen unsere Übungen vom Vortag, auch wenn wir Dauer-Muskelkater haben. Nichts hält uns ab. Auch unser deutscher Taijilehrer ist stolz auf uns – wir machen auch ihm Ehre. Meister Yang Jian Chao sorgt bestens für uns, sein Unterricht ist hervorragend und darüber hinaus ist er Organisator, Reiseführer, Dolmetscher und Freund.



Am vorletzten Tag in den Wudang-Bergen besteigen wir den höchsten Gipfel des Wudang Shan – den Tianzu. Auf dem Gipfel befindet sich das spirituelle und touristische Zentrum der Wudang-Berge: die Goldene Halle, ein komplett vergoldeter Tempel aus Kupfer, der die Statue des Großen vollkommenen Kriegerkönig Zhen Wu



*Unterwegs im Wudangshan*

enthält. Rund 700 Höhenmeter und unzählige (10.000 und mehr) Stufen bringen wir hinter uns, bis wir oben einen Blick in die „Goldene Halle“ auf die zwei Meter hohe Bronzestatue vom Zhen Wu werfen können. In rund 4 Stunden laufen wir die 4 Kilometer auf den Gipfel durch den Wald im Schatten, die 37 Grad sind somit einigermaßen zu bewältigen. Jeder findet nach und nach seinen Laufrythmus uns so schaffen alle „ihren Pilgerweg“ – gemeinsam freuen wir uns oben. Nach einer Rast steigen wir – nun in nur rund 2 Stunden – wieder ab.



*Fu Zhen-Palast*



Nach fast einer Woche in den Wudang-Bergen geht es weiter nach Handan. Erneut nehmen wir den Nachtzug. Schwer bepackt – die ersten Käufe von Schwertern und Säbeln sind erledigt – geht es zum Bahnhof, zuvor lassen wir uns noch unseren Reiseproviant für die 17-stündige Fahrt frisch zubereiten.

### **Handan / Guangfu (Yongnian)**

In Handan beziehen wir unser Hotel – es erscheint nach den einfachen Verhältnissen in den Bergen wie eine Luxusherberge. Hinter dem Hotel finden wir einen schönen Platz für das Training inmitten von Grün und wasserspeienden Fröschen. Am Abend genießen wir mit Meister Yang Jian Chao und seiner Frau einen chinesischen Feuertopf, dabei erfahren wir viel über das alltägliche Leben in China.



Am nächsten Tag fahren wir nach Guangfu, dem Ursprungsort des Taiji der Familie Yang. Im Elternhaus von Meister Yang Jian Chao werden wir sehr herzlich durch seinen Vater Meister Yang Zhen He und die ganze Familie begrüßt. Den weiteren Morgen verbringen wir auf der imposanten rund 1000 Jahre alten Stadtmauer, die ganz Guangfu umschließt, mit Taiji-Training.



Meister Yang Zhen He lädt die ganze Gruppe zu einem sehr üppigen und hervorragendem Mittagessen ein. Im Innenhof des Anwesens von Yang Luchan (heute ein Museum) dürfen wir unser Taijitraining fortsetzen. Nach dem Training wird noch für das Familienalbum der Familie Yang fotografiert. Auch für uns gibt es ein Erinnerungsfoto. Nun müssen wir schon zurück nach Handan.

Am nächsten Morgen geht es mit der Eisenbahn zurück nach Beijing, es bleiben uns noch 2 Stunden, um ein paar Erinnerungsstücke zu kaufen. Zum letzten Mal genießen wir am Abend ein chinesisches Essen, das uns allen immer so gut geschmeckt hat.

An unserem Abreisetag fahren wir früh zum Flughafen, den üblichen Stau haben wir einkalkuliert. Die Schalter sind schon offen, wir geben das Gepäck – auch die Säbel und Schwerter als Sperrgut - auf.

Der Abschied von China und von unserem Laoshe (= Lehrer) und Freund Yang Jian Chao fällt uns allen schwer. Wir bedanken uns bei ihm für die sehr großzügige Weitergabe seines Wissen an uns – es hat uns alle sehr inspiriert und motiviert.



Die Erinnerungen an diese Reise werden lange eine Quelle der Kraft und der Inspiration für mich sein. Danke an meine Reisegefährten und vor allem an meinen Mann, der mir die Teilnahme an dieser Reise ermöglicht hat.

Claudia Harras

