

Ein Fehler kann verdammt wehtun

Julian Jacobi ging mit 17 Jahren ins Shaolin-Kloster nach Kaiserslautern – Heute ist er mit 24 Jahren der bekannteste Kung-Fu-Sportler Deutschlands

VON ANNE KIRCHBERG

Julian Jacobi aus Solingen ist der bekannteste Kung-Fu-Sportler Deutschlands. Zahlreiche Fernsehsendungen haben die harten Lehrjahre des 24-jährigen dokumentiert, unter anderem, wie Julian den Grundstein für sein Leben mit dem Kampfsport als Schüler eines Shaolin-Tempels in Kaiserslautern legte.

Als die sprichwörtliche Liebe auf den ersten Blick bezeichnet Julian das Zusammentreffen mit der Kampfkunst des buddhistischen Mönchsordens. „Ich begann im Alter von acht Jahren mit dem Kung Fu und mit jedem Tag, an dem ich mich mit Shaolin befasste, wuchs mein Interesse daran“, erzählt er im Gespräch mit XXpress. „Die Faszination ist für mich bis heute, dass ich meine Grenzen aufgezeigt bekomme, aber trotzdem immer eine Möglichkeit sehe, diese zu überwinden.“ Daraus entstehe ein ständig neuer Ehrgeiz, die nächsten Hürden anzugehen. „Daneben ist der Kampfsport selbstverständlich auch eine Möglichkeit, mich mit Gleichgesinnten zu messen und zu ermitteln, wie weit ich bereits gekommen bin“, sagt Julian und fügt hinzu, dass Fehler und Schwächen dabei häufig als schmerzhaft Erfahrungen erkennbar sind.

Zimperlich durfte Julian schon bei seiner harten Ausbildung im Shaolin-Kloster Kaiserslautern nicht sein, für die er im Alter von 17 Jahren seine Lehre abbrach. „Dort erlernte ich wie nie zuvor die Kampfkunst mit all ihren Elementen wie Kung Fu, Tai Chi, Qi Gong, Ansätzen der traditionellen chinesischen Medizin, der Kalligrafie sowie dem Studium des Buddhismus – und natürlich Hausarbeit in all ihren Facetten“, schildert Julian, der damals seinen Ordensnamen Shi Xiao Feng erhielt. 2010 entschied er sich jedoch gegen ein Leben als Mönch im Kloster, kehrte Kaiserslautern den Rücken zu und ging nach China, um im Ursprungsland mehr über Shaolin zu erfahren. Auch hierbei begleitete ihn ein Fernseherteam, das mittlerweile vier lange Dokumentationen über den „deutschen Bruce Lee“ gedreht hat, die Julian Einladungen in einige Talkshows bescherten. Trotz seiner Bekanntheit lebt er sein Leben normal weiter und freut sich über an ihn herangetragene Projekte, die der mittlerweile zertifizierte Kung-Fu-Meister nach Möglichkeit gerne umsetzt – unter anderem, um seinen Sport populärer zu machen.

„Shaolin ist für alle Jugendlichen geeignet, da das gezielte Training beim Abbau von Aggressionen sowie

STICHWORT

Shaolin

- buddhistischer Mönchsorden, dessen erster Tempel in der zentralchinesischen Provinz Henan liegt
- wörtlich übersetzt heißt Shaolin „junger Wald“
- berühmt wurde der Orden durch die Kampfkunst Shaolin Kung Fu
- das erste Shaolin Kloster wurde 495 in China gegründet, fünf Jahre später stellte man eine spezielle Kampftruppe zur Verteidigung auf
- Kung Fu bedeutet übersetzt „harte Arbeit“ oder „etwas meisterlich beherrschen“ und ist daneben unter den Namen Gong Fu oder Quan Fa bekannt
- neben Kung Fu gehören unter anderem Qi Gong (Arbeit mit der Energie) und Tai Chi Chuan oder Taijiquan zur Lehre des Shaolin
- in Korea wurde aus dem Kung Fu das Taekwondo, in Japan das Karate
- obwohl Shaolin eng mit dem Buddhismus verknüpft ist, stellt es keine Religion dar, sondern einen Lebensweg
- eines der Ziele ist, Körper und Geist in Einklang miteinander zu bringen (akk)

Frustr hilft, und es möglich ist, die geistige Entwicklung zu fördern“, erklärt Julian, der selbst als Shifu (Lehrer oder Meister) unterrichtet. Beginnen kann seiner Meinung nach vom sportlichen bis zum untrainierten, vom aufgeschlossenen bis zum schüchternen Typ jeder mit dem Shaolin Kung Fu, da das Training allen Teilnehmern Selbstbewusstsein, Disziplin, Konzentrationsfähigkeit und innere Ruhe vermittelt. Während Julian an sechs Tagen pro Woche sechs Stunden trainiert, reicht für Freizeitsportler ein Training von ein bis zwei Mal die Woche aus. Angst vor zu viel Härte muss niemand haben. Denn gerade zu Beginn besteht das Training nicht aus direktem Zweikampf, sondern dem Einstudieren von Bewegungsabläufen. Das Ziel des Shaolin Kung Fu klingt ebenfalls ziemlich erstrebenswert: Körper und Geist sollen ganz individuell in Einklang gebracht werden.

Da man dabei nie auslernt, beschäftigt sich Julian zusätzlich zu seinem



Neben dem körperlich sehr anstrengenden Kung Fu gehören auch Meditations-Lehren zu den Inhalten der Shaolin-Lehre.

FOTO: MARKO PRISKE

Training weiterhin mit dem Buddhismus und lernt Chinesisch sowie Spanisch. Neben einigen Buchprojekten ist er zurzeit viel im Ausland unterwegs, um ein noch geheimes Projekt anzustoßen.

„Ich bin mittlerweile nicht mehr auf der Suche, sondern mit mir im Reinen“, freut sich Julian darüber, seinen Weg gefunden zu haben. „Die Er-

fahrungen der vergangenen sieben Jahre haben mich derart viel gelehrt, wie es kein ‚Meister‘ besser gekonnt hätte.“

Aufgrund seiner bereits erreichten inneren Ruhe beteiligt sich Julian nicht an der Diskussion, die rund um den von ihm besuchten Tempel in Kaiserslautern stattfindet. Denn dieser „Shaolin Tempel Europe“, der

mittlerweile ins benachbarte Otterberg umgezogen ist, ist laut Vorwürfen des Berliner „Shaolin Tempel Deutschland“ kein vom chinesischen Mutterorden zertifiziertes Zentrum. Zudem soll dort für Mönchsanhänger wie Julian ein zu hartes Training stattfinden. „Mich interessieren all diese Dinge nicht, weil ich nur festhalten kann, dass das, was ich dort gelernt

habe, gut und recht war“, sagt Julian abschließend.

IM NETZ

- Shaolin Europe Association: www.shaolin-europe.org
- Shaolin Tempel Otterberg: www.shaolintemple.eu
- Shaolin Tempel Berlin: www.shaolin-tempel.eu

Zur Sache: Der Streit der Shaolin

Seit einigen Jahren wird heftig diskutiert – aber ob der Shaolin Tempel in Otterberg tatsächlich offiziell anerkannt war oder auf irgendeine Weise noch ist und der Abt zum chinesischen Orden gehört, können Außenstehende nur schwer beurteilen. Viel wichtiger ist: Wer den für sich richtigen Ort für eine Shaolin-Ausbildung sucht, kann sich sowohl mit dem Bundesgeschäftsführer des Shaolin Tempels Deutschland in Berlin, André el

Kaissi, als auch mit dem Leiter in Otterberg, Shi Heng Zong, direkt auseinandersetzen, da beide für kritische Fragen offen sind. „Ich empfehle, nach dem Gefühl zu entscheiden, in welcher Schule ich unterrichtet werden möchte“, rät el Kaissi, der in Berlin ein europäisch angemessenes Training, jedoch keine Kurse mit Übernachtungen anbietet. „Dabei sollte man sich am besten auf seinen gesunden Menschenverstand verlassen.“

Das gilt auch für die Auswahl der Kurse in Otterberg, die neben einem offenen Training für Kinder und Jugendliche ab sechs Jahren ein langfristiges, hartes Ausbildungsprogramm für Novizen (Mönchsanhänger) sowie „Kloster auf Zeit“, Wochenendkurse und spezielle Fach-Seminare („Retreats“) auf diversen Niveaus umfasst. „Novizen und Teilnehmer von ‚Kloster auf Zeit‘ nehmen am authentischen Tagesablauf teil“, erklärt

Shi Heng Zong, buddhistischer Meister und Abt des Klosters Otterberg, das er 1995 in Kaiserslautern mitbegründete. Über die Anforderungen der jeweiligen Programme werden nach seinen Angaben alle Teilnehmer im Vorfeld informiert, der Austritt ist jederzeit möglich. „Im offenen Training, das sich für Minderjährige empfiehlt, oder den Retreats musste noch niemand aus Konditionsgründen abbrechen“, so Shi Heng Zong. (akk)