

NEUE SCHWYZER ZEITUNG



Reisen Immer mehr Schweizer reisen auf eigene Faust – ohne Gruppe. Das birgt vielerlei Gefahren. **3**

Küssnacht Der älteste Dorfteil ist baufällig. Die Rigistrasse erhält deshalb ein neues Gesicht. **20**

Rickenbach Der buddhistische Kampfmönch Jeong Gyeong zeigte seine Kampfkünste. **21**

Weisheiten eines Kampfmönchs

RICKENBACH Der buddhistische Mönch Jeong Gyeong meditiert zwölf Stunden am Tag. Am Samstag präsentierte er seine Kampfkünste und gab Einblick in Weisheiten.

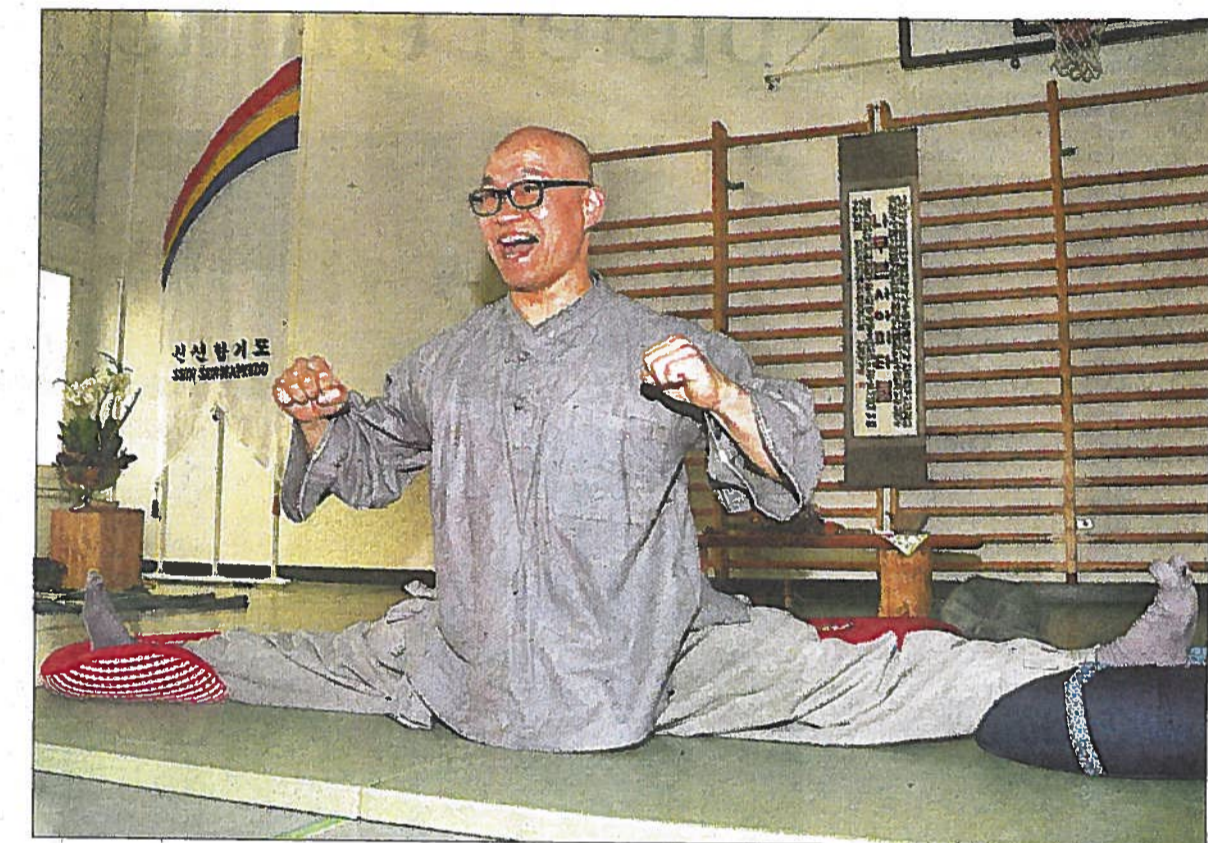
ANDREA SCHELBERT
andrea.schelbert@schwyzerzeitung.ch

So einen Anlass erlebt man selten: Am Samstagnachmittag gastierte der koreanische Kampfmönch Jeong Gyeong in der Turnhalle Rickenbach. Der 40-jährige Südkoreaner, der in einem buddhistischen Kloster lebt, begeisterte die 100 Teilnehmer mit seiner herzlichen Art. Er hielt einen Workshop über die koreanische Kampfkunst Shinson Hapkido. Seine Worte wurden von Ko Myong, dem Gründer von Shinson Hapkido, übersetzt. Unter anderem gab Jeong Gyeong den Anwesenden Einblicke in Buddhas Unterweisungen.

«Wir müssen lernen, unsere Gedanken zu beherrschen. Denn der Kopf macht unseren Körper müde, und wir verbrauchen so viel Energie», sagte Jeong Gyeong. Er motivierte das Publikum auch, sich mit Fragen wie «Wieso lebe ich?», «Was möchte ich in meine Leben erreichen?» oder «Was oder wer war ich, bevor ich geboren wurde?» auseinanderzusetzen. «Was nützt es mir, wenn ich wissen will, wer ich vor meiner Geburt war? Soll ich nicht im Hier und Jetzt leben?», fragte ein Mann. Der Koreaner antwortete, dass solche Fragen zum Ziel führen sollten, den eigenen Weg zu erkennen. «Es geht darum, das Hamster- rad zu verlassen, die Mauern abzubauen und die Gewohnheiten aufzugeben.»

Schluckweise dem Tod entgegen

Wie ein Guru ohne Starallüren – so wirkte Jeong Gyeong, als er geduldig und mit viel Hingabe die Lehren Buddhas verständlich machte. Und seine charmante, humorvolle Art erinnerte auch an Dalai Lama. Zwölf Stunden meditiert der buddhistische Mönch täg-



Für den buddhistischen Kampfmönch Jeong Gyeong ist der Spagat keine grosse Sache.

Bild Andrea Schelbert

lich. «Das ist Wahnsinn», kommentierte Ko Myong. Jeong Gyeong demonstrierte anhand eines Glases Wasser, wie er das Leben und den Tod in Verbindung bringt. Er trank schluckweise etwas Wasser, bis das Glas leer war. So sei es auch im Leben: «Wenn Sie geboren werden, gehen Sie bereits dem Tod entgegen. Egal, was Sie machen oder welche Medikamente Sie nehmen, Ihr Leben wird immer kürzer. Das können Sie nicht ändern. Doch nur wenige Menschen leben in dem Bewusstsein, dass das Leben ein Ende hat.» Der Buddhist forderte die Anwesenden dazu auf, sich Gedanken darüber zu machen, wie viele ihrer Tage glücklich und lustig

wären. «Wir müssen im Jetzt leben. Die Menschen sind wie Hamburger: Zwischen Vergangenheit und Zukunft eingeklemmt. Das ist wie ein Gefängnis. Ich wünsche Ihnen, dass Sie sich auf das Jetzt konzentrieren.»

Selbstsicherheit gewonnen

Nach den Weisheiten folgte Action: Jeong Gyeong wärmte sich mit Spagat und anderen Verrenkungen auf die bevorstehenden Sparrings ein. Freiwillige durften dann mit ihm auf die Matte. Der Buddhist genoss diese Begegnungen, er lachte oft und präsentierte seine Künste auf eine spielerische Art. Gisela Tschan, welche die Shinson-

Hapkido-Schule in Schwyz führt, freute sich über diesen Besuch: «Es ist eine grosse Ehre für mich, dass ich diesen Anlass organisieren durfte», sagte die 48-Jährige. Grund des Besuchs sei das 30-Jahr-Jubiläum von Shinson Hapkido und auch die Tatsache, dass sie als erste Frau in der Schweiz einen Dojang (Schule) führe. Gisela Tschan besitzt den 2. Dan (schwarzen Gurt) im Shinson Hapkido. Für sie ist diese Kampfkunst auch eine Lebensschule. «Ich habe gelernt, mich Herausforderungen zu stellen und Ängste zu überwinden. Ich bin dank Shinson Hapkido selbstsicherer geworden und habe so mehr innere Kraft gewonnen.»