

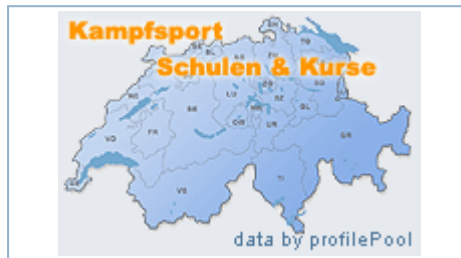


Home News Themen Events A-K L-Z Adressen Services Agentur Guides Shop Kontakt

Die letzten 20 Meldungen

RSS

Interview mit Lex Reinhard



Aktuelle Umfrage

Werbung im Kampfsport
Wie werben Sie für neue Mitglieder?

- durch Mund-zu-Mund Werbung
- durch Flyer-Aktionen
- durch professionelle Agenturen
- gar nicht
- durch Inserate

senden

Ausgewählte Dossier



SB: Lex Reinhard, letzten Sommer hat Swissbudo mit Ihnen Kontakt aufgenommen, um eine Kung Fu-Show zu organisieren. Der Auftraggeber verlangte, dass sich die Show an einem bestimmten Film orientierte und von asiatischen Frauen ausgeführt wurde. Für die Organisation und das Einstudieren blieb knapp eine Woche Zeit. Im Verlaufe dieser Woche traten immer neue Probleme zutage, und ich bin noch heute beeindruckt, wie Sie auf die auftauchenden Schwierigkeiten reagierten, wie aufgestellt und gelassen Sie immer wieder Lösungsmöglichkeiten präsentierten. Es schien, als wäre

diese Situation für Sie das Alltägliche der Welt. So sieht Ihr Alltag aber nicht aus, oder?

LR: In diesem Ausmass ist dies natürlich nicht täglich der Fall. Aber die Arbeit mit meinen insgesamt rund 500 Schülern sorgt naturgemäss für Überraschendes, was das Ganze auch spannend und interessant macht. Unordnung und Ordnung sind Gegensätze, die ich bewusst wahrnehme. Ich Sorge mit optimaler Organisation für soviel Ordnung wie möglich, damit ich spontan agieren kann, wenn ich mit dem Gegenpol konfrontiert werde.

SB: Eine Problemstellung ergab sich, als Sie feststellen mussten, dass Ihre asiatischen Damen bereits in den Ferien und nicht mehr erreichbar waren. Spontan machten Sie den Vorschlag, dass das verfügbare Team sich die Haare schwarz färben und „auf asiatisch“ schminken würde. Ein Vorschlag, der vom Auftraggeber schliesslich akzeptiert wurde. Damit hat Ihr Team bewiesen, dass es nicht nur Kung Fu beherrscht, sondern sich auch auf „Theaterinszenierung“ mit allem Drum und Dran versteht. Haben Sie oder jemand aus

Zufallsbild

Bushido.ch - Das führende Schweizer Kampfsport-Bildarchiv



- [Judo-EM: Lena Göldi](#)
- [Kampfsportler des Jahres](#)
- [Masters Fight Night 2006](#)
- [Kampfsport als Lifestyle](#)
- [Karate: Murat Sahin](#)
- [Die letzten 40 Meldungen](#)
- [Boxhoffnung: Dina Burger](#)
- [Vollkontakt: Sanda](#)
- [Back to life: WKA Suisse](#)

Ihrem Team eine entsprechende Ausbildung?

LR: Meine Freundin ist in Schminktechnik und Choreographie ausgebildet. Dazu verfügt mein Team über eine beträchtliche Showerfahrung, was in Situationen, in denen wenig Zeit und spezielle Anforderungen zusammentreffen, natürlich besonders wertvoll ist.

SB: So wie ich Ihre Rückmeldungen in Erinnerung habe, erschienen mir Vorbereitung und Durchführung Ihrer Show als eine gelungene Synthese von Ernsthaftigkeit und Spass. Oder anders ausgedrückt: Es ist durchaus möglich, eine Kampfkunst ernsthaft auszuüben und dennoch eine Menge Spass damit zu haben.

LR: Ja sicher, und das ist mein ganz zentrales Lebensthema. Schön dargestellt wird dieses Thema übrigens auch in den zehn Bildern der Chan-(Zen)-Geschichte „Der Ochs und sein Hirte“. Dies, sowie die chinesische Fünf-Elemente-Lehre bilden die Basis unseres Kung Fu-Trainings.

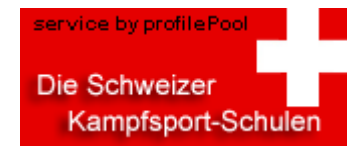
SB: Ihrem Portrait, auf www.ningmui.ch habe ich entnommen, dass Sie 16-jährig mit Kung Fu be-gonnen haben und zwar mit Yang Tai Chi Chuan, Qi Gong, Meditation und Atemtechniken. Wie kommt es, dass sich ein 16-Jähriger Disziplinen zuwendet, die weniger auf Action als vielmehr auf Ruhe und Verinnerlichung ausgerichtet sind?

LR: Das hat ganz praktische Gründe. Bis zu meinem 21. Lebensjahr litt ich unter schwerem Asthma. Damit verbunden waren zahlreiche Krankenhausaufenthalte sowie die Tatsache, dass ich nicht der kräftigste Schüler war und Gewalt in den verschiedensten Facetten kennen gelernt habe. Behindert durch Asthma konnte auch mein Bedürfnis nach Sport nicht befriedigt werden. Im Gegenteil – prognostiziert war ein Leben im Rollstuhl.

Mein Vater war Psychologe. Ich war 14-jährig, als er mich ermunterte, autogenes Training zu praktizieren. Daneben führte ich Gespräche mit meinem Götti, einem wirklich weisen Mann, der mich in klassischer Musik und Philosophie einführte. Als dann im Fernsehen eine amerikanische Kung Fu-Serie lief, die mich stark beeindruckte, besorgte ich mir das Buch „Kung Fu“ von Michael Minick und begann mit den darin beschriebenen Übungen. Das Resultat dieser Übungen war, dass die Atmungsschwierigkeiten schon nach wenigen Wochen stark nachliessen. Es ist schwer zu beschreiben, wie Selbstvertrauen und Lebensfreude zunehmen, wenn man erfahren darf zu was man fähig ist und wie der Körper gesundet. Meine Lunge glich mit 20 Jahren derjenigen eines 65-jährigen starken Rauchers. Heute entspricht sie durchaus dem Durchschnitt meiner Altersgruppe. Auf diesen Erfahrungen gründet mein Bedürfnis, Selbstsicherheit und Lebensfreude weiterzuvermitteln.

SB: Gibt es Menschen, denen Sie Kung Fu ganz besonders empfehlen, bzw. solche, denen Sie eher davon abraten würden?

LR: Unser Marketingpapier ist das Produkt einer Gratwanderung zwischen der Kung Fu-Philosophie und den Problemstellungen des Alltags in unserer Gesellschaft. Es beinhaltet eine Abgrenzung körperlicher oder geistiger Behinderungen, die spezielle Trainings verlangen und unsere derzeitigen Möglichkeiten überschreiten würden, sowie kriminelle




Ausrichtungen. Allerdings bilden unsere 500 Schüler ein breites Spektrum bezüglich Eignungen, Neigungen und Altersklassen. Der älteste Schüler ist 72-jährig.

SB: Lex Reinhart, wir haben von Ihnen noch viel erfahren über die philosophischen Bedeutungen des Schwerts einerseits und die ganz konkrete Bedeutung, die es für Sie persönlich hat. Wir konnten nachvollziehen, dass das Training mit dem scharfen Schwert eine Achtsamkeit verlangt, die sich im Alltag auf allen Gebieten bemerkbar macht. Auch über die bereits erwähnte Chan-Geschichte „Der Ochs und sein Hirte“, die sich wie ein roter Faden durch Ihr Leben zieht. Leider sprengt die volle Wiedergabe des Gesprächs den Rahmen dieses Interviews. Wir empfehlen unseren Besuchern, die mehr erfahren möchten, das Video „What a Feeling!“, welches bei Ihnen bezogen werden kann. Darauf sind nicht nur Trainingsmethoden und die Räumlichkeiten Ihrer Schule aufgezeichnet, sondern auch die Ochsen- Hirten-Geschichte mit einem Text von Peter Bögli sowie eine Darstellung der Fünf-Elemente-Lehre.

Lex Reinhart, wir danken Ihnen ganz herzlich für dieses Gespräch.

igsb



[Druckansicht](#) 

[Seitenanfang](#) 