

Chen Guizhen - Königin des Taiji Doppelschwerts

"Zurück zu den Quellen" lautete das Motto der WCTAG China Reise 2004. Die beeindruckenden Landschaften des Huashan und des Wudang Gebirges standen natürlich genauso auf dem Programm wie Chenjiagou, der Ursprungsort des Taijiquan. Chenjiagou ist auch der Geburtsort von Chen Guizhen (21.Gen.), eine der wenigen *Meisterinnen* des Taijiquans. In Deutschland ist sie sicher noch einigen in guter Erinnerung von einem Lehrgang für Doppelschwert, den sie 1998 in Lüdinghausen gegeben hat.

Chen Guizhen empfing unsere Reisegruppe, die immerhin 36 Menschen umfaßte, sehr herzlich mit Tee und Obst in ihrem Haus in der Nähe ihres Geburtsortes. So bot sich für uns die Möglichkeit, der Meisterin einige Fragen zu stellen:

Wir freuen uns, Sie persönlich kennen zu lernen, nachdem viele von uns Sie nur von Videos und Erzählungen kennen.

Oh, vielen Dank. Ich freue mich auch sehr über das Treffen.

Frau Chen Guizhen, bei wem haben Sie Taijiquan Unterricht bekommen?

Mein Vater und Chen Zhaopei waren die ersten, die mich unterrichteten. Ich begann im Alter von 7 Jahren mit dem Taiji Training.

Wie sieht heute ihr Alltag aus, wie trainieren Sie?

Ich stehe früh auf und trainiere zwischen 5 Uhr und 9 Uhr in der Früh, danach arbeite ich und ab 17 Uhr trainiere ich dann noch einmal.

Was trainieren Sie für sich selbst?

Für mein eigenes Training steht das Formentraining im Vordergrund, und hierbei in erster Linie die 75er Form Laojia.

Gehören auch die Seidenübungen und Stehende Säule zu ihrem Training?

Ja, auch die Seidenübungen und die Stehende Säule gehören zu meinem täglichen Programm.

Gibt es Möglichkeiten für EuropäerInnen, hier bei Ihnen Unterricht zu bekommen?

Ich habe ein Gästezimmer für ausländische Schüler, und es waren ja auch schon Ausländer hier, um bei mir Unterricht zu nehmen. Immer wieder sind hier in meinem Haus Schüler untergebracht und bekommen Unterricht von mir.

Wie kontaktiert man Sie am besten?

Am besten geht das über Jan Silberstorff und die WCTAG, das ist am einfachsten. Ich habe aber auch eine e-mail-Adresse.

Wie sieht es mit Sprachkenntnissen für den Unterricht aus?

Die Korrekturen funktionieren auch so, über Körpersprache, das ist kein Problem, dafür braucht man keine Sprachkenntnisse. Falls es aber einmal nicht ausreichen sollte, kann auch ein Übersetzer geholt werden und so können dann auch kompliziertere Dinge besprochen werden.

Gibt es Unterschiede in der Übungspraxis für Männer und Frauen?

Nein, sie gibt es nicht. Frauen und Männer üben das gleiche. Frauen sollten sich jedoch nicht mit Männern vergleichen.

Ist es möglich, dass Frauen über das Trainieren in den tiefen Ständen eventuell einen hohen Yin-Verlust riskieren?

Ja, das kann passieren, daher sollten Frauen z.B. während der Monatsblutung höher stehen und mit wenig Kraft trainieren. Damit läßt sich dieses Problem vermeiden.

Wieviele SchülerInnen haben Sie?

Das ist schwer zu sagen, ich habe unzählige Schüler und Schülerinnen in der ganzen Welt

Spielt Meditation eine Rolle in Ihrer Praxis?

Nein, eigentlich nicht.

Bestreiten Sie Ihren Lebensunterhalt vom Taijiquan?

Ja, ich übernehme neben dem Unterrichten auch organisatorische Tätigkeiten für Turniere und bin als Schiedsrichterin tätig. (Anm.: Chen Guizhen ist eine sehr gefragte und berühmte Schiedsrichterin in China.)

Gibt es noch andere berühmte Frauen, also Meisterinnen des Taijiquans?

Nicht unbedingt, aber es ist mir unangenehm, darüber zu sprechen.

Was ist Ihre Lieblingswaffe?

Meine Lieblingswaffe sind das Schwert und natürlich das Doppelschwert.

Warum ausgerechnet Schwert?

Schwer zu sagen, ich bin da schon als Kind praktisch hineingewachsen, ich habe immer gerne mit Schwertern gespielt. Die Schwerter lagen halt so herum, und wir Kinder haben damit gespielt.

Haben Sie selbst Kinder, die von Ihnen unterrichtet werden?

Ich habe einen 18 Jährigen Sohn, der von mir unterrichtet wird.

Unterrichten Sie derzeit in Europa?

Zur Zeit unterrichte ich nicht in Europa, unterrichte aber gelegentlich in den USA.

Was ist für Sie der Unterschied zwischen Säbel und Schwert?

Beides sind großartige Waffen: das Schwert ist schnell und langsam, es ist hart und weich; der Säbel ist kräftiger, durchschlagender, vielleicht nicht ganz so flexibel wie das Schwert.

Bestreiten Sie noch Turniere?

Nur noch als Schiedsrichterin, nicht mehr als Teilnehmerin. Hin und wieder gebe ich eine Vorführung, aber vor allem bin ich bei den Turnieren organisatorisch tätig.

Gibt es auch Turniere für die Waffen mit Anwendungen oder nur Formwettkämpfe?

Für die Waffen gibt es nur Formwettkämpfe.

Warum gibt es Ihrer Meinung nach so wenige berühmte Frauen im Taijiquan?

Ja, es gibt wenige, aber darüber möchte ich nicht sprechen.

Wie haben Sie während der Schwangerschaft trainiert?

Die letzten 2 Monate habe ich nicht trainiert, aber man kann auch bis zur Geburt trainieren, wenn man langsam übt und hoch steht. Die Taiji-Übungen sind sogar eine sehr gute Vorbereitung auf die Geburt.

Haben Sie Kontakt zu Chen Xiaowang? Und werden Sie von ihm trainiert?

Wie haben beide bei Chen Zhaopei trainiert, aber Chen Xiaowang ist älter als ich. Früher ja, da hat er mich ab und zu korrigiert. Wir sehen uns auch heute noch regelmäßig.

Frau Chen Guizhen, haben Sie vielen Dank für Ihre Geduld.

Zum Abschluss unseres Besuches gab es noch verschiedene Vorführungen der Meisterin aus dem Neuen und Alten Rahmen des Chenstils und natürlich auch eine Doppelschwertvorführung. Auch ihr Sohn und ein paar kleine Kinder zeigten uns ihre Künste. Und wir konnten das Haus mit dem Zimmer für ausländische Besucher(innen) bewundern. Die Unterkunft hat einen relativ hohen Standard, es ist sicher möglich, dort einen sehr angenehmen Aufenthalt zu haben.

Bedanken möchte ich mich an dieser Stelle auch bei Jan Silberstorff, der uns dieses Treffen ermöglicht hat.

Sasa Krauter