

Ein Historischer Überblick

Das Taiji- System Meister Huang Xingxians schöpft aus einigen Quellen

Der Luohan Stil und Bai He Quan - der Stil des weißen Kranichs



Luohan Quan

Die Geschichte der Shaolintempel sind mittlerweile hinlänglich bekannt, viel ist darüber geschrieben worden. Am Beginn jeder gängigen Version dieser Geschichte steht *Da Mo*, ein indischer Boddhisattva, bewandert in der uralten indischen Kampfkunst, dem „*Vajramukti*“, der sich im nördlichen Shaolintempel am Berg Songshan in der Provinz Henan niederließ. Das dürfte irgendwann im fünften Jahrhundert nach Christus gewesen sein. Neben Nachhilfestunden in Sachen Buddhismus soll Da Mo, den durch das viele Sitzen während der Meditation geschwächten Shaolinmönchen, zumindest zwei Übungsreihen zur Kultivierung von Körper und Geist hinterlassen haben. Der Überlieferung nach hielt er deren Essenz in zwei bis heute sehr wichtigen Traktaten fest. Der „*Klassiker zur Verwandlung der Muskeln und Sehnen*“ (*Yi Jin Jing*) und der „*Klassiker zur Waschung des Knochenmarks*“ (*Xi Sui Jing*). Es wird auch von einer dritten Übungsreihe, die damals entstanden sein soll gesprochen, den „*18 Luohan Händen*“ (*Shi Ba Luohan Shou*). Auch sie wird Da Mo zugeschrieben. Diese drei Übungsreihen sollten die Basis des berühmten Kampfstils sein, der sich in den darauf folgenden Jahrhunderten bildete.

Der Shaolintempel war bekanntlich auch ein beliebter Rückzugsort für pensionierte Generäle und umherziehende Krieger, die auf der Suche nach innerer Ruhe waren. So kamen die Mönche ständig in Berührung mit den gängigsten Kampftechniken ihrer Zeit. Ein reger Austausch an Wissen fand statt. Die Mönche begannen die importierten Kampfverfahren zu erlernen und zu systematisieren. Sie brachten sie in Einklang mit den erwähnten Übungssystemen zur Selbstkultivierung ihres Patriarchen Da Mo und schufen so die Grundlage einer einzigartigen Kampfkunst, welche es im Lauf der Zeit zu unzähligen Variationen brachte. Zu den wichtigsten dieser Variationen zählten die fünf in Shaolin entstandenen Tierstile (Wuxing Quan), welche die Eigenarten von Drache, Schlange, Kranich, Tiger und Leopard zur Grundlage haben und Stile, die sich an erleuchteten Wesen, Helden und Heiligen oder weiteren Tieren orientierten. So zum Beispiel der „Luohan Stil“ und der

Affen Stil. Sie hatten gleichermaßen für die nördliche wie die südliche Shaolin Richtung Gültigkeit.

Um den Luohanstil besser zu verstehen müssen wir erst darauf eingehen was ein Luohan (Sanskrit. „Arhat“) überhaupt ist. Ursprünglich waren die Luohans üble Gesellen, Schläger und Banditen. Sie galten als trickreich und schlau und versuchten sich daher oft erfolgreich als Betrüger. Einer der berühmtesten Luohans war mit einem buddhistischen Mönch befreundet, welcher ihm Unterschlupf und Essen gab. Das beeindruckte den Räuber so sehr, dass er daraufhin drastisch sein Leben änderte und es bis zur Erleuchtung brachte. Es gibt prinzipiell 500 dieser Luohans, wobei meistens nur die 18 prominenten Vertreter dieser Spezies gezählt und abgebildet wurden. Ihre Entsprechung im Daoismus sind die „Acht Unsterblichen“, im Abendland wären es die Heiligen.



Im chinesischen Buddhismus gibt es prinzipiell drei Arten von erleuchteten Wesen:

- Bodhisattvas – Buddhaartige Wesen, welche die Wahrheit durch sich selbst erlangt haben und sie andere lehren.
- Pratyeka- Buddhas („private Buddhas“) – welche zur Wahrheit kommen, sie aber für sich selbst behalten.
- Luohans- dieser lernt die Wahrheit von einem anderen und gibt sie in der Regel auch nicht weiter.

Der Weg eines Luohan gilt als hart. Durch seine Selbst (auf)opferung gibt es für den Luohan keine Wiedergeburt mehr. Er hat sich dafür schon ausreichend selbst kultiviert. Er genießt zwar schon die Früchte seiner Erleuchtung, kann aber erst nach seinem physischen Tod voll in diesen segensreichen Zustand, der die letzten Spuren seiner alten Persönlichkeit tilgt, eintreten.

Dem Luohan werden traditionell verschiedene Attribute und Kräfte zugeschrieben:

Drei grundlegende Einsichten, die es dem Luohan erlauben Leidenschaften und Versuchungen zu überwinden:

- Einsicht in die sterblichen Bedingungen des Selbst (des eigenen, sowie von anderen) in vorigen Leben.
- Einsicht in zukünftige sterbliche Bedingungen.
- Einsicht in gegenwärtige Leiden.



Sechs übernatürliche Kräfte:

- Augenblickliche (Ein)sicht
- Die Fähigkeit jedes Geräusch überall zu hören
- Die Fähigkeit die Gedanken eines jeden Geistes zu wissen
- Das Wissen über alle früheren Existenzen (der eigenen, sowie von anderen)
- Die Kraft überall zu sein und alles nach dem eigenen Willen zu tun
- Das Bewusstsein über das Schwinden der eigenen bössartigen Neigungen



Der Luohanstil ist somit ein sehr alter und ursprünglicher Shaolinstil. Wir können sagen, dass er höchstwahrscheinlich auf Basis des schon erwähnten vorhandenen Materials entstand und aus der Kontemplation über die Bedeutung und das „Verhalten“ der Luohans.

Der Luohanstil besteht aus sechs Faustformen, zwei Formen mit den Handflächen, eine Ellenbogenform und vier *Qinnaformen* (Wrestlingformen), sowie die Übung mit Waffen.

Es heißt: *„Der Luohankämpfer bewegt sich so weich wie Weidenzweige, so wendig wie ein Affe der über einen Berggraben springt, so mächtig wie ein Löwe und so kraftvoll wie ein Drache, der das Meer aufwirbelt.“*

Weiters heißt es:

„Der Kopf des Luohankämpfers ist wie eine Welle, die Hände wie Meteoriten, der Körper wie ein Weidenzweig und die Beintechnik wie von einem Betrunkenen. Die Stöße werden vom Yi initiiert und die Kraft (Jin) kommt vom Körper. Die Intention wird versteckt, es ist schwer zu sagen was voll und was leer ist.“

Der Luohan Stil wird heute vorwiegend in Südchina und Taiwan geübt. Seine Einflüsse sind bis heute in einigen, auch nordchinesischen Stilen, z.B. dem Tanglang Quan (Stil der Gottesanbeterin) spürbar und selbst außerhalb Chinas deutlich vorhanden (wie etwa in verschiedenen Karateformen zu sehen ist).

Der Shaolinorden und die Politik

Die Lehre der Shaolin mit ihrer neuen und dynamischen Form des Buddhismus, Chan, einer Fusion aus Buddhismus und daoistischem Gedankengut fand starke Verbreitung. Sowohl innerhalb als auch außerhalb Chinas. Es gab im Laufe der Zeit einige Shaolintempel, die bekanntesten davon der Muttertempel am Songshanberg in Henan und der „Südshaolintempel“ in Fujian, der vor rund 1000 Jahren begründet worden war.

Viele Kaiserhäuser hielten gute Beziehungen zu den Mönchen, die sich auch immer aktiver an militärischer Ausbildung für die kaiserlichen Truppen beteiligten und während der Songdynastie(960- 1279) sogar halfen Barbareninvasionen zurückzuschlagen. Zu dieser Zeit formierten sich auch mit Hilfe der Tempel Geheimgesellschaften wie der „Weiße Lotus“, die

über die Jahrhunderte hinweg versuchten die Integrität Chinas zu schützen und „fremde“ Dynastien wie etwa die *Qing* aus der Mandschurei zu bekämpfen. Anfangs halfen die Shaolinmönche noch den Mandschus im Kampf gegen Barbaren an der Westgrenze. Wohl nur um sie in Sicherheit zu wiegen. Insgeheim waren sie Rebellen, die danach trachteten die *Mingdynastie* wieder herzustellen. Als Resultat wurden im 17. Jahrhundert der Nordtempel und später auch der Südtempel dem Erdboden gleichgemacht. Es gab ein fürchterliches Massaker. Nur fünf Mönchen, den legendären „frühen Gründungsvätern“ gelang die Flucht. Ihnen wurde von weiteren fünf Männern, den „mittleren Gründungsvätern“ und später noch von fünf weiteren Mönchen, den „späteren Gründungsvätern“ geholfen. Zusammen mit zwei prominenten Priestern, *Wan Yunlong*, dem „Zehntausend Wolken Drachen“ und *Chen Chinnan*, dem „großen Ahnen“ trugen sie den Aufstand nach Süden. (Wir dürfen wohl davon ausgehen, dass noch ein paar Mönche mehr überlebten.) Diese Mönche brachten das Shaolingtongfu in viele Winkel Chinas, wo es von lokalen Kampfkunsttraditionen aufgegriffen wurde und sich zu einigen der heute bekannten Stilrichtungen entwickelte.

Baihe Quan



Die Geschichte des Baihequan hört sich beinahe wie ein spannender Gongfu Roman an. Eine kleine Frau ist darin die Hauptdarstellerin, die in einer gewalttätigen Zeit zu überleben, und sich zu behaupten lernen musste. Eine Geschichte von Rache und der Erlösung durch Selbstkultivierung, geschrieben mit Blut. Sie wird im *Wu Bei Zhi* (jap. Bubishi), einem wohlgehüteten Buch festgehalten, das den Stil des weißen Kranichs (Bai He Quan) und der „Mönchsfaust“ (Luohan Quan) beschreibt. Die Geschichte beginnt mit der Flucht Meister *Fang Zhonggongs*, einer der wenigen überlebenden Mönche des im vorigen Kapitel erwähnten Massakers, vor den Schergen des „bösen“ Mandschu Kaisers.

Fang Qiniang

Als das Kloster im Norden brannte, suchte Meister Fang Zhonggong (auch Fang Zhengdong, Fang Weishi) Zuflucht im Südshaolintempel in der Provinz Fujian. Er hatte eine Tochter namens *Fang Qiniang*, die im nahegelegenen Dorf *Yongchun* wohnte. Der Meister unterrichtete sie in der Shaolinkampfkunst, in welcher er Experte war. Trotz seines Könnens wurde Meister Fang in einem Kampfhandel mit Schlägern aus der Nachbarschaft schwer verwundet und erlag schließlich seinen Verletzungen. Seine Tochter schwor Rache und widmete sich entschlossener denn je ihrem Training.

Eines Tages, während Fang Qiniang ihre Wäsche am Fluss wusch, wurde sie von lästigem Kranichgeschrei gestört. Sie beobachtete, wie zwei dieser Prachtexemplare miteinander kämpften. Elegant und geschmeidig wichen sie jeweils ihren scharfen und genauen Attacken aus, um dann wieder schnell zu kontern. Mit ihrem Fechtstock versuchte die junge Frau die Vögel zu verscheuchen. Diese entwichen aber mit Leichtigkeit ihren Schlägen. Das selbe Ereignis wiederholte sich an den darauf folgenden Tagen. Es liegt auf der Hand, dass Fang Qiniang, beeindruckt und inspiriert von ihren Federfreunden, deren Techniken kurzerhand auf

kreative Art verwertete und sie in ihre Kampfkunst einbaute. Ein neuer Stil war geboren – **Bai He Quan**, der Stil des weißen Kranichs.

Dieser Stil sollte sich zu einer äußerst effizienten und wie wir später sehen werden, auch ungemein einflussreichen Kampfkunst weiter entwickeln.



Brautwerbung auf Chinesisch

Zunächst noch ein wenig aus der Chronik: Fang Qiniang gab ihre Kunst an ihren späteren Mann und - oder Schüler *Zheng Cishu* weiter, den sie durch ein Duell kennen gelernt hatte. Bekannt in der Gegend für seine überaus kräftigen Techniken aus dem Tigerboxen, forderte er die junge, emanzipierte Fang, die es mittlerweile ebenfalls zu einer gewissen Popularität gebracht hatte, zu einem Kräftemessen heraus. Es war für die Frau ein Leichtes den wuchtigen Techniken auszuweichen und sie besiegte schließlich *Zheng*, welcher daraufhin ihr emsigster Schüler und vielleicht sogar ihr Gemahl wurde. Böse Zungen behaupten, er ließ sich von ihr nur allzu gerne besiegen um ihre Gunst zu gewinnen! Wie dem auch sei, jedenfalls half er Fang, den Stil weiter zu verfeinern und soll vor allem für die Entwicklung der *Bapulien*, der Basisübung dieses Stils schlechthin, verantwortlich gewesen sein. *Zheng Cishu* gab die Kunst weiter an *Lin Shixian*, dieser an *Lin Seti*, der an *Chen Yising* und dieser schließlich an *Ban Chuangnian*, einem der großen Lehrer von *Huang Xingxian*.

Alternative Geschichten und Gedanken

Fang Zhonggong war gar kein Mönch, sondern ein in der Shaolinkampfkunst bewandertes Landstreicher. Er hatte einen reichen Freund namens *Zhen Xie*, die beide leidenschaftlich gerne miteinander der Kampfkunst frönten. Sie versprachen einander ihre Kinder, Fang Qiniang und *Zhen Shi* (*Zheng Cisu*), zu vermählen. Als nach einem besonders anstrengendem Training *Zhen Xie* plötzlich tot umfiel, war es bald so weit und die Kinder heirateten. Beide waren miteinander sehr unglücklich. Fang Qiniang verließ *Zhen Shi*, ging in ein Kloster und wurde Nonne. Dort feilte sie fleißig an ihrer Kunst, beobachtete das Verhalten der eleganten Kraniche und schuf das *Bai He Quan*.

Einer weiteren Überlieferung zufolge soll Fang Qiniang die Kunst der Kranichfaust von einem „Kranich- Heiligen“ vermittelt bekommen haben, der vom Himmel kam und die Gestalt eines Kranichs annahm um ihr diese Kunst zu lehren. (Vielleicht war das ja im Kloster?)

Die Legende will es, dass die „fünf Ahnen“ oder Gründungsväter just Experten, jeder in einem anderen der fünf erwähnten Tierstile war. Der Kranich war somit schon im Shaolinrepertoire enthalten. Vielleicht war ja der Kranichheilige ein Experte in dieser Kunst

und Fang Qiniang baute sie dann durch Beobachtung und Selbststudium weiter aus?
Womöglich war der Kranichheilige auch schlicht und einfach Fang Zhonggong, ihr Vater?



Alte Darstellung aus dem *Wu Bei Zhi*

Xie Zhongxiang und Huang Xingxian

Gut zweihundert Jahre, oder fünf Generationen später, in denen die Kunst gedieh und zumeist nur vom Vater an den Sohn weitergegeben wurde, wurde Huang Xingxian in der südchinesischen Provinz Fujian, im Minhou Kreis, in ärmlichen Verhältnissen geboren. Er interessierte sich schon in seiner Jugend für die Kampfkünste. Den Ausschlag ernsthaft mit dem Training zu beginnen gab abermals, wie so oft, ein tragischer Zwischenfall. Eines Tages wurde die Mutter Xingxians brutal zusammengeschlagen und erlag nach einem Jahr ihren Verletzungen. Huang, mittlerweile 14 Jahre alt, schwor Rache und widmete sich fortan auf Wunsch seiner sterbenden Mutter besonders intensiv seinem *Gongfu- Training*. Sein erster Meister war der berühmte *Xie Zhongxian* (1852-1930). Durch seinen Eifer erwarb er sich schnell den Respekt des großen Lehrers, der den fleißigen Jungen auch persönlich unterrichtete. (Wie sich die Geschichte wiederholt,...!) Auch um Xie Zhongxian ranken sich einige Legenden. Er war ein daoistischer Meister, der aus einer adeligen Familie stammte. Durch politische Umbrüche verlor seine Familie jedoch alles. Es wird gesagt, dass er als Schuhmacher, Zimmermann, ja sogar als Sargtischler gearbeitet habe. Einer Anekdote zufolge trainierte er seinen mächtigen, elastischen Pusch dadurch, dass er die schweren chinesischen Säрге, einen nach dem anderen aufrichtete und mit einer Bewegung wie aus seiner Form an die Wand knallte.

Minghequan – der Stil des schreienden Kranichs

Xie Zhongxian war zu seiner Zeit sicher der bedeutendste Meister des Baihequan. (Sein Lehrer war *Pan Youba*, der wiederum lernte von *Lin Shixian*.)

Pan Youba war einer anderen Geschichte nach auch gut mit einem Mönch namens *Qing Ding* befreundet. Dieser Mönch war ein Kampfkunstexperte und lebte im „Weißen Kranich-Tempel“ am *Gao Gai* Berg in der Nähe von *Fuzhou*. Sein Stil war eine Fusion aus dem alten Luohanstil und dem Kranichstil, genannt *Minghequan*. Außerdem war er Meister in der Heilkunst. Zu dieser Fusion kam es, als nach der Zerstörung des Südshaolintempels ein Priester, der sogenannte „*Eiserne Rosenkranz – Mönch*“, Meister im Luohanquan, dem Gemetzel entkam und sich im Weißen Kranich Tempel niederließ. Fortan wurde der Luohanstil als Tempelschatz gehütet. Ein paar Generationen später begannen seine Nachfolger die starken Punkte des Luohansystems mit den Vorzügen des Kranichstils in

einem System zu vereinigen. Nicht klar ist, ob womöglich Lin Shixian und der Mönch Qing Ding ein und die selbe Person waren.

Pan Youba war auch berühmt wegen seiner Trinkfestigkeit. Einer Anekdote zufolge rettete er einmal eine Gruppe von Verwandten, denen von zwölf Schlägern übel mitgespielt wurde. Er verwendete zwei der Räuber als Schilde, während er den Rest verprügelte. Natürlich bekamen die beiden unglücklichen Gauner einiges an Verletzungen dabei ab. Genau so wie die verletzten Verwandten Pan Youbas wurden die beiden Räuber auch zum heilkundigen Mönch, Qing Ding, gebracht. Dieser erkannte sofort anhand ihrer Verletzungen das Werk seines Schülers, Pan Youba.

Xie Zhongxian entwickelte maßgeblich den Stil des „Schreienden Kranichs“ (Minghequan) weiter. Zu jener Zeit kamen viele bedeutende Karate Lehrer aus Okinawa nach Fujian um ihre Kunst zu verfeinern und nach deren Wurzeln zu suchen. Traditionell bestand eine sehr gute Beziehung zwischen China und Okinawa, das sich kulturell zu China wesentlich mehr hingezogen fühlte als zu Japan, von dem das kleine Königreich annektiert worden war. Er selbst soll kurze Zeit auf Okinawa verbracht haben, auf jeden Fall aber einer seiner prominenten Schüler, *Wu Xiangui* (1886- 1940), der als Teehändler länger auf den Inseln blieb. (Zu jener Zeit war das Training noch eine sehr persönliche Angelegenheit. So verlangte Wu Xiangui für seinen Unterricht kein Geld, wohl aber dass seine Schüler reichlich frische Eier brachten. Diese mussten dann nämlich während des Trainings mindestens fünf Stück davon roh essen! So streng ging es damals im Training zu!) Xie Zhongxians vielleicht bekanntester Schüler von Okinawa, oder besser gesagt, den *Ryukyu* Inseln war *Higashionna Kanryo*, der Stammvater des *Goju Ryu* (hart- nachgiebig) Karate Stils.

Meister Xie unterrichtete vermutlich fünf Formen, von denen deutliche Elemente noch heute im Karate zu finden sind.

Er war auch Meister im Umgang mit dem Säbel, Schwert und dem Speer.

Auf Grund seines fortgeschrittenen Alters schickte er Huang Xingxian nach einiger Zeit zu seinem erfahrenen Schüler *Chen Shiting*, um mit ihm intensiv zu trainieren.

Nach dem Tod des Meisters 1930 ging Huang zu einem anderen herausragenden Exponenten des „schreienden Kranichstils“, *Ban Chuangnian*, um seine Kunst weiterzuerfolgen. Er bestritt sehr erfolgreich zahlreiche Herausforderungen und Wettkämpfe und brachte es schnell zu lokaler Berühmtheit. In der Provinz Fujian war er Huang Xingxian als der „junge Held“ bekannt.

Als Patriot kämpfte Huang Xingxian im zweiten Weltkrieg gegen die japanischen Besatzer, indem er erfolgreich eine mit Säbeln bewaffnete Guerillaeinheit anführte. Nach dem Krieg zog er sich dann auf Grund der kommunistischen Machtübernahme nach Taiwan zurück.



Xie Zhongxian 1852-1930

Huang Xingxian trifft Zheng Manqing

1947 schließlich trifft Huang *Zheng Manqing*, einen berühmten Meister des Yang Stil Taijiquan. Zu dieser Zeit war Huang schon fähig mit seinem mächtigen Stoß Leute bis zu 10 Meter weit durch die Gegend fliegen zu lassen, doch in Zheng Manqing hatte er seinen Meister gefunden, dessen Schüler er prompt wurde. Durch die Ermutigungen seiner früheren Lehrer, offen für Neues zu sein, scheint es ihm nicht schwer gefallen zu sein, sich auf die neue Kampfkunst einzulassen und so wurde er einer von Zhengs besten und erfolgreichsten Schülern. Von Zheng Manqing erhielt er den Auftrag Taijiquan in Südostasien zu verbreiten. So zog er 1958 zunächst nach Singapur und baute dann in Malaysia ein großes Netzwerk von Schulen auf.



Meister Huang beim Push

Meister Huangs Innovationen

Obwohl Huang nach außen hin Taijiquan verbreitete unterrichtete er seine inneren Schüler auch zusätzlich im Minghequan. Vielmehr noch. Er war in der Lage das Beste beider Künste zu kombinieren, denn er sah ihre Gemeinsamkeiten.* So verwendete er äußere Bewegungen und Muster aus dem Kranichboxen um sie den noch feineren Taijiprinzipien anzugleichen. Es entstanden zum Beispiel die „*Wu Sheng Song Fa*“ (die fünf Lockerungsübungen), ein Set von effizienten Taiji- Vorübungen um die grundlegenden Prinzipien zu trainieren, indem er sich von Bewegungen des „fliegenden Kranichs“, Grundübungen aus dem Baihequan, inspirieren ließ. Es wurden auch Pushing Hands Muster und deren Anwendungen durch den Kranichstil beeinflusst und Waffenformen ausgebaut. Huangs Meisterstück vielleicht wurde aber die „schnelle Taijiform“. Er adaptierte dazu die so genannte „Mönchsfaust“, die in seinem Kranichstil gepflegt wurde. Es handelt sich dabei wie erwähnt, um eine sehr alte Form aus dem Shaolinkloster, die „18 Luohan Hände“ (Shi Ba Luo Han Quan), meist kurz als die „Mönchsfaust“ bezeichnet. Diese Form aus dem Luohan Stil, wurde wie schon erwähnt, in das Baihequan integriert und in manchen Übertragungslinien des Kranichboxens gepflegt. Huang wiederum verwendete diese sehr anwendungsbezogene Form um sie gänzlich den Taijiprinzipien zu unterwerfen, ohne den äußeren Ablauf wesentlich zu verändern. So entstand eine neue Form auf der Basis seines gesamten Könnens. Er nannte sie nach *Zhang Sanfeng*, dem mythischen Begründer des Taijiquan: *Sanfeng – Kuai Quan* (Sanfeng schnelle Faust).

Huang Xingxian war so in der Lage dem Yang Stil wieder eine gut praktikable schnelle Form zuzufügen und überhaupt ein komplettes Taijisystem zu schaffen von dem bis heute tausende Menschen profitieren.

*Im Wu Bei Zhi steht: „Eliminiere äußere Ablenkungen und konzentriere dich nur auf die Intention (Yi).“