

*Dies ist ein Buch für alle, die wirklich tun wollen,
was sie sich vorgenommen haben.*

*Gewidmet allen Meistern der Kampfkunst, allen voran
meinem Sifu Baklayan.*



DAS GEHEIMNIS DER SELBSTDISZIPLIN

»Meister, was ist Selbstdisziplin?« Ich blicke in gutmütige, mandelförmige Augen, die in einem Moment Erstaunen ausdrücken, im nächsten Augenblick voller Kraft und Ausdrucksstärke auf mir ruhen. Der Meister nimmt sich alle Zeit für eine Antwort. Dann greift seine Hand zum Bambuspinsel und führt diesen in die Tusche. Die andere Hand umfasst den Ärmel, damit dieser nicht durch die Farbe streift. Jede Bewegung des Meisters ist voller Anmut und Perfektion. In genau gemessenen Strichen entstehen auf dem Reispapier zwischen uns Schriftzeichen, ein Kunstwerk. Der Pinsel gleitet erst langsam, dann schnell, zaghaft und wild. Die Tusche bildet kleine Pfützen an genau den richtigen Stellen. Erst als der Pinsel wieder auf dem Block ruht, beuge ich mich vor, um auf das Blatt zu blicken. Ich sehe nicht das, was ich erwartet habe. Ich schaue auf das Blatt. Das erste Zeichen muss wohl Selbst bedeuten. Das zweite Zeichen ist das, das man allgemein für Kontrolle verwendet, und das dritte ist ganz eindeutig Herz. Meine Augen blicken ratlos. Dann spricht der Meister: »Ihr nennt es Selbstdisziplin, für uns ist es Moral.«

白制心





VON DEM, DER AUSZOG, DAS KÄMPFEN ZU LERNEN

Der Herrscher des Vorgartens

Was bringt einen Jungen deutscher Eltern mit bayrischen Wurzeln und blonden Haaren dazu, sich den Shaolin zuzuwenden? Unsicherheit. Aus für mich mysteriösen, beängstigenden und als Kind nicht nachvollziehbaren Gründen musste meine Familie ständig umziehen. Wechselnde neue Umgebungen, neue Häuser, meistens mit Sicherheitsvorkehrungen, aber glücklicherweise immer mit großem Garten. Ein unbestimmtes Gefühl von Gefahr lag ständig in der Luft. Die besorgten Augen meiner Mutter, die Herren mit den Sonnenbrillen, die Pistole in der Schublade ...

All das gab es, weil mein Vater im Auftrag Deutschlands für Interpol arbeitete, also in meinen Augen so eine Art Polizist war. Meine Freunde von der deutschen Schule in Rom sagten, mein Vater sei ein Mafijäger, und ich fand, das klang gut.

Während ich, stets ein wenig zu behütet, zum Herrscher unseres Vorgartens heranwuchs, fand vor unserem Gartentor das echte Leben statt. Und ich bekam davon nichts mit. Das änderte sich, als ich mein erstes Fahrrad bekam und wir aus der Via Ardeatina im Zentrum Roms an den Stadtrand, näher ans Meer zogen. Von dort