

# Lernen in der Tradition der chinesischen Meister – die Bedeutung der Lehrer Schüler Beziehung

von Thomas Apfel

Jede Kunst wird am besten im Bezugssystem ihrer eigenen Kultur gelernt. Dies gilt ganz besonders für die inneren Kampfkünste, bei denen die äußere Form nur als Lehrmittel dient um Körper und Geist in Einklang zu bringen. Das tiefgründige Wissen um den Weg zu dieser Harmonie wurde in China zu allen Zeiten hoch geachtet und mit größter Ehrfurcht behandelt. Vermittelt wurde es von einer Generation zur nächsten in einem geschlossenen, teilweise verborgenen System der Lehre. Im familiären Rahmen der direkten und vertraulichen Überlieferung kam der Lehrer-Schüler-Beziehung so schon immer eine besondere Rolle zu.

## Die kulturelle Tradition

Auch in der heutigen chinesischen Kultur nimmt die Beziehung zwischen Lehrer und Schüler einen hohen Stellenwert ein und wird als mindestens ebenbürtig zur Vater Sohn Beziehung erachtet. In der bedeutenden Wertschätzung, die Schüler gegenüber ihren Lehrern empfinden liegt einer der größten Unterschiede zwischen der chinesischen und der westlichen Kultur. Für unseren eigenen Übungsweg ist das Verständnis dieser Verschiedenheit ein wesentlicher Faktor der entscheidend zu unseren Erfolg beitragen kann.

Im Westen betrachten wir Lehrer Schüler Beziehungen im Allgemeinen vorrangig unter ökonomischen Aspekten, als Tausch gleichwertiger Ressourcen - Geld gegen Wissen. Oberflächlich gesehen funktioniert dies recht gut. Wir zahlen für eine Stunde Unterricht und lernen dafür eine bestimmte Technik in ihrer äußeren Form – eine Tai Chi Bewegung, eine Xinyiquan Schlagtechnik, eine Bagua Schrittfolge.

Wollen wir uns aber dem Kern einer inneren Kampfkunst nähern, uns in unserem tiefsten Inneren weiterentwickeln und uns über diesen Weg in Harmonie bringen, dann sehen wir schnell, dass wir mit diesem Ansatz des Lernens im Äußeren steckenbleiben. Und eine weitere wichtige Erkenntnis eröffnet sich: Der Nutznießer der Hochachtung, die wir unserem Lehrer entgegenbringen, ist nicht etwa der Lehrer, sondern wir selbst. Nur durch tief empfundene Wertschätzung können wir das Vertrauen entwickeln, das notwendig ist, um grundlegende Veränderungen zu ermöglichen.

Diese Sicht ist nicht auf den Weg der inneren Kampfkünste beschränkt. So wird beispielsweise im tibetischen Buddhismus der Lehrer (Lama) höher geachtet als der Buddha - es ist der Lehrer, der dem Schüler ermöglicht Buddhas Weg zu folgen. Das gleiche gilt für die inneren Kampfkünste – nur durch den Lehrer können wir uns die inneren Aspekte der Lehre erschließen.

## Die Eigenschaften des Lehrers

Das bisher Gesagte setzt natürlich voraus, dass der Lehrer über Eigenschaften verfügt, welche die ihm entgegengebrachte Wertschätzung rechtfertigen.

- So steht ein guter Lehrer in einer lebendigen Übertragungslinie. Er ist innerhalb der Tradition, die er repräsentiert, anerkannt, steht in regem Austausch mit seinem eigenen Lehrer und den Schülern seines Lehrers. Er entwickelt sich stetig weiter.
- Er ist ein leuchtendes Beispiel dessen, was er lehrt. Ein Kung Fu Lehrer ist in der Lage, sich selbst zu verteidigen, ein Tai Chi Lehrer wendet innere Kraft an und ein Chi Kung Lehrer verfügt über eine strahlende Gesundheit.
- Ein guter Lehrer hat ein solides Verständnis der Kunst, die er unterrichtet, und ist in der Lage, dieses Wissen in verständlicher Form zu vermitteln. Wichtiger als umfangreiches Wissen ist jedoch das praktische Beherrschen, das Können.
- Er ist großzügig in der Weitergabe seiner Kunst, lehrt jedoch unter Berücksichtigung der Fähigkeiten seiner Schüler. Oftmals wollen Schüler mehr lernen, als sie in der Lage sind umzusetzen. In diesem Fall wird ein guter Lehrer fortgeschrittene Praktiken solange zurückzuhalten, bis der Schüler die dazu erforderliche Stufe auf seinem Weg erklommen hat.
- Er verfügt über eine inspirierende Ausstrahlung. Es macht Freude von ihm zu lernen auch wenn das Training teilweise anstrengend und hart sein kann. Er unterstützt seine Schüler auf ihrem Weg und vermittelt ihnen Zutrauen in ihre eigenen Fähigkeiten.
- Sein Verhalten ist von hohen moralischen Grundsätzen geprägt.

Sollten wir einen Lehrer gefunden haben, der über diese Eigenschaften verfügt, so können wir uns wahrlich glücklich schätzen.

## Das Verhalten des Schülers

Jeder Lehrer kennt das Kommen und Gehen einer Vielzahl interessierter Unterrichtsbesucher. Nur die wenigsten Schüler dieses äußeren Kreises besitzen oder entwickeln die Qualitäten, die notwendig sind, um in den inneren Kreis aufgenommen zu werden. Für diese ernsthaften und ausdauernden Schüler ist das Bemühen um eine tragfähige Lehrer-Schüler Beziehung von herausragender Bedeutung.

Wie bereits beschrieben spielt dabei die Wertschätzung des Schülers für den Lehrer eine Schlüsselrolle. Konkret zeigt sich diese Achtung im praktischen Verhalten vor, während und nach dem Unterricht, sowie in besonderen Situationen wie gemeinsamen Essen. Oft machen westliche Schüler hierbei gravierende Fehler, die schlicht auf Unwissenheit beruhen. Glücklicherweise gibt es eine verlässliche Richtschnur zum richtigen Verhalten, den „Wu Te Kodex“ der inneren Kampfkünste. Er beschreibt über 40 Leitsätze für das Verhalten gegenüber dem eigenen Lehrer, den Mitschülern, sowie Lehrern und Schülern anderer Traditionen.

Achte deinen Lehrer wie deinen Vater oder deine Mutter.

Betrachte deine Mitschüler als Brüder oder Schwestern und erweise ihnen entsprechende Respekt.

Sei aufnahmebereit wie eine leere Schale.

Vertraue dem Urteilsvermögen deines Lehrers.

Sei nicht gierig nach Informationen und übe was dein Lehrer Dir zeigt.

Partnerübungen sind eine Chance dein Ego im Zaum zu halten.

Ausdauer und Beharrlichkeit sind ein Zeichen von Stärke.

Wenn du weit anreist um deinen Lehrer zu sehen, dann überreiche ein Geschenk.

*Auszug aus dem Wu Te Kodex*

Exemplarisch seien hier einige Prinzipien dargestellt, die wesentlich zu einer guten Lehrer-Schüler-Beziehung beitragen.

### **Anrede**

Korrektes Verhalten beginnt mit der richtigen Anrede. Im Gegensatz zu westlichen Ländern in denen üblicherweise der Nachname beziehungsweise im angelsächsischen Sprachraum der Vorname verwendet wird, sollte ein chinesischer Lehrer grundsätzlich mit seinem Titel angesprochen werden.

Die richtige Anrede für einen chinesischen Lehrer ist „Sifu“ wenn er aus Südchina stammt und Kantonesisch spricht, oder „Shifu“, falls er Mandarin spricht. Dieser Titel entspricht im weitesten Sinne dem deutschen Begriff des Lehrers und betont zusätzlich die Begriffsinhalte der Meisterschaft und väterlichen Fürsorge. Die Frau des Lehrers wird mit „Simu“ bzw „Simo“ angesprochen. Für Lehrerinnen wird ebenfalls der Titel „Shifu“ beziehungsweise „Sifu“ verwendet.

Einen chinesischen Lehrer mit seinem Namen ohne Titelzusatz anzusprechen gilt als ausgesprochen unhöflich. Einer der Gründe hierfür liegt im chinesischen Sprachgebrauch, bei dem die Verwendung von Titeln und Namenszusätzen der gängige Normalfall ist. So werden selbst Familienmitglieder mit Namenszusätzen, wie beispielsweise „mittlere Tochter“, angeredet.

Der Titel Sifu beziehungsweise Shifu kann mit oder ohne Familienname verwendet werden. Dabei ist unbedingt zu beachten, dass der Nach- und nicht versehentlich der Vorname gebraucht wird. Dies klingt trivial, führt aber in der Praxis immer wieder zu Problemen, da im Chinesischen der Nachname vor dem Vornamen sowie Titelzusätzen genannt wird. Für meinen aus Hong Kong stammenden Lehrer Meister Lam Kam Chuen ist daher die korrekte Anrede „Sifu“, oder „Lam Sifu“.

### **Begrüßung**

Als Zeichen des Respektes gegenüber dem Lehrer und der Tradition, die er repräsentiert, wird er durch eine traditionelle Geste begrüßt. Dabei wird die rechte Hand zu einer Faust gefaltet und zur geöffneten linken Hand geführt. Beide Hände sind in Brusthöhe und der Oberkörper wird dabei leicht nach vorne gebeugt.

Diese Geste ist zu Beginn und am Ende des Tages sowie zu Beginn und am Ende des Unterrichts üblich. Keinesfalls sollte man einem chinesischen Lehrer körperlich zu nahe treten, ihn umarmen oder freundschaftlich auf den Rücken klopfen. Diese im Westen gängigen Ausdrucksweisen der Verbundenheit sind für seine Frau reserviert und werden entsprechend der chinesischen Etikette nicht in der Öffentlichkeit gezeigt.

## Unterricht

Pünktlichkeit ist auch in China ein Zeichen der Höflichkeit und wird von allen Schülern erwartet. Mein Lehrer Meister Lam spricht in diesem Zusammenhang von „Hong Kong Time“ - dies bedeutet bereits fünf Minuten vor Beginn des Unterrichts anwesend und bereit zum Training zu sein.

Zu Beginn des Unterrichts begrüßen alle Schüler ihren Lehrer mit der oben beschriebenen Geste. Am Ende des Unterrichts macht der Lehrer diese Geste, die von den Schülern auf die gleiche Art erwidert wird.

Alle klassischen östlichen Lehrsysteme betonen, dass ein Schüler nur lernen kann, wenn er so aufnahmebereit wie eine leere Schale ist. Wenn die Schale schon voll ist, kann nichts Neues mehr aufgenommen werden. Daher sollte die grundsätzliche Haltung zum Unterricht eine offene sein. Dies bedeutet sich von allen Vorurteilen, bereits geprägten Meinungen und Haltungen, sowie Fragen und Ideen zu befreien und einfach den Anweisungen zuzuhören und diese so genau wie möglich zu befolgen.

Chinesische Lehrer bevorzugen oft die traditionelle Art der Weitergabe ihrer Kunst. Für den eigenen Fortschritt ist es hilfreich sich darauf einzustellen, dass die gewählte Lehrmethode fundamental von der uns vertrauten Art der Wissensvermittlung abweichen kann. Dies kann lange Perioden des Schweigens und der individuellen Praxis einschließen. Der Schwerpunkt des Unterrichts liegt nicht in der Vermittlung von Kopfwissen, sondern in der Übertragung einer Kunst, die den ganzen Menschen erfasst.

Fragen, Bemerkungen oder Kommentare sollten erst am Ende des Unterrichts oder auf Anforderung gestellt, beziehungsweise geäußert werden. Es gilt als unhöflich und als Zeichen mangelnden Respektes den Lehrer während des Unterrichts zu unterbrechen. Dies schließt auch die Zeiten individueller Praxis ein, in denen alle Aufmerksamkeit dem Üben und nicht dem Stellen von Fragen oder der Diskussion mit Mitschülern gewidmet werden sollte.

### Meister Wang und Professor Yu

Professor Yu Yong Nian studierte in seiner Jugend in Japan Zahnheilkunde. Als er 1941 nach China zurückkehrte, fühlte er sich ausgelaugt, in schlechter Verfassung und sagte sich: Wenn ich so energielos bin – wie soll ich dann die anstrengende Arbeit als Zahnarzt bewältigen ?

Jemand machte ihn auf eine neue Art des Energietrainings aufmerksam: Zhan Zhuang. Er war bereit, alles zu versuchen und ging zu Meister Wang Xiang Zhai, der in einem Park in Peking lehrte. Wie allen Anfängern wurde ihm nur aufgetragen, still zu stehen wie ein Baum. Also stand er absolut still; aber ringsum konnte er ältere Schüler sehen, die sich in kraftvollen Bewegungen übten, und natürlich stellte er sich die Frage: Warum werde ich so schlecht behandelt ? Warum soll gerade ich so stehen ? Hält mich der Meister für faul ?

Er war überzeugt davon, dass man ihm die eigentliche Lehre vorenthalte, und freundete sich mit dem Sohn des Meisters an in der Hoffnung, den Grund dafür herauszufinden. Schließlich stellte er die entscheidende Frage: „Was lehrt dich dein Vater ?“ Jetzt würde er das Geheimnis erfahren ! „Oh“, sagte der Sohn von Meister Wang, „er lehrt mich zu stehen wie ein Baum.“ Verblüfft bohrte Yu nach: „Erklärt er dir warum du das tun musst ?“ „Oh nein“ kam die prompte Antwort, „er befiehlt es mir nur jeden Tag und wenn ich's nicht tue, setzt es Hiebe.“

Yu gab die Übungen auf und widmete sich ganz seiner Arbeit. Doch bald stellte er fest, dass seine Energie nachließ. Als er sich auf die ersten Monate besann, in denen er im Park stand wie ein Baum, wurde ihm klar, dass er sich damals sehr viel besser gefühlt hatte. Und er kehrte zu Meister Wang zurück.

Drei Jahre später bat ihn dieser eines Tages, mit einem anderen Schüler zu kämpfen – einem Arbeiter, der seit Jahren Kung Fu praktizierte. Der junge Yu schreckte zurück: Er hatte keinerlei Kampferfahrung. Doch Meister Wang bestand darauf. Die zwei begannen miteinander zu kämpfen, und Yu stellte zu seiner Überraschung fest, dass er seinen erfahreneren Gegner schnell unter Kontrolle hatte und ihn bezwingen konnte. Es wurde ihm plötzlich klar, dass er in sich eine Kraft besaß, die er niemals genutzt hatte.

Seit dieser Zeit vertiefte Yu Yong Nian seine Studien und wurde schließlich von Meister Wang ausersehen, mit ihm die Zhan Zhuang Methode und ihre Anwendungen für Gesundheitsvorsorge und Therapie weiterzuentwickeln.

*Leicht gekürzter Auszug aus „Energie und Lebenskraft durch Chi Gong“ von Meister Lam Kam Chuen*

## Gemeinsames Essen

Werden wir zu einem gemeinsamen Essen mit unserem Lehrer eingeladen, so können wir uns glücklich schätzen und uns durch diesen Ausdruck der Akzeptanz geehrt fühlen. Tischsitten haben in China eine große Bedeutung, daher ist es wichtig einige Grundregeln zu beachten.

Dies gilt insbesondere für Situationen, in denen andere chinesische Lehrer anwesend sind. Als Schüler unseres Lehrers repräsentieren wir ihn und die von ihm vermittelte Tradition. Unhöfliches Verhalten eines Schülers, auch wenn es unabsichtlich aufgrund von Unwissenheit geschieht, fällt auf den Lehrer zurück.

Aus Respekt vor dem Lehrer warten alle Schüler so lange mit dem Beginn des Essens, bis er den ersten Bissen genommen hat. Ebenfalls sollte darauf geachtet werden, dass der Lehrer als erster vom Restaurant Personal bedient wird.

Bei einem typisch chinesisches Essen werden die Gerichte, die in der Mitte des Tisches aufgestellt sind, von allen Tischgästen geteilt. Beim Herausnehmen der eigenen Portion von den gemeinsamen Tellern und Schüsseln ist darauf zu achten, dass dies schnell und einfach erfolgt. Langes Herumstochern und Auswählen der besten Stücke gilt als unhöflich und ist zu vermeiden.

Reis ist ein Produkt, für dessen Herstellung viele Menschen hart arbeiten müssen. Daher sollten wir dieses Nahrungsmittel entsprechend sorgsam behandeln.

Das Herumspielen mit Essstäbchen, insbesondere wenn es mit Geräuschen verbunden ist, gilt unter Kung Fu Kämpfern als Aufforderung zum Kampf. Wir sollten dementsprechend vorsichtig mit den Essstäbchen umgehen.

## Die innere Haltung

Die Kenntnis der oben dargestellten Grundsätze und Richtlinien kann uns helfen Missverständnisse zu vermeiden und uns damit das Leben einfacher zu machen.

Wichtiger als die exakte Einhaltung äußerer Maßstäbe ist jedoch unsere innere Haltung, die geprägt sein sollte von Wertschätzung und geduldigem Anstrengen.

Wenn wir diese innere Haltung kultivieren, dann werden wir uns in jeder Situation richtig verhalten und uns einer einträglichen Beziehung zu unserem Lehrer erfreuen.

Literaturhinweise:

Chi Kung, Weg der Heilung von Lam Kam Chuen, Joy-Verlag, August 1999, ISBN: 3928554379

The Way of Power: Reaching Full Strength in Body and Mind von Lam Kam Chuen, Gaia Books, 2003, ISBN: 1856751988

Thomas Apfel  
ist von Meister Lam Kam Chuen autorisierter Lehrer und Gründer  
der ersten Zhan-Zhuang-Chi-Kung-Schule in Deutschland. Er  
erwarb auf vielen Reisen nach China tiefe Einblicke in die Kultur  
und Philosophie dieses faszinierenden Landes. Als langjähriges  
Mitglied der Lam Association organisiert er regelmäßig Workshops  
mit Meister Lam Kam Chuen. Weitere Details hierzu im Internet  
unter