

In meiner Familie ist Taijiquan der Beruf

Interview mit Yang Zhen Duo

Letztes Jahr hatte Helmut Oberlack die Gelegenheit, mit dem Oberhaupt des Yang-Stil Taijiquan Yang Zhen Duo zu sprechen. Als direkter Nachfahre des Stil-Begründers Yang Luchan ist dieser von Kindheit an mit Taijiquan aufgewachsen. Er äußerte Verständnis für die modernen Entwicklungen, hält sich selbst aber an die traditionellen Formen und Prinzipien seiner Familie. In diesem Sinne bereitet er auch seinen Enkel Yang Jun, der ihn auf seiner Seminarreise begleitete, auf seine Nachfolgerschaft vor.

Abstract:

Taijiquan is my Family's Profession

Interview with Yang Zhen Duo

Last year Helmut Oberlack had the opportunity to interview Yang Zhen Duo the head of the Yang-style Taijiquan. As a direct descendant of the style-founder Yang Luchan he was brought up from childhood with Taijiquan. Although he expresses understanding for the modern ways of development he himself prefers the traditional forms and principles of his family. For this purpose he is preparing his grandson Yang Jun, who accompanied him on his training tour, to become his successor.

TQJ: Wann haben Sie angefangen Taijiquan zu lernen?

Yang Zhen Duo: Aus chinesischer Sicht ist unsere Familie eine der Hauptfamilien, eine der Linien des Taijiquan. Wie sicher schon einige wissen, die sich für Taijiquan interessieren, haben ja meine Vorfahren den Yang-Stil des Taijiquan begründet. Mein Urgroßvater war Yang Luchan, mein Großvater war Yang Jianhou und mein Vater war

Yang Chengfu. Und daher ist in der ganzen Familie der Beruf das Taijiquan – der Hauptberuf.

Die Kinder haben in der Regel mit vier bis fünf Jahren angefangen Taijiquan zu lernen, aber in dem Alter weiß man eigentlich noch gar nicht so genau, worum es geht – was da alles mit dranhängt. Weil zu Hause alle Taijiquan lernen, müssen eben die Kinder auch Taijiquan lernen. So habe ich schon ganz klein angefangen.

Und haben Sie dann bei Ihrem Vater gelernt oder bei anderen Mitgliedern der Familie?

Ich habe auch noch mit meinem älteren Bruder gelernt. Ich bin der dritte Sohn und oft haben wir Brüder miteinander geübt und der Vater hat zugeschaut.

Wie sah das tägliche Üben aus?

Nachdem ich in die Schule kam, habe ich vor und nach der Schule gelernt, morgens und abends. Wie viele Stunden das waren, hing vom Alter ab. Auf jeden Fall hat man täglich geübt und nicht irgendwie unterbrochen.

Und wann haben Sie angefangen selbst zu unterrichten?

Das war natürlich erst sehr viel später. Ich habe zwar mit ungefähr zwanzig schon angefangen zu unterrichten, aber das war noch relativ wenig. Seit ich vierzig bin, habe ich dann wirklich viel unterrichtet.

Und welchen Beruf haben Sie sonst ausgeübt?

Ich hatte ein Regierungsamt, in dem es um die Volksarbeit geht. Während ich in diesem Ministerium arbeitete, habe ich natürlich auch parallel weiter Taijiquan unterrichtet. Ich habe auf Provinzebene Taijiquan-Unterricht gegeben.

Gab es irgendwelche politischen Probleme zum Beispiel während der Kulturrevolution?

Es gab natürlich schon Probleme und die Kulturrevolution war eine sehr große Bewegung. Aber weil Mao Zedong gesagt hat, dass Bergsteigen, Schwimmen und Taijiquan sozusagen Sportarten sind, die ausgeübt werden sollen, hat das Taijiquan eigentlich nicht so großen Schaden genommen. Andere Kampfkünste waren sehr viel stärker davon betroffen. Ich habe, wie gesagt, auch auf der Provinzebene unterrichtet. Unter meinen Schülern war der Provinzgouverneur, der später zeitweise im Gefängnis saß. Aber dass dieser Provinzgouverneur ins Gefängnis gekommen ist, lag nicht am Taijiquan. In dieser Zeit sind einfach alle, die irgendwie Macht hatten, gestürzt worden.

Es gab also keine Probleme für die Familie oder für Sie persönlich?



Es ging uns eigentlich noch ganz gut verglichen mit anderen.

Kommen wir zu der heutigen Situation in China: Taijiquan entwickelt sich immer weiter. Es gibt alte Formen aus der Yang-Familie und es gibt auch sehr viele neuere Formen. Wie beurteilen Sie diese vielen Weiter- oder Neuentwicklungen, die in den letzten Jahren entstanden sind?

Es gibt fünf traditionelle große Richtungen und diese wurden auch von der Oberschicht oder von der Führungsebene ernst genommen. Mao Zedong war der Erste von dieser Führungsebene oder die erste Generation. Die zweite Generation war dann Deng Xiaoping. Auch Deng Xiaoping hat ausdrücklich gesagt, dass Taijiquan gut sei. Und auch jetzt der nächste – Zhang Shiming – hat großes Interesse an Taijiquan.

Vor vier Jahren gab es auf dem Tiananmen Platz eine ganz große Vorführung von 10.000 Teilnehmern und letztes Jahr fand das große Welt-Taijiquan-Treffen auf Hainan statt. Dort haben auch Tausende dran teilgenommen. Von Mao Zedong bis heute haben sich die obersten Staatslenker eigentlich immer für Taijiquan interessiert und es gefördert.

Es ist eine Bewegung in Gang gekommen, das Taijiquan weiterzuverbreiten. Und um die fünf Hauptrichtungen des Taijiquan zu bewahren, wurde unter anderem eine neue Form entwickelt, in der Elemente dieser fünf Richtungen enthalten sind. Diese neueren Formen basieren in der Regel auf der Yang-Form in der Ausprägung, die mein Vater unterrichtet hat. Denn die Stellungen der Yang-

Yang ZhenDuo, geb. 1924, ist offizielles Oberhaupt des Taijiquan der Yang-Familie in der vierten Generation.

Das Interview wurde gedolmetscht von Maja Buchler.

Fotos: Helmut Oberlack

Yang ZhenDuo legt beim Unterricht in Europa Wert auf eine genaue Ausführung der Bewegungen und die Einhaltung der Taijiquan-Prinzipien.



Form sind etwas größer und raumgreifender, etwas reicher und fließender. Das Qi soll sich dabei ins Dantian absenken, man soll natürlich atmen, deshalb wurde die 88er Form aus der traditionellen Yang-Form entwickelt.

Die neueren Formen wie die 42er Form sind im Wesentlichen noch Yang-Formen, aber es wurde beispielsweise aus dem Chen-Stil das Fajing mit dazu genommen und auch aus den beiden Wu-Stilen sind noch Handbewegungen dazugekommen. Die 42er Form ist dann von einem staatlichen Sportkomitee veröffentlicht worden.

Waren oder sind Sie an der Entwicklung von diesen modernen Formen beteiligt?

Für mich ist immer noch die traditionelle Form die Hauptsache.

Das heißt, Sie sind nicht an diesen Neuentwicklungen beteiligt?

Ich habe Verständnis dafür, dass diese Sachen entwickelt werden.

Bei der Weltkonferenz auf Hainan wurden Dan-Prüfungen durchgeführt. Es gibt jetzt ein neues System mit diesen Dan-Graden. Was sagen Sie dazu?

Es war ein sehr großes Treffen, auf jeden Fall über 4.000 Teilnehmer, und es gab Wettbewerbe. Diese Dan-Prüfungen sind ja eigentlich etwas Japanisches und ich war als Vertreter eines der traditionellen oder berühmten Stile eingeladen. Ich habe mehrfach dort Vorführungen gemacht und morgens und abends unterrichtet. So hatten die Taijiquan-Übenden, die gekommen sind, viele Gelegenheiten verschiedene Stile zu sehen.

Hier in Deutschland oder Europa denken viele, die Taijiquan üben, dass diese Dan-Grade der Tradition des Taijiquan widersprechen. Sehen Sie das genauso?

Das gibt es erst seit drei Jahren, also noch nicht so lange – man weiß es noch nicht so genau. Aber im Grunde denke ich auch, dass die Dan-Grade nicht unbedingt nötig sind. Sie sind noch nicht durchgehend verbreitet in China.

Was ist für Sie das Wichtigste beim Taijiquan, wenn Sie selber üben?

Das sind die zehn Prinzipien, die schon von meinem Vater weitergegeben wurden, daran will ich arbeiten und die weiter vertiefen.

Was sollten EuropäerInnen können, bevor sie anfangen Taijiquan zu unterrichten?

Es gibt viele LehrerInnen, die in Deutschland unterrichten. So wie wir unsere Lehrmethode hier zeigen, stehen dabei die Gesundheit

Die zehn Prinzipien des Taijiquan nach Yang Chengfu:

- Den Kopf leer aufrichten, »Jin« erreicht den Scheitelpunkt
- Die Brust einsinken lassen, den Rücken aufrichten
- Das Kreuz entspannen
- Voll und leer unterscheiden
- Schultern und Ellbogen senken
- Bewusstsein und nicht äußere Kraft einsetzen
- Oben und unten verbinden
- Innen und außen vereinen
- Kontinuierlich fließende Bewegung
- Ruhe in der Bewegung

und die Kultivierung des Körpers im Vordergrund. Wir achten darauf, dass die TeilnehmerInnen die Bewegungen möglichst genau durchführen, dass die Bewegungen vereinheitlicht werden. Wir betonen dabei die zehn grundlegenden Prinzipien und die Übungsmethoden. So können die Übenden davon profitieren.

Das Taijiquan ohne Waffen – mit leeren Händen – ist die Grundlage. Danach kann man auch noch Formen mit Schwert und Säbel lernen. Es macht keinen Sinn Säbel- oder Schwertformen zu lernen, wenn die andere Grundlage noch nicht voll ausgebildet ist, denn die Prinzipien können alle in der Form ohne Waffen gelernt werden. Daher fängt man auf jeden Fall mit der Form ohne Waffen an. Bei den Workshops in Europa ging es erst mal nur um die Formen ohne Waffen. Doch seit vier bis fünf Jahren unterrichten wir auch Schwert und Säbel. Und Yang Jun unterrichtet auch Tuishou.

Ist in China bei der Ausbildung zum Taijiquan-Lehrer Tuishou ein unabdingbares Element?

Es gibt auch in China Lehrer, die kein Tuishou geübt haben.

Wird in China Tuishou noch als ernsthafte reine Kampfkunst geübt?

Das gibt es auch, aber selten.

Ist es notwendig, um gutes Taijiquan zu entwickeln, auch Qigong zu praktizieren?

Also, man muss sehen, was geübt wird – bei uns wird nicht extra gezielt Qigong geübt. Das Qi ins Dantian sinken zu lassen ist ja im Grunde eine Qigong ähnliche Übung, in der die Aspekte von Qigong enthalten sind, aber es wird nicht extra geübt.

In China haben viele Qigong-LehrerInnen Probleme wegen der Auseinandersetzung mit Falun Gong. Leidet das Taijiquan auch unter dieser Entwicklung?

Das Taijiquan ist davon nicht betroffen, es entwickelt sich ganz gut. Im Gegenteil, es wurde der Mai als Taijiquan-Monat festgelegt. Die Regierung findet nach wie vor, dass Taijiquan förderungswürdig ist.

Yang Jun, Sie sind Präsident der Yang-Stil Taijiquan Association. Was sind die Aufgaben dieser Vereinigung?



Yang Jun: Die Zielsetzung ist die Verbreitung des traditionellen Taijiquan und es geht auch um die Verbreitung im Ausland und das Auswählen guter LehrerInnen, die uns dann vertreten können.

Haben Sie Kontakt mit anderen Taiji-Organisationen in den USA oder in Europa?

Yang Jun: In der Hauptsache sind erst mal alle, die Taijiquan üben, gute Freunde. Von daher hoffe ich, dass alle Taijiquan-Vereine auch miteinander kooperieren können und nicht gegeneinander arbeiten. Der Taijiquan-Markt ist ja auch sehr groß. Ich denke, wenn alle zusammenarbeiten, kann sich Taijiquan noch besser entwickeln.

Sie fahren immer mit Ihrem Großvater durch die Welt. Ist es für Sie eine besondere Herausforderung zu unterrichten, wenn der Großvater dabei ist?

Yang Jun: Ich gebe mir viel Mühe und tue mein Bestes. In der Hauptsache unterrichtet immer noch mein Großvater.

Yang Zhen Duo: Es geht darum, die Nachfolger, die nächste Generation auszubilden. Ich bin schon 75 Jahre alt und da braucht man natürlich einen Nachfolger.

Herzlichen Dank für dieses Gespräch

Yang Jun wird von seinem Großvater als Nachfolger ausgebildet.