

9. Internationales Symposium für Daoyin Yangsheng Gong

28. bis 30. November 2008 in Porto (Portugal)

Im Auftrag der Beijinger Sportuniversität wurde nach 2005 zum zweiten Mal ein internationales Symposium für Daoyin Yangsheng Gong nach Portugal vergeben. Unter der Leitung von Paulo Araujo wurde diese Veranstaltung vom 28. bis 30. November 2008 von der Daoyin Association Portugal gemeinsam mit der She-Si Kungfu Association Porto ausgerichtet. Bei der Großveranstaltung war auch der Begründer dieses Qigong-Systems, Professor Zhang Guangde, anwesend. Martin Pendzialek, selbst Ausbilder für Daoyin Yangsheng Gong, war mit einer Gruppe aus Deutschland angereist.

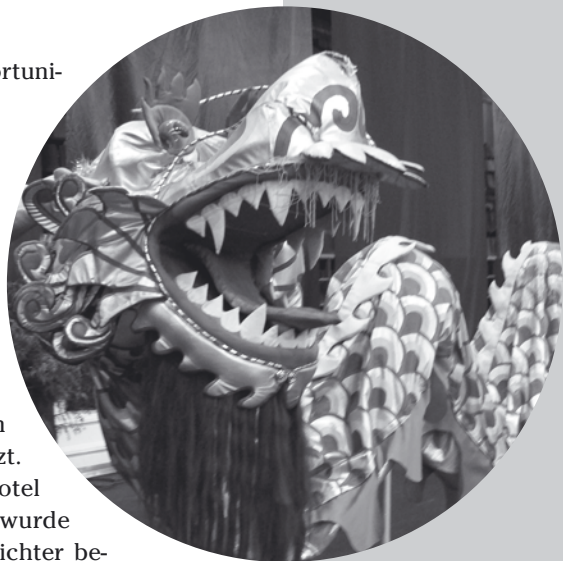
Die Vorträge, Seminare, Wettkämpfe und die große Kampfkunstgala fanden im Sport- und Kongresszentrum Matosinhos am nördlichen Stadtrand von Porto statt. Neben verschiedenen europäischen Ländern wie Griechenland, Frankreich, Schottland, der Schweiz und Spanien waren Teilnehmer und Delegationen aus China, Singapur und Japan angereist. Aufgrund der großen Anzahl von Vereinigungen und Übenden des Daoyin Yangsheng Gong in Japan war letztere mit den meisten Teilnehmern vertreten. Unsere Reisegruppe der Schule Wolkendrache Qigong und Taijiquan kam aus dem Rhein-Main-Gebiet sowie aus dem Erzgebirge und konnte die Daoyin Yangsheng Gong Vereinigung Deutschland repräsentieren.

Alle Gäste waren besonders erfreut, den Begründer des Daoyin Yangsheng Gong Prof. Zhang Guangde in Porto persönlich begrüßen zu können. Prof. Zhang war es möglich gewesen, nach seinen Seminaren in Frankreich und Deutschland und vor seiner Heimreise nach China in Porto teilzunehmen. Prof. Zhang wurde dabei von seinem Neffen Zhang Jian begleitet; die chinesische Delegation wurde angeführt vom Direktor des Wushu-Instituts Herrn Zhang Mingting sowie Prof. Yang Bailong, dem Direktor des Daoyin Yangsheng

Gong Zentrums an der Sportuniversität Beijing.

Internationale Meisterschaften für Daoyin Yangsheng Gong

Am ersten Tag waren die internationalen Meisterschaften für Daoyin Yangsheng Gong angesetzt. Auf der Busfahrt vom Hotel zum Kongresszentrum wurde ich kurzfristig als Kampfrichter berufen und konnte somit die Vorführungen aus nächster Nähe betrachten. In den Einzelwettbewerben gab es viele Meldungen für die bekannten Methoden wie Herz-, Lungen-, Magen-Milz-, Muskel-Knochen- oder Gesundheitsschützendes Qigong. Für die Abteilung Taijiquan des Daoyin waren die Formen Taiji-Hand, Taiji-Schwert, Taiji-Fächer und Taiji-Säbel ausgeschrieben. Insgesamt waren es Vorführungen auf einem guten Niveau, wobei die besten Leistungen bei Teilnehmern aus Singapur, Japan, China, Portugal und Spanien zu beobachten waren. Von allen Zuschauern





Assistiert von Prof. Yang Bailong unterrichtete Prof. Zhang Guangde eine zweite Form des Gesundheitsschützenden Qigong.
Fotos: Archiv M. Pendzialek

bewundert wurden die Darbietungen einer 75 Jahre alten Dame aus Japan, die unter anderem mit einer Taiji-Säbelform antrat.

In den Gruppenwettbewerben zeigten wiederum die Teilnehmer aus Asien gute Vorführungen mit abgestimmten Choreographien und bis zu 20 Übenden. Beim Daoyin Baojian Gong oder in der Fächerform waren die Bewegungen weitgehend harmonisch gepaart mit dem disziplinierten Auftreten der Wettkämpfer vor den Augen von Prof. Zhang Guangde.

Interessant war für mich als Kampfrichter, die gezeigten Leistungen in kürzester Zeit in eine Bewertung bis zur Höchstnote zehn einzuordnen. Hauptkriterium ist dabei eine möglichst präzise und fließende Ausführung der Bewegungen verbunden mit Atmung und Aufmerksamkeit.

Die Vorführungen für Qigong und Taijiquan folgen dabei jeweils der chinesischen Musik für die entsprechende Methode oder Form; selbstverständlich entsteht unter dieser Vorgabe eine andere Übungsqualität als ohne Musikbegleitung.

Bei einem Gespräch mit Prof. Zhang vor einigen Jahren erklärte er mir, dass die Musik zu den Übungen besonders dafür entwickelt wurde, um Geschwindigkeit und Rhythmus beim Erlernen und Üben der Formen zu unterstützen. Gleichzeitig eignet sich die Musik dafür, bei Vorführungen und Wettkämpfen die Teilnehmer jeweils zu begleiten.

Am Ende eines langen Tages erhielten alle Wettkampfteilnehmer eine Urkunde und eine Medaille entsprechend ihrer Platzierungen aus der Hand von Prof. Zhang. Sichtlich er-

freut über die guten Leistungen und den reibungslosen Ablauf schüttelte er viele Hände und war begehrtes Objekt für zahlreiche Fotos.

Lernen und Üben

Der Samstag war für einen Workshop zum Thema »Leber-Gallenblasen-Qigong« reserviert; gemeinsam mit seinem Neffen Zhang Jian unterrichtete Prof. Zhang diese bewegte Form mit acht Übungen in Theorie und Praxis. Dabei werden drehende, dehrende Bewegungen harmonisch fließend verbunden, kombiniert mit Klopf- und Streichmassagen ergibt diese Methode neben der umfassenden Wirkung spürbare Reaktionen von Leber und Gallenblase.

Am Sonntag wurde ein Workshop für die zweite Form des Gesundheitsschützenden Qigong (Daoyin Baojian Gong) angeboten. In der großen Halle des Kongresszentrums unterrichtete Prof. Zhang assistiert von Prof. Yang Bailong. Wiederum fielen die typischen Merkmale für Bewegungen des Daoyin Yangsheng Gong ins Gewicht, daraus entstand eine Form mit überwiegend neuen Bewegungen, die jeweils von den klassischen Theorien des Daoyin, des Taijiquan oder des Baguazhang durchdrungen sind.

»Das Meer der Drachen«

Der Höhepunkt des Symposiums am Samstagabend war mit großer Vorfreude erwartet worden: Mit allen Teilnehmern und Gästen, darunter der Bürgermeister von Porto, sowie den einheimischen Besuchern waren die Tribünen mit etwa 800 Zuschauern für die große Kampfkunstgala gut besetzt. Die Eröffnung war stimmungsvoll ausgerichtet, Prof. Zhang Guangde betrat im Scheinwerferlicht als erster die Halle, an seiner Hand der zehnjährige Sohn des Veranstalters Paulo Araujo. Tomas Araujo führte beobachtet von Prof. Zhang in der bildhaften Beziehung zwischen Lehrer und Schüler die Daoyin Yangsheng Taiji-Schwertform vor.

Das weitere Programm der Show war gut gemischt aus Vorführungen für Wushu, Taijiquan und Daoyin, indem sich immer wieder Einzel- und Gruppenauftritte abwechselten. Verschiedene Formen des Daoyin Yangsheng Gong wie Taiji-Hand, Taiji-Fächer, Doppelfächer vorgeführt von Zhang Jian oder Säbel waren ebenso zu sehen wie die 24er-Peking-Form mit einer portugiesischen Frauengrupp-

pe. Traditionelles Bagua-Schwert auf hohem Niveau wurde von einem Teilnehmer aus Singapur gezeigt: Schnelle, kraftvolle, schöne und kunstvolle Bewegungen ernteten einen besonderen Applaus der ganzen Halle!

Die Schüler und Schülerinnen der She-Si Kung-fu Association unter der Leitung von Paulo Araujo zeigten eine Auswahl von Formen aus dem System des südlichen Shaolin-Gongfu. Die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen überzeugten in ihren Darbietungen mit einer hohen Qualität ihrer Bewegungen, Koordination, Schnelligkeit, Ausdruck und Kraft. In den Formen mit und ohne Waffen spiegelte sich das regelmäßige intensive Training wider, um dem hohen Anspruch ihrer Schule gerecht zu werden. Allein in Porto trainieren 500 Schüler oftmals täglich die Inhalte des traditionellen Wushu-Systems, welches Paulo Araujo von seinem Meister auf Macao gelernt hat.

Ein sehr attraktiver Teil dieses Kampfkunstsystems sind die Tänze von Löwen und Drache; dazu gehören verschiedene Teams, die in jungen Jahren mit dem Training dafür beginnen. Die Schule von She-Si hat den Drachen als Wappentier und nimmt regelmäßig sehr erfolgreich bei den Weltmeisterschaften in asiatischen Ländern teil. Je größer und länger zum Beispiel die Drachen sind, umso mehr Teammitglieder werden für einen Tanz benötigt und ausgewechselt, wenn dieser länger andauert. Jeder »Drachentänzer« übernimmt einen bestimmten Teil des Drachen und muss jede Bewegung mit dem Team koordinieren. Ein Drachentanz besteht aus vielen verschiedenen Bildern, die sich zu einer Choreographie zusammenfügen und eine Geschichte erzählen.

Bei dieser Vorführung hatte der Feuerdrache, der Drache der Nacht, das Ziel, mit dem Feuer das Wasser und schlechte Einflüsse oder Energien für die Gesundheit der Menschen zu ver-



treiben. Der südliche Löwentanz mit zunächst einem und schließlich fünf Löwen beschrieb die Suche nach der Lotusblume, um sie den Menschen mit den Wünschen für Fröhlichkeit, Freundschaft und Frieden zu übergeben.

Am Sonntagabend nach dem letzten Seminar hatten unsere Gastgeber zu einem Abschiedsdinner im Hotel Ipanema im Stadtzentrum geladen. Neben einem köstlichen Buffet mit lokalen Spezialitäten gab es noch ein kleines Konzert mit der wichtigsten Musikform in Portugal: Eine Gruppe von Musikern begleitete eine Sängerin beim Fado, der berühmten Sehnsuchtsmelodie, die wohl aus der Vermischung von portugiesischen Seefahrerliedern und den Rhythmen afrikanischer Sklaven entstanden ist. Derart eingestimmt waren sich alle Gäste einig über erlebnisreiche Tage in dieser schönen Stadt am Atlantik und konnten mit diesen Erinnerungen die Heimreise antreten.

Prof. Zhang trat zum Abschluss der Gala zwischen dem Organisator Paulo Araujo und dessen Sohn zusammen mit den vielen DarstellerInnen noch einmal vor das Publikum.

Martin Pendzialek leitet die Schule Wolkendrache in Frankfurt und das Ausbildungszentrum für Daoyin Yangsheng Gong am Zentrum für Präventive Chinesische Medizin e.V. in Walluf.

www.wolkendrache.com

Schwertsparring in Norderstedt/Hamburg

am **20./21. Juni 2009** und am **28./29. November 2009**

Unter der Leitung von Thomas Simianer finden in Norderstedt/Hamburg zwei Schwertsparring Seminare für Anfänger und Fortgeschrittene statt: jeweils Samstags 11 – 18 Uhr und Sonntags 9 – 13 Uhr.

Schwertsparring bietet die Möglichkeit, mit eigens entwickelten Softschwertern (stehen im Seminar zur Verfügung) realitätsnah zu trainieren. Es basiert auf den Schwert-Techniken des Taijiquan.

Die Kenntnis einer Taiji-Schwertform ist daher von Vorteil, aber keine zwingende Voraussetzung.

Das Seminar kostet 125,- Euro.

Infos und Anmeldung bei Frank Aichseder • frank@aichseder.de • Tel. 040/ 18 88 78 90