

Chen Taijiquan: Masters and Methods **Von Davidine Siaw Voon Sim und David Gaffney**

Das Buch Taijiquan Masters and Methods von Davidine Siaw Voon Sim und David Gaffney ist unglaublich vielschichtig und inspirierend.

Die Autoren praktizieren selber schon jahrzehntlang Chen Taiji und hatten das grosse Glück verschiedene Meister direkt kennenzulernen und mit ihnen zu trainieren, respektive mit ihnen Interviews über Taiji und ihren Trainingsmethoden zu machen.

Es kommen in diesem Buch acht verschiedene Taijimeister der älteren Generation zu Wort. Sie alle stehen noch mit einem Fuss in der früheren Zeit, bevor Taiji den grossen Massen zugänglich wurde und bevor Taijimeister Berühmtheiten waren: Chen Xiaoxing, Wang Xian, Feng Zhiqiang, Chen Xiaowang, Chen Zhenglei, Chen Yu, Zhu Tiancai sowie Yu Gongbao.

Sie beantworten Fragen zum Thema was für sie Taiji bedeutet, was es kann, wie es in der chinesischen Kultur eingebettet ist, wie man es am besten trainieren soll (..üben üben üben Basis Basis Basis..) und es werden auch unterschiedliche technische Aspekte des Taijis diskutiert. Die Informationen, welche in diesem Buch gesammelt und wiedergegeben werden sind sehr wertvoll, sie zeigen den richtigen Weg auf, den man im Taiji gehen sollte. Wir können von den Fehlern und Umwegen, welche die Meister selber gemacht haben lernen und von ihrem Wissen, für das sie jahrelang gearbeitet haben profitieren und mit weniger Umwegen unseren Level erhöhen. Ein Ende gibt es auf diesem Weg nicht. Es ist der Prozess der Kultivierung von Körper und Geist, an dem wir als Menschen die Taiji praktizieren wachsen können.

Wie Taiji individuell ausgedrückt, interpretiert oder umgesetzt wird, ist von Meister zu Meister, von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich.

Genauso beleuchten die Meister auch mit ihren unterschiedlichen Betrachtungsweisen die Thematik aus verschiedenen Blickwinkeln.

Der rote Faden im Buch ist jedoch immer derselbe: Es geht um das Prinzip und zwar um das korrekte Prinzip, welches im Taiji sehr klar definiert ist und dass jemand der ernsthaft an Gongfu interessiert ist, sehr viel üben muss, um dies zu erreichen.

Im Vorwort des Buches steht geschrieben, dass Meister und Schüler früher über Jahre zusammengelebt haben und das Wissen so auf den Adepten transformiert wurde. Heutzutage kann niemand mehr so viel Zeit direkt mit dem Lehrer verbringen.

Die moderne Welt hat aber auch Vorteile. Es wäre früher unmöglich gewesen so viel Wissen und Erfahrungsschatz zusammengefasst serviert zu bekommen wie in diesem Buch und das sollten wir als Übende nutzen.

Es ist unglaublich spannend, die Ansichten und Methoden der Meister zu lesen und davon zu lernen.

Für Jemanden, der den Taijiweg geht ist es sehr wichtig, dass die Taijitheorie verstanden wird. Ein Buch alleine genügt jedoch nicht. Vielmehr brauchen wir gute Lehrer oder Meister, die selber mehr als wir selbst geübt haben und den Weg schon kennen und uns direkt korrigieren und anleiten, damit wir die Prinzipien richtig umsetzen.

Es versteht sich von selbst dass wir um Gongfu zu haben, zudem bitter Essen müssen (viel trainieren müssen), da sind sich die Meister alle einig und mit diesem Zitat von Chen Xiaoxing, wird auch das Buch eröffnet: „Dein grösster Gegner bist du selbst“.

(Rezension von Barbara Lee Gehring)