



Laozi und der Wolf

Weg oder den Weg gehen?
Von Karin Zhang

Im Taijiquan üben wir uns darin, das Zusammenspiel der verschiedenen Teile unseres Organismus immer besser wahrzunehmen, zu verstehen und zu verbessern. Wir suchen nach einem guten Gleichgewicht in uns wie auch im Umgang mit anderen. Karin Zhang zieht eine Parallele zu den Wölfen, die seit einiger Zeit wieder Teil unserer natürlichen Umgebung werden und in diesem größeren System zum Erhalt eines vielfältigen Gleichgewichts beitragen. Sie plädiert dafür, nach daoistischem Vorbild den Blick auf die Gesamtheit der natürlichen Phänomene zu richten, statt kurzfristig gewaltsam einzugreifen und damit das natürliche Gleichgewicht weiter zu zerstören.

ABSTRACT

**Laozi and the Wolf
Exterminate or assimilate?
By Karin Zhang**

In Taijiquan, we practise better perceiving, understanding and improving the interaction between the different parts of our organism. We seek a good balance within ourselves and also in our interactions with others. Karin Zhang draws a parallel with wolves, which have recently become part of our natural environment again and help to maintain a diversity-rich balance in this larger system. Following the Daoist model, she advocates focussing on the totality of natural phenomena instead of intervening violently in a short-sighted manner that will further destroy the natural balance.

Mein ganzes Leben war ich viel draußen. Ich lebe am westlichen Rand von Dortmund, im Ruhrgebiet. Die engen Vertrauten meiner Spaziergänge, die Spatzen, sind heute weg und die Kaninchen, die scharenweise zum Anblick jeder Wiese, jeden Wäldchens und jeder Zechenbrache gehörten, sind auch weg. Rehe gibt es. Bussarde und Habichte machen sich rar. Singvögel singen wenig, manchmal gar nicht, außer Krähen, die scheinen die Kurve zu kriegen. Oft bleibt der Himmel leer. Tauben gibt es, und Schlagwild – so heißen wohl die Opfer der Windräder. Dabei entwickelte sich hier nach den Zechenschließungen so manche schöne grüne Nische. Aber auch die werden wieder weniger. Die Bienen sowie, und da horcht man in letzter Zeit doch mancherorts auf, wie das Anlegen von neuen Wildblumen- und Obstwiesen zeigt. »Der Weg

ist das Ziel«, nicht »Das Weg ist das Ziel«, scheinen einige verstanden zu haben. Es lohnt sich, über den Unterschied nachzudenken.

Bei all dem Weg kam auch einer nach Deutschland zurück: der Wolf. Es gibt gute Fachleute und Institutionen, die diesen Umstand, seitdem die ersten Tiere sich hier niederließen und Familien gründeten, beobachten, dokumentieren und die Bevölkerung darüber informieren. Der Verhaltensbiologe und Naturfilmer Sebastian Koerner zum Beispiel oder der Biologe Kurt Kotrschal, dessen Forschungsarbeiten zum Verhaltensvergleich Wolf – Hund in großem Maße zu einer objektiven Aufklärung über Situation, Vorteile und Schwierigkeiten im Zusammenleben mit den Wölfen in Europa beitragen.

Diese Dokumentation und Forschungsergebnisse belegen die Realität. Dabei ist bereits zu

»Ich bin viele«

erkennen, dass das Vorhandensein von Wölfen bei ihren Beutetieren wie Reh und Wildschwein zu einer Selektion führt, die gesunde und starke Tiere fördert und die Vitalität der einzelnen Populationen stärkt. Der Wildverbiss in den Wäldern dagegen nimmt ab. Auch die Anzahl kleinerer Beutegreifer wie Fuchs und Marder wird reguliert, was sich positiv auf die Anwesenheit von Bodenbrütern und Kleinsäugetieren auswirkt, die dann wiederum einen positiven Einfluss auf die Vermehrung von Pflanzen nehmen. Der Wolf steigert in vieler Hinsicht die Artenvielfalt.

Die Gesellschaft zum Schutz der Wölfe e. V. bringt sich ebenfalls höchst engagiert im Herdenschutz ein, hilft und unterstützt bei Konflikten und deren Vorbeugung. Ich werde mich in diesem Artikel also nicht in »wölfischem« Fachwissen versuchen.

Was aber hat der Wolf mit Taijiquan und Qigong zu tun? Oder umgekehrt, was die Kampfkunst und Meditation mit dem Wolf? Dass es das hat, weiß ich, seitdem ich über die Wölfe Mögliches oder Unmögliches höre. In Dortmund ist der Wolf kein großes Thema und trotzdem brillierte das Titelblatt der »meistgelesenen Zeitung Deutschlands« auf unseren Bäckertheken schon mit Schlagzeilen wie »Wolf frisst Hündchen« und dem zähnefletschenden Wolfsgesicht daneben. Noch immer greifen dieselben Mechanismen wie früher, wenn die Presse ihre Opfer reißt. Das veranlasst mich, diesen Artikel zu schreiben.

Neulich, bei einer Sitzung der Vertreter*innen der verschiedenen Länderkreise in der Auslandsgesellschaft Dortmund (ich bin die für China) stellte ein Kollege das Ziel seiner interkulturellen Veranstaltung mit folgenden Worten vor und brachte es damit auf den Punkt: »Wir wollen zeigen, dass man auf Gewalt verzichten kann, dass wir menschliche Gewalttaten vermeiden können.« Das kann schwierig sein, herrscht doch zwischen einigen der Länder Krieg. Genau das aber ist es, dachte ich, wir sollten uns darin üben, im Zusammenleben mit dem Wolf auf Gewalt und Vernichtung zu verzichten. Letzteres haben wir schließlich immer schon gemacht und gebracht hat es wenig außer noch mehr Verlust.

Eigentlich bietet die Natur mit der Rückkehr der Wölfe jetzt eine richtig gute, greifbare Chance, uns neu zu definieren, in unserer menschlichen Funktion und Position innerhalb der Natur. Man kann so etwas trainieren. Schließlich ist es mein »täglich Brot«, das genau so eine Art Training von mir fordert, um mich zu fördern.

Mein Brot erwerbe ich, wie vermutlich viele der Leserinnen und Leser dieses Journals, durch die Weitergabe chinesischer Kampfkunst, Gesundheitspflege und von Gongfu, Qigong, der TCM bis hin zu chinesischer Malerei, Kalligrafie und Sprache. Da ist etwas, was alle diese Bereiche und all die Trainierenden eint auf ihrem Weg. Das Dao macht eben nicht an Chinas Grenze halt. Die Chinesen haben es aber gut beschrieben.

Wenn ich Taijiquan trainiere, was für mich Kampfkunst und Gesundheitspflege auf daoistischer Basis ist, erfolgt dies in erster Linie gewaltfrei. Das Training kann anstrengend sein und mich auf körperlicher und geistiger Ebene stark fordern, aber gewalttätig ist es nicht. Vernetzung statt Verletzung ist die Richtlinie. Nach und nach werden unbewusste Bereiche meines Körperinneren entdeckt und geweckt und fügen sich, je nach Funktion und Fähigkeit, in den Ablauf einer Bewegung ein. Sie übernehmen ihre Aufgabe und entlasten dadurch andere Bereiche, die dafür weniger gute Voraussetzungen haben, aber bisher dafür herhalten mussten.

Trotzdem oder gerade weil ich Kampfkunst mache, ist das Üben überaus friedvoll und ganzheitlich. Ich bin ein Netzwerk aus Geist und circa 75 Billionen Zellen, gebündelt in eine menschliche Form und organisiert zum Leben im Ich.

Mehr oder weniger gut. Gut ist, wenn sich alle Teile und Teilchen meines Körpers im richtigen Moment des gesamten Netzes und ihrer eigenen Position darin bewusst sind. Das macht durchlässig.

Ein gut funktionierendes Informationssystem lässt in so einem Netz denjenigen Körperbereich auswählen, der für die Ausführung einer bestimmten Bewegung in Funktion und Fähigkeit am besten passt. Ohne sich dabei gegenseitig Gewalt anzutun. Absicht, Qi und Bewegung gehen konform und das Tun wird effektiv, weil angemessen. Gewalt innerhalb dieses meines Netzwerks wäre aber zum Beispiel, wenn die Bewegung meiner Arme nicht

»Zurückkehren ist die Bewegung des Weges. Nachgeben ist die Art des Weges.

Die Zehntausend Dinge sind aus dem Etwas geboren. Etwas ist aus dem Nichts geboren.«

Daodejing Vers 40

(zitiert nach Lao Tse: Tao Te King,

Diederichs 1994)



Wölfe gehen ihren Weg, man muss sie nur lassen. Sie wurden in Deutschland nicht neu angesiedelt, sondern sind als wichtiges Bindeglied in der Natur von selbst zurückgekehrt.

Foto: Sebastian Koerner ©

von Beinen, Becken, Taille und Schulterblättern getragen würden, sondern von der Nackenmuskulatur, die dafür weder vorgesehen noch stark genug ist. Oder wenn die Oberschenkel aus Bequemlichkeit mein Gewicht in die Knie schieben wollen, wo es dann mangels

Durchlässigkeit hängen bliebe. Oder auch das Verkümmern von Muskeln und Sehnen, wenn ich gar nicht trainieren würde. Solch innerkörperliche Ignoranz kann üble Folgen haben.

Natürlich passieren beim Üben Fehler. Abgesehen von angeborenen und im Alltag erlernten Fehlhaltungen müssen wir erst testen, fühlen und vergleichen, was die richtige Bewegung ist. Was richtig bedeutet. Für wen was richtig ist. In uns selbst. Gesund soll es sein und schützen soll es auch. Mich, die Zellen und Organismen in meinem Ich. Und, falls notwendig, auch die mir Lieben und Verbundenen außerhalb. Ich bin ein Netzwerk innerhalb eines Netzwerkes, der Mikrokosmos im Makrokosmos und ohne letzteren gäbe es mich nicht. Und damit das mit der Vernetzung immer besser klappt, ist es schlau, Verletzungen möglichst zu vermeiden. Passieren diese trotzdem, so verschafft mir das Weitertrainieren Heilungsmöglichkeiten.

Vernetzung bedeutet, den Qi-Fluss zu nutzen und zu fördern. In jeder Ruhe liegt das Gesetz der Wandlung verankert. Im Qigong arbeiten wir mit dem Erhalt von Lebensenergie und Lebensfunktion, ohne Qi gibt es keine Bewegung, kein Leben. Nicht nur Taijiquan

und Qigong, sondern alles vom Menschen Erfassbare basiert auf dem Prinzip der Wandlung. Der Daoismus beschreibt es in seiner Entstehungsabfolge vom Wuji bis zum Bagua. So macht es die Natur und wir richten uns danach im Taijiquan.

Auch im Training schöpfe ich aus dem Chaos der unendlichen Möglichkeiten und verwende sie nach dem Prinzip des Yin- und Yang-Ausgleichs. In den Bewegungen entstehen aus Wuji Taiji, Yin/Yang, Himmel und Erde und die 10.000 Dinge, die fünf Elemente und vier Jahreszeiten, das Bagua.

Damit das funktioniert, braucht es also die Vielfalt. Es ist weise, weil effektiv, diese zu pflegen, denn so kann im Kleinen wie im Großen das Gleichgewicht gehalten werden. Gleichgewicht braucht Bewegung. Bewegung mindestens zwei. Oder auch mehr. Ich suche die Biodiversität in meinem Körper. Ich spüre Blockaden auf und hole mehr und mehr von mir ins Boot. Wir werden eins. Von dort ist es nicht weit zum Zusammenschluss mit Organismen außerhalb meines Körpers. Im Taiji Tuishou schließen wir unseren Prozess an unser Gegenüber an. Wir kommunizieren Gleichgewicht und Reaktionsfähigkeit, unsere Durchlässigkeit mit einem Partner. Miteinander gegeneinander. Geben uns die Chance, Funktion und Position zu testen und zu optimieren.

*»Der Sinn ist immer strömend, aber er läuft in seinem Wirken doch nie über.
Ein Abgrund ist er, wie der Ahn aller Dinge.
Er mildert ihre Schärfe.
Er löst ihre Wirrsale.
Er mäßigt ihren Glanz.
Er vereinigt sich mit ihrem Staub.
Tief ist er und doch wie wirklich.
Ich weiß nicht, wessen Sohn er ist.
Er scheint früher zu sein als Gott.«*

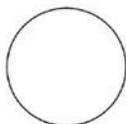
Daodejing Vers 4

(zitiert nach Laozi: Taoteking, Texte und Kommentar, Diederichs Gelbe Reihe 1993)

Das Wolfsbanner

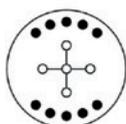
Aber das Taiji-Prinzip lässt sich auch mit anderen Arten kommunizieren. Im Zusammenleben mit dem Hund zum Beispiel. Hunde sind sehr sozial mit uns Menschen. Ihre bewundernswerte Anpassungsfähigkeit macht viele von uns blind und taub gegenüber ihren Bewegungen, Bedürfnissen und Äußerungen. Wir erkennen deren Funktion oft nicht. Antworten darauf mit Kraft, Ignoranz oder Wut. Im Grunde ist das der Moment, in dem ich falle, wie im Tuishou. Der Moment, in dem das Gleichgewicht zerreißt. Auch wenn ich aufgrund meiner körperlichen Überlegenheit den Hund bezwinde, habe ich eigentlich verloren, meine Funktion verloren.

无极
wújí



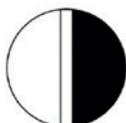
Wu Ji

太极
tàijí



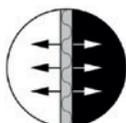
Tai Ji

阴阳
yīn/yáng



Yin / Yang

阴阳冲气
yīn/yáng/chōng qì



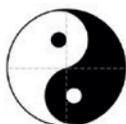
Yin / Yang /
Chong Qi

万物
wàn wù



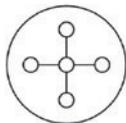
Wan Wu

四象
sì xiàng



Si Xiang

五行
wǔ xíng



Wu Xing

八卦
bā guà



Ba Gua

Die chinesische Kosmologie beschreibt detailliert die Entstehung des Dao durch fortschreitende Differenzierung aus der ursprünglichen Leere.

Wie schön wäre es gewesen, mit Yin und Yang zu spielen, mit Weichheit zu geben und zu nehmen auf Augenhöhe, denn dann hätte ich den anderen in seiner Andersartigkeit erkennen und meinen Horizont um seinen erweitern können. Denn dass der menschliche Horizont allein beschränkt ist, ist wohl klar, sind wir doch nur eines unter anderen Säugetieren. Und dass die Natur sich nicht nach uns richtet, dürfte mittlerweile ebenfalls klar geworden sein.

Und nun kommt der Hund in Form seiner ursprünglichsten Funktion zurück zu uns nach Deutschland; er kommt in Form seines Urahns, des Wolfes, genauso sozial, nur nicht mit dem Menschen, sondern mit den Mitgliedern seiner eigenen Familie. Er ist da und er wird bleiben und nur seine erneute Ausrottung könnte das wohl verhindern.

Wie andere Völker mit ihm lebten, beschreibt Jiang Rong in seinem autobiographischen Roman »Der Zorn der Wölfe« (chinesisch Lang Tu Teng = Wolf Karte in die Höhe steigen = Wolfsbanner) über die von Wölfen geprägte Kultur der nomadisierenden Viehhüter der Inneren Mongolei. Jiang Rong wurde 1946 in China geboren; 1967 brachte ihn seine Leidenschaft für Literatur, darunter große Weltliteratur, dazu, Beijing zu verlassen und aufs Land zu gehen, um nicht als konterrevolutionär eingestuft zu werden. Forschungsberichte führten ihn auf eine der »drei schönsten Grasflächen der Welt«, in das Olonbulag-Grasland.

Unwissenheit und Naivität veranlassen den jungen Mann einem gefangenen Wolf gegenüber furchtbare Fehler zu begehen. Jedoch ist es seine Leidenschaft für diese Tiere und die Menschen, die alle Schwierigkeiten im Zusammenleben mit den geschickten Beutegreifern unter härtesten klimatischen Bedingungen meistern, die ihn zu einem fairen Berichterstatter macht. Er wird Zeuge einer Kultur, in der der Wolf als lebenserhaltendes Element verankert ist. Der Wolf ist Lehrer, Mitgeschöpf, auch mal direkter Feind, vor allem aber ist er notwendig in seiner Funktion als Beutegreifer.

Er wandelt Not, erhält durch seine Jagd das Gras sowohl für die wilden als auch für die domestizierten Weidetiere und damit die Lebensgrundlage für die Menschen. Er ist Bewahrer des natürlichen Gleichgewichts, und der ihm entgegengebrachte Respekt reicht an göttliche Verehrung heran. Deswegen überließ ein Nomade nach seinem Tod seinen Körper den Wölfen.



Die Hauptperson Chen Zhen, über die Jiang Rong seine Geschichte erzählt, versteht zunächst die existentielle Rollenverteilung nicht und klagt seinen alten mongolischen Mentor der Herzlosigkeit gegenüber den gerissenen Gazellen an: »Wieso schützt Ihr diese schönen, friedliebenden Tiere nicht, die sich nur von Pflanzen ernähren, sondern steht auf der Seite der mordlüsternen Wölfe?«

Die Antwort des alten Nomaden erfolgt zutiefst aufgebracht: »Ist Gras vielleicht kein Leben? ... Gras und Grasland sind das Große

»Wolfspaar«
Tuschmalereien von
Karin Zhang ©

狼圖騰

Leben, alles andere ist Kleines Leben. Und das lebt überhaupt nur dank des Großen Lebens. Wolf und Mensch gehören zum kleinen Leben. Du findest Gazellen bedauernswert und Gras nicht? Die Gazelle hat vier schnelle Beine, der Wolf spuckt vor Anstrengung Blut, wenn er sie verfolgt. Die Gazelle kann zum Fluss laufen, wenn sie Durst hat und auf die sonnige Seite der Berge klettern, wenn ihr kalt ist, aber das Gras? Das Gras ist zwar das Große Leben, dennoch ist seine Existenz die fragilste von allen. Kurze Wurzeln in dünner Erde. Am Boden festgewachsen kann es sich keinen Zentimeter vom Fleck rühren. Jeder kann darauf rumtrampeln, es aufessen, daran herumknabbern, es ausreißen und wegwerfen ... Wenn man im Grasland von

Der chinesische Titel des Romans von Jiang Rong »Lang Tu Teng« – »Wolfsbanner« verweist auf die prägende Rolle der Wölfe auf die Kultur der mongolischen Nomaden.
Kalligraphie: K. Zhang



»Wolfstrio«

Mitleid spricht, so hat das Gras selbst dieses Mitleid am ehesten verdient ... Und die Bewahrer des Weidelandes sind die Wölfe!«

Das empfindliche Wurzelsystem der Kobresiapflanze, des vorherrschenden Grases dieser Gegend, ist für einen wechselnden Druck geschaffen, der durch die umherwandernden Herden von Tieren wie Gazellen, Schafen, Pferden ausgeübt wird. Die wiederum wurden von den Wölfen und den Menschen in Bewegung gehalten, was diese beiden Spezies über Jahrtausende aufs Engste miteinander verband.

Die Privatisierung der Landschaft des Olonbulag-Graslandes brachte die Ausrottung der Wölfe mit sich. Die damit einhergehende Einzäunung der Viehweiden zerstörte das Wurzelsystem des Grases, denn der Druck durch die stagnierenden Herden darauf wurde viel zu hoch. Ein riesiges Gebiet verlor sein Gleichgewicht durch den Verlust an Vielfalt in Funktion und Bewegung. Für die Menschen wurde das zu einem Fiasko, dessen Auswirkungen noch tausende Kilometer entfernt in Form von klimatischen Veränderungen wie Sandstürmen und Staubbiederschlägen zu spüren sind.

Jiang Rong beschreibt mit seinem Buch eine Art Partnerschaft zwischen Wolf und Mensch. Diese Partnerschaft umschließt den zum Teil bitteren Kampf der beiden Arten gegeneinander wie eine schützende Hülle. Die Partnerschaft steht über dem persönlichen Verlust. Sie ist funktionell und unerlässlich für den Lebenserhalt aller an diesem Landschaftssystem Beteiligten.

Dieses Verständnis der Welt sieht Gewalt nicht als Zweck der Vernichtung, sondern sie

unterliegt dem Wechselspiel von Gewinnen und Verlieren. Niemals werden, weder vonseiten der Wölfe noch vonseiten der Menschen, die anderen komplett vernichtet. Es wird getötet, aber niemals maßlos bis zum letzten. Geschieht Maßlosigkeit, so wurde irgendwo das feingesponnene Netz aus Funktionen aus dem Gleichgewicht gebracht.

»Der Zorn der Wölfe« – ich finde wirklich den chinesischen Titel »Das Wolfsbanner« passender – ist ein vielschichtiges Buch. Die Beschreibungen natürlicher Zusammenhänge sind faszinierend und einleuchtend. Doch auch hier darf der Wolf nicht einfach nur Wolf sein, sondern wird zu politischen und kulturellen Zwecken benutzt. Das geschieht wohl mit ihm, seitdem es Menschen gibt. Das liegt vielleicht daran, dass kein anderes Tier dem Menschen in seiner Art, sozial zu leben, so ähnlich ist wie der Wolf.

In Deutschland wurde er vor 150 Jahren ausgerottet. Noch länger und mit steigender Tendenz erliegen wir einer allgemein trügerischen Bequemlichkeit, die ins Maßlose zu wachsen scheint. Aber das Dao kriegt uns an den Hammelbeinen. Oder der Wolf. Damit das möglichst nicht passiert, gibt es erprobte Methoden, um Weidetiere effektiv zu schützen. Denn deretwegen rufen ja einige wenige, aber umso lautere Stimmen in unserem Lande zur Gewalt gegen den Wolf auf. Zum Abschuss. Wegen der Weidetiere und zum Teil verständlich, wenn auch unvernünftig. Sie dürfen mit ihren Sorgen nicht allein gelassen werden. Wie Knie, Kreuz oder Nacken, auf die man ja auch nicht zu viel abladen darf. Sie müssen aber, wie alle anderen auch, an ihre eigentliche Funktion erinnert werden und dürfen die Verantwortung für die eigenen Tiere nicht dem Wolf anlasten.

Der reagiert manchmal ebenso wie wir und nimmt sich das Bequemste. Das aber nur zu einem winzigen Bruchteil gemessen an dem, was seine Nahrung ausmacht, und im Vergleich zu dem, was der Mensch an Leben verletzt und vernichtet. Hierzu verweise ich erneut auf entsprechende Fachliteratur. Über 10.000 Jahre Erfahrung liegen dem Herdenschutz zugrunde; 150 haben gereicht, ihn zu vergessen. Fachliteratur liefert uns auch interessante Ergebnisse zum realen Verhalten und der regulierenden Wirkung von Wölfen auf Flora und Fauna. Übrigens auch auf die eigene Population. Ortsansässige Rudel schützen den Ort vor anderen Wölfen. Es gibt also kaum einen besseren Schutz als ein gut erzogenes ortsansässiges Rudel.

Literatur und weitere Informationen

Jiang, Rong:
»Der Zorn der Wölfe«,
Goldmann 2008

Kurt Kotschal:
»Der Wolf und wir«, Brandstätter 2022

Sebastian Koerner:
»Die Wolfsaga«, Filmdokumentation, ARD Mediathek

Dokumentations- und
Beratungsstelle des Bundes
zum Thema Wolf:
www.dbb-wolf.de

Gesellschaft zum Schutz der
Wölfe e. V. (GzSdW):
www.gzsdw.de

Wie reagieren wir auf die Konflikte, die sich im Zusammenleben mit den intelligenten Beutegreifern ab und an ergeben? Welche Kriterien liegen der Bewertung für die Zukunft zugrunde? Schießen wir ein Eigentor, wenn wir schießen? Die Schuss-Option finde ich vergleichbar mit der westlichen Medizin: Wenn's stört, abschneiden! Das wäre in diesem Fall wohl aber das Eigentor, und dabei bin ich durchaus eine Bewunderin mancher Errungenschaften der westlichen Medizin. Wo sie passt. Im Fall Wolf – Mensch allerdings passt sie nicht.

Wir wissen doch, wie wertvoll diese Beziehung sein kann. Welches Dream-Team Hund und Mensch geworden sind. Ohne Wolf kein Hund. Ohne Hund keine domestizierten Schafe, Ziegen, Schweine, Kühe. Ein Eigentor ergibt keinen Vorteil und zeigt, dass man entweder nicht aufgepasst oder den Sinn und Zweck des Ganzen nicht verstanden hat.

Genau das müssen wir jedoch, um zu überleben, und sollten mal versuchen, es wie die chinesische Medizin zu machen und das gesamte System bei unserem Handeln oder Nichthandeln im Blick zu behalten, anstatt diesen nur auf die schmerzende Stelle zu richten. Die TCM basiert auf einem daoistischen Weltverständnis. Sie heilt nach dem Prinzip des Yin/Yang-Ausgleiches innerhalb einer Gesamtheit.

Die Linse putzen

»Kannst du das Eine mit Körper und Seele umfassen, ohne Trennung?

Kannst Du Dich auf den Atem konzentrieren und geschmeidig werden wie ein Neugeborenes?

Kannst Du die Urwahrnehmung läutern und reinigen wie makellose Jade?»

Daodejing Vers 10

(zitiert nach Lao Tse: Tao Te King, Diederichs 1994)

Das Dao ist kein chinesisches Phänomen, es folgt der Natur des gesamten vom Menschen erfassbaren Seins. Eine andere Sicht als die unsere haben wir nicht. Wir können jedoch unseren Horizont erweitern. Im Drachentor Qigong der inneren Perle gibt es die Übung des »Weitsehen ohne zu deuten« beziehungsweise »Das Licht des Geistes zurücknehmen« (Shou Shen Guang):

Ich entspanne die Augenmuskulatur, bis die Augen leicht geöffnet sind und der Blick an Schärfe verliert; es fühlt sich an, als würde er

schmelzen. Dann lasse ich den Blick aus leicht geöffneten Augen in die Ferne wandern. Über den Horizont, den nächsten Horizont und wieder den nächsten hinweg, immer weiter, ohne Schärfe. Es ist sehr wichtig, dass ich nichts deute, nichts verarbeite. Nur Sehen. Dann hole ich den Blick langsam zurück zu meinen Augen und lasse ihn in meinen Kopf hineinfließen. Ich schließe nun die Augen ganz und der Blick wandert innen hinab zum Qi-Meer, hinter dem Nabel, welches nicht der Akupunkturpunkt Qihai ist, sondern auf Höhe des Nabels, innen im Körper, auf der Linie zwischen Nabel und Mingmen, im Verhältnis drei zu sieben liegt.

Diese Übung beruhigt den Geist (Herz) und die Wanderseele (Leber). Die besondere Art des Sehens befreit den Blick von Vorurteilen, ist reinigend und ich erfahre, was Sehen auch ist. Dieses Sehen ist die Bewegung des Sehens. Ich gucke also nicht *nicht*, sondern nur nichts Bestimmtes an. Sehen tue ich trotzdem. Etwas öffnet sich und dient damit gleichzeitig dem Schließen, dem Sammeln und zur Ruhe kommen.

»Shou Shen Guang« bereitet häufig ein anschließendes Taijiquan- oder Qigong-Training vor. Die eintretende Ruhe erleichtert den Zugriff auf die unendlich vielen Möglichkeiten jenes Taiji, welches im daoistischen Entstehungsprozess zwischen Wuji (Leere) und der Zuordnung zu Yin und Yang steht. Das Weben des Netzes zwischen meinen Teilchen kann damit beginnen.

Übertragen auf den Alltag hieße das doch, wenn Mensch mal ordentlich die Linse reinigen würde, lösten sich die Vorurteile und an ihre Stelle würden – siehe da – viele, viele, viele neue Lösungsmöglichkeiten zum Vorschein kommen. Zu lernen, aus dieser Vielfalt die der Situation angemessenste herauszugreifen, wäre die nächste Aufgabe.

Laozi und der Wolf

Taijiquan ist eine Kampfkunst, die sich in der Methode nach den Erkenntnissen aus Beobachtungen natürlicher Verhältnisse richtet. Beschrieben wurden diese Beobachtungen in dem chinesischen Klassiker »Daodejing«, als dessen Verfasser allgemein Laozi gilt. Jeder der einundachtzig Verse enthält Beschreibungen des Regelwerks natürlicher Prozesse. Laozi fasste dieses Regelwerk unter dem Begriff »Dao« zusammen, um einem System einen Namen zu geben, welches sich eigentlich namentlich nicht beschreiben lässt. Weil es

收神光

shōu shén guāng

气海

qihǎi



Das Schriftzeichen Dao beschreibt etwas, was ist, aber vom Menschen nicht beeinflusst werden kann. Das Dao gibt es auch ohne uns. Von ihm zu lernen erhöht allerdings für unsere Art die Chance zu überleben.

Kalligraphie: K. Zhang

Veranstaltungshinweis:

Im Rahmen des Kirchentags
»Mensch-Tier-Schöpfung«
in Dortmund vom 27. bis 29.
September 2024 gibt es am
28.9. einen Vortrag von Sebas-
tian Koerner »Die Wölfe sind
zurück – die Schöpfung erholt
sich« und einen Vortrag mit
Performance von Karin und
Jun Zhang »Laozi und der Wolf
– Wölfe im Blickwinkel des
Daoismus«.
www.mensch-tier-schöpfung.de



Karin Zhang,

geb. 1963, trainiert das Long Yuan
Taijiquan seit zwanzig Jahren, ist
Künstlerin der Tuschemalerei und
nebenbei Leiterin des deutsch-
chinesischen Zweigs der Auslands-
gesellschaft. Gemeinsam mit Jun
Zhang leitet sie die Long Bao Schu-
le für chinesische Kampfkunst und
Kultur in Dortmund, die letztes Jahr
ihr zwanzigjähriges Bestehen feier-
te. Mit dabei sind immer auch die
Tiere.

www.longbao.de



»Heulender Wolf«

dessen Art ist, sich nicht festhalten zu lassen, sondern sich unaufhörlich zu verändern. Weil es so funktioniert.

Wandlung erfordert Durchlässigkeit, Durchlässigkeit ermöglicht Ausgleich. Laozi gab den nachfolgenden Generationen einen Leitfaden an die Hand, nach der Natur zu leben. Die Natur ist geschmeidig und dadurch stark. Ihre Stärke dient dem Schutz und Erhalt der Vielfalt innerhalb des Wandlungsprozesses. Da ist sie unerbittlich.

Deswegen gibt es den Kampf und die Kampfkunst. Kampf im Taijiquan dient dem Maß, nicht dem Übermaß. Sein Maß ist die größtmögliche Vernetzung statt Verletzung. Kampf in der Natur um Nahrung und Fortpflanzung dient dem Erhalt der Vielfalt. Deswegen gibt es auf diesem Planeten die Beutegreifer. Und sind das wirklich nur die Wölfe, Luchse, Bären oder eben nicht auch doch die Rehe, Wild-

schweine, Hasen, Mäuse und Gazellen? Sie alle wandeln, wenn alle vorhanden, die Natur. Wenn alle in Maßen und nicht in Massen vorkommen, erhalten sie ein vielfältiges dynamisches Gleichgewicht.

Wenn wir Menschen wegen einiger Konflikte mit einem heimischen Wildtier erneut zur Schusswaffe greifen, ohne die zahlreichen Möglichkeiten der objektiven Aufklärung, der Selbstdisziplinierung, des Herdenschutzes, der Wissenschaft, des gesunden Menschenverstandes und der Achtsamkeit auszuschöpfen, ist das im Hinblick auf die Erhaltung des Landes in und auf dem wir leben wollen, ein echter Rückschritt. Der wird Energie kosten, die wir nicht haben.

Taijiquan- und Qigong-Training vermittelt auf direkter körperlicher und geistiger Ebene das Verständnis für die angemessene Art zu handeln. Laozi schrieb die Gebrauchsanweisung.