Bildliches Denken im Taijiquan

Zhang Qiwei

„Warum sollte man beim Üben des Taijiquan bildliches Denken einsetzen?" Diese Frage stellt sich womöglich jeder, der die Überschrift dieses Artikels liest. Dies mag daran liegen, dass die profunden philosophischen Prinzipien im Taijiquan für viele Leute so schwer verständlich sind wie Zen-Meditation und nicht mit Worten adäquat ausgedrückt werden können. Doch muss ein Schüler des Taijiquan sich nach ihnen richten, da sie entscheidend für das Fortkommen in der Kampfkunst des Taijiquan sind. Man kommt nicht darum herum. Also bleibt einem nichts anderes übrig, als auf das bildliche Denken in seiner beschreibenden Funktion zurückzugreifen, um abstrakte Eindrücke aus bestimmten Phasen des Trainings zum Ausdruck zu bringen.

Die Methode des bildlichen Denkens ist verhältnismäßig subtil. Man kann sich beispielsweise damit nochmals Situationen aus dem Training möglichst genau vergegenwärtigen. Dadurch ist der Schüler besser in der Lage, im Detail an den Übungen zu feilen und sich mit ihnen eingehend auseinanderzusetzen, um so möglichst schnell zum Kern dieser Kunst vorzudringen.

Tatsächlich ist das bildliche Denken nichts Außergewöhnliches. Jeder Mensch nutzt diese Art des Denkens immer wieder im Alltag. Entsprechend eingesetzt ist es möglich, dass der Unterrichtende mithilfe bildhafter Beschreibungen dem Lernenden als Empfänger einen Input an persönlichen Erfahrungen übermittelt. Der Empfänger kann diese relativ leicht in sein Denken aufnehmen, um diese Erfahrungen des Unter-

richtenden – nachdem er sie entsprechend zugeordnet hat – unter Einsatz seiner Vorstellungskraft mit den Erfahrungen, die er selbst gesammelt hat, in Verbindung zu bringen. Anschließend macht sich der Lernende sein ganzes Verhalten bewusst, um seine Aktionen besser zu steuern.

Detaillierte und dem Zweck angemessene Beschreibungen durch den Unterrichtenden sind dabei für den Empfänger in seinem Verständisprozess von höchster Wichtigkeit. Jeder Mensch hat unterschiedliche Lebenserfahrungen und kennt sich in unterschiedlichen Bereichen aus. Manch einer mag die Kalligrafie lieben, ein anderer die Musik oder die Malerei und so weiter. Ein erfahrener Lehrer sollte beim Unterricht nach Möglichkeit Phänomene aus der Natur wie Wind, Wasser, Wolken, Wellen, Dampf, Nebel und Ähnliches [als Vorlagen für das bildhafte Denken] heranziehen, um seinen Schülern den Weg zur Erkenntnis zu öffnen.

Hierbei gilt es ein Problem zu beachten, nämlich, dass zwar die meisten Leute mit bestimmten Naturphänomenen vertraut sind, aber dass es sich dabei zumeist nicht um ein sehr tief gehendes Verständnis dieser Phänomene handelt. Es mangelt an sinnlicher Erfahrung, sodass es notwendig ist, die Erkenntnisse der modernen Wissenschaft einzusetzen, um den Leuten die Naturphänomene näher zu bringen. Man kann beispielsweise Dokumentarfilme als eine Methode einsetzen, um das Wissen des Empfängers über die als Analogien eingesetzten Phänomene zu vertiefen.

Dadurch entsteht beim Empfänger eine Resonanz, die bewirkt, dass das jeweilige Bild lebendig wird. Das Vergleichsobjekt taucht dann vor dem geistigen Auge auf, wirkt lebensecht und plastisch.

Konstantin Stanislavski [1863-1938, russischer Schauspieler, Regisseur und Dramaturg] schreibt in seiner Autobiografie „Mein Leben in der Kunst“ über die Darstellung des Othello durch den berühmten [italienischen] Schauspieler Tomasso Salvini [1829-1915]. Der folgende Abschnitt daraus bietet sehr gute Anregungen dafür, wie wir mit bildlichem Denken unser Kampfkunsttraining steuern können. Stanislavski schreibt:

> *„Am Tag der Aufführung war Salvini schon in aller Früh in Aufregung und fing an, sich in eine kreative Reflexion zu versenken. Die Theatervorführung begann um acht Uhr.*
> *Unverzüglich begab er sich zum Theater. Er sprach ständig seinen Text vor sich hin und übte immer wieder Stimme und Posituren. Er schminkte sich ganz langsam. Er schminkte nicht nur sein Gesicht und legte das Kostüm an, sondern er schminkte gleichfalls seine Seele. Schritt für Schritt konstruierte er einen vollständigen Charakter.“*

Nach dem gleichen Prinzip wie in der von Stanislavski erzählten Geschichte muss man jemanden, der Taijiquan lernt, bestimmte Eigenschaften hinsichtlich Bewegung und Physik des Vergleichsobjekts näherbringen. Auch soll er dadurch in der Lage sein, sich darin hineinzuversetzen.

Dadurch verwandelt sich gleichsam sein eigener Körper allmählich in das Vergleichsobjekt und bringt manche Eigenschaften von Bewegung und Physik des Vergleichsobjekts hervor. Die moderne Wissenschaft und Technik kennt ja schon längst das Fach Bionik [bei dem es um die Nachahmung physikalischer Eigenschaften und Bewegungsprinzipien aus der Natur geht].

Es spricht wohl nichts dagegen, wenn wir die Bewegungsweise des Windes oder des Wassers simulieren, um so die Kampfkraft und Kampftechnik im Taijiquan umzugestalten und darin auf tiefere Ebenen vorzustoßen.

Selbstverständlich muss man großes Durchhaltevermögen zeigen, um mit dieser Methode richtigen Erfolg zu haben. Man kann erst von echtem Können sprechen, wenn man das bildliche Denken nach eigenem Belieben uneingeschränkt einsetzen und jederzeit einen Zustand der Einheit von Körper und Geist erreichen kann.