

Eine Reise durch Dreitausend Jahre

Sengende Wüsten und endlose Reisterrassen, heruntergekommene Wohnviertel und schillernde Wolkenkratzer, sozialistische Propaganda und florierende Marktwirtschaft. China scheint auf den ersten Blick wie ein Widerspruch in sich. Und tatsächlich vereint das einwohnerreichste Land der Welt Kontraste in sich, die nicht einmal auf einem kompletten Kontinent wie Europa derart verschieden sind. Wer China erleben möchte, muss sich daher nicht nur auf eine Reise durch ein riesiges Land einstellen, sondern auch auf eine Reise durch dutzende von Kulturen, Klimazonen und Sprachen, und allem voran auf eine Reise durch über Dreitausend Jahre Geschichte.

2014 bin ich das erste Mal nach China gereist und war nicht bloß vollkommen überwältigt, sondern wahrhaft überfordert. Seitdem bin ich jedes Jahr wieder zurückgekommen und verstehe vieles, was mir damals fremd und merkwürdig erschien. Angefangen von chinesischer Geschichte, über Benehmen, Politik, Essen und anderen Alltagsthemen möchte ich im Folgenden einen Einblick darüber geben, wie sich China für einen ahnungslosen Europäer anfühlt, und vor allem warum Chinesen so sind, wie sie sind.

Eine unbekannt Nation

Fragt man einen Europäer danach, was er mit China verbindet, gibt es eine Handvoll Antworten, die man erhalten kann. „Billige Sachen“ ist wohl am häufigsten zu hören, „Hunde essen“ hat sich als Stereotyp immer noch gehalten, und „Hähnchen Süß-Sauer“ ist der Klassiker von all jenen, die den Vietnamesen bei sich um die Ecke für ein China-Restaurant halten. Die Wahrheit ist, dass der Großteil der Europäer gar kein genaues Bild von China hat, und falls doch, ist es meist negativ und voller Vorurteile.

Warum sich solche Vorurteile in einer globalisierten Welt immer noch halten, ist schwer zu erklären – warum über China so wenig bekannt ist hingegen nicht. Nach dem zweiten Weltkrieg bis vor ziemlich genau vierzig Jahren war China nämlich in etwa so stark in die Weltwirtschaft eingebunden wie Nordkorea heute. Was als Bild von China daher existiert, ist vor allem das, was nach der Reform- und Öffnungspolitik 1978 passiert ist. Vieles ist daher nicht völlig aus der Luft gegriffen. Tatsächlich war China durch billige Arbeitskraft und Staatssubventionen einmal die „Werkbank der Welt“, Hähnchen Süß-Sauer ist in vielen Restaurants zu finden (wenn auch sehr anders als in Europa), und es existieren Dörfer im Süden Chinas, wo teilweise noch Hundefleisch gegessen wird. Doch worüber man sich im Klaren sein muss ist, dass vierzig Jahre ein winziger Bruchteil chinesischer Geschichte sind, und dass sich die Volksrepublik in diesen vierzig Jahren wahrscheinlich mehr verändert hat, als jedes andere Land der Welt.

Kaiserdynastien und Revolutionäre

Chinas Anfänge als Staat lassen sich erstaunlich genau zurückverfolgen. Im Jahre 221 v.Chr. wurde China unter Führung des Königreichs Qin vereint, wodurch das chinesische Kaiserreich begründet wurde, welches bis 1912 existieren sollte. Die Zahlen an sich wirken auf den ersten Blick nicht besonders eindrucksvoll, daher lohnt sich ein Vergleich mit Europa. China als vereinter Staat begann zu existieren, als in Rom noch lange nicht an ein Römisches

Reich zu denken war. Die Geschichte Chinas beginnt jedoch nicht erst mit der ersten Kaiserdynastie, sondern je nach Quelle bis zu 2000 Jahre zuvor, wobei die Jahre vor 1500 v.Chr. nicht mehr genau nachverfolgt werden können. Das antike Griechenland zum Vergleich entstand vor ca. 3000 Jahren – ein für uns bereits unvorstellbarer Zeitraum. Und doch leben Chinesen wie selbstverständlich mit dem Erbe aus dieser Zeit. Die Lehren des Konfuzius sind mittlerweile 2500 Jahre alt, und doch allgegenwärtig. Wie oft hingegen findet sich im deutschen Alltag ein Hinweis auf Platon oder Sokrates? Es gibt viele weitere Vergleiche, die man an dieser Stelle anführen könnte, doch das Resultat ist dasselbe: China zu verstehen bedeutet mehr als die Gegenwart zu erleben, denn ein Großteil der Kultur ist nur dann zu verstehen, wenn man einen Blick in die Vergangenheit wirft. Und diese ist nicht nur geprägt von Konfuzianismus und Kaisermonarchie, sondern auch von kommunistischer Revolution und Ein-Parteien Staat.

Benehmen und Etikette – Warum man Chinesen nie streiten sieht

Einer der ersten Eindrücke der sich bietet, sobald man in China ankommt ist, dass es unheimlich laut ist. Nicht nur die Lautstärke, in der Chinesen sich unterhalten, sondern auch die Lautsprecherdurchsagen an jeder Ecke, der Verkehrslärm durch hupende Motorräder und Handys auf voller Lautstärke lassen einen nicht los, egal ob Stadt oder Land. Während manch einer den Trubel als unangenehm empfindet, ist es für Chinesen normal, dass selbst nachts Autos hupen, als ob China gerade die Fußball-WM gewonnen hätte. Dass die Wahrnehmung über alltägliche Sachen so unterschiedlich ist sorgt dafür, dass sowohl Deutsche in China als auch Chinesen in Deutschland durch ihr Benehmen stark anecken können.

Ein wunderbares Beispiel dafür ist Kommunikation. In chinesischen Konversationen existiert nur eine Lautstärke, egal in welcher Situation. Man ist es aus Deutschland gewohnt, dass man in der Öffentlichkeit am Telefon die Stimme senkt, oder bei privaten Gesprächen die Umstehenden nicht mithören lässt, ganz anders jedoch in China. Man kann nicht nur jede Konversation mitverfolgen, sondern teilweise wird sogar das Handy beim Telefonieren in der Öffentlichkeit auf laut gestellt. Der Grund dafür ist, dass Privatsphäre hier nicht als so wichtig erachtet wird, wie in Deutschland. Darüber hinaus spricht man in China aber generell lauter. Des Öfteren fragen mich Kommilitonen, die das erste Mal in China sind, ob sich die zwei Personen, die gerade an uns vorbeigegangen sind gestritten haben. In Wirklichkeit haben sich die zwei wahrscheinlich gerade darüber unterhalten, wie lecker das Essen in dem Restaurant war, in welchem sie gerade gegessen haben. Mandarin-Chinesisch klingt für europäische Ohren aufgrund der vielen plosiven Laute einfach sehr aggressiv, und wenn es dazu noch entsprechend laut gesprochen wird ist die Verwirrung perfekt.

In fünf Jahren Erfahrung mit China habe ich allerdings erst ein einziges Mal einen wirklichen Streit gesehen, denn Chinesen versuchen normalerweise in jeder Situation einen Streit zu vermeiden. Selbst wenn nicht immer alles gerecht ist oder jemand unhöflich ist, wird es allgemein hingenommen und im Stillen verurteilt. Während sich in Deutschland über den schlechten Service echauffiert wird, sobald man im Laden mehr als fünf Minuten warten muss, kommt in China nach einer halben Stunde höchstens die zögerliche Frage: „Dauert es noch lange?“. Diese Eigenschaft gründet sich vor allem im Konfuzianismus, in welchem Harmonie als überaus wichtig gilt. Teilweise behalten Chinesen aber auch deswegen ihre Meinung für

sich, da der Staat Meinungsfreiheit nur in Grenzen duldet. In vielen Situationen ist dieses Benehmen gut; es erleichtert das Zusammenleben, Konflikten aus dem Weg zu gehen und niemanden zu verärgern. Und tatsächlich wirkt die chinesische Gesellschaft sehr harmonisch. Das Problem für viele Ausländer ist, dass man sich nie sicher sein kann, ob der Gegenüber einem wirklich zustimmt, weil er derselben Meinung ist, oder weil er seine wahre Meinung einfach nicht äußert. Die Erfahrung, die ich bisher gemacht habe ist, dass Chinesen zwar nie direkt sagen würden, dass man etwas falsch gemacht hat oder dass man unhöflich ist, sie in diesen Fällen aber weiteren Kontakt eher vermeiden. Wenn Chinesen daher von sich aus den Kontakt aufrechterhalten, ist das ein Zeichen dafür, dass man einen guten Eindruck hinterlassen hat.

Der zweite große Unterschied im Benehmen ist gegenseitige Umsicht. An jeder U-Bahn Haltestelle und auf vielen Propaganda Plakaten wird auf Rücksichtnahme hingewiesen. Das Problem dabei ist, dass Chinesen in ihrem Leben zwischen zwei Gruppen unterscheiden. Erstere ist die Gruppe von Personen, die einem selbst nahe stehen, z.B. Freunde, Lehrer, Geschäftspartner usw. Auf all diese Personen wird große Rücksicht genommen. Egal in welcher Situation man sich befindet, ein Chinese wird versuchen so gut er kann zu helfen. Das Prinzip dabei heißt *Guanxi*, zu Deutsch *Beziehung*, was sinngemäß so viel bedeutet wie: Jeder Gefallen wird doppelt erwidert. Hat man also einmal einen Gefallen getan, kann man sich sicher sein, dass die andere Person diesen irgendwann, sei es nach zehn Jahren erwidern wird. Was natürlich im Umkehrschluss bedeutet, dass man danach selbst diesen Gefallen wiederum erwidern muss – im Prinzip ein endloser Kreis. Jeder noch so ferne Bekannte könnte daher potenziell zukünftig für einen Gefallen gut sein, und ist es deshalb wert mit äußerstem Respekt behandelt zu werden. Die große Mehrheit gehört hingegen leider zu der zweiten Gruppe, den Fremden. Das bedeutet nicht, dass Chinesen Fremden gegenüber generell unfreundlich sind, man könnte es eher als Gleichgültigkeit bezeichnen. Auf Lächeln beim Service wird z.B. kein Wert gelegt, sogar Bedienungen in Restaurants schenken einem kaum Beachtung solange man sie nicht ausdrücklich ruft. Selbst Vordrängeln und Anhupen ist vollkommen üblich, wobei letzteres eher ein Warnsignal und im Gegensatz zu Deutschland keineswegs unhöflich ist.

Ein dritter Punkt in Sachen Benehmen, ist all das, was in Deutschland mit dem Knigge verbunden wird. Sachen wie nicht schlürfen beim Essen, Hand vor den Mund beim Gähnen usw. sind keine Ausdrücke guten Benehmens in China, da es nicht zur Kultur gehört. Noch heute erscheint es mir jedes Mal wenn jemand nießt komisch, dass niemand „Gesundheit“ sagt, dabei existiert in chinesischen Sprachen nicht mal ein entsprechender Ausdruck dafür. Chinesen sind eher pragmatisch, warum auch jedes Mal Gesundheit wünschen, obwohl nießende Personen oftmals gar nicht krank sind? Oder gar wie die Amerikaner wünschen, dass Gott einen segne? Sieht man es von der anderen Perspektive erscheinen diese westlichen Benimmregeln wahrscheinlich ziemlich seltsam. Eine dabei besondere Eigenheit von vor allem älteren Chinesen, auf die man sich im Vorhinein einstellen sollte ist das Spucken in öffentlichen Orten. Dabei wird zunächst alles aus Hals und Nase oder wo auch immer sich Schleim ansetzen könnte hochgezogen und dann auf einen beliebigen Punkt um sich herum gespuckt. Nicht nur für Ausländer sondern auch für die meisten jungen Chinesen ist das Geräusch das dabei entsteht ziemlich abstoßend. Da Spucken aber

anscheinend den Rachen frei machen soll wird also munter drauf los gespuckt, egal ob auf der Straße, in Parks oder sogar in Schwimmbädern. Sobald also jemand in der Nähe anfängt seinen neuen olympischen Rekord im Weitspucken vorzubereiten, sollte man am besten etwas Abstand halten.

Viele Verhaltensweisen wandeln sich aber schließlich mit der Zeit. Was generell auffällt ist, dass die junge Generation sich deutlich besser benimmt als die alte. Man kann es vorsichtig auf fehlende Bildung zu Zeiten Maos schieben, doch oben beschriebenes trifft vor allem auf ältere Personen zu. Jüngere Chinesen sind im Gegenteil äußerst hilfsbereit und sauber. Oftmals bekommt man Hilfe angeboten, obwohl man gar nicht danach gefragt hat. Und sowohl in U-Bahn und Bus wird sofort der Platz angeboten, sobald jemand älteres einsteigt. Eine genaue Anleitung, wie man überhaupt richtig spuckt, konnte mir glücklicherweise auch noch kein Chinese unter 30 geben.

Hygiene und Sauberkeit – Warum man vor einer Chinareise Kniebeugen machen sollte

Nachdem man als Tourist in China nun also schon seine Reflexe trainieren durfte, um Motorrädern und anderem Übel auszuweichen, erwartet einen die nächste körperliche Herausforderung, sobald man auf eine öffentliche Toilette muss. Wer schon einmal in Frankreich an einer Autobahnraststätte aufs Klo gegangen ist, erlebt wahrscheinlich ein Déjà-vu. Westliche Kloschüsseln, auf die man sich bequem setzen kann existieren nämlich nur an Orten, an denen häufiger Ausländer anzutreffen sind. Traditionelle chinesische Toiletten bestehen hingegen nur aus einem Loch im Boden. Die richtige Benutzungsweise ist, sich hinzuhocken, ohne dass ein Kleidungsstück den Boden berührt. Ist man so wie ich hingegen ohne das Talent geboren, sich hinzuhocken sodass die Fersen den Boden berühren, stellt solch eine Situation ein großes Debakel dar. Bis heute ist mir schleierhaft, wie sogar Chinesinnen in hohem Alter es schaffen, vollkommen ohne Probleme und ohne die Kleidung zu ruinieren solche Toiletten benutzen. Wahrscheinlich muss man als Kind schon anfangen Kniebeugen zu machen, denn bequem ist es definitiv nicht.

Auch wenn es einem nicht schwerfällt, chinesische Toiletten zu benutzen, sollte man möglichst nur in Shoppingcentern oder guten Restaurants die Toiletten benutzen. Gerade in Parks oder öffentlichen Toiletten ist es generell so dreckig, dass man am liebsten nicht einmal den Wasserhahn anfassen möchte. Zudem darf man niemals vergessen in diesen Situationen irgendeine Art von Tüchern dabei zu haben, denn Klopapier gehört keineswegs zur Grundausstattung.

Sollte man indes planen in China eine Wohnung zu mieten, oder wie die meisten Studenten in einem Wohnheim zu leben, darf man auf keinen Fall mit dem Standard rechnen, wie er z.B. in Hotels gilt. Die meisten trifft der Schock, sobald sie ihr neues Zimmer sehen, denn in China gilt generell: Nur so viel Sauberkeit wie nötig. An Flecken an der Wand, kaputtem Laminat o.Ä. darf man sich nicht stören, denn was in China als sauber und was als dreckig gilt, ist vollkommen anders als in Deutschland. Während im Studentenwohnheim also zweimal pro Tag der Boden auf allen Fluren gewischt wird, sehen die Wände aus, als wäre jemand darauf entlanggelaufen. Schimmel in den Bädern ist genauso normal, wie kaputte Fußleisten und klemmende Fenster. Auch in bezahlbaren Apartments sieht es zunächst meist so aus. Dreck

und Schimmel kann man selbst zum Glück gut bekämpfen, mit dem Rest muss man sich einfach abfinden. Und ehrlich gesagt gewöhnt man sich mit der Zeit daran, denn es ist zwar auf Dauer ärgerlich, aber keineswegs wirklich schlimm. Deutsche sind was Sauberkeit und Ordnung angeht in manchem einfach zu penibel, nicht nur im Gegensatz zu Chinesen, wie man in einem internationalen Studentenwohnheim gut feststellen kann.

Kleidung und Mode – Warum Karl Lagerfeld in China der Schlag getroffen hätte

Haben Sie schon einmal von Meters/bonwe gehört? Falls der Name für Sie unaussprechlich ist, oder Sie sich immer noch fragen, ob der Schrägstrich ein Tippfehler ist, wissen Sie wahrscheinlich genau so wenig über Chinesische Mode, wie ich vor meiner ersten Chinareise. Eine kurze Internetsuche auf Google (oder Baidu, für alle die chinesisches Internet benutzen) ergibt, dass obige Marke Marktführer für Alltagskleidung in China ist. Dass es Meters/bonwe bisher nicht bis auf den europäischen Markt geschafft hat, liegt wahrscheinlich nicht nur an dem gewöhnungsbedürftigen Namen, sondern auch daran, dass der chinesische Kleidungsstil vom europäischen genauso weit entfernt ist, wie die geografische Distanz zwischen den beiden Regionen.

Einen genauen Dresscode gibt es für die meisten Situationen nicht, daher kann man tagtäglich viele ausgefallene Outfits bestaunen. Ältere Chinesen kleiden sich beim Sport teilweise noch in Hemden aus Seide, Chinesinnen tragen bei strahlendem Sonnenschein einen Regenschirm, damit ihre Haut weiß bleibt, Pärchen tragen die gleichen Klamotten, damit jeder weiß, dass sie zusammen gehören und immer wieder läuft einem jemand in Schlafanzug über den Weg. Overdressed oder underdressed kann man hier nicht sein, das beweisen Chinesen tagtäglich. Sogar in einen Louis Vuitton oder Gucci Laden kann man Männer in Jogginghose rein- und mit fünf Einkaufstüten rauskommen sehen. Wie sagte Karl Lagerfeld einmal? „Wer eine Jogginghose trägt, hat die Kontrolle über sein Leben verloren.“ In China hätte ihn vermutlich der Schlag getroffen. Der Grund, warum Chinesen sich so willkürlich kleiden ist recht simpel. Mode ist in China einfach nicht das Statussymbol, wie in der westlichen Welt. Während in der U-Bahn Prada (vom Fake Markt) getragen wird, sitzt zehn Meter darüber jemand in Unterhemd in seinem extra langen Mercedes auf dem Rücksitz und wird chauffiert. Der erste Eindruck jedenfalls täuscht in China meistens.

Möchte man trotz allem einmal Kleidung kaufen gehen, stellt man schnell fest, dass chinesische Marken gar nicht so einfach zu finden sind. Zara, Jack and Jones und H&M findet man hingegen in jeder Mall, lustigerweise manchmal sogar mehr als einmal. Das Preisniveau ist dabei mehr oder weniger identisch wie in Deutschland, die Größen aber vollkommen anders. Wer in Deutschland S trägt greift hier besser zu L. Ansonsten sollte man Ausschau nach teuren Läden mit traditioneller chinesischer Kleidung halten, die es in hochwertigen Einkaufszentren gibt. Man kann sich zwar wahrscheinlich nichts davon leisten, vor allem die Kleider sind aber wunderschön und vielleicht kann man als Frau auch mal die Bedienung überreden, ein Qipao anprobieren zu dürfen. Das ist dann in etwa das gleiche Erlebnis, was Chinesinnen im Dirndl haben

Chinesische Küche – Warum Chinesen Essen für den Himmel halten

Was in Deutschland die Maultaschen sind, sind in China die Wonton. Rinderbrust, so zart wie ungarisches Gulasch findet man in vielen Variationen, und Pasta gibt es sowieso an jeder Ecke. Haben Sie sich hingegen schon einmal vorgestellt, Maultaschen mit Löwenzahn zu füllen? Oder Spaghetti als Suppe zu essen? Oder würden Sie in ein Restaurant gehen, wo man Ihnen zum Hähnchen den Kopf serviert? Was es in Europa gibt, hat die chinesische Küche meistens längst zu bieten. Der große Unterschied dabei ist, dass in China Essen nicht nur Mittel zum Zweck ist, sondern der Mittelpunkt des Lebens. Was man daher in Restaurants teilweise aufgetischt bekommt, übersteigt oftmals die Fantasie dessen, was noch als Lebensmittel gezählt werden kann. Zugegebenermaßen essen wir Deutschen auch eine Menge komischer Sachen. Leberwurst klingt für einen Chinesen zum Beispiel ziemlich unappetitlich. Da sich Zutaten, Gewürze und vor allem die Einstellung gegenüber Essen letztendlich so grundlegend unterscheidet, wird Essen in China schneller zu einem wichtigen Thema, als einem lieb wäre.

Was man jedem Ausländer für den Anfang raten sollte, ist: Finger weg von Straßenständen. Abgesehen davon, dass man sich in China an den Geschmack gewöhnen muss, gilt nämlich ganz besonders, dass man sich zuerst an die Sauberkeit des Essens gewöhnt. In „normal“ aussehenden Restaurants ist es vollkommen unbedenklich zu essen, es gibt aber eine Vielzahl an Restaurants und Imbissen, die wegen Hygienestandard, Brandschutz oder Ähnlichem in Deutschland nicht einmal eröffnen könnten. Während man als Tourist lieber vollkommen auf diese Art von Restaurants verzichtet, kann man bei einem längeren Chinaaufenthalt nach einigen Wochen anfangen, kleinere Restaurants oder auch Straßenstände auszuprobieren. Orientieren kann man sich dabei an den bunten Smileys, welche in Restaurants normalerweise hängen. Wie bei einer Ampel gilt bei „Grün“: unbedenklich, bei „Gelb“: vorsichtig sein, und bei „Rot“: auf eigene Gefahr. Leichte Magenschmerzen sind wegen der Essensumstellung so oder so vorprogrammiert, probiert man aber direkt alles aus, können weitere unschöne Sachen auftreten. Hat sich der Magen dann aber einmal eingewöhnt, wird man schnell feststellen, dass die kleinsten und unscheinbarsten Restaurants oft am besten schmecken.

Etwas, das man wahrscheinlich vorher schon feststellt ist, dass das Thema Essen allgegenwärtig ist. Wird man von einem Chinesen eingeladen heißt es meistens: „Lass uns zusammen etwas leckeres essen“, und tatsächlich verbringt man dann die meiste Zeit zusammen essend. Selbst wenn man zusammen Sport macht, shoppen geht usw. wird einem sofort die Frage gestellt: „Was möchtest du heute Abend essen?“. Da ich normalerweise nicht von morgens bis abends durchplane, was ich zu essen gedenke, heißt meine Antwort fast immer: „Mir egal“, worauf ich generell vollkommen unverständige Blicke ernte. Ob Mittag- oder Abendessen, für Chinesen ist die simple Aktion, Nahrung zu sich zu nehmen, ein Ereignis. Tatsächlich existiert genau aus diesem Grund sogar ein chinesisches Sprichwort: „Das Volk hält Essen für den Himmel“. Zugegebenermaßen gibt es in China viele leckere Gerichte, aber nach einer Woche von scharfem, süßem, saurem und teilweise allem gleichzeitig, sehnt sich der Magen nach einem einfachen Stück Brot oder klarer Hühnerbrühe.

Gerichte mit wenigen Gewürzen schmecken für Chinesen einfach fad. Eins meiner Lieblingsrestaurants bekommt teilweise Beschwerden, dass das Essen schlecht gewürzt ist, während ich mich darüber freue, etwas Leichtes für den Magen zu bekommen. Chinesen funktionieren eben anders, auch beim Thema Essen.

Sport und Gesundheit – Warum man keine übergewichtigen Chinesen findet

Für Sporttreibende ist China ein Paradies. Besonders als Student hat man an jeder Universität hunderte Möglichkeiten sich sportlich zu betätigen, egal ob Schwimmen, Tennis, Fußball, Basketball oder selbst ausgefallene Sportarten wie Kung-Fu und Drachenboot. Der Hochschulsport an deutschen Universitäten hat ein ähnlich breites Angebot, wird aber nicht so wie in China gelebt. Zu jeder Tageszeit sind die Sportplätze auf dem Campus hier belegt und das obwohl es davon reichlich gibt. Alleine der Campus der Tongji-Universität zählt vier Fußballplätze, neun Tennisplätze, ein dutzend Basketball- und Badmintonfelder, sowie Schwimmbad, Leichtathletikstrecke und vieles mehr. Dabei ist sie kein Einzelfall in China; auf dem Campus der angrenzenden Fudan-Universität steht sogar ein Stadion, welches so manchen Bundesliga Zweitligisten in den Schatten stellt. Das übliche Clubleben, wie man es aus Deutschland kennt, gibt es gar nicht. Sportplätze sind überall in der Stadt verstreut und können auch ohne Clubmitgliedschaft für wenig Geld oder teilweise kostenlos genutzt werden.

Vom Staat und den Bildungsinstituten ist das alles nicht nur erwünscht, sondern wird aktiv gefördert. Chinesische Studenten müssen pro Semester einen Sportkurs belegen und eine Mindestanzahl an Punkten vorweisen, die sie im Semester beim Sport erwerben können. Da das System leider wie so vieles mehr Schein als Sein ist, gehen viele Studenten Abends eine Runde auf der Joggingstrecke spazieren, scannen ihre Studentenkarte ein und bekommen dafür einen Sportpunkt. Man kann also auch ohne jeglichen Sport die nötigen Punkte bekommen. Sportförderung wird allerdings auch anderweitig betrieben, und das mit Erfolg. Chinesische Studenten können ein geringes Stipendium bekommen, wenn sie im Sport gute Leistungen erzielen. Ein Freund von mir bekommt pro Semester in etwa 400€ von der Regierung, weil er im Tennis sehr aktiv ist. Die Summe erscheint zunächst klein, ist aber für chinesisches Preisniveau viel Geld und wäre selbst in Deutschland für viele Studenten wahrscheinlich eine große Erleichterung.

Wirft man einen Blick außerhalb der Universitäten, bestätigt sich der Eindruck einer sportliebenden Nation weiter. An vielen öffentlichen Plätzen und in jedem Park stehen Trainingsgeräte zur freien Verfügung, an denen sich vor allem ältere Personen fit halten können. Frauen über 50 findet man zudem jeden Abend in der ganzen Stadt in Gruppen tanzend, sogar im Winter. Von ausländischen Studenten gern als „tanzende Ayis“ bezeichnet (Ayi bedeutet auf Mandarin Tante), studieren sie zusammen Choreographien ein, die sie dann zu ihren Lieblingsliedern für jedermann sichtbar tanzen. Generell findet man Chinesen eher draußen als drinnen, Spaziergänge und Fahrradfahren gehört für viele fest zum Alltag.

Wahrscheinlich kommt es von dieser Einstellung, niemals die Gesundheit zu vernachlässigen, dass es kaum übergewichtige Chinesen gibt. Selbst bei Essen und Trinken kriegen Chinesen von Kindesbeinen an eingetrichtert, was gesund und was ungesund ist. Cola gilt gemeinhin als schlecht für die Knochen und wird vor allem von älteren Chinesen vollkommen verschmäht.

Stattdessen wird sowohl zuhause, als auch beim Sport und bei der Arbeit Tee getrunken. Grüner Tee wirkt anregend und wird besonders im Frühling gerne genossen, schwarzer Tee hingegen wirkt im Winter wärmend, während weißer Tee im Sommer gegen die Hitze hilft. Nach diesem System sind jegliche chinesische Speisen und Getränke kategorisiert. Alles hat eine besondere heilende Eigenschaft, teilweise kann man bestimmte Sachen nicht zusammen essen, und sogar auf die richtige Balance der Farben des Essens muss nach traditioneller Denkweise geachtet werden. Man muss sich als Ausländer auch schnell daran gewöhnen warmes Wasser zu trinken, denn kaltes Wasser gilt als schlecht für den Magen. Man bekommt in jedem Restaurant umsonst Tee oder heißes Wasser so viel man will, fragt man hingegen nach kaltem Wasser darf man sich wirklich auf Wasser mit Eiswürfeln einstellen und bekommt entsprechend entgeisterte Blicke zugeworfen. Ist man krank lautet ebenfalls der erste Tipp von jedem Chinesen, heißes Wasser zu trinken. Dann ist es egal, ob man eine Grippe hat, Halsschmerzen, Übelkeit oder Durchfall, heißes Wasser hilft scheinbar gegen alles.

Da es natürlich trotzdem Fälle gibt, in denen heißes Wasser allein nicht gesund macht, muss man eventuell in ein chinesisches Krankenhaus oder eine Apotheke. Den Unterschied zwischen privater- und gesetzlicher Krankenversicherung gibt es in China nicht, und so muss jeder im Krankenhaus erst zu fünf verschiedenen Schaltern rennen und zehn verschiedene Zettel und Formulare ausfüllen und abgeben, bevor die Behandlung beginnen kann. Die Idee ist wahrscheinlich, dass die Krankheit bis zur Behandlung dann schon von selbst weggegangen ist. Ob der zuständige Arzt dann Ahnung hat oder nicht ist ebenfalls teilweise schwer zu beurteilen, es lohnt sich auf jeden Fall einen Bekannten mitzunehmen, der sich mit den Abläufen auskennt. Ein ausländischer Freund hat leider einmal wegen einer Grippe vier Stunden lang im Krankenhaus eine Infusion bekommen, wodurch es eigentlich nur noch schlimmer wurde. Auch mit der verschriebenen Medizin ist es schwierig zu beurteilen, wie gut diese wirkt. In der Apotheke bekommt man jedenfalls immer mindestens ein Dutzend verschiedener Medikamente, die man bis zu fünf Mal am Tag einnehmen muss. Am besten deckt man sich vor seiner Chinareise mit Medikamenten ein, damit man im Notfall beruhigt bekannte Medizin nehmen kann.

All das ist schade, denn traditionelle chinesische Medizin ist eigentlich sehr gut. Ich bin selber bisher nicht so krank geworden, dass ich in ein Krankenhaus musste, sondern habe immer nur Freunde begleitet. In einer Praxis, die traditionelle Medizin praktiziert war ich deshalb leider noch nicht. Aus Erzählungen und von Freunden, die in Shanghai Medizin studieren weiß ich aber, dass die Behandlung hilft und wegen der unterschiedlichen Diagnostik manchmal besser hilft als westliche Medizin. Nicht umsonst hat sich chinesische Medizin seit tausenden von Jahren gehalten und selbst professionelle Athleten vertrauen heutzutage auf Akkupunktur, Schröpfen usw.

Die goldene Mitte - Warum China einen nicht mehr loslässt

Was sich von China für ein Bild abzeichnet, egal ob in Shanghai, Peking oder Ürümqi, ist einerseits aufregend und faszinierend, andererseits abstoßend und fremd und manchmal all das gleichzeitig. Doch ganz besonders gilt, dass die Erfahrungen, die man in China gewinnt, einem ein Leben lang erhalten bleiben. Vom ersten Schritt an, den man in das Reich der Mitte

setzt, wird man mit einer vollkommen anderen Denk-, Handels- und Lebensweise konfrontiert, und das jeden Tag aufs Neue. Man muss nicht alles mögen, auf das man stößt, sondern einfach mit offenen Augen und Ohren jeden Tag erleben. Viele Ausländer finden sich in China nicht zurecht, weil sie das Land nur aus ihrem eigenen Blickwinkel betrachten. Wirft man allerdings einen Blick hinter den ersten Schein, wird man das Land im Handumdrehen lieben lernen. Und wenn man China einmal verstanden hat, lässt es einen nicht mehr los.

Maik Stubbe, Shanghai den 14.04.2019