

Tania Becker

Fernblick 16, D-42279 Wuppertal
tania.becker@gmx.de

**Weich wie ein Säugling, stark wie ein Holzfäller
und weise wie ein alter Mann**

**Die Anwendung der Philosophie des klassischen Daoismus
auf die Prinzipien des *Taiji***

Zusammenfassung

Taiji – Sport, Meditation, Kampfkunst (*wushu*), Gesundheitserhaltung, Lebensphilosophie und der Weg zur Erleuchtung – ist eines der bekanntesten „Markenzeichen“ des chinesischen Daoismus. Der folgende Artikel stellt die Grundbegriffe des philosophischen Daoismus, wie *dao* (Weg), *qi* (Lebensenergie) und *wuwei* (Inaktivität) vor, und verbindet sie mit den Prinzipien des *Taiji*.

Entstanden in der Tradition des philosophischen Daoismus (ca. 4–3. Jahrhundert v. Chr.) stehen diese Begriffe im Zentrum von Schriften wie *Daodejing* und *Zhuangzi*, und dienen als Bausteine der daoistischen Philosophie, die sich gerade durch die Beständigkeit dieser Axiome während einer tausendjährigen Geschichte sozialer, politischer und religiöser Umwälzungen als stabil erwiesen hat.

Aus dem regelmäßigen *Taiji*-Training mit dem Ziel *mens sana in corpore sano* und unter Beachtung der Prinzipien des *dao*, *qi* und *wuwei* resultieren Weichheit und Stärke des Körpers und Weisheit des Geistes, wodurch sich höhere Ebenen des Bewusstseins eröffnen, in denen es möglich wird, eine Einheit physischer und mentaler Vollkommenheit zu erlangen. Dadurch gewinnt die „Kampfkunst“ *Taiji* eine weitere, transzendente Dimension.

Schlüsselwörter

Taiji, Daoismus, *dao* (Weg), *qi* (Lebensenergie), *wuwei* (Inaktivität)

Drei Begriffe...

Das *dao* 道, *qi* 氣 und *wuwei* 無為 haben sich heute als feststehende Termini aus dem Chinesischen im westlichen Denken weitgehend eingebürgert. Man verwendet sie als solche sowohl beim Unterrichten und Praktizieren der inneren¹ Kampfkünste daoistischer Provenienz wie *Bagua* 八卦, *Xingyi* 形意 und *Taiji* 太極, oder im *Gongfu* 功夫 (eine äußere Disziplin buddhistischen Ursprungs),² als auch in der Meditationsübungspraxis *Qigong* 氣功 und beim Ausüben der Traditionellen Chinesischen Medizin, *zhongyi* 中醫.

1

Was den Unterschied zwischen innerer und äußerer Kampfkunst ausmacht, werde ich im Verlauf des Textes erläutern.

2

Obwohl der Begriff *Gongfu* 功夫, bekannter als *Kung Fu*, gleichermaßen die inneren und

äußeren Kampfkünste in sich vereint und „Erlangen der Meisterschaft durch harte Arbeit“ bedeutet, beziehe ich mich hier im engeren Sinne auf die Kampfkunst der Shaolin 少林 Mönche.

Sie wurden aber schon in der Zeit der Frühlings- und Herbstannalen³ ein untrennbarer Bestandteil chinesischen Denkens und der antiken chinesischen Philosophie. Im folgenden Aufsatz werde ich diese drei Begriffe im Kontext zweier Bücher des frühen philosophischen Daoismus, *Daodejing* 道德經 und *Zhuangzi* 莊子, vorstellen und ihre Bedeutung in der Praxis der viel später entwickelten Kampfkunst des *Taiji* beleuchten.

...und ihr Ursprung

1. Das dao 道

Die Bücher *Daodejing* 道德經 und *Zhuangzi* 莊子 stammen aus der Zeit, in der der philosophische Daoismus noch lange nicht als fester Begriff seine Anwendung fand.⁴ Entstanden während der Kriegswirren der Streitenden Reiche, *zhanguo* 戰國,⁵ empfiehlt besonders das Buch *Zhuangzi* eine Weltabkehr als bewusst vollzogenen Akt, mit dem man sich von der Kultur, Moral und den sozialen Bindungen abwendet, in Abgeschiedenheit nach eigener Vervollkommnung strebt, die sich wiederum in der natürlichen Ursprünglichkeit des Seins und in der Harmonie zwischen dem Kosmos und den Menschen finden lässt. Diese *unio mystica* offenbart sich in der Versenkung des daoistischen Eremiten mittels Meditation und Körperübungen⁶ in die Urtugend⁷ – *de* 德, und den Weg⁸ – *dao*. So strebt der Eremit mit der Natur mimetisch eins zu werden und beobachtet irdische und kosmische Prozesse zum Zwecke der Erkenntnis der Ursprünglichkeit. In diesem Akt persönlicher Isolierung ist zugleich eine grundsätzliche Autoritätsferne zutiefst verwurzelt, die besonders im Buch *Zhuangzi* jeden Kompromiss mit dem politischen und gesellschaftlichen *status quo* ablehnt. Der Sinn und Zweck dieser persönlichen Absonderung besteht darin, den daoistischen Lebensstil als Teil eines universellen kosmischen Imperativs zu erfahren.⁹

Der eigentliche Grund für die Entstehung von Disharmonie, Kriegen, Hass, Unheil und Unordnung in der Welt entstand nach der daoistischen Auffassung durch die Teilung der ursprünglich untrennbaren Einheit – des *dao*.¹⁰ Diese Teilung ist die wahre Ursache für das vorherrschende Chaos. Das *Daodejing* sagt:

„道生一，一生二，二生三，三生萬物。”

„Das *dao* erzeugt die Eins, die Eins erzeugt die Zwei, die Zwei erzeugt die Drei, die Drei erzeugt zehntausend Dinge.”¹¹

Indem das Eine, die Ganzheit, das *dao* in zehntausend Dinge zerfällt, verliert es seine feste Konsistenz, die so auf alle Erscheinungen in der Welt in chaotischen Zusammenhängen verteilt wurde. Somit wurde auch die Welt, wie man sie kennt, geboren.

Im „Zeitalter der höchsten Urtugend“, *zhi de zhi shi* 至德之世,¹² wie man in *Zhuangzi* liest, war die enge Verbundenheit zwischen Menschen und der reinen Natur, *tiandi* 天地, eine Selbstverständlichkeit. Nachdem sich die Menschen sozial, politisch und kulturell entwickelt hatten, kam es zur verhängnisvollen Entfremdung von dem Ursprung und der Harmonie.¹³ Die Symbiose Mensch-Natur wurde zerstört, und es kam zum Verfall auf allen Ebenen des menschlichen Daseins. Das Erstrebenswerte wird jetzt die Wiedergewinnung der Uridylle, und dies ließe sich nach daoistischen Vorstellungen nur durch die Rückkehr in die Natur erreichen. So wenden sich Intellekt-, Moral- und

Affektlosigkeit des philosophischen Frühdaoismus gegen Alles und Jeden und zielen allein daraufhin, das „Goldene Zeitalter“, d.h. die Einheit im *dao*, wiedererstehen zu lassen.

Das *dao* lässt sich weder in Begriffe fassen noch mit Worten beschreiben. Es ist *per definitionem* unbegreiflich und unergründlich, etwas, was sich jeder Deutung und jeder Auslegung entzieht. So belehrt das *Daodejing* schon bei der ersten Zeile des ersten Kapitels:

„道可道，非常道。”¹⁴

„Das *dao*, das sich aussprechen lässt, ist nicht das wahre (ewige) *dao*.”

Des Weiteren im 56. Kapitel heißt es:

3

Die späte Zhou-Periode bezieht sich u.a. auf die Zeit der Frühlings- und Herbstannalen, *Chunqiu shidai* 春秋時代, 722–475 v. Chr.

4

Die erste Erwähnung der Schulen aus der *Zhanguo*-Zeit und somit auch des Daoismus (*daoia* 道家) liefert Sima Qian im *Shiji* um 100 v. Chr.

5

Die Zeit der Streitenden Reiche, nennt man die Periode der kämpfenden Staaten von 475 (umstritten: ev. auch 403 od. 481) bis 221 v. Chr. (bis zur Einigung des chinesischen Reiches). Diese wie auch die unmittelbar davor liegende Periode, die Zeit der Frühlings- und Herbstannalen, *chunqiu* 春秋, war eine Zeit großer Veränderungen und der Entstehung neuer Gedanken.

Die Konkurrenz zwischen den aufstrebenden Königreichen um bessere Technologien, Verwaltung und Ideen ließ Philosophie, Literatur und Wissenschaft aufblühen, ohne auf ihre autonome Entwicklung Einfluss zu nehmen. Einem freien Denken bot also gerade dieser Zeitraum ideale Entfaltungsmöglichkeiten, so dass sich die sogenannten „Hundert philosophischen Schulen“, *baijia* 百家 (u.a. Konfuzianismus *rujia* 儒家, Daoismus *daoia* 道家, Schule der Namen *mingjia* 名家, Yin-Yang Schule *yinyangjia* 陰陽家, Agrarschule *nongjia* 農家), zur Heimstätte der damaligen Intelligenz entwickeln konnten.

Karl Jaspers nennt die Periode zwischen 800 und 200 v. Chr., in der in den Kulturländern des Westens und Ostens die großen Religionsstifter und Philosophen lebten, die Achse der Weltgeschichte: „In diesem Chaos wurden die Grundkategorien hervorgebracht, in denen wir bis heute denken, und es wurden die Ansätze der Weltreligionen geschaffen, aus denen die Menschen bis heute leben.“ (Jaspers, 1955, S. 15)

6

Vergleichbar mit den heutigen Formen des *Qigong* 氣功.

7

Die Kraft des Weltgesetzes, die Kraft des *dao* in den einzelnen Dingen, Mittler zwischen dem *dao* und dem konkreten Verhalten der Dingwelt.

8

Der rechte Weg oder der Anfang und der Ursprung der Welt. Ein metaphorischer, mystischer Begriff.

9

Vgl. Roetz, 1984, S. 226ff; 1992, S. 393ff; Moritz, 1990, S. 98ff; Fung, 1966, S. 93ff; 1983, S. 170ff.

10

A Concordance to the *Laozi*, 1996, S. 100. *Daodejing*, Kapitel 42.

11

Zehntausend – *wan* 萬 stand in China für die größte mögliche Zahl. Zehntausend Dinge – *wanwu* 萬物 präsentieren somit die Gesamtheit der Dinge und der Erscheinungen in der materiellen Welt.

12

A Concordance to *Chuang Tzŭ*, 1956, 23/9/7; 25/10/29; 32/12/80.

13

Eine weitere Stelle, die den Verfall illustriert, findet sich im *Daodejing* im 18. Kapitel (A Concordance to the *Laozi*, 1996, S. 56):

„大道廢，有仁義；智慧出，有大偽；六親不和，有孝慈；國家昏亂，有忠臣。”

„Als das große *dao* verfiel, kamen Menschlichkeit und Gerechtigkeit. Als Klugheit und Intelligenz auftraten, kam die große Manipulation. Als die Verwandtschaft nicht harmonierte, kamen kindliche Pietät und Güte. Als Staat und Clan in Wirrwarr und Chaos gerieten, kamen die loyalen Untertanen.“ Zur Übersetzung vgl. Wilhelm, 1995, S. 58.

14

A Concordance to the *Laozi*, 1996, S. 1.

„知者不言，言者不知。”¹⁵

„Derjenige, der (über das *dao*) weiß redet nicht; derjenige, der (über das *dao*) redet, weiß nicht.”

Statt einer ergebnislosen Suche nach dem Ergründen und Begreifen dessen, was sich ohnehin nicht festlegen lässt,¹⁶ nachzugehen, werfe man an dieser Stelle einen Blick auf die zwei weiteren Begriffe des Daoismus: auf das *qi* und das *wuwei*.

2. Das *qi* 氣

Die Dinge samt allen Erscheinungen, existieren nicht unberührt und an sich, sondern sie entstehen in der Vereinigung und im Zusammenwirken von Gegensätzlichem, während, oder gerade deswegen, sich die Welt in ewiger Pendelbewegung¹⁷ zwischen zwei Polen befindet. Diese Pendelbewegung entsteht aus einem festen, axialen Punkt inmitten des Kreises: aus dem *dao* selbst. Ihre Antriebskraft, *qi*, ist, da dem *dao* entstammend, unerschöpflich und somit der Grundstoff der Dinge und des Lebens.¹⁸ Versteht man den einen Pol als *yang*-Pol, *yangji* 陽極, und den anderen als *yin*-Pol, *yinji* 陰極, ergeben sich folglich zwei entgegengesetzte *qi*-Kräfte: das *yang-qi*, 陽氣, und das *yin-qi*, 陰氣. Durch ihre harmonische Verbindung, *he* 和, werden alle Dinge, *wanwu* 萬物, hervorgebracht.

Wenn also mittels des dualen *qi*-Prinzips alles Seiende entsteht, so trifft es selbstverständlich auch auf den Menschen zu.

Die prägnante Formulierung über das Werden und Vergehen des Menschen findet sich im 22. Kapitel des Buches *Zhuangzi*:

„生也死之徒，死也生之始，孰知其紀！人之生，氣之聚也；聚則為生，散則為死。若死生為徒，吾又何患！故萬物一也，是其所美者為神奇，其所惡者為臭腐；臭腐復化為神奇，神奇復化為臭腐。故曰『通 天下一氣耳。』聖人故貴一。』”¹⁹

„Das Leben ist der Gefährte des Todes, und der Tod ist der Anfang des Lebens, wer versteht das Prinzip dahinter? Die menschliche Geburt ist die Sammlung vom *qi*, und diese Sammlung erweckt das Leben, wenn man sie zerstreut, kommt es zum Tode. Wenn Tod und Leben Gefährten sind, warum sollte ich mir noch Sorgen machen? Deshalb sind alle Dinge eins. Das, was man für schön hält, ist das Wundersame, und das, was man verabscheut, das Verrottende, aber das eine schlägt um in das andere (verändert sich in das andere). Deshalb sagt man: ‚Das, was die ganze Welt zusammenhält, ist ein einziges *qi*.‘ Deshalb wertschätzen die *shengren* das Eine.”²⁰

Linck²¹ erklärt den Aspekt der *qi*-Verdichtung folgendermaßen:

„Hinter dem Sammeln und Zerstreuen steht das philosophische Konzept von Fülle und Leere, die als Seinszustände von *yin-qi* und *yang-qi* aufeinander folgen und einander hervorbringen. Auf die Menschwerdung bezogen ist mit Auffüllen und Sammeln die Individuation und mit Leeren und Zerstreuen die Auflösung einer individuellen Existenz gemeint. Sammeln bedeutet aber auch Verfestigung zum Sicht- und Tastbaren, das sich im menschlichen Körper als Knochen, Muskeln und Sehnen, als Fleisch, Haut und Blut manifestiert. Dies so Gesammelte und Verdichtete steht den unsichtbaren, aber spürbaren Regungen, einschließlich der Bewusstseinsregungen, gegenüber.”

Eine der prägnantesten Beschreibungen von der Kondensierung des *qi* findet sich bei dem neokonfuzianischen Philosophen Zhang Zai 張載,²² der die stoffliche Materialisierung des *qi* mit dem Gefrieren vom Wasser vergleicht:

„氣之聚散於太虛由冰釋於，水知太虛即氣，則無無。”

„Die Verdichtung und Zerstreung von *qi* im Universum ist ähnlich der schnellen Transformation von Wasser zu Eis. Wasser im Universum ist wie das *qi*, man kann es nicht erfassen.”

Hier möchte ich noch einen weiteren Aspekt der *qi*-Lehre darstellen, den der Essenz, *jing* 精. Sie ist ein äußerst feiner Urstoff der Welt, aus dem die Einzel-
dinge durch Formgebung entstanden sind. Diese wiederum haben arteigene
Formen, durch die sie sich voneinander unterscheiden und sich fortpflanzen.²³
Jing 精 ist also die Bezeichnung für das Schöpferische in der Natur (den Sa-
men), hat eine grundsätzlich stofflich-körperliche Bedeutung und bezieht sich
auf das Feinste vom Feinen, und noch darüber hinaus auch auf die Essenz
menschlicher Bewusstseins- und Geisteskraft.²⁴ Ergänzend schreibt Granet:

„Die Wesen bestehen aus *ching* und *ch'i*,²⁵ d.h. aus Ausdünstungen und Ausstrahlungen des
Himmels, den das *ch'i* erfüllt, und der Erde, welche die nährenden Essenzen (*ching*) hervor-
bringt.“²⁶

15

A Concordance to the *Laozi*, 1996, S. 121f.

16

Im Chang (1982), S. 20 wird eine knappe und
aufschlussreiche Definition des *dao* gegeben:
„a. Das Tao wirkt als unsichtbares Wesen
auf die Welt. Es ist ein unpersönliches Sein,
denn es hat keine Gestalt und handelt nicht,
d. h. es greift nicht in Verfolgung konkreter
Zwecke in das Weltgeschehen ein. b. Das Tao
ist sich selbst Grund und Wurzel (*causa sui*).
Ausdrücklich wird betont, dass der Himmel
und die Erde, d.h. der gesamte Kosmos, vom
Tao erzeugt worden ist. Das Tao setzt die zeit-
liche und räumliche Ausdehnung des Kosmos
fest, deckt sich aber fast mit ihm und ist somit
nicht unendlich. [...] e. Das Tao kann aber
nur persönlich erlangt werden. Es ist nicht
lehrbar.“

Im 23. Kapitel des *Zhuangzi* (A Concordance
to *Chuang Tzū*, 1956, 6/23/52) liebt man über
die Unmöglichkeit der Festlegung des *dao*:

„道通，其分也。其成也毀也。所惡乎分
者，其分也以備；所以惡乎備者，其有以
備。故出而不反，見其鬼；出而得，是謂
得死。滅而有實，鬼之一也。以有形者象
無形者而定矣。“

„Das *dao* zu verstehen, ist seine Teilung.
Es zu erschaffen, ist seine Zerstörung. Das
Schlimme an Teilung ist das Verlangen nach
Vollständigkeit, das schlimme an Vollständig-
keit ist, dass sie etwas braucht, um vollständig
zu sein. Zu entspringen und nicht zurückzu-
kommen, zeugt vom Übel; zu entspringen
und nichts zu erreichen, das nennt man den
Tod erreichen. Beim Erlöschen bleibt noch
ein Samen zurück und er ist eins mit dem Ü-
beln. Den festen Halt hat derjenige, der mittels
der Form ein Abbild des Formlosen ist.“ Zur
Übersetzung vgl. Watson, 1968, S. 256; Wil-
helm, 2000, S. 246.

17

Chang, 1982, S. 83.

18

Chang, 1982, S. 33: „Grundlage monistischer
Welterklärungen im CHUANG-TZU ist die
Idee der stofflichen Gleichheit der Dinge.

Über den einheitliche Stoff, aus dem die mit
den Sinnen erfassbaren Dinge entstehen, gibt
es dabei einige ähnliche, wenn auch vonein-
ander abweichende Vorstellungen. Als Grund-
element aller Dinge gilt vor allem das *Ch'i*
氣, seltener aber auch *Ching-shen* 精神.

Das Wort *Ch'i*, das in der Alltagssprache
Luft und Ausdünstung der Natur sowie Atem,
Körperkraft, Emotion und Fluidum eines
Menschen bedeutet, wurde als Terminus zur
Bezeichnung des Grundstoffes aller Dinge
gewählt, offenbar weil die Luft die Qualität
der Feinheit, Beweglichkeit und Wandelbar-
keit besitzt und auch weil der Atem für das
Leben und die Leistungskraft des Menschen
eine entscheidende Bedeutung hat.“

19

A Concordance to *Chuang Tzū*, 1956,
57/22/10.

20

Zur Übersetzung vgl. Watson, 1968, S. 235f.
Das stete Thema war die Vorliebe für das Eine
als Gegenpol zur Vielfalt. Erst durch die polit-
tisch-historische Erfahrung der Zerrissenheit
wurde das Eine als Möglichkeit gesehen, dem
Chaos der *Zhanguo*-Zeit zu entkommen.

21

Linck, 2001, S. 35f.

22

Der Moralphilosoph und Kosmologe Zhang
Zai lebte von 1020 bis 1077 in der Zeit der
nördlichen Song-Dynastie.

23

Chang, 1982, S. 22.

24

Linck, 2001, S. 41.

25

jing 精 und *qi* 氣, hier die Wade-Giles Trans-
kription aus dem Chinesischen.

26

Granet, 1985, S. 302.

Durch das Wirken von *qi* und *jing* 精 entstehen Dinge oder Wesen, *wu* 物, in all ihrer Mannigfaltigkeit, und zwar in einer ihr eigenen spezifischen, sichtbaren Form, der Gestalt, *xing* 形, die ein Inneres, *shen* 神, schützend umfasst.²⁷

„形體保神，各有儀則，謂之性。”

„Gestalt und Körper umfassen schützend den Geist, jeder besitzt eine (ihm eigene) Erscheinung und Regel, diese nennt man eingeborene Natur.“²⁸

Shen 神 steht wiederum für Lebens- und Geisteskraft und ist eine an die Individuation gebundene, aktive und initiierende Energie, die kurz vor der Geburt in den werdenden Menschen eingeht und lebenslang bei ihm als dessen Bewusstsein und individuelle leibliche Disposition verweilt, um sich bei dessen Tod wieder zu verflüchtigen.²⁹ Nicht zuletzt sollte man das Herz, *xin* 心, erwähnen: das Denkorgan und gleichzeitig der Sitz des Bewusstseins, der Gesinnung, des Verstandes und der Gefühle.³⁰ Das Herz, *xin*, fungiert auch als „Herrscher der Gestalt (des Leibes) und Sitz des Geistes“.³¹

Jede individuelle Eigenart also ist eine komplexe Erscheinung und entspricht einer ganz bestimmten Verbindung unterschiedlicher Elemente. Das Eine wird zum anderen, und umgekehrt, alles ändert sich stets. Vor dem *qi*, dem Grundbauelement, erscheint alles gleich, da alle Dinge eine identische Materialität besitzen. In der daoistischen Vorstellung gibt es für den Menschen keine besonders prominente Stellung. Er ist nur als Teil des Kosmos existent, nicht mehr als Autor eines anthropomorphen Weltbildes. Der Mensch ist nicht das Modell, nach dem das Universum zu deuten ist, sondern nur eines seiner Teile.³²

3. Das *wuwei* 無為

Als ein weiterer Topos des frühen philosophischen Daoismus erscheint das Nichthandeln,³³ *wuwei*. Dieses Nichthandeln schließt jedoch die Passivität aus: Es handelt sich hier um das Vorhaben, nicht in den Lauf der Naturkräfte einzuwirken, sich vor jedem Eingreifen zu hüten und der Natur folgend sich ihr anzupassen. Ein wahrer Daoist „drängt sich nicht vor“, „setzt nichts in Gang“ und „wird nur initiativ, wenn es nicht anders geht“.³⁴ Er wirkt (hier passender: wirkt nicht) im Bereich des *wuwei*, der Inaktivität, und entwickelt so im Nichthandeln die lebenswichtige Kraft, seinen *modus vivendi*, die als Quell daoistischer Philosophie dient. So besagt der berühmte Satz aus dem *Daodejing* im 37. Kapitel:

„道常無為，而無不為。”³⁵

„Der ewige Dao handelt nicht, und doch nichts bleibt ungetan.“

Obwohl der Terminus *wuwei* ein Wesensmerkmal des Daoismus darstellt und seine Wurzel im Korpus des *Daodejing* liegt, beschränkt es sich genauso wie *dao* und *qi* nicht nur auf die daoistische Gedankenwelt. So findet man das *wuwei* des Weiteren in den Schriften der Legalisten sowie bei Konfuzius selbst. So wird zum Beispiel im *Lunyu* 論語 der Begriff „Polarstern“, *Beichen* 北辰, auf den regierenden Herrscher angewandt, der im und durch das Nichthandeln, genauer: das Handeln-Verschwinden-Lassen, imstande ist, seinen Staat erfolgreich zu führen:

„子曰：「為政以德，譬如北辰居其所而眾星共之。」”³⁶

„Wer die Kraft der Tugend besitzt, gleicht dem Polarstern: Der verweilt an einem Ort und alle Sterne umkreisen ihn.“

Auch im *Hanfeizi* 韩非子, einem der wichtigsten Bücher des Legalismus, *fajia* 法家, aus dem späten 3. Jahrhundert v. Ch., wird der Begriff *wuwei* im ähnlichen, staatsmännischen Sinne wie in der obigen Passage des *Lunyu* benutzt. Hanfeizi plädiert für eine Regierung, die ohne direktes Eingreifen auskommt, in der der Herrscher, einem Schatten (oder besser einem natürlichen Vorgang) gleich, die Geschehnisse in seinem Reich erfasst ohne einzuschreiten und ohne sie aktiv verändern zu wollen. Der Fürst, der an der Spitze des Reiches steht und somit sinnbildlich dem Polarstern, dem Großen Firstbalken, *Taiji* 太極,³⁷ der Himmel und Erde trennt und zugleich vereint, ähnelt, ist nur der Beobachter der Ereignisse zwischen seinen Untertanen. Und falls er doch eingreift, tut er es mit der Weisheit eines hervorragenden Strategen, die er durch das Praktizieren von *wuwei* erlangt hat.³⁸

Das *wuwei* wird nur dann erreicht, wenn man sein innerstes Wesen den Naturgesetzen anpasst und die natürliche Ordnung der Dinge achtet. Dabei geht man nach dem Prinzip des geringsten Widerstandes vor: Einer Kraft wird nicht eine andere, konträre Kraft entgegengesetzt, sondern diese wird nur durch das Nachgeben, das Nichthandeln, entkräftet. Ähnlich verhält es sich aus der Sicht der Daoisten mit der Zivilisation der Menschen: Die sinnwidrigen Versuche, die Dinge zu verbessern, bewirken eben das Gegenteil, weil man gegen ihre Natur wirkt und somit die Welt ins Chaos führt. Deshalb ist es ratsam, sich in *wuwei* zu üben, nicht zu handeln, denn handelndes Gestalten ist einem gewaltsamen Eingreifen gleich. Wer daran festhält, scheitert.

Im *Zhuangzi* sind der Himmel, die Erde und die ganze Natur von sich aus inaktiv, *wuwei*, und erst im Treffpunkt der jeweiligen Handlungsenthaltungen entsteht die Wandlung aller Dinge, *wuhua* 物化.

27

Linck, 2001, S. 39.

28

A Concordance to *Chuang Tzū*, 1956, 30/12/39.

29

Linck, 2001, S. 41.

30

Roetz, 1984, S. 261: „In der begrifflichen Mehrdeutigkeit des ‚Herzens‘ spiegelt sich aber nicht einfach ein terminologisches Defizit, sondern dialektisch die ganze Wirrnis des Zerfallsprozesses der Ursprünglichkeit und Einheit selber.“

31

Das Buch *Xunzi*, 21. Kapitel (A Concordance to the *Xunzi*, 1996, 21/104/10): „心者, 形之君而神明之主也.“ Vgl. Chang, 1982, S. 69, Anm. 2. Roetz, 1984, S. 276, Anm. 2, weist auf einen anderen Aspekt des *shen* und *xin* im Buch *Zhuangzi* hin: „Shen‘ 神 (das an einigen Stellen auch für die alten ‚Götter‘ steht) bezeichnet im ZHUANGZI meist den Geist in seiner Befähigung zur mystischen Erkenntnis. Im Gegensatz zu ‚Xin‘ 心 (Herz = Denken) ist ‚Shen‘ 神 (...) durchweg positiv oder zumindest neutral gebraucht. Es steht über dem mehr diskursiven ‚Denken‘ 心, das in der Mystik abzuschalten ist (...) ‚Xin‘ und ‚Shen‘

sind im ZHUANGZI aber nicht durchgängig klar unterschieden und gelegentlich auch synonym verwandt.“

32

Vgl. Schleichert, 1990, S. 184.

33

Gassmann, 1997, S. 475, definiert *wu* 無 als Verb, dessen sich das Subjekt bedient, um das Objekt verschwinden zu lassen und *wei* 為 als Nomen „Handeln“. In diesem Zusammenhang übersetzt Gassmann also *wuwei* mit „das Handeln verschwinden lassen“. ³⁴

Vgl. Roetz, 1984, S. 277.

35

A Concordance to the *Laozi*, 1996, S. 96. *Daodejing*, Kapitel 37.

36

Lunyu 2:1.

37

Für eine etymologische Erklärung des Begriffs *Taiji* 太極 siehe unten.

38

Vgl. Schleichert, 1990, S. 255–258.

„天無為以之清，地無為以之寧，故兩無為相合，萬物皆化。 (...) 萬物職職，皆從無為殖。”³⁹

„Der Himmel ist inaktiv und hat dadurch seine Klarheit. Die Erde ist inaktiv und hat dadurch ihre Ruhe. Durch die Verbindung der beiden Inaktivitäten wandeln sich alle Dinge. (...) Die Dinge existieren in Massen, und sie vermehren sich alle infolge der Inaktivität (von Himmel und Erde).”

Dieser Prozess der Transformation aller Dinge zeichnet ihre eingeborene Natur, *xing* 性, also ihre tatsächliche Verfassung aus. Auf sie, sowie auf die Gesetzmäßigkeiten, *chang* 常, (Wechsel von Tag und Nacht, Leben und Tod, der Jahreszeiten usw.), die vom Himmel kommen, hat der Mensch wiederum keinen Einfluss.

Sich eines der Natur entgegenwirkenden Handelns zu enthalten, sich in einer kreativen Inaktivität und somit in einem Geschehenlassen zu befinden, bedeutet konkret, dass man auf die Kraft des Gegners nicht mit einer konträren Kraft reagieren darf, sondern sie im (Nicht)Akt des *wuwei* für sich umzuwandeln und zu nutzen versucht. Solch ein Verhalten mündet in Widerstands- und Gewaltlosigkeit, die auch zentrale Merkmale der Kampfkunst *Taiji* 太極 darstellen.

Taiji 太極 – eine Kampfkunst ohne Kampf

Der Begriff

Was bedeutet nun das Wort ‚*taiji*‘, und wie wird es im terminologischen Gebäude des Antikchinesischen bestimmt? Das letzte Teil des Schriftzeichens – *ji* 極 – bezeichnet ursprünglich wohl den Firstbalken eines Daches und somit den höchsten Punkt eines Gebäudes, der zugleich dessen statisches Zentrum ist. In Ableitung bedeutet *ji* dann auch Höchstes, Äußerstes, Grenze, das ‚Erreichen eines äußersten Punktes‘ sowie Pol oder Achse. Das erste Teil des Schriftzeichens – *tai* 太 – ist eine Variante von *da* 大, „groß“, und kann zur Steigerung einem Wort vorangestellt werden, so dass man *taiji* etwa als „Allerhöchstes“ übersetzen könnte.⁴⁰ Von da aus gelangt man zu den anderen Übertragungen wie: „Das große Äußerste“, „Der große Firstbalken“, „Die Achse des Himmels“, „Der Angelpunkt des Himmels“, „Das höchste Letzte“ oder der Polarstern.

Die Kampfkunst

Die Kampfkunst *Taiji* gehört zu den inneren Richtungen und Praktiken, *neijia* 內家, die sich aus dem philosophischen Gedankengut des Daoismus herausgebildet haben. Um ihren Begründer, den Meister Zhang Sanfeng 张三丰, der im 12. oder 13. Jahrhundert gelebt haben soll, ranken sich viele Legenden und Spekulationen. So schließt auch ein Klärungsversuch von Anna Seidel, dem Leben und Werk Zhangs einen realen Unterbau zu geben, mit den folgenden Worten:

„His biographies and legends lack even the faintest allusion to his being a boxing master... We know next to nothing about Chang San-Feng's historical existence and his thought.”⁴¹

Obwohl sich die historischen Ursprünge des *Taiji* nicht belegen lassen, wird Meister Zhang Sanfeng bis heute als derjenige gesehen, der das *Taiji* als innere Kampfkunst, *neijia*, postuliert hatte.⁴² Eine Legende besagt, im Schlaf hätte er das Wesen der inneren Kampfkünste erkannt. Nach einer anderen Legende

war er Zeuge eines Kampfes zwischen Schlange und Kranich. Er bewunderte die geschickte Strategie der Kampf- und Verteidigungsbewegungen beider Tiere und entwickelte nach ihrem Vorbild und entsprechend der daoistischen Grundgedanken (u.a. des *qi*, *wuwei* sowie *yin* und *yang* 陰陽) die 13 grundsätzlichen Bewegungsmuster der Verteidigung und des Angriffs. Daraus ging die erste Schule mit den Prinzipien Sanftheit und *wuwei* sowie der optimalen Koordination aller Körperteile in Verbindung mit dem *qi* hervor. Der neue Stil verbreitete sich schnell, spaltete sich in verschiedene Zweige auf und erhielt dann den umfassenden Namen nach dem Aufenthaltsort des Meisters – *Wudang-Pai* 武黨派 – die Schule der Wudang Berge.⁴³

Im Gegensatz zu den Grundlagen der *wajia* 外家, der äußeren Richtung, die in der Kräftigung der Muskeln und Knochen, der Regulation der Atmung, der Vereinigung von Sanftheit und Härte und im Übergang vom Zurückweichen zum Angriff bestehen, ist das wesentliche Merkmal der inneren Richtung des *Taiji* die Steuerung und gezielte Führung der auf das *qi* gerichteten Achtsamkeit. Das Prinzip des „weichen Kämpfens“ mit innerer Kraft basiert auf der Anwendung des *wuwei* und so der strategischen Ausnutzung der Fehler des Gegners. Die theoretischen Schriften der *neijia* betonen die Führung des *qi* durch die Vorstellungskraft *yi* 意, die sich wiederum in der Anballung der physischen Energie *li* 力 niederschlägt.⁴⁴ So entsteht folgende Konstellation:

Vorstellungskraft *yi* 意 → *qi* 氣 → Körperkraft *li* 力

Die Grundprinzipien sind allen Schulen des *Taiji* gemeinsam: So viele unterschiedliche Formen oder Bewegungsabläufe verschiedene Stile auch aufweisen, sie zeigen sich in der Achtung ihrer Prinzipien als Angehörige der gleichen Familie von Kampfkünsten. Die genaue Koordination und Choreographie in der Ausführung der Techniken des Kampfes und das präzise Speichern der Bewegungsabläufe sind wesentliche Merkmale der Praxis. Abgerundete Bewegungen in einem ununterbrochenen Fluss einander entgegenwirkender Kräfte von *yin* und *yang* regen auch das stete Fließen des *qi* durch den Körper an, und zwar dann, wenn es durch *wuwei* zustande kommt. Die Existenz von *yin* und *yang* besteht gerade in ihrer Entsprechung und ihrem Gegensatz zugleich: in der Wandlung vom einen zum anderen und in ihrer Vereinigung im gegenseitigen Zusammenwirken. Die mittels der Übungen in Körper und Geist vereinigten Gegensätze sollen dazu führen, dass der Mensch die Weichheit eines Säuglings, die Stärke eines Holzfällers und die Weisheit eines alten Mannes erlangt.

Durch das Praktizieren der Form werden nicht nur die Abwehr- und Angriffstechniken der Kampfkunst erlernt, sondern es wird dem Übenden auch ein Weg eröffnet, sich seine eigene Welt in ihrer unüberschaubaren Mannigfaltigkeit immer wieder aufs Neue zu erschaffen. Er wird zum Schöpfer des eigenen Universums, in dem sich die Harmonie zwischen dem Äußeren und Inneren, der Bewegung und Ruhe sowie der Sanftheit und Härte als Konkretion des Großen Einen, *taiyi* 太一, oder des *Taiji* ereignet. Dabei sind Entspan-

39
A Concordance to *Chuang Tzū*, 1956, 46/18/12; Übersetzung Roetz, 1984, S. 244f.

40
Leibold, 2002, S. 333f.

41
Seidel, 1970, S. 531.

42
Song, 1998, S. 50f.

43
<http://www.wudang-taijiquan.de/>; zuletzt gesichtet am 20. Juni 2009.

44
Dolin, 1999, S. 128.

nung des Körpers, die meditative Sammlung des Geistes und das Loslassen die wichtigsten Prädispositionen für eine vollendete Ausführung der Form. Auf längere Sicht führen sie zu Gelassenheit und schließlich zu Gleichmut, einem Zustand des Geistes, in dem die Trennung zwischen „Ich“ und den „Anderen“ aufgehoben wird. Somit reicht das Praktizieren von *Taiji* weit über die Übung einer Kampf- und Verteidigungskunst hinaus und wird zu einer Meditationsform, für die sich das Prädikat „Kampf“ erübrigt: Eine ursprüngliche Kampfkunst, die nun auch ohne Kampf Körper und Geist kultiviert und auf diese Art und Weise obsiegt.

Auf dieser Ebene der *Taiji*-Praxis ist es nötig, die Einheit aller Dinge in ihrer Gegensätzlichkeit zu begreifen. Das bedeutet nicht mehr und nicht weniger als das *dao* zu erkennen. Dies ist nur denjenigen vorbehalten, die ihren Weg vollendet haben und im *dao* angekommen sind. Sie verstehen die Wandlungen der Welt der Dinge und sind in ihrem Gleichmut und ihrer Gelassenheit furchtlos. Sie haben die Erfahrung der Erkenntnis gemacht: Die unzähligen Transformationen haben kein Ende.

Auf einer zweiten, transzendenten Ebene findet sich hier die mystische Verschmelzung des Individuums mit dem *dao*. Sie birgt in sich unausweichlich die Auslöschung individueller Identität. Durch dieses Verschwinden bestimmbarer (persönlicher) Eigenschaften verlieren sowie das Leben als auch der Tod an Bedeutung. Man kann auch sagen: Wo keine Identität, kein Selbst mehr existiert, sind das Leben, der Tod und auch jede andere Wandlungseinheit nicht mehr vorhanden. Die Seinszustände werden somit aufgehoben, wie alles andere auch. Diese Erfahrung ist allerdings dem individuellen Bewusstsein unerreichbar, es steht ihm geradezu entgegen:

„Dieses ‚Ich‘, das in einem individuellen Körper beheimatet ist, muss zu einer geschlossenen Ganzheit gemacht werden, die nicht mehr individuell ist, die keine Umwelt mehr hat (beziehungsweise noch nicht hat), die keine anderen Ichs, keine anderen Körper, keine anderen Dus, an denen sie sich nur reiben würde, neben sich hat. (...) Ein Individuum muss sich in eine Geschehenseinheit verwandeln. Diese Geschehenseinheit enthält dann alle Potenzen, alle Vielheit und Verschiedenheiten, alle Bestimmtheiten, alle verschiedenen „Ichs“ in sich und hat kein Außen mehr, keine individuelle Eigenschaft. (...) Der Körper hat sich zum ganzen Kosmos gemacht.“⁴⁵

Nur in dieser Singularität des Seins (oder des Nicht-Seins), in der keine Vergangenheit, keine Gegenwart, kein Leben, kein Tod, kein Wachen, kein Traum, kein Ich und kein Du mehr vorhanden sind, ist es möglich, sich dem Wandel und gleichzeitig der Unabdingbarkeit eigener Sterblichkeit zu entziehen. Der Axialpunkt des *dao* ist somit erreicht, ein Punkt inmitten des Kreises der Dinge, der unberührt bleibt, während sich um ihn herum die Dinge und Wandlungszustände unentwegt drehen.

Literaturangaben

Konkordanzen

A Concordance to the *Analects* of Confucius. 論語引得 (1966), Harvard-Yenching Institute – Sinological Index Series, Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.

A Concordance to *Chuang Tzū*. 莊子引得 (1956), Harvard-Yenching Institute – Sinological Index Series, Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.

A Concordance to the *Laozi*. 老子逐字索引 (1996), The Chinese University of Hong Kong, Institute of Chinese Studies: The Commercial Press.

A Concordance to the *Xunzi*. 荀子逐字索引 (1996), The Chinese University of Hong Kong, Institute of Chinese Studies: The Commercial Press.

Übersetzungen

Watson, Burton (1968) *The Complete Works of Chuang Tzu*, New York: Columbia University Press.

Wilhelm, Richard (1995) *Laotse. Tao Te King*, München: dtv, Beck.

Wilhelm, Richard (2000) *Dschuang Dsi. Das wahre Buch vom südlichen Blütenland*, München: Diederichs.

Zhuangzi; Mair, Victor H.; Schuhmacher, Stephan (1998) *Zhuangzi. Das klassische Buch daoistischer Weisheit; erstmals in vollständiger Übersetzung*, Frankfurt am Main: Krüger.

Sekundärliteratur

Chang, Tsung-Tung (1982) *Metaphysik, Erkenntnis und praktische Philosophie im Chuang-Tzu. Zur Neu-Interpretation und systematischen Darstellung der klassischen chinesischen Philosophie*, Frankfurt a.M: Klostermann.

Dolin, Aleksandr A.; Pickenhain, Lothar (1999) *Kempo. Die Kunst des Kampfes*, Frechen: Komet (Ostasiatische Kampfsportarten).

Feng, Youlan (1966) *A Short History of Chinese Philosophy*, New York – London: Free-press, Collier Macmillan.

Feng, Youlan; Bodde, Derk (1983) *A History of Chinese Philosophy*, Princeton: Princeton University Press (Princeton paperbacks).

Gassmann, Robert H. (1997) *Grundstrukturen der antikchinesischen Syntax. Eine erklärende Grammatik*, Bern: Lang (Schweizer asiatische Studien Monographien, 26).

Granet, Marcel; Franke, Herbert (2004) *Das chinesische Denken. Inhalt, Form, Charakter*. 1. Aufl., [7. Nachdr.], Frankfurt am Main.

Jaspers, Karl (1955) *Vom Ursprung und Ziel der Geschichte*, Frankfurt a/M: Fischer Verlag.

Leibold, Michael (2002) *Taiji: Ein transzendentaler Begriff der konfuzianistischen Philosophie?*, in: Schrader, Goedert, Scherbel (Hrg.): *Perspektiven der Philosophie. Neues Jahrbuch 2002 [Volume / Band 28]*, Amsterdam – New York: Rodopi.

Linck, Gudula (2001) *Yin und Yang. Auf der Suche nach Ganzheit im chinesischen Denken. Orig.-Ausg., 2. Aufl.* München: Beck (Beck'sche Reihe, 1323).

Möller, Hans-Georg (2001) *In der Mitte des Kreises. Daoistisches Denken, Orig.-Ausg., 1. Aufl.* Frankfurt am Main u.a.: Insel-Verl. (Insel-Taschenbuch, 2759).

Moritz, Ralf (1990) *Die Philosophie im alten China*, Berlin: Dt. Verl. der Wiss.

Roetz, Heiner (1984) *Mensch und Natur im alten China. Zum Subjekt-Objekt-Gegensatz in der klassischen chinesischen Philosophie; zogl. e. Kritik d. Klischees vom chinesischen Universalismus*, Frankfurt am Main: Lang (Europäische Hochschulschriften. Reihe 20. Philosophie, 136).

Roetz, Heiner (1992): *Die chinesische Ethik der Achsenzeit. Eine Rekonstruktion unter dem Aspekt des Durchbruchs zu postkonventionellem Denken*, 1. Aufl. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Roetz, Heiner (2006): *Konfuzius, Orig.-Ausg., 3., überarb. und erw. Aufl.* München: Beck (Beck'sche Reihe Denker, 529).

Schleichert, Hubert (1990): *Klassische chinesische Philosophie. Eine Einführung., 2., vollkommen neu bearb. Aufl.* Frankfurt am Main: Klostermann.

Seidel Anna (1970): *A Taoist Immortal of the Ming Dynasty*, in: Barry, W. T. (Hrsg.): *Self and Society in Ming Thought*, New York: Columbia University Press, S. 483–531.

Song, Z. J. (1998): *T'ai-Chi Ch'üan. Die Grundlagen*, München: Piper.

Trauzettel, Rolf (2002): Der Tod in der Chinesischen Mystik, in: Assmann, Jan; Trauzettel, Rolf (Hg.): Tod, Jenseits und Identität. Perspektiven einer kulturwissenschaftlichen Thematologie, Orig.-Ausg. Freiburg: Alber, S. 277–290.

Zhang Zai (1989): Zhengmeng, in: Xingli da quan, 4. Volume, Kongzi wenhua da quan, Hu Guang (Hg.), Jinan: Shandong youyi shushe.

URL

<http://www.wudang-taijiquan.de/>; zuletzt gesichtet am 20. Juni 2009.

Tania Becker

Savitljiv poput novorođenčeta, snažan poput drvosejke i staložen poput mudraca

Primjena filozofije klasičnog daoizma u principima Taijia

Sažetak

Taiji – šport, meditacija, borbena vještina (wushu), očuvanje zdravlja, put prosvjetljenja i filozofija života – jedan je od najpoznatijih znakova raspoznavanja kineskog daoizma. Predstojeći članak želi osvijetliti utjecaj pojmova klasičnog filozofskog daoizma, kao što su dao (put), qi (životna energija) i wuwei (neaktivnost), te njihovu primjenu u principima Taijia kakav se prakticira danas u cijelome svijetu.

Izrasli iz tradicije ranog daoizma (ca. 4–3. st. prije naše ere) ti su pojmovi srž njegovih osnovnih knjiga (Daodejing, Zhuangzi), te služe kao građevni elementi daoističke filozofije, koja je, iako tokom tisućljeća izložena velikim povijesnim promjenama i religijskim utjecajima, uspjela očuvati svoju autohtonost upravo zahvaljujući primjeni tih aksioma.

Redovito vježbanje Taijia sa ciljem mens sana in corpore sano i uvažavanje pravila principa dao, qi i wuwei neposredno rezultiraju savitljivošću, snagom i staloženošću tijela i duha, te vode tako u više oblasti svijesti u kojima je moguće postići jedinstvo fizičke i mentalne savršenosti. Time »sport« Taiji dobiva svoju cjelovitu, transcendentnu dimenziju.

Ključne riječi

Taiji, daoizam, dao (put), qi (životna energija), wuwei (neaktivnost)

Tania Becker

Supple Like a Newborn Child, Strong Like a Lumberjack and Composed Like a Wise Man

Application of Classical Daoism Philosophy in Taiji Principles

Abstract

Taiji – sport, meditation, martial art (wushu), health preservation, way of enlightenment and philosophy of life – is one the best-known signs for recognizing Chinese Daoism. The following article wishes to explain the influence of classical philosophical Taoism notions such as dao (way), qi (life force) and wuwei (inactivity) and their application on Taiji principles practiced today world wide.

Arising from tradition of an early Daoism (4th – 3rd century BC) those notions are the core of its fundamental books (Daodejing, Zhuangzi) and forming material of Daoistic philosophy, which has managed, despite its exposure to great historical changes and religious influences during the thousands of years, to preserve its autonomy owing to the application of those axioms.

Regularly practicing Taiji with the aim of mens sana in corpore sano and appreciating the rules of principles dao, qi and wuwei directly result in suppleness, strength and composure of body and spirit and carries us to higher levels of consciousness in which we are able to achieve the unity of physical and mental perfection. In this manner Taiji as "sport" gains its complete, transcendent dimension.

Key words

Taiji, Daoism, dao (way), qi (life force), wuwei (inactivity)

Tania Becker

Souple tel un nouveau-né, fort tel un bûcheron
et pondéré tel un sage

L'application de la philosophie du daoïsme classique dans les principes de Taiji

Résumé

Taiji – sport, méditation, art martial (wushu), préservation de la santé, philosophie de vie et voie de l'illumination – est l'une des caractéristiques du daoïsme chinois les plus connues. Cet article cherche à saisir la portée des notions daoïstes classiques, telles que dao (chemin), qi (énergie vitale) et wuwei (inactivité), ainsi que leur mise en application dans les principes de Taiji tel que pratiqué aujourd'hui à travers le monde entier.

Issues de la première génération du daoïsme (environ IV^e ou III^e siècle avant Jésus-Christ), ces notions représentent le point central de ses écrits fondateurs (Daodejing, Zhuangzi) et constituent les bases de la philosophie daoïste qui a réussi à préserver son authenticité, malgré de nombreuses évolutions historiques et influences religieuses pendant mille ans, justement grâce à l'application de ces axiomes.

Une pratique régulière de Taiji, avec pour but *mens sana in corpore sano*, et le respect des principes de dao, qi et wuwei, conduisent à la souplesse, la force et la pondération de l'esprit et du corps, puis mènent vers des niveaux de conscience plus élevés où il est possible d'atteindre l'unité de la perfection physique et mentale. C'est ainsi que le « sport » Taiji revêt sa dimension intégrale et transcendante.

Mots-clés

Taiji, daoïsme, dao (chemin), qi (énergie vitale), wuwei (inactivité)