Peter Hubral

Mit Wuwei zum Dao

Mit *Philía* (Wuwei) zum *Lógos (Dao)* -
Ursprung und Sinn der Taiji-Praxis

Mit Wuwei zum Dao
von Peter Hubral

Das Buch
Mit Wuwei zum Dao ist ein lang überfälliges Buch, welches einem breiten Publikum die Begriffswelt der daoistischen Sicht des Lebens näher bringt und tiefgreifend erläutert. Es richtet sich an Sinologen, Philosophen, an TCM-Ärzte und Interessierte gleichermaßen und ist insbesondere für all die Praktizierenden des Qigong, des Taijiquan und anderer chinesischer Kampfkünste ein Fundus von unschätzbarem Wert. Dr. Peter Hubral greift in seinen Erläuterungen auf einen großen theoretischen und praktischen Erfahrungsschatz zurück. Dieses Buch ist die Mühe wert, es sich zu erarbeiten, im wahrsten Sinne des Wortes.

Haftung
Das vorliegende Buch ist sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autor noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gemachten praktischen oder theoretischen Hinweisen resultieren, Haftung übernehmen.

Copyright © 2012 by LOTUS-PRESS, www.lotus-press.com

Lektorat: Georg Patzer

Alle Rechte, insbesondere Vervielfältigung jeglicher Art, auch durch elektronische Medien und die Übersetzung in andere Sprachen sind vorbehalten. Keine Reproduktion – auch nicht teilweise – ohne Zustimmung des Verlages.

All rights reserved.

ISBN Druckausgabe: 978-3-935367-01-1
ISBN E-Book: 978-3-935367-79-0

Mit Wuwei zum Dao

Mit Philía zum Lógos

Peter Hubral

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 7

Einführung 9

1.0 Dao-Lehre 33

1.1 Das Interesse des Westen am Daoismus 38

1.2 Einsicht ist dort, wo das Denken nicht hingelangt 44

1.3 Der Mythos über Wuwei 57

1.4 Das Wechselspiel zwischen Wuwei und Youwei 76

1.5 Verlust der Wuwei-Schulen im Westen und Mittleren Osten …86

1.6 Mutter Natur: Die wahre Lehrmeisterin 88

1.7 Der Weg des großen Dao 91

1.8 Die gemeinsame Entdeckung von Taiji, Wuwei und Qi 104

1.9 Ursprung des Taijiquan 106

2.0 Klassische Zitate und Allegorien zu Taiji, Wuwei und Qi 110

2.1 Konfuzius berichtet erstmals über Taiji 111

2.2 Laozi berichtet über Dao und Dadao 116

2.3 Taiji = Dadao 118

2.4 Laozi berichtet über Wuwei 119

2.5 Laozi und Menzius sprechen über Qi 120

3.0 Dao in der altgriechischen und mittelöstlichen Kultur 121

3.1 Die altgriechische Philosophía 124

3.2 Mythos und lógos 133

3.3 Tabula Cebetis 137

3.4 Dao-Weg im alten Iran 139

3.5 Wuwei (philía) wird durch Youwei (neíkos) bedroht 143

4.0 Wuwei und Youwei aus moderner medizinischer Sicht 148

Nachwort 159

Anhang: Lehre der drei Existenzen oder Welten 161

Literaturverzeichnis 169

Danksagung.....171

Der Autor 172

Lotus-Press.....173

Vorwort

Ich praktiziere eine meditative Dao-Stehübung, die im traditionellen China als Weg zurück zur Natur, als Yangsheng-Xiuzhen (Lebenspflege und Wahrheitssuche), ja sogar als Weg zur Erleuchtung (Wu) angesehen wird. Es geht dabei um eine innige Erfahrung der Natur, die über das hinausgeht, was uns heute als Natur vertraut geworden ist.
Damit meine ich die Natur, die über Sprache und Denken hinausgeht, aber durch Üben erfasst werden kann. Ich nenne sie die erste Natur, wohingegen ich die uns allen vertraute Natur als die zweite Natur bezeichne.
Die meditative Erkundung der ersten Natur basiert auf dem Wuwei-Prinzip des Nicht-Tuns, das ich ausgiebig erörtern werde. Wir erfahren damit die erste oder schöpferische Natur, die Selbsterkenntnis im Sinne des Orakels von Delphi hervorbringt:

Erkenne dich selbst.

Es geht dabei um den Dao-Weg (Daoxing), wie ihn einst auch Weisheitsschulen im alten Griechenland lehrten. Leider ging dort im Lauf der Zeit das Wissen um diesen Weg verloren. In China bestehen solche Schulen allerdings noch heute und lehren ihn. Ich selbst bin Schüler von Dao-Meister Lu Jinchuan (mit daoistischem Namen Fangfu) und seiner Schule Taijixue (Taiji-Lehre oder Taiji-Wissen), die den Dao-Weg lehrt. Fangfu betont:

Dao ist gangbar; es ist aber kein gewöhnlicher Weg.
Die Dao-Praxis ist kein weltliches Handeln, doch sie hat positive Auswirkungen in der vertrauten Welt.

Taijixue verwendet ein umfangreiches Vokabular, dessen Worte miteinander innig verknüpft sind und persönlich erfahrbare Inhalte ha-

ben. Dazu zählen die Begriffe Wu, Wuyou, You, Taiji, Wuwei, Youwei, Shen, Qi, Xing, Dao, Dadao, Xiadao und viele andere.
Die wichtigsten erkläre ich in diesem Buch. Sie kommen auch außerhalb von Taijixue vor: in chinesischen Übungen wie Taijiquan und Qigong, in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und in vielen daoistischen und buddhistischen Weisheitstexten. Ohne diese Dao-Begriffe richtig zu verstehen, lassen sich auch die Texte und erst recht nicht die Praktiken und Übungen, die sich dahinter verbergen, erfassen.
Was ich besonders betonen möchte, ist, dass das umfangreiche Vokabular, das durch Befolgen des Dao-Wegs zustande kommt, nicht vom Himmel gefallen ist oder aus dem Mund eines Propheten stammt. Nein, es wird einzig und allein durch die Anwendung des Wuwei-Prinzips auf dem Dao-Weg hervorgebracht. In anderen Worten, der Dao-Weg ist die Wurzel von Taijixue inklusive all seines Vokabulars.
Die auf dem Dao-Weg erlangte Dao-Erfahrung liefert ein ursprüngliches, vorgeburtliches Wissen. Es lässt sich weder durch Lesen noch durch Zuhören erlangen. Was man darüber berichtet, kann nicht ausdrücken, was sich dahinter als stets wandelnde persönliche Erfahrung mit ihren positiven Auswirkungen auf die Lebenspflege und Wahrheitssuche verbirgt. Man muss den Dao-Weg selbst gehen, um ihn zu verstehen.

Einführung

Ich begann vor etwa 30 Jahren, verschiedene meditative Methoden zu testen, um Entspannung zu finden und meine Gesundheit zu fördern, da ich meinen Alltag oft als stressig und erschöpfend empfand. Ich suchte nach einem natürlichen Ausgang aus dieser Situation. Ich praktizierte verschiedene Entspannungsmethoden und wurde zunehmend davon überzeugt, dass William James (1842–1910) Recht hat, wenn er in seinem *Buch der Entspannung (The Gospel of Relaxation)* schreibt:

Der moderne Mensch ist zu angespannt, zu sehr um Erfolge bemüht und zu besorgt. Er könnte ein besseres Leben haben.

Seit 1997 gehe ich den Dao-Weg und verspüre kein Verlangen mehr, andere Übungswege auszuprobieren. In Taijixue habe ich die Methoden gefunden, die ich vor 30 Jahren zu suchen begann. Meine Erfahrungen damit und die Theorie, wie sie Fangfu lehrt, haben mich überzeugt. Dabei geht es, wie ich am eigenen Leib erfahren kann, um wesentlich mehr als um Entspannung und Gesundheit. Es geht dabei auch um das, was Platon (427–347 v.u.Z.) wie folgt ausdrückt: *Ein unerforschtes Leben ist nicht lebenswert.* Seine Worte stehen auch bei ihm in Bezug zum regelmäßigen Üben, die der Kern seiner „ungeschriebenen Lehre“ ist.
Darüber möchte ich berichten, auch darüber, dass der Dao-Weg eine einmalige Basis liefert, um Folgendes zu verstehen:

1. die Theorie und Praxis des Dao-Wegs
2. die alten Dao-Meister, Weisen und Philosophen
3. unterschiedliche östliche und westliche und größtenteils längst ausgestorbene philosophische Schulen mit einer Übungspraxis, die einst Ost und West in der Lebenspflege, Wahrheits- und Weisheitssuche innig verband.

Für den Dao-Weg gibt es viele Umschreibungen wie Dao-Meditation, Dao-Übung (Daoxing), Taiji-Übung, Dao-Praxis und noch weitere. Taijixue (früher: Taijimen = „Tor zu Taiji“ oder „Schule des Taiji“) zählt zu den so genannten Wuwei-Schulen.
Ich praktiziere regelmäßig, und darüber berichte ich. Fangfu zufolge kann man traditionelle Dao-Begriffe nur dann erklären, wenn man ihre Inhalte praktisch erfahren hat, was bei mir bis zu einem gewissen Grad der Fall ist.
Ich schließe aufgrund der theoretischen und praktischen Lehrinhalte von Taijixue und meiner Erfahrung damit darauf, dass Taijixue insbesondere die Inhalte von vier fundamentalen Begriffen auf überzeugende Weise erfahren und verstehen lässt. Diese vier Worte, hinter denen das Wesentliche der Dao-Lehre steckt, sind: Dao, Taiji, Wuwei und Qi. Es wird viel Unzulängliches darüber berichtet, besonders von denen, die ihre Inhalte nicht durch Üben persönlich erfahren haben. Es ist mein Anliegen in diesem Buch, Klarheit über diese Begriffe zu schaffen, denn sie nehmen ihren Ursprung laut Fangfu in Daoxing.
Die eigene Dao-Erfahrung ist aber denen schwer zu erklären, die sie nicht teilen oder sich gar etwas anderes darunter vorstellen. In Dao-Begriffe lässt sich zudem alles Mögliche hineininterpretieren. Kein Wunder also, dass über Dao, Taiji, Wuwei, Qi und andere Dao-Begriffe vieles gesagt und geschrieben wird, was nicht im Einklang mit dem ist, was Taijixue lehrt.
Man kann nicht oft genug betonen, dass hinter allen Dao-Begriffen persönliche Erfahrungen stecken, die als Folge des Übungsfortschritts mit Daoxing zunehmend innig erfasst werden. In anderen Worten: Man kann ihre Inhalte nicht allein ihren unterschiedlichen Übersetzungen und Umschreibungen entnehmen. Das macht alle Dao-Begriffe zu Metaphern: Sie müssen in das übertragen werden, was wirklich dahinter steckt und was abhängig vom Übungserfolg ist.
Dao-Meister Zhuangzi (Chuang-Tzu; ca. 365 - 290 v.u.Z.) schreibt zu diesem Thema: *Erkenntnis lässt sich nicht von anderen lernen. Erkenntnis muss aus dem eigenen Ich hervorgehen. Ebenso betont er: Das Wirken der (ersten) Natur zu erkennen, und zu erfassen, in welcher Beziehung das menschliche Wirken dazu stehen muss, das*

ist das Ziel. Dazu ein Beispiel. Wuwei wird oft übersetzt mit „Nichthandeln“. Es wäre jedoch besser übersetzt mit „spontanem Handeln“. Selbst diese Formulierung bedeutet immer noch wenig, wenn man nicht weiß, worum es wirklich geht. Dies erkennt man erst dann, wenn man Wuwei mit Leib und Seele erfährt, im meditativen Üben. Dann kommt es nämlich durch eigenes Nichthandeln (Wuwei) zu spontanen Bewegungen, die ohne Absicht und wie aus sich selbst heraus entstehen.

Ich werde erklären, was sonst noch hinter Wuwei steckt, denn in Taijixue kommt Wuwei rigoros zum Einsatz. Wuwei ist sozusagen das Tor zu Taiji, so dass es gerechtfertigt ist, Taijixue als Wuwei-Schule zu bezeichnen.
Taiji erweist sich als Äquivalent von Dadao (großes Dao), worüber man Laozi (ca. 604 – ca. 531 v.u.Z.) zufolge nichts aussagen kann, was ich aber dennoch tue, so wie es auch Laozi tut. Er schreibt im *Daodejing,* Kapitel 25:

Es gibt Chaos, das schon vor Himmel und Erde existierte, still und formlos. ... Ich kenne seinen Namen nicht, deshalb nenne ich es Dao. Weil ich kein besseres Attribut für Dao finde, bezeichne ich es als groß.

Er erklärt damit Dao, auch wenn er seine wirkliche Übungserfahrung, die dahinter steckt, denen nicht ausdrücken kann, die sie nicht teilen. Er kann es nicht, genauso wenig wie man einem Kind einen Schmerz oder ein Hochgefühl erklären kann, das es nicht kennt. Anders ausgedrückt: Was immer Laozi über den Dao-Weg berichten würde, kann man nur dann ausreichend verstehen, wenn man seinen Bewusstseinszustand, der sich durch sein Üben erweitert hat, erreicht hätte.
So wie er werde ich es mit Begriffen wie Daoxing, Dao, Dadao, Taiji, Wuwei und Qi in diesem Buch auch handhaben: Ich werde sie mit meinen Worten umschreiben, mit denen ich eigene und ohne Zweifel noch eingeschränkte Erfahrungen verbinde. Damit werde ich das korrigieren, was über die genannten Begriffe aus meiner Sicht unzureichend oder gar falsch berichtet wird. Selbstverständlich greife ich

auch auf das zurück, was ich von Fangfu erfahren und mit einigen seiner Schüler diskutiert habe.
Ich werde, so hoffe ich, gänzlich Neues und Tiefgründiges darüber schreiben, indem ich z.B. anspreche, was Laozi mit Chaos und Himmel und Erde meint. Es geht dabei um eine Erfahrung, die jeder, der einen gewissen Fortschritt auf dem Dao-Weg gemacht hat, nachvollziehen und bestätigen kann. Ich werde viele Zitate erklären, wie das von Zhuangzi: *Das Dao kennt nicht Ende noch Anfang.* Es ist also zur Kenntnis zu nehmen, dass sich das, was wir in klassischer Dao-Literatur wie dem *Daodejing* über den Dao-Weg erfahren, wie er in Taijixue gelehrt und praktiziert wird, ohne Daoxing nicht im vollen Umfang verstehen lässt. Es lässt sich nur bis zu einem gewissen Grad verständlich machen. Damit ist nicht gesagt, dass das, was ich in diesem Buch anspreche, nicht auch für diejenigen von Interesse wäre, die den Dao-Weg nicht gehen oder nicht gehen wollen.
Die Meister haben auch denen viel zu sagen, die nicht üben oder andere Übungen als die hier angesprochene Dao-Übung durchführen. Man muss aber alle Worte, die in einem klassischen Zitat oder in modernen Äußerungen von Meistern wie Fangfu vorkommen, als Metaphern oder Allegorien auffassen, weil damit Erfahrungen vermittelt werden, die der Leser nicht kennt. Jeder Lehrer muss sie mit Worten umschreiben, die ihm und seinen Zuhörern vertraut sind, d.h. er muss sich in die Lage der Zuhörer versetzen, die seine Erfahrung nicht teilen. Dies ist alles andere als leicht, zumal einige von ihnen bereits mehr und andere weniger über das Thema erfahren haben.
Mein Ziel ist es, Leser anzusprechen, die keine Kenntnis von Daoxing haben und dennoch von all dem profitieren können, wovon ich hier berichte. Schließlich sind die von mir angesprochenen chinesischen Begriffe, wie viele Leser bereits erkannt haben werden, nicht nur auf Taijixue eingeschränkt. Ganz und gar nicht. Sie spielen auch eine große Rolle für die Erkenntnis des Ursprungs der westlichen Kultur in der griechischen Antike.
Einige Leser mögen das, was ich in diesem Buch schreibe, als zu trivial und andere als zu anspruchsvoll empfinden. Das möchte ich am Beispiel des Laozi-Zitats kurz erklären. Andere Zitate werden später auf ähnliche Weise untersucht.

Interpretation des Laozi-Zitats

Laozi definiert mit seinen Worten das große Dao (Dadao). Für ihn ist also der Verweis auf Dao ein Verweis auf Dadao (großes Dao). Damit deutet er an, dass der Inhalt von Dao auch der von Dadao sein kann. Damit deutet er ebenso, wenn auch nicht direkt, das Vorhandensein eines kleinen Dao (Xiaodao) an. Insofern ist es wichtig, beide Begriffe zu erklären und Dadao von Xiadao zu unterscheiden.

Wenn es etwas Großes gibt, muss es auch das Gegenteil davon geben. Der Unterschied zwischen dem kleinen Dao (Xiaodao) und großen Dao (Dadao) ist wichtig, um die Dao-Lehre (Taijixue) zu erfassen. Man kann Laozi und andere Meister nur dann verstehen, wenn man die Inhalte beider Begriffe kennt.

Man kann z.B. das Wort „klein“ nur anhand seines Gegenteils begreifen: Geht man, wie einige Frauen, davon aus, dass ein Mann zwar eine Frau niemals verstehen kann, so kann man aus erkenntnistheoretischer Sicht jedoch eine Frau nur im Vergleich zu einem Mann und den wiederum nur im Vergleich zur Frau verstehen. Ebenso kann man „Himmel“ nur im Vergleich zu „Erde“ und „schön“ im Vergleich zu „schlecht“ verstehen. Verstehen erfordert also das Rückgreifen auf Gegensätze.

Ich betone dies, weil „Himmel und Erde“ im Zitat von Laozi nicht wörtlich zu nehmen ist. Es ist eine Metapher. Erde ist für Laozi eine Metapher für die vertraute Welt, deren Gegensätze wie die physisch vorhandenen Himmel und Erde, Mann und Frau, gut und böse aus dem Chaos hervorgegangen sind. Dies bedarf einer gründlichen Erklärung.

Die Paarungen definieren sozusagen die uns vertraute Welt (zweite Natur). Diese ist eine aus menschlicher Sicht geordnete und vielfältige Welt, die dem still- und formlosen Chaos der unvertrauten Welt (ersten Natur) gegenübersteht, in dem Himmel und Erde noch nicht getrennt sind.

Dem Laozi-Zitat zufolge wird die vertraute geordnete Welt, das uns in großer Vielfalt erscheinende Diesseits oder die zweite Natur, aus