

Kampfkunst aus dem Herzen Chinas

– Drei Monate am Ursprungsort des Yang-Stil-Taijiquans



Und das mache ich in der Folgezeit auch: Jeden Tag heißt es nun früh aufstehen – um 5.30 h geht der Wecker runter – und dann geht's direkt ins erste Training des Tages. Da stehe ich dann mittendrin und übe mit. Zunächst laufen wir die 38er Handform, danach wird in kleinen Gruppen geübt, je nach Lernfortschritt finden sich diese zusammen. Nach 60 bis 90 Minuten löst sich alles auf – die meisten müssen nun zur Arbeit, einige müssen heim, um auf die Enkel aufzupassen.

Blond und blauäugig zwischen all den Chinesen falle ich natürlich auf. Von Anfang an bin ich eine echte Attraktion hier, haben viele doch noch niemals Gelegenheit gehabt, einen Ausländer hautnah zu erleben, geschweige denn, sich mit ihm fotografieren zu lassen. Von den Fotografen-Scharen, die sich regelmäßig schon zum Morgentraining einfänden, lasse ich mich mit der Zeit immer weniger aus der Ruhe bringen. Wenn ich Geld bekommen hätte für jedes Foto oder Video – ich wäre reich geworden.



Kampfkunst aus dem Herzen Chinas

– Drei Monate am Ursprungsort des Yang-Stil-Taijiquans

Direkt nach dem Morgentraining gibt es ein wohlverdientes Frühstück – immer irgendwo auf der Straße, in Guǎngfǔ oder in den kleinen Siedlungen rund um die Stadt. Eine Suppe ist immer dabei, dann was Süßes dazu. Ich mag besonders die Wan-Tan- und die Tofu-Suppe mit den kleinen Süßwasser-Garnelen und Unmengen von Koriander in der Brühe. Aber auch die Omeletts schmecken super, ein Ei dazu und und und... lecker – ich liebe das üppige warme und meist recht herzhaftes Frühstück der Chinesen. Kaffee gibt's hier auf dem Lande natürlich nicht, aber ich vermisse ihn auch nicht.



Nach einer kurzen Pause im Hotel – und einem ersten Duschen – erhalte ich dann überwiegend Einzelunterricht. Mindestens 2 Stunden vormittags bis zum Mittagessen, dann folgt eine meist dringend benötigte Mittagspause. Am späten Nachmittag üben wir dann nochmals etwa 2 Stunden, meist im Laden, bevor Freunde zu einem Tee vorbeikommen. Bis zum Abendessen zusammensitzen, Tee trinken, erzählen, zu-

hören – alles aufsaugen, was Meister Yáng Jiàn Chāo erzählt und erläutert: über Tàijíquán, Traditionen, Familienbande und die Tajifamilie, Geschichte und Kultur Chinas, Lebenseinstellungen, Religion, Weltansicht der Chinesen und vieles mehr. Dazu noch Besuche bei Familie, Freunden, Teilnahme an Taijivorführungen, Filmaufnahmen, offizielle Geschäftseröffnung und sonstige Feiern etc. Das alles ist superspannend und interessant – aber auch mega-anstrengend.



Viel freie Zeit bleibt mir bei dem Programm nicht. Die Tage sind ausgefüllt mit Training – Ausnahmen gibt's nur wenige. Und die Abende gehören in Guǎngfǔ den Freunden – alle



Taijifreunde sind wie „Familie“ – wir sprechen uns auch mit Bruder, Schwester, Onkel, Tante an. „Ältere“ Schwester oder „Älterer“ Bruder sind Anreden, die für Personen benutzt werden, die man besonders respektiert, achtet und wertschätzt.

Kampfkunst aus dem Herzen Chinas

– Drei Monate am Ursprungsort des Yang-Stil-Taijiquans

Da Yáng Jiàn Chāos Familie in Hándān wohnt, während er die Woche in Guǎngfǔ verbringt, ist eigentlich jeder Abend „Treffen mit Freunden/der Taijifamilie“ angesagt. Immer gehen wir etwas essen und trinken – neben dem Essen werden Würfel- und Kartenspiele gespielt, viel gelacht und viel getrunken. Spieleinsatz ist i.d.R. ein Getränk, üblicherweise Bier oder Schnaps. Meist falle ich zum Schluss (und mehr oder weniger spät bzw. früh) unendlich müde und mit schweren Knochen ins Bett.

Ein- bis zweimal die Woche fährt Yang Lǎoshī zu seiner Familie nach Hándān – manchmal fahre ich mit aber manchmal auch nicht. Diese „freien“ Abende benötige ich, um auch einmal auszuschlafen. Das klappt aber nur, wenn mich Freunde nicht einladen oder abholen – also äußerst selten.



Claudia Harras
Taijiquan