

Eine fremde Welt vor »unserer Haustür«

Sie sind jung, freundlich und zurückhaltend: die Novizen im Shaolin-Tempel in Kaiserslautern. Dort werden sie zu Meistern des Ordens ausgebildet. Damit gehören die jungen Männer einer sehr exklusiven Gruppe an. Denn neben einer »Dependance« in New York befindet sich in Deutschland die einzige Ausbildungsstätte der Shaolin außerhalb Asiens.





In der kleinen Sporthalle wird es von einem Moment auf den anderen schlagartig ruhig. Dort wo vor wenigen Augenblicken noch aufgeregtes Durcheinander und Kindergemurmel herrschte, kehrt nun beinahe andächtige Stille ein: Zehn Kinder und Jugendlichen im Alter von sieben bis 16 Jahren nehmen ihre Grundstellung ein. Sie stehen in Zweierreihen hintereinander, falten Hände vor ihren Oberkörpern und verneigen sich langsam. Dabei kommt ein lautes »Omitofo« über ihre Lippen. Frei übersetzt bedeutet das so viel wie: »Buddha des unermesslichen Glanzes leuchte dir.«

Am anderen Ende der Halle steht Shi Heng Zong. Er beobachtet das Treiben und erwidert den Gruß seiner Schützlinge. Der Abt des Shaolin-Tempels in Kaiserslautern ist ein eher seltener Trainingsgast. An diesem Tag pflegt er den Kontakt zu den Eltern der kleinen Sportler, organisiert Termine und verschafft sich ein Bild von der Trainingsbeteiligung. »Zu unserem Tempel gehört ein eingetragener Kampfsportverein. Unsere drei Novizen, vier Mönche und Meister arbeiten als Trainer und geben verschiedene Kurse. Die Beiträge der Vereinsmitglieder sind für uns eine wichtige Einnahmequelle«, erzählt der Abt.

Mit dem Geld wird beispielsweise auch die Ausbildung der Novizen finanziert. Der Kaiserslauterner Tempel ist der einzige in Europa, in dem junge

Männer zu Meistern und Mönchen des Shaolin-Ordens ausgebildet werden. Dafür müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein. Warum das gerade im Kloster in Kaiserslautern der Fall ist, liegt vor allen Dingen in der Person Shi Heng Zong begründet: Der 42-jährige Deutsche ist der erste nicht-chinesische Mönch seit rund 200 Jahren, der in den Shaolin-Orden aufgenommen wurde. Er kennt die chinesischen Gepflogenheiten und kann als Vermittler zwischen der asiatischen und der europäischen Kultur fungieren. »Darüber hinaus benötigt man qualifizierte Lehrer, geeignete Räumlichkeiten und die finanziellen Mittel«, so der gebürtige Pfälzer.

Kampfkunst mit zentraler Rolle

Währenddessen hat die Trainingsstunde längst begonnen: Einstudiert werden Bewegungsabläufe, Abrolltechniken sowie Schlag- und Trittsfolgen. Auch Hilfsmittel kommen zum Einsatz: Bei dieser Einheit sind es Kampfstöcke und Speere. Geleitet wird die Unterrichtsstunde von Shi Xiao Feng (19 Jahre), Shi Heng Zuan (22) und Shi Yan Xiu (20). Die buddhistischen Namen setzen sich traditionell aus drei Wörtern zusammen. »Shi« ist die chinesische Kurzform des Nachnamens von Buddhas Familie.



Links: Shaolin-Meister Shi Yan Xiu bei seiner morgendlichen Trainingseinheit im Kaiserslauterner Stadtpark.



Shi Xiao Feng kommt mindestens drei Mal am Tag in den Tempel um zu beten.



Abt Shi Heng Zong ist buddhistischer Meister und Zereomonienmeister im Tempel.

Eine tödliche Sammlung: Waffen spielen im Kampforden eine wichtige Rolle.



Die Geschichte der Shaolin

Der erste Shaolin Tempel wurde 495 n. Chr. auf Befehl des Chinesischen Kaisers Hsiaowen am Fuße der Songshan Berge gebaut. In diesem Kloster entwickelte sich der Zen-Buddhismus, dessen Ausprägung eng mit den Kampfkünsten verbunden ist. Die dienten zunächst der Selbstverteidigung und der körperlichen Ertüchtigung. Der chinesische Kaiser T'ai-Tsung verleiht dem Tempel das Recht, Kampfmönche auszubilden. In der Folgezeit nutzten die chinesischen Herrscher immer wieder die Kampfkraft der Glaubensmänner. Bis zur Regentschaft von Kaiser Yang-Hsi, der sich vor der Kampfkraft der Mönche fürchtete. Er entsandte im Jahr 574 seine Armee, die den Tempel zerstörte und viele Mönche tötete. Nach dem Tod dieses Kaisers wurde der Tempel wieder aufgebaut.



Der mittlere Teil des Namens verrät, zu welcher Generation von Shaolin sein Träger gehört. Heng steht beispielsweise für die 35-Generation. Das letzte Wort ist der persönliche Name. So bedeutet Feng etwa »Phönix« und Zuan so viel wie »kostbares Juwel«. Ihre Namen können sich die Novizen übrigens nicht aussuchen, sie werden zugeteilt.

Shi Xiao Feng und Shi Heng Zuan sind mit ihren sehr zufrieden. Genau so wie mit ihrer Rolle als Trainer: Die beiden geben Anweisungen, Hilfestellungen und greifen immer wieder korrigierend ein. Schnell wird klar: Diese Burschen sind mehr als einfache Übungsleiter, hier handelt es sich um wahre Könnner ihres Fachs. Kein Wunder: Zum einen haben beide schon im Kindesalter mit Kampfsport angefangen, zum anderen absolvieren sie als Novizen ein Trainingspensum wie Profisportler. »Kung Fu, Tai Chi oder Qigong sind für uns weit mehr als nur eine körperliche Betätigung. Für uns Shaolin ist es eine Form der Meditation«, sagt Shi Xiao Feng.

Im Kampf konzentriert man sich auf dieselben Inhalte, wie bei einer Meditation. »In beiden Situationen zählt nur das Hier und das Jetzt. Man muss sich ganz auf seinen Gegner und die gegenwärtige Lage konzentrieren, um nicht überrumpelt zu werden«, erklärt der Abt. Einstellungen wie diese sind es, warum sich Shi Xiao Feng oder Shi Heng Zuan für das Leben im Shaolin-Tempel in Kaiserslautern entschieden haben. Ihr bisheriger Werdegang weist Parallelen auf.

Faszination Shaolin

Shi Xiao Feng war bereits als Kind ein ausgeprägter Kung-Fu-Fan, als Jugendlicher sah er sich dann gerne einschlägige Hollywood-Produktionen an. Seine Begeisterung für die fernöstliche Kampfkunst gepaart mit den heroischen Darstellungen der Leinwandhelden entfachte vor knapp drei Jahren seine Neugierde. Zu diesem Zeitpunkte wurde der damals 16-Jährige von Verwandten, Freunden und Bekannten noch Julian genannt und absolvierte gerade eine Ausbildung zum Graveur. »Ich wollte wissen, wie das Leben als Shaolin wirklich ist. Aus diesem Grund schenken mir meine Eltern einen zweiwöchigen Aufenthalt im Tempel«, erinnert sich Shi Xiao Feng. Dieser Besuch hat einen mächtigen Eindruck hinterlassen: Bereits nach 14-Tagen wusste der Teenager, dass genau so sein zukünftiges Leben aussehen sollte. »Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich mit Religion nichts zu tun. Bei meinem ersten Besuch habe ich mit den Mönchen trainiert, den Unterricht besucht, lange Gespräche geführt und an den Zeremonien teilgenommen. Ich fand es absolut faszinierend, dass die Lehren und Einstellungen,

die ich damals zum ersten Mal kennen gelernt habe, absolut logisch nachvollziehbar sind«, so der Novize.

Ähnlich verlief es bei Heng Zuan. Auch ihn führte die Liebe zum Kampfsport zu den Shaolin. Allerdings viel früher: Der 22-Jährige lebt nun schon seit mehr als zehn Jahren im Tempel. Als Laienovize. »Heng Zuan genießt dieselbe Ausbildung wie Shi Xiao Feng. Der einzige Unterschied ist, dass er nach seiner Prüfung zum Meister kein Mönch wird«, erklärt der Abt. Für Heng Zuan bedeutet das, dass er eine eigene Familie gründen darf und einen weltlichen Beruf ausüben wird. Die Basis legt er dafür an der Fachhochschule in Kaiserslautern. Dort studiert er Wirtschaftsingenieurwesen.

Trainieren wie die Profis

Ortswechsel: Vom Himmel rieselt der Schnee, das Thermometer zeigt Minusgrade, draußen ist es beinahe noch tiefschwarze Nacht. Plötzlich tauchen in der Dunkelheit vier Gestalten auf. Sie bewegen sich im Laufschrift, tragen weite Gewänder und verschiedene Waffen bei sich. Es ist Samstag, kurz vor sechs Uhr. Die meisten Menschen liegen um dieser Uhrzeit noch im kuschelig warmen Bett. Nicht so die beiden Novizen.

Für sie und ihre Trainingspartner beginnt jeder Tag in den frühen Morgenstunden. Los geht es immer mit einem Dauerlauf zum Aufwärmen: Die Strecke beginnt direkt vor dem Tempel und führt das Quartett über spärlich beleuchtete Straßen in die weitläufige Grünanlage. Dort angekommen steht zunächst Dehnen und leichtes Stretching auf dem Programm. Darauf folgen intensive Übungen. Die verlangen vollste Konzentration und maximalen körperlichen Einsatz. Während der Einheiten gibt es keine Rücksicht auf persönliche Befindlichkeiten, Schmerzen werden schlichtweg ignoriert oder schweigend ertragen.



Für die beiden Novizen Shi Heng Zuan (l) und Shi Xiao Feng steht täglich vier Stunden Theorieunterricht auf dem Programm.

Nach drei Stunden ist die erste Einheit des Tages vorbei. Jetzt geht es zum Duschen und Frühstück zurück in den Tempel. Kurze Zeit später beginnt der theoretische Teil der Ausbildung. Die Fächer sind u.a. buddhistische Lehre, Konfuzianismus, Taoismus, Traditionelle Chinesische Medizin und die chinesische Sprache. Darauf folgt der Arbeitseinsatz für die Ordensgemeinschaft.

Konkret besteht der aus Waschen, Putzen oder Einkaufen. Danach stehen wieder Kurse des Kampfsportvereins und die nächste Trainingseinheit für Mönche und Novizen an. Trotz des intensiven Programms dauert die Ausbildung zum Meister bei einem Novizen zwischen sechs und zehn Jahren. »Das Leben bei uns ist hart. Deswegen liegt die Abbruchrate auch bei 99 Prozent«, berichtet Shi Heng Zong. Dennoch muss sich der Abt keine Nachwuchssorgen machen: »Bei uns bewerben sich jährlich mehrere Hundert Jugendliche. Nur wissen leider die meisten nicht, was auf sie zukommt.« [sdi]

Internet

 www.shaolintempel.de/

Auf dieser Internetseite finden Sie zahlreiche Informationen über den Tempel in Kaiserslautern und über den Shaolin-Orden in Deutschland.



Die Mönche und Novizen leiten die Kung-Fu-Stunden des Kampfsportvereins.

