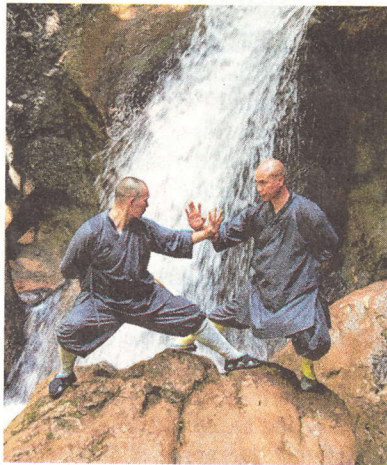


# Shaolin-Kunst in Mering

Veranstaltung Mit den „Acht Brokaten“ begann die Übungsreihe.  
Nun feiert Großmeister Shi Yan Liang ein kleines Jubiläum

**Mering/Kissing** Shi Yan Liang, der Shaolin-Großmeister im Shaolin Ba Duan Jin, lehrt nun schon seit längerer Zeit im Altlandkreis Friedberg und wird in Kürze mit seinen Schülern ein kleines Jubiläum feiern. Initiatorin Carina Schmiedke-Rindt, die durch ihre Begeisterung und ihren fortgeschrittenen Ausbildungsgrad in Kontakt mit dem international bekannten Shaolin-Mönch kam,



**Shaolin war früher überlebenswichtig: Die Mönche, die diese Kunst beherrschten, verteidigten ihr Kloster bei Überfällen.**

Foto: Archiv Shi Yan Liang

überzeugte ihn vor fünf Jahren, neben Augsburg auch Mering und Kissing zu besuchen.

Sein ursprüngliches Shaolin-Heimatkloster liegt am Berg Songshan – er trainierte dort die Showkampfgruppe der Mönche und bekam später den Auftrag, ein Kloster in Europa zu gründen. Das gelang ihm: Heute ist das Shaolin-Kloster im fünften Bezirk in Wien seine neue Heimat. Seine Schüler schätzen es aber, dass sie auch außerhalb von großen Städten diese hohe Kunst lernen können – und es finden sich immer wieder neue Fans: „Gerade mit fortschreitender Jugend ist es eine wunderbare Sportart, um fit zu bleiben“, ist Schmidtke-Rindt überzeugt. Mit den „Acht Brokaten“ Shaolin Ba Duan Jin, einer Serie von acht Qi-Gong-Übungen, deren fließende Bewegungen im harmonischen Zusammenspiel mit dem Atem wohltuend auf die Gesamtkonstitution wirken sollen, begann die Reihe vor fünf Jahren. Die Übungen kräftigen den Bewegungsapparat, aktivieren den Energiefluss und bauen Stress ab, heißt es. Sanft vereinen sie Körper und Geist und führen zu mehr Gelassen-

heit im Alltag, zu Konzentration und konsequenter Ausrichtung im Denken.

Die Shaolin-Kunst war bei den Schülern und Interessierten gefragt: Workshops zu Shaolin Yi Jin Jing, das insbesondere auf Muskeln, Sehnen und Bänder wirkt, folgten bald. 2015 wurde das Programm durch Rou Quan (Shaolin Chan Men Taijiquan) erweitert, zwei Jahre später begann die erste Trainerausbildung dieser Bewegungskunst sowie in Shaolin Qi Gong.

Großmeister Shi Yan Liang begrüßt nun in Mering alle Interessierten zur Jubiläumsveranstaltung am Samstag, 18. Mai, ab 17 Uhr. Im Tanzpunkt, Zettlerstraße 36, wird er durch die faszinierende Shaolin-Kultur führen. Gezeigt werden Qi Gong, Rou Quan, Kung Fu, Chan-Meditation und vieles mehr. Bei einer kleinen Feier soll zudem genug Zeit vorhanden sein, um Fragen zu stellen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Dauer beträgt etwa zweieinhalb Stunden. Voranmeldung per E-Mail an Shaolin-Qigong.csr@t-online.de. Der Eintritt beträgt zehn Euro, an der Abendkasse 15 Euro. (crp)