

# Glück gehabt – Pech gehabt

Welche ethischen Werte verinnerliche ich durch meine Übungspraxis?

Von Klemens J. P. Speer

Wertfreie Betrachtung ist ein hohes Ziel und erfordert viel Übung. Und auch wenn wir darin geübt sind, müssen wir in unserem Leben ständig Entscheidungen fällen, die eine Bewertung von Dingen und Situationen erfordern. Doch nach welchen Werten treffen wir Entscheidungen? Klemens Speer betrachtet sowohl daoistische als auch westliche Werte, die uns in unserer inneren Entwicklung weiterbringen können, bringt sie in einen integralen Zusammenhang und setzt sie in Bezug zu unserer Übungspraxis. In seinen Augen könnten Taiji- und Qigong-Übende und ihre Institutionen eine Vorreiterrolle für notwendige gesellschaftliche Veränderungen einnehmen.

## Got lucky – Got unlucky

Which ethical values do I internalise through my personal practice?

By Klemens J. P. Speer

Regarding things in an unbiased way is a difficult but valuable goal, and requires much practice. And even if we are practised in this, we constantly need to make decisions in our life that require a judgement of things and situations. But what values do we apply when making decisions? Klemens Speer takes a look at both Daoist and Western values that can help us progress in our inner development, brings them into an integral correlation and relates them to our personal practice. In his view, practitioners of Taiji and Qigong and their institutions can play a pioneering role in necessary social changes.

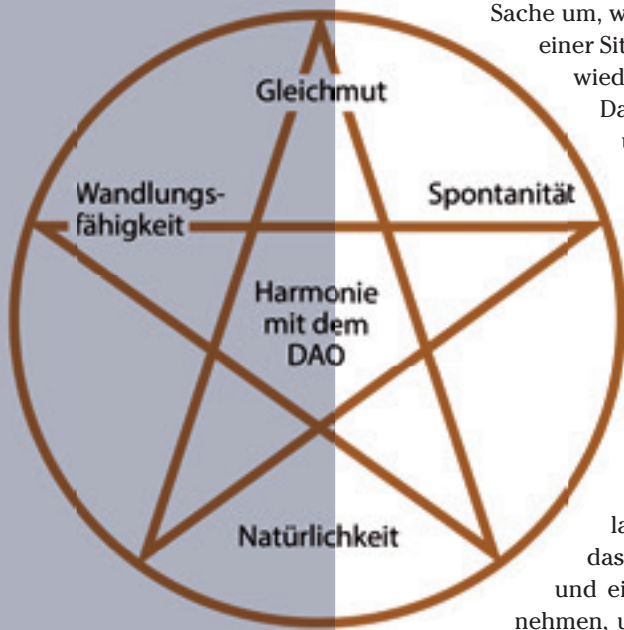
## ABSTRACT

Glück gehabt – Pech gehabt, gut gelaufen – schlecht gelaufen, so ein Mist – echt super, ... Wir kennen alle diese Momente, in denen wir uns super fühlen oder in denen wir im Boden versinken möchten. Wie schnell sind wir dabei, alles zu werten und einzuteilen in gut und schlecht. Dabei wissen doch die meisten, die Taijiquan oder Qigong üben, dass das Leben aus beiden Seiten besteht, aus Yin und Yang, aus hell und dunkel und dass die Spirale der Entwicklung beide Kategorien einschließt. Dennoch wollen wir dunkle Gefühle nicht haben und sehnen oder hängen uns an die hellen. Das ist menschlich! – Aber wenn wir an Yin oder Yang festhalten, stecken wir fest und sind für Veränderungen nicht mehr offen, sind starr und unbeweglich geworden.

Wie können wir das ändern? Geht das überhaupt? Das Leben ist grundsätzlich sehr paradox: Wir wurden geboren, um letztendlich zu sterben. Und ähnlich widersprüchlich ist auch das ganze Leben.

Zunächst geht es bei einer spirituellen Einstellung immer darum: Eine Sache oder eine Situation ganz wertfrei zu betrachten und ganz genau wahrzunehmen, was wirklich ist, ganz unabhängig von unseren eigenen Interessen und Bedürfnissen. Eine Sache oder eine Situation wie ein neutraler Wissenschaftler ganz klar und deutlich zu sehen, zu untersuchen und Abstand zu gewinnen.

Und erst dann geht es im nächsten Schritt darum, uns immer wieder im Leben zu entscheiden: Kaufe ich »Dies oder Das«, mache ich das



Eine oder das Andere, wie gehe ich mit einer Sache um, wie entscheide ich mich in einer Situation, und schon bin ich wieder mitten drin im Werten.

Das ist dann aber auch okay und richtig so! Ich habe nämlich durch meine neutrale Betrachtungsweise viel bessere Voraussetzungen gewonnen, um mich angemessen entscheiden zu können. Im Alltag muss ich mich ja immer wieder entscheiden: Entscheiden, was ich tun und was ich lassen will. Also zunächst das Werten »sterben« lassen und eine neutrale Haltung einnehmen, und dann im Entscheiden »neu geboren werden«, indem ich meine Wertehaltung immer wieder überprüfe.

Können mir bei meinen Entscheidungen die alten daoistischen Werte helfen, damit sich die Spirale der inneren Entwicklung mit dem Üben des Taijiquan oder des Qigong ungehindert entfalten kann? Da wir hier im Westen üben: Sind vielleicht noch andere, westliche Werte wichtig, die die daoistischen ergänzen und vervollständigen können? Diesen Fragen soll hier nachgegangen werden.

Noch eine Vorbemerkung: Dies ist ein sehr persönlicher Beitrag. Daher gehe ich sehr frei mit der Interpretation von daoistischen und westlichen Werten um. Mir geht es darum, einen Überblick zu geben, und daher bin ich gezwungen zu vereinfachen. Ideal wäre es für mich, wenn meine Gedanken dazu anregten, sich mit meinen Aussagen noch differenzierter und tiefer gehend für sich, in einer Übungsgruppe oder einer Taiji/Qigong-Organisation auseinanderzusetzen.

### Daoistische Werte

Jetzt aber gleich zu den daoistischen Werten, von denen ich die wichtigsten und zentralen für die Übungspraxis in fünf Aspekte zusammenfasse:

- Natürlichkeit (zìrán)
- Spontanität (zìfāxìng)
- Wandlungsfähigkeit (kěbiànxìng)
- Gleichmut (wūwēi)
- Harmonie mit dem Dao (yǔ dào hé yī)

**Natürlichkeit:** Sei wie die Natur, folge dem Lauf der Dinge, aber von innen heraus, so wie die Natur. Ziran ist der Natur abgeschaut und steht auch für »Selbst-so; so-aus-sich-heraus; von-selbst-so« beziehungsweise in anderen Zusammenhängen »natürlich; spontan; selbstverständlich; freiwillig; sicherlich; zweifellos.« (Wikipedia (Zugriff 16.3.2020)) Halt eben so, wie die Natur ist.

**Spontanität:** Lasse das rationale Denken und Grübeln hinter dir (Denken ist wichtig, doch es beiseitelassen zu können, wenn man es nicht braucht, ebenso.), überschreite es und handle spontan aus deiner Mitte, sei lebendig, heute so und morgen anders. Wahre Tugend (De), die Tugend des spontanen wertfreien menschlichen Handelns, kommt ganz aus der Mitte.

**Wandlungsfähigkeit:** Das Leben ist Wechsel und Wandel, gehe mit dem Leben und halte an nichts fest: Werde, wachse! Lerne aus Krisen, sie sind wie Yin und Yang (Krise und Chance). Auch Wandlungsfähigkeit verlangt loslassen zu können.

**Gleichmut:** Wuwei – müheloses Bemühen, Gelassenheit, nicht eingreifen, nichts erzwingen, geschehen lassen, handeln ohne Kraftaufwand, auf den Wellen reiten, handeln ohne zu handeln, einfach sein, auch mal sich aus der Welt zurückziehen, die Seele baumeln lassen.

**Harmonie mit dem Dao:** Eins sein mit dem Dao, spüre und fühle in »Selbstvergessenheit« die Verbundenheit mit allem Leben, eine tiefe Wahrnehmung: Die Allverbundenheit des Dao, wahres Glück kommt aus der Mitte, jenseits von hell und dunkel.

### Postmoderne westliche Werte

Und die westlichen Werte? Können sie die daoistischen, geistigen Werte ergänzen? Wo ist der Ursprung der Freiheitsrechte des Einzelnen, wo haben die Bürgerrechte des Westens ihren Anfang genommen?

Für mich in der französischen Revolution: *Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit*. Dies sind die drei zentralen Werte des Ichs, des Menschseins, die Persönlichkeitsrechte. (Aber sollen wir diese nicht überschreiten? Dazu später mehr!) Sind die Persönlichkeitsrechte (und -pflichten) im Sinne einer geistigen inneren Entwicklung auch vollständig oder fehlen wesentliche Aspekte?

Mit der französischen Revolution wurde alles Religiöse, das lange Zeit missbraucht wur-

Die daoistischen Werte sind wie alle Phänomene durch dynamische Wechselwirkungen miteinander verbunden.

自然

zìrán

自发性

zìfāxìng

可变性

kěbiànxìng

无为

wūwēi

与道合一

yǔ dào hé yī

de, über Bord geworfen (gut so). Aber damit wurde das Kind mit dem Bade ausgeschüttet und es ging die tiefer gehende Spiritualität verloren. Das, was wir heute *Allverbundenheit* nennen würden, eine tiefe Erfahrung und Wahrnehmung von Sinn und Eins-Sein. Zudem war zur Zeit der französischen Revolution die Natur mit ihren natürlichen Ressourcen noch nicht bedroht. *Nachhaltigkeit* war noch kein Thema. Nachhaltigkeit in wirtschaftlichem und sozialem Handeln spielt aber heute eine zentrale Rolle, wenn wir auf dem Globus als Menschheit überleben wollen.

Auch in der modernen und postmodernen Gesellschaft finde ich also fünf Werte von besonderer Wichtigkeit. Auch sie sind wieder eine Zusammenfassung von weiteren differenzierten Werten:

aus meiner Sicht auch, dass die Wirtschaft (im ökologischen, sozialen und kulturellen Sinne) dem Gemeinwohl verantwortlich ist.

**Solidarität** ist der modernere Begriff für das alte Verständnis von Brüderlichkeit aus der französischen Revolution. Er meint selbstverständlich auch Schwesterlichkeit oder besser Geschwisterlichkeit. Solidarität heißt auch: Alle Menschen haben das Recht auf reines Wasser, gesunde Nahrung, Kleidung und Wohnung (auf eine angemessene Wärmeregulation) und das Recht auf Bildung, Ausbildung und Weiterbildung.

**Nachhaltigkeit** meint, dass mit den Ressourcen der Natur (Wasser, Energie, Bodenschätze, Holz ...) schonend und effektiv umgegangen werden muss, denn die Erde ist endlich. Effektivität und Subsidiarität (Selbsthilfe geht



- Freiheit
- Gleichheit
- Solidarität
- Nachhaltigkeit
- Allverbundenheit

**Freiheit** beschreibt die geistige Freiheit des Denkens und des Handelns, die Freiheit der Meinungsäußerung, die Pressefreiheit, die Religionsfreiheit, ... Hier geht es für mich aber auch um die Würde des Einzelnen, um die Menschenwürde, um Toleranz, Gewaltlosigkeit und Frieden.

**Gleichheit** beschreibt die Gleichheit vor dem Gesetz, alle Frauen und Männer haben gleiche personale, demokratische Rechte und Pflichten, auch wenn sie unterschiedliche Fähigkeiten haben. Das Prinzip der Gleichheit verlangt

vor Fremdhilfe. Beide Aspekte in Einklang zu bringen: Fremdhilfe zur Selbsthilfe) sind wichtige Handlungsgrundsätze für nachhaltige Produkte und Dienstleistungen. Dies gilt auch für Therapie in jeder Form und für Beratung.

**Allverbundenheit** benennt die Erfahrung, die in der Meditation gemacht werden kann, dass alles eins ist. Ich, du, wir sind eine Menschheit, auf einer Erde, in einem Kosmos.

Das Wir-Bewusstsein, die Solidarität, Nachhaltigkeit und Allverbundenheit sind die Werte, die auf unserem Globus am wenigsten entwickelt sind.

Vergleichen wir die alten daoistischen Werte mit den modernen westlichen Werten, so können wir feststellen, dass die ersteren eher in die innere Welt weisen und die zweiten eher

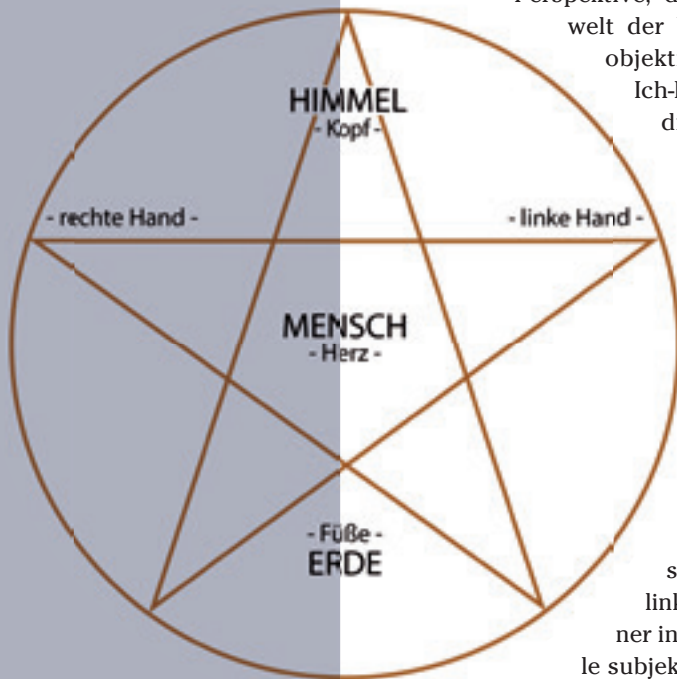
links: Die »Allverbundenheit« ergänzt die westlichen Werte um die spirituelle Dimension.

rechts: Ken Wilber benannte die vier Perspektiven integraler Entwicklung als subjektive Innenwelt von Ich und Wir und objektive Außenwelt von Ich/Es und Wir/Sie.

nach außen, zur Welt, gerichtet sind. Nur die Allverbundenheit trifft sich mit dem Eins-Sein im Dao als gemeinsames spirituelles Thema, in der Mitte, in der Herzmitte des Menschen.

## Integrale spirituelle Werte

Alle dargestellten fünf Aspekte beschreiben jeweils vier Perspektiven (vier Quadranten). Die subjektive Innenwelt der Ich-Perspektive, die subjektive Innenwelt der Wir-Perspektive, die objektive Außenwelt der Ich-Perspektive (Es) und die objektive Außenwelt der Wir-Perspektive (von Ken Wilber auch Es Mehrzahl oder Sie genannt). Der fünfte Aspekt, die Mitte, nimmt eine Sonderstellung ein. Sie vereint alle vier Perspektiven (alle vier Quadranten beziehungsweise oben und unten, links und rechts) zu einer integralen Ethik, die alle subjektiven und objektiven Perspektiven und Erfahrungen zu einem Ganzen verbindet. Die Ich- und die Wir-Perspektive legen die subjektiven Werte und Normen des Einzelnen und einer Gruppe fest. Die Sie- und die Es-Perspektive geben die objektiven Fakten der äußeren wissenschaftlichen Sichtweise wieder.



Mit rechter und linker Hand wird der bekannte Dreiklang von Erde, Mensch und Himmel um Handlungsaspekte erweitert.

Wir können uns also anhand der vier Quadranten selbst ein Wertediagramm erstellen und alle oben dargestellten und unten noch folgenden Werte in diese Grafik einordnen und sie durch unsere eigenen Werte ergänzen. Die Grafik stellt zudem die drei großen Entwicklungsebenen dar, die in alle vier Quadranten weisen: mythische Entwicklung (vorrational), rationale Entwicklung und transrationale, integrale Entwicklung. Integrale Entwicklung schließt mythische und rationale Entwicklung in sich ein, integriert sie. Mythisch entwickeltes Bewusstsein versteht Rationalität nicht und Rationalität verteufelt oft mythisches und mystisches Bewusstsein und verwechselt und vermischt beides, so Ken Wilber.

Wenn es uns um eine spirituelle, integrale Entwicklung von tiefer innerer Freiheit (Ich) und Verbundenheit (Wir – Verantwortung für das ganze Leben) geht, die über konventionelle Werte hinaus zu postkonventionellen Werten führt, dann werden Werte wie Entscheidungsfreiheit, fachliche Kompetenz und selbstständiges Urteilen sehr wichtig. Je mehr integrale Werte zu reifen beginnen und sich vertiefen, so, in Anlehnung an Ken Wilber, fühlen wir auch für andere und es entsteht eine liebevolle Fürsorge, verbunden mit dem Wunsch, andere zu führen und ihnen zu dienen. Es entstehen leidenschaftliche Lebendigkeit, Fürsorglichkeit, Ehrlichkeit, Authentizität, Mut und Demut (im Sinne von Bescheidenheit), Neugier am Leben, Intelligenz, Leichtigkeit, Großzügigkeit und Herzlichkeit. Das führt zu immer mehr innerer Freiheit (als Chance) und immer mehr innerem Glück (zu einem tiefen inneren Wohlbefinden und zu Zufriedenheit). Jeder ist jedoch frei sich nach seinen Vorstellungen und Möglichkeiten zu entwickeln und zu entfalten.

»Integrale Ethik«, so Ken Wilber, »maßt sich nicht an uns vorzuschreiben, wie wir leben oder welche Antworten auf unsere moralischen Fragen wir haben sollen. Vielmehr gibt sie uns einen Bezugsrahmen für das Nachdenken darüber, wie wir nach bestem Vermögen leben und moralische Entscheidungen treffen können.« ... »Integrale Ethik verweist auch auf die Bereiche unseres Lebens, in denen wir schwierige und komplizierte Entscheidungen sowie differenzierte Urteile darüber fällen müssen, was richtig und falsch, akzeptabel und unakzeptabel sowie oft zwangsläufig auch ziemlich widersprüchlich ist. Es geht hier um den Kampf mit moralischen Dilemmas in Politik, Sexualität, Gesundheit, Beziehungen, Arbeit, Finanzen und manchmal auch in Situationen auf Leben und Tod.«

(Ken Wilber: Integrale Ethik, in: Zeitschrift »integrale Perspektiven«, Ausgabe 41 – Oktober 2018, S. 14)

## Werte in der Übungspraxis

Nun aber zurück zu unserer Übungspraxis: Können traditionelle daoistische, moderne westliche und interreligiöse Werte in das Üben von Taijiquan und Qigong einfließen? Findet das Vertiefen dieser Werte in der Übungspraxis nicht automatisch statt? Oder müssen wir gezielt darauf achten beziehungsweise diese Werte im Alltag reflektieren, um sie im Leben authentisch verwirklichen zu können?

Als Übende können wir uns fragen, ob sich diese Werte beim Üben körperlich, geistig, energetisch in uns abbilden. Kann ich sie wahrnehmen, kann ich sie spüren oder fühlen, damit ich entsprechend handeln kann? Wir kennen den Dreiklang: Erde, Mensch und Himmel. Ich möchte diesen Dreiklang hier um zwei Handlungsaspekte ergänzen, um die rechte und die linke Hand (um die beiden Laogong-Punkte). So sind wir wieder bei fünf körperlich-geistig-energetischen Aspekten des Übens (siehe Grafik):

- Erde (Füße und Bauchzentrum)
- Mensch (Herzzentrum und Mitte)
- Himmel (Scheitelpunkt und Kopfzentrum)
- Rechte Hand (Punkt der »aktiven« Arbeit)
- Linke Hand (Punkt der »passiven« Arbeit)

Nachfolgend eine kurze Interpretation der alten daoistischen und der modernen westlichen Werte und der Versuch, sie auf eine ganzheitliche Wahrnehmung hin zu verstehen.

**Erde:** Sie steht für den Körper, die »Füße« und den »Bauch«, Natur, Umwelt, Ressourcen. Hier verbindet sich der daoistische, eher innerliche Wert der *Natürlichkeit* mit dem modernen, eher äußerlich praktischen, westlichen Wert der *Nachhaltigkeit*.

**Himmel:** Er steht für »Kopf«, Geist (Shen, Wu), Spiritualität, religiöse und kulturelle Werte. Hier verbindet sich der nach innen gerichtete Wert der *Gleichmut* aus dem Daoismus mit dem eher nach außen gerichteten westlichen Wert der geistigen *Freiheit*.

**Rechte Hand (Laogong):** Sie steht für Nehmen: Arbeit, Ökonomie, Einkommen, angemessenes Handeln. Hier verbindet sich der eher äußere westliche Wert der *Gleichheit* (zum Beispiel aller Menschen vor dem Gesetz) mit dem daoistischen inneren Wert der *Wandlungsfähigkeit*.

**Linke Hand (Laogong):** Sie steht für Geben: Ergebnis der Arbeit (Produkte, Dienstleistungen), soziales Engagement. Hier treffen sich westliche *Solidarität* (rechtes Handeln, Geschwisterlichkeit, Brüderlichkeit) mit der daoistischen *Spontantität* (De – Handeln aus der Mitte).

**Mensch:** Er steht für die Mitte, das »Herz« (Xin-Geist), Stille, Ruhe, Wuwei und Verbundenheit mit allem. Und in der Mitte zwischen den Polaritäten von Yin und Yang (oben und unten, rechts und links) trifft sich dann die westliche, eher weltliche spirituelle Erfahrung von *Allverbundenheit* mit dem daoistischen *Eins-Sein im Dao*.

Auch die interreligiösen, eher praktisch formulierten Werte kann man den fünf



Hauptrichtungen zuordnen: Die Erde ist dann die »Gewaltlosigkeit und die Ehrfurcht vor allem Leben«, der Himmel die »Toleranz und ein Leben in Wahrhaftigkeit«, die rechte Hand die »Gleichberechtigung und Partnerschaft von Mann und Frau«, die linke Hand die »Solidarität und eine gerechte Wirtschaftsordnung« und die Mitte ist der »Wandel im Bewusstsein«. (siehe [www.weltethos.org/1-pdf/10-stiftung/declaration/declaration\\_german.pdf](http://www.weltethos.org/1-pdf/10-stiftung/declaration/declaration_german.pdf))

## Integration von Werten auf der persönlichen Ebene

Zugegeben, sowohl die daoistischen als auch die modernen westlichen Werte oder die interreligiösen bilden lediglich ein sehr allgemeines, abstraktes (aber grundlegendes) Raster für jeweils fünf Aspekte oder »Richtungen« ab: oben und unten, rechts und links und in der Mitte. Jedoch: Wenn sich die Mitte dreht, gibt es auch vorn und hinten und die Diagonalen – und wenn die Hände sich bewegen, kann es auch Diagonalen nach unten und oben geben. So entsteht in der Bewegung eine Kugel, in der sich differenzierte persönliche Werte und Wertvorstellungen abbilden und integrieren lassen.

Im Taijiquan und im Qigong geht es um Bewusstheit: Körperbewusstsein, geistige Stille und energetische Wahrnehmung. Im Taijiquan zudem um sportliche Kampfkunst und Selbstverteidigung. Was hat das mit Werten zu tun? Mein Vorschlag ist, sich hinzustellen, sich

Aus jedem und jeder Taiji- oder Qigong-Übenden könnte ein wahres evolutionäres, die Welt veränderndes Kraftfeld werden.

Foto: Archiv K. Speer

神

Shen

无

Wu

劳宫

Laogong

德

De

心神

Xin-Shen

an den Prinzipien auszurichten und sich die genannten Werte zu vergegenwärtigen. Wir sprechen davon, uns etwas einzuverleiben, damit ist nicht nur die menschliche Nahrung gemeint. Sondern es kann sich auch um Wissen handeln, es können Erfahrungen sein oder es können eben auch ethische Werte sein, die wir uns einverleiben können.

Gemeint ist hier also, sich die Werte in dem Sinne einzuverleiben, dass sie authentisch gelebt werden können und sich unsere Selbststeuerung von innen heraus gestaltet. Dies ist sicherlich nicht ganz einfach und für jeden Einzelnen eine große Herausforderung, die viele Chancen und Hindernisse in sich birgt und den Taijiquan- und Qigong-Unterricht auf ganz neue Art und Weise herausfordern und vertiefen könnte.

## Auseinandersetzung mit persönlichen Werten und Werten in der Gemeinschaft

Wenn es im Unterricht um eine Auseinandersetzung mit persönlichen Werten geht, sollten jeder Schüler und jede Schülerin ihre persönlichen Werte ganz eigenständig, individuell und differenziert ausformulieren und gestalten.

Eine Möglichkeit wäre, mit den modernen westlichen, eher praktisch ausgerichteten Werten zu beginnen (die teilweise quantitativ fassbar sind); anschließend gegebenenfalls die interreligiösen eher praktischen ethischen Werte zu reflektieren. Zum Schluss dann die daoistischen (oft nur qualitativ fassbaren) spirituellen Werte zu prüfen und zu formulieren und in das integrale Raster der Quadranten einzufügen.

Dazu ein paar Fragen, die bei der Formulierung helfen und die jeder für sich selbst beantworten kann: Wie verändert sich meine Selbstwahrnehmung, wenn ich bestimmte Werte verinnerliche? Was sind meine inneren Gefühle und Erfahrungen dabei? Was verändert sich durch bewusstes Verinnerlichen beim Üben und in meinem Leben? Wie zeigt sich das auch für andere? Engagiere ich mich für andere? Wie verändert sich meine Lebenshaltung anderen, der Übungsgruppe, meinem Übungsweg oder der Gesellschaft gegenüber? Auch beispielsweise eine Taiji-Schule kann gemeinsam mit allen Lehrern oder zusammen mit Lehrern und allen Schülern versu-

chen, einen allgemeinen Werte-Konsens zu finden. Dies könnten natürlich ebenso Ausbilder-Teams oder auch Taiji-Vereine mit ihren Mitgliedern anstreben.

Noch einen Schritt weitergedacht wäre es sogar möglich, dass die großen, bundesweit (oder europaweit) agierenden Taiji- und Qigong-Verbände einen gemeinsamen Werte-Kanon formulieren, der Ausgangspunkt für eine Zusammenarbeit sein könnte. Dabei sollte eine klare Abgrenzung von antidemokratischen Tendenzen erfolgen, egal aus welcher politischen Richtung.

Aus diesen Werten müssten dann konkrete Ziele abgeleitet werden, deren Erreichung sich nach Möglichkeit objektiv messen beziehungsweise bei subjektiven Zielen sich über eine Bewertungsskala (von 0 bis 10 oder 0 bis 100) intersubjektiv überprüfen lässt. Aus einer langfristigen Zielorientierung (zehn Jahre) können dann mittelfristige Ziele (drei bis sechs Jahre) und kurzfristige Ziele (Jahresziele) abgeleitet werden. Zielzeiträume können zum Beispiel bei Vereinen an Wahlperioden geknüpft sein oder bei Teams von Ausbildern an Ausbildungszeiträume. Eine Umsetzungs-kontrolle kann dann gegebenenfalls selbst durchgeführt werden. Das setzt jedoch voraus, dass Ziele messbar, möglichst konkret formuliert und vereinbart wurden. Anhand einer entsprechenden Checkliste könnte eine Überprüfung und Bewertung stattfinden, die es ermöglicht, Zielperspektiven zu korrigieren beziehungsweise neue und bessere Maßnahmen zu ergreifen und umzusetzen.

Sind diese Überlegungen zu hoch gegriffen und zu weit weg von der Realität? Die großen Verbände haben meist schon Ethik-Richtlinien, aber auf was sind sie ausgerichtet? Vielleicht lohnt es sich, sie nochmal anzuschauen und gegebenenfalls zu überarbeiten? Und sollten nicht auch Schüler, Übungsgruppen, Lehrer, Schulen, Ausbilder und Vereine sich damit auseinandersetzen? Ich meine ja! Wirkliche Veränderung, das ist uns aus der Geschichte bekannt, beginnt immer im Kleinen, im Bewusstsein von Lehrern und Schülern und kann sich erst dann in der genannten Weise schrittweise in kleinen und größeren Organisationen niederschlagen. Aber macht es nicht wirklich einen tiefen Sinn, hier eine Vorreiterstellung einzunehmen?!



**Klemens J. P. Speer,**  
Jg. 1949, ist Zen-Lehrer (in der Tradition nach Willigis Jäger), Qigong-Lehrer (BVTQN), Taiji-Lehrer und -Ausbilder (DDQT) und Autor über seine Nahtoderfahrung sowie über Taijiquan, Qigong, Zen und Spiritualität. Er unterrichtet seit 1989 und begleitet mit seinen Seminaren fortgeschrittene Taiji- und Qigong-Praktizierende und -Unterrichtende.  
[www.ost-west-spirit.de](http://www.ost-west-spirit.de)