

Taiji-Meisterinnen

Interview mit Hella Ebel

Von Gabriele Bühler



In den chinesischen Kampfkünsten sind die weiblichen Stars eher eine Rarität. Im letzten Magazin begannen wir damit, eine chinesische Meisterin zu porträtieren. Diesmal stellen wir mit Hella Ebel eine deutsche Taiji-Koryphäe vor. Sie leitet die Tai-Chi-Schule in Osnabrück, bildet seit vielen Jahren LehrerInnen aus und gibt Workshops in Europa und Asien. Sie begann ihre eigene Taijiquan-Ausbildung Ende der siebziger Jahre bei Petra und Toyo Kobayashi. Heute lehrt sie in der Tradition des Meisters Huang Sheng Shyan und gehört zum inneren Schülerkreis von Wee Kee Jin, einem der Nachfolger von Meister Huang. Gabriele Bühler (GB) befragte Hella (HE) zu ihrer Taiji-„Kariere“.

GB: Lass uns mit dem Begriff Meister oder Meisterin beginnen. In Deutschland werden Lehrer häufig als Meister bezeichnet, sie sind aber weder ausgezeichnet noch ernannt worden. Was macht für dich einen Meister oder eine Meisterin aus? Was muss man dafür tun, Meisterin zu werden? Wer kann einen solchen Titel verleihen. Hast du einen solchen Titel?

HE: Mein Lehrer (Wee Kee Jin) bezeichnet sich selbst nicht als Meister, wobei ich sage, er ist ein großer Meister. Ich glaube im chinesischen Denken hat der Begriff Meister etwas Vollkommenes, Fertiges. Deshalb bezeichnet man sich in der Tradition nicht gern als MeisterIn aus Angst stehen zu bleiben. Im westlichen Denken ist es leichter, sich als Meister zu bezeichnen. Ich sehe mich als Meisterin, die weiter verfeinert. Nach meinem Verständnis hat ein Meister das ganze System gelernt und entwickelt es weiter.

GB: Wie ist es mit dem Begriff innere Schüler oder Schülerin? Ist das mit dem Begriff MeisterIn verknüpft?

HE: Ich bin innere Schülerin von Wee Kee Jin. Normalerweise war ein Meister innerer Schüler eines Meisters. Ich habe Leute, die seit 25 Jahren bei mir trainieren, die würde ich als innere Schüler bezeichnen oder auch viele meiner Ausbildungsteilnehmer.

GB: Wie kamst du zur Kampfkunst? Wann war das und wie alt warst du damals?

HE: Ich war Mitte zwanzig. Ich war am Suchen und probierte in Richtung Meditation und Körperarbeit vieles aus, auch Bewegungsmeditationen. In dieser Zeit bekam ich während einer Rebirthing-Session – eine Form von Atemarbeit – die Botschaft, etwas mit Bewegung zu machen. Ich war frisch nach Köln gezogen und fand in meiner Nachbarschaft ein Faltblatt, das Taiji anbot. Das hat mich angesprochen. Ich wusste von der ersten Stunde an, das ist meine Sache und habe das intensiv geübt. Das war damals Peking-Stil. Der Lehrer war gut und es hat mir viel Spaß gemacht.

GB: Wie ging es dann weiter?

HE: Ich war nicht sehr lange bei ihm, weil ich dann nach Osnabrück zog und dort zunächst verzweifelt einen Lehrer suchte.



Es gab hier kaum Lehrer, deshalb schaute ich mich auch in der Taiji-Szene außerhalb von Osnabrück um. So geriet ich an Schüler von Toyo und Petra Kobayashi und wurde selbst Kobayashi-Schülerin, 12 Jahre lang!

GB: Was war dein erster Eindruck vom Taiji?

HE: Es kommt etwas ins Fließen und ich glaube, mich hat auch die Taiji-Haltung, respektive die Beckenhaltung, körperlich sehr angesprochen. Das hat mir einfach sehr gutgetan. Mein Rücken mochte das sofort, meine Hüfte auch. Ich hatte das Gefühl – wie die Chinesen das ausdrücken – das Qi fließt und es gibt mir Kraft und Ruhe zugleich.

GB: Wie war es angesehen, wenn man Taiji gemacht hat?

HE: Es war schon ein etwas exotisch. Wenn ich draußen geübt habe, gab es manchmal merkwürdige Begegnungen. Aber dann wurde es relativ schnell zum Trend. Es kam die Phase, in der jeder Taiji lernen wollte. Aber es gab zu wenig Lehrer. Deshalb habe ich sehr früh schon angefangen zu unterrichten, obwohl ich selber erst zweieinhalb Jahre dabei war. Einfach weil es kaum Lehrer gab.

GB: Wurde damals anders unterrichtet als heute?

HE: Ja, das hat sich sehr unterschieden. Toyo Kobayashi zum Beispiel hat in den ersten Jahren einfach nur die Form vorgegeben und wir haben die Bewegungen

kopiert. Es gab wenig Erklärungen in einfachem Englisch, und viel Schauen, Beobachten und körperlich Nachmachen. Das hatte auch was. Man kam sehr ins Fühlen, sehr schnell auf diese körperliche Ebene. Heute wird viel mehr erklärt, das macht es schon viel leichter.

GB: Und wie war das Angebot überhaupt? Gab es nur die Peking-Form?

HE: Nein, es gab auch Yang-Stil in vielen Variationen. Der Zheng Manqing Stil war z. B. sehr verbreitet. Ich hatte mich ja auch umgestellt auf die Zheng Manqing Form der Kobayashis. Chen-Stil gab es damals nicht so viel, aber Yang-Stil war bekannt.

GB: Wie ging es dann weiter mit deiner Taiji-Karriere. Du hast dann irgendwann deine eigene Schule gegründet, hast Wee Kee Jin kennengelernt, bist heute Lehrerin, Ausbilderin, wie kam das alles?

HE: Ich hatte lange Zeit eine gute Kooperation mit der Volkshochschule hier. Ich hatte praktisch meine Taiji-Schule in der Volkshochschule. Da war es immer schwierig gute Räume zu finden. Auf einmal war da ein Angebot, geeignete und bezahlbare Räume zu mieten. Gleichzeitig fühlte ich mich reif dafür diese Verantwortung zu übernehmen. Das war der Beginn meiner eigenen Schule.

Wie kam ich zu Wee Kee Jin? Ich hatte mich schon immer, auch während der Kobayashi Zeit, viel umgesehen, war bei Ben Lo, bei William Chen und anderen Meis-

tern. Ich hatte aber immer das Gefühl, dass ich bereits einen guten Lehrer für das Taiji habe. Die Hamburger Frei-Push-Szene hat mich damals auch sehr interessiert. In Hamburg kam es 1992 zum ersten Kontakt mit Patrick Kelly und da dachte ich: „Oh das ist ein ganz interessantes System.“ Eine Münchener Freundin förderte meine Neugier. „Komm doch mal nach München, da ist Wee Kee Jin, du musst ihn kennenlernen“, meinte sie. Ich glaube, es war 1994, Wee Kee Jin kam damals mit Yek Sing Ong zusammen nach Deutschland. Und ich war so beeindruckt, vor allem auch von der Art, dass egal, ob man die Form macht, die Lockerungsübungen oder Pushing Hands, dass man sich immer nach den Taiji-Prinzipien bewegt und dass man das, was man in der Form übt, in die Partnerarbeit mitnimmt. Und, dass wir es auch konsequent immer weiter ins Freie Pushen bringen. Ich war so begeistert, dass ich Wee Kee Jin gleich fragte, ob er nach Osnabrück kommen wolle. Er wollte. „Wir kommen. Kein Problem. Und wir wohnen dann bei dir“, sagte er noch.

GB: Das heißt, du bist dann in diese Schule eingestiegen und dortgeblieben?
HE: Ja, das war am Anfang nicht leicht, mich umzustellen. Meine Schüler wollten mich lynchen: „Was, wir sollen von vorne anfangen?“ Obwohl es auch die Zheng Manqing Form war, musste ich komplett von vorne anfangen.



GB: Das heißt neben Jin gab es bei dir nicht viele andere Lehrer über diesen langen Zeitraum?
HE: Nein. Gut, ich habe mir immer wieder mal andere Lehrer angeschaut. Ich war bei Feng Zhi Qiang, einem Chen-Stil-Lehrer. Ich habe mich schon immer mal wieder umgeschaut und hatte viel Austausch. In den Jahren 2005, 2010 und 2017 war ich mit Wee Kee Jin zum Beispiel in einigen Huang-Schulen in Malaysia und China. Ich war lange bei Patrick Kelly, viele Jahre habe ich bei beiden gelernt. Auch Tony Ward war wichtig. Ich habe einiges von ihm gelernt und Workshops mit ihm organisiert. Durch diese drei sehr unterschiedlichen Lehrer konnte ich ein besseres Verständnis des Huang-Systems entwickeln.

GB: Außerdem hast du ja auch aquatische Körperarbeit gemacht und bist auch noch Goldschmiedin. Wie geht das alles zusammen?
HE: (Lacht) Also, am Werk Tisch sitze ich kaum noch, nur noch ab und zu. Aber aquatische Körperarbeit ist Taiji im Wasser. Im Wasser lässt jeder los. Warmes Wasser, Hauttemperatur, 35° und da entspannt jeder. Ich liebe diese Arbeit. ...

GB: Wie kam es, dass Taiji dein erstes Standbein wurde?
HE: Ich musste mich einfach entscheiden. Ich hatte ja immer einen kleinen Laden, ein kleines Atelier. Früher in einem Kunsthandwerkerhaus, nachher alleine. Es wurde für mich immer schwerer, die Öffnungszeiten einzuhalten, weil ich ja auch unterrichtete. Das war eigentlich der Hauptgrund. Da habe ich mich für das „goldene Handwerk“ Taiji entschieden.

GB: Hat es oder spielt es heute noch eine Rolle, dass du eine Frau bist? Wie war oder ist es als Frau in der Männerdomäne Kampfkunst?
HE: Wo ich es hauptsächlich merke, ist beim Pushing Hands. Ich glaube, für Männer in meiner Generation ist es immer noch schwer, von Frauen zu lernen. Die Jüngeren haben damit weniger Probleme. Wenn ich heute auf einem Push Hands Treffen unterrichte, hat es sich aber, zum

Positiven entwickelt, vielleicht weil der Stil bekannter wurde, vielleicht auch, weil ich bekannter wurde. Mittlerweile habe ich das Gefühl, es spielt keine Rolle mehr. Aber in den ersten Jahren gab es schon das Bild: Gut Pushen können nur Männer. Man sah ja auch meist Demonstrationen, die ein Mann mit einem Mann vorführte. Dieses Bild – muss ich zugeben – hatte ich auch und konnte sogar bei mir beobachten, dass, wenn ich was zeigen wollte, mir einen Mann aussuchte, statt einer Frau. Aber ich glaube, es hat sich mittlerweile sehr angeglichen.

GB: Wer waren deine wichtigsten Lehrer oder Lehrerinnen?
HE: Wee Kee Jin, Patrick Kelly, Toyo und Petra Kobayashi und Ben Lo, der war auch wichtig.

GB: Wer sind oder waren deine Vorbilder? Gibt es auch weibliche Vorbilder?
HE: Wen ich gefunden habe als weibliches Vorbild, ist Wu Ying-hua, die Frau von Ma Yueliang und die Tochter des Wu-Stil Begründers. Von der habe ich mal ein Video gesehen, wie sie pusht, unspektakulär, einfach, schlicht, aber man sieht, sie pusht mit innerer entspannter Kraft. Vielleicht ist es so, dass die Frauen nicht so spektakulär die Leute durch die Gegend werfen.

GB: Du unterrichtest seit mehr als 30 Jahren, welches Ansehen genießt du als Taiji-Lehrerin in Deutschland? Hat sich das im Laufe der Jahre verändert?
HE: Ja, es hat sich sehr verändert. Anfangs sagten zum Beispiel meine Geschwister: „Was macht sie denn jetzt schon wieder, Taiji unterrichten. Was ist das denn?“ Mittlerweile sind sie stolz, „Ah toll und eine schöne Website und ...“ (lacht) Und Taiji ist natürlich jetzt anerkannt, als Gesundheitstraining als Prävention, das hat sich schon sehr verändert. Anfangs war es etwas Exotisches, Ungewöhnliches.

GB: Wie nimmst du das wahr, ist es so, dass viele Frauen in die Kurse kommen, aber nur wenige erfolgreiche Lehrerinnen werden?
HE: Ja, das nehme ich sehr stark wahr, auch in meiner Schule. In den Anfänger-

kursen habe ich mehr Frauen und im Qi-gong. Aber in den Fortgeschrittenenkursen habe ich viel mehr Männer, auch in der Ausbildung.

GB: Und was glaubst du woran das liegt?

HE: Ich denke, dass die Frauen eher in die Breite und die Männer eher in die Tiefe gehen. Also, dass Frauen eher gucken, ach, jetzt probiere ich noch mal Shiatsu, Qi-gong und Yoga gibt es ja auch noch. Sie probieren aus, während die Männer, wenn die was gefunden haben und es für sie interessant ist, eher sagen, ok das mache ich und bleibe dabei.

GB: Wie kam es, dass du so viel reist und Wee Kee Jin auf seinen Lehrgängen begleitest?

HE: Ja, ich reise gerne. Ich war vierzehn Mal in Neuseeland. Es war einfach immer eine super Chance, vier bis fünf Wochen am Stück zu trainieren. In den ersten Jahren war das noch mehr ein Privattraining, es waren kleine Gruppen. Mittlerweile sind es Camps, nur einen Monat lang. Damals konnte man so zwischen November und Februar kommen und bleiben solange man wollte.

GB: Was lernst Du, wenn Du assistierst?

HE: Wenn ich assistiere, bin ich ja nicht die ganze Zeit am Assistieren. Ich trainiere mit, ich mache den Time Keeper beim Freien Pushen morgens. Wenn ich in einem Camp bin, lasse ich mental total los, ich steige ganz tief in eine Meditation, in eine Entspannung ein. Gleichzeitig ist es aber mein Job, den Überblick zu behalten. Ich habe so diesen ständigen Wechsel, in den Kurs einsteigen und wieder den Rahmen zu geben.

GB: Du unterrichtest mittlerweile seit mehr als 30 Jahren in Deutschland und Europa. Wie siehst du die Entwicklung des Taiji in Deutschland oder vielleicht sogar in Europa?

HE: Wir haben ein kleines Problem, uns fehlen junge Leute. Das sagen alle weltweit. Ich weiß nicht wie das Durchschnittsalter ist, aber ich würde sagen über 50. Das Problem ist, dass die jungen Leute nicht nachkommen. Ich weiß auch



nicht, was man machen kann, ich habe immer mal wieder junge Leute, ich versuche sie auch zu halten, aber es bleiben leider nur wenige.

GB: Wie hat sich dein eigenes Taiji im Laufe der Zeit verändert, was ist heute dein Schwerpunkt?

HE: Die Prinzipien sind mein Schwerpunkt, die innere Arbeit. Meine Lieblingsbeschäftigung ist schon das Pushen. Ich kann mit einem ganz anderen Selbstbewusstsein heute sagen: Ich kann jeden entwurzeln. Das macht unheimlich viel Spaß, ohne dass ich äußere Kraft anwenden muss. Vielleicht war es die ersten Jahre doch noch mehr ein äußeres Üben.

GB: Wo geht deine Reise hin, deine Entwicklung hin?

HE: Ich habe in Frankreich mit jemandem gepusht, der sehr sehr gut war, ganz subtil Dinge bei mir gesehen und gespürt hat, die mir nicht bewusst waren und der hat mir gesagt: „Du brauchst mehr Leichtigkeit“. Daran möchte ich arbeiten.

GB: Was waren deine größten Erfolge im Taiji, worauf bist du besonders stolz?

HE: Hmm, schwer zu sagen, ich habe nie Competitions gemacht, keinen Wettkampf gewonnen. Also ich glaube, worauf ich stolz bin, ist dass ich immer besser in der Partnerarbeit auch im Freien Pushen beim Nachgeben bleiben kann. In den ersten Jahren das kennt wohl jeder – leistet man Widerstand, sobald jemand ein bisschen fester pusht. Ich bin immer stolz drauf, wenn ich mein Ego überwinden und nachgeben kann. Das Verrückte dabei ist: Je besser ich nachgeben kann, desto schwerer bin ich zu pushen.

GB: Gibt es für dich in der Kampfkunst etwas, das du unbedingt lernen möchtest?

HE: Oh. Nichts Äußeres.

GB: Und was Inneres?

HE: Taiji-Erleuchtung.

Huang Sheng Shyan, chin. 黃性賢, Huang Hsing-hsien (W.-G.) oder Huáng Xìngxián (Pinyin), (1910-1992) war ein chinesischer Taijiquan-Meister.

Huang Sheng Shyan lernte bereits mit 14 Jahren von Xie Zhong-Xian Fujian White Crane (Weißer Kranich) und war in dieser Kampfkunst bereits ein Meister, als er 1949 nach Taiwan zog, um dort Schüler von Zheng Manqing zu werden. Zheng Manqing war ein Schüler des Enkels des Begründers des Yang-Stils, Meister Yang Chengfu. In den folgenden 45 Jahren widmete sich Huang Sheng Shyan der Verfeinerung und Weiterentwicklung des von Zheng Manqing gelehrt Taijiquan im Yang-Stil.

Quelle: <http://deacademic.com>