

SOMMERAKADEMIE FÜR TAIJIQUAN UND QIGONG IN ALTERODE ODER FAMILIENURLAUB EINMAL ANDERS

Ein Erfahrungsbericht von Peter Wolfrum

Die MAGDEBURGER SOMMERAKADEMIE FÜR TAIJIQUAN UND QIGONG fand vom 16.-23.08.2002 nun bereits zum 8. Mal statt. Seit 2000 ist die Heimvolkshochschule in Alterode (Harz) der Veranstaltungsort. Die Angebote reichten von der 42er Schwert-Wettkampfform (Jian Gui Yan), über Regenbogenfächer (Sonja Blank) und Anwendungen aus verschiedenen Formen (He Lin Lin) bis zu einem Kalligraphiekurs (Anne Katrin Albrecht).

„Papa, ist es noch weit?“ – „Nein, wir sind bald da, es dauert gar nicht mehr lange! Schau‘ doch mal aus dem Fenster wie schön es hier ist.“

Nach den sintflutartigen Regenfällen der letzten Woche, ist pünktlich zum Beginn der Sommerakademie der namensgebende Sommer wieder eingezogen. Alterode liegt am Südrand des Harzes nahe Quedlinburg ganz einsam in reizvoller Landschaft. Kaum zu glauben, dass sich in diesem verschlafenen Nest über 50 Taiji-Enthusiasten aus ganz Deutschland und Österreich einfinden sollen. Doch die 1991 errichtete Evangelische Heimvolkshochschule bietet in dieser Umgebung optimale Voraussetzungen sowohl zum effektiven Lernen als auch zum „Seele baumeln lassen“. Der große, parkähnliche Garten fügt sich wohltuend in die hügelige Umgebung ein und bietet viel Platz zum Üben im Freien.

„Mama, sind wir jetzt da?“ – „Ja Maya-Rosalie, wir sind endlich angekommen. Hier bleiben wir jetzt für eine Woche.“ – „Machst Du und Papa hier Taiji?“ Wir steigen alle aus dem Auto und unsere 3-jährige Tochter Maya-Rosalie zeigt ihrer jüngeren Schwester Loulou-Sophia was Taiji ist. Während ich von der langen Anreise geschafft und leicht genervt bin, steht sie da auf der Wiese und hebt im Zeitlupentempo ihre Arme, dreht sich ganz langsam nach links und rechts und ist mucksmäuschen still dabei.

Am Abend des Anreisetages stellte Sonja Blank, die Veranstalterin, die Lehrer/innen und das Programm vor:

- Jian Gui Yan (42er Schwert-Wettkampfform und Korrekturen: Lange Form Yang Stil, 32er Schwert-Form, 24er Peking-Form, Fächer, Doppelfächer)
- He Lin Lin (Anwendungen von Elementen aus der 24er Peking-Form)
- Sonja Blank (18-teiliges Taiji-Qigong, Regenbogen-Fächer)
- Thomas Luther-Mosebach (Pushing Hands, Taiji-Bewegungsprinzipien)
- Martin Ritter (Stock-Form, Duft-Qigong und Akupressur)
- Martin Neumann (13er Yang-Stil Säbel, Korrektur 48er Peking-Form)
- Anne Katrin Albrecht (Kalligraphie und Bewegungskunst)

Für die Teilnehmer war dies eine erste Gelegenheit sich gegenseitig kennenzulernen und endgültig ihre Kurswahl festzulegen.

Allmorgentlich versammelten sich alle auf dem Innenhof der Heimvolkshochschule. Unter Leitung von Frau Jian absolvierten wir zu chinesischen Klängen unsere „Morgengymnastik“. Auch einige Mitarbeiterinnen des Hauses liessen sich die Gelegenheit nicht entgehen, endlich einmal den Vorsatz nach mehr Bewegung in die Tat umzusetzen. Auf diese Weise gelockert suchten sie ihren Arbeitsplatz, wir unsere Kurse auf, die fast alle dank des anhaltenden trockenen Wetters im Freien stattfanden. So konnte man beim Spaziergang über das Gelände auf jeder Wiese eine Gruppe an ihrem Thema arbeiten sehen. Es war von der ersten Minute an eine tolle Atmosphäre, in der eine fruchtbare Arbeit und anregender Gedankenaustausch mit alten und neuen Bekannten sich entfalten konnten.

„Mama, was machen wir heute? Spielst Du mit mir?“ Mit zwei Kleinkindern mußten wir natürlich genau durchplanen, wer wann welchen Kurs belegt und wer für Maya und Loulou da ist. Da aber außer unseren Töchtern noch andere Kleinkinder mit ihren Eltern angereist waren, ergaben sich gute Betreuungsmöglichkeiten. Außerdem hat Sonja Blank vor Ort auch eine Kindergärtnerin aus dem Hut gezaubert. Während also Sabine und ich unserem Taiji frönen konnten, zogen es die Kinder vor, sich im Planschbecken oder auf der Rutschbahn zu erproben.

Gleich neben dem munteren Kindergeplapper übte eine Gruppe unter der Anleitung von Martin Ritter seelenruhig eine Taiji-Stock-Form. Dieses unproblematische Nebeneinander von Kleinen und Großen, von Einsteigern und Fortgeschrittenen, von Lehrenden und Lernenden (viele sind ja beides) war bezeichnend für die Stimmung dieser Woche.

Ich frage mich, ob es nicht eines Tages in Deutschland eine Taiji-Akademie geben könnte, an der man einige Monate in dieser intensiven Art und Weise zusammenlernen und –leben könnte?

Frau Jian bestach mit ihrer Genauigkeit in den Formen, ihrer Ausdauer und ihrem Willen uns beispielsweise an 7 Vormittagen die 42er Schwert-Wettkampfform zu vermitteln. Ich hoffe, wir haben sie nicht enttäuscht. Es herrschte jedenfalls eine sehr intensive Arbeitsatmosphäre, in der aber auch der Humor nicht zu kurz kam.

Besonders viel zu lachen gab es mit He Lin Lin, der uns Anwendungen der 24er Peking-Form nahebrachte und dessen Heiterkeit stark ansteckend wirkt. Im Laufe der Woche entwickelte sich daraus eine kurze Partner-Form, die sämtliche Techniken der Peking-Form enthielt. Unsere Interpretationen seiner Bewegungen schienen ihn teilweise etwas zu amüsieren. Es war einfach schön zu sehen und zu spüren, wie dieser mittlerweile 72jährige Meister Taijiquan spielt.

Anne Katrin Albrecht brachte einigen von uns an drei Abenden die Kunst der chinesischen Kalligraphie näher. Besonders gelungen war ihre Idee mit dem Pinsel in der Hand zu Musik unsere Lieblings-Sequenz aus einer Form zu laufen, diese Bewegung anschließend auf Papier zu bringen und im Folgenden immer weiter zu verdichten, bis sich schließlich individuelle Zeichen entwickelten.

Im Verlauf der Woche wurden die Abende in dem Maß länger und lustiger, in dem sich alle Teilnehmer besser kennenlernten. So wurden viele Ideen und Erfahrungen ausgetauscht und es wurde viel gelacht. Aber es gab auch manch ernstes Thema, besonders natürlich die verheerende Flutkatastrophe entlang der Elbe. Einige Teilnehmer waren direkt Betroffene. Fast alle reagierten mit Unverständnis auf öffentliche Kommentare, die einen Zusammenhang mit einer durch Treibhausgase mitverursachten Klimaveränderung verneinen.



„Zum Geburtstag viel Glück ...“, sangen alle im Speisesaal als Maya-Rosalie dort eintraf. Mittlerweile hatte sich herumgesprochen, daß sie heute ihren 3. Geburtstag feiert. Einige hatten sogar kleine Geschenke für sie. Da man die Feste eben da feiern muß wo sie fallen, hatten wir natürlich einige ihrer Geburtstagsgeschenke mit auf die Reise genommen (neben unserem fast gesamten Hausrat – so kam es mir jedenfalls beim Auto ent- und beladen vor).

Der Höhepunkt der Sommerakademie war der Galaabend. Die Lehrer/innen, Kursgruppen und einige Teilnehmer zeigten das Gelernte und einige besondere Schmankerln. Diese besondere „Show“ zogen auch viele Einheimische dem abendlichen Fernsehprogramm vor. Manche Zuschauer waren auch extra für diesen Abend angereist. Neben vielen anderen Darbietungen zeigte He Lin Lin eine Form des Daoyin-Yangsheng-Gong mit fast schon akrobatischer Bearbeitung, Sören Philipzik begeisterte mit dem Spiel der fünf Tiere (was besonders die Kinder (in uns) erheiterte) und Frau Jian zeigte in gewohnter Perfektion eine kurze Form des Sun-Stils. Den Abschluß markierte Martin Ritter mit seinem „Feuerstock“.

Alle waren beeindruckt von dem enormen Pensum, das in den Gruppen innerhalb einer Woche gelernt wurde. Nun gilt es weiter zu üben. Bis zur nächsten Sommerakademie....

© Peter Wolfrum 2002