

► **Fortsetzung:** Kommentar von Stefan Eichel

Der Ablauf und die Gliederung des Ausbildungsseminars bot meiner Meinung nach einen sehr harmonischen Rahmen und schuf stets eine positive Grundstimmung, die einen respektvollen und freundlichen Umgang miteinander ermöglichte. Ich denke jeder hat sich gut aufgehoben gefühlt, Schwächen und Stärken wurden gleichermaßen entspannt angenommen. Jeder konnte so unverstellt an sich arbeiten und wurde von den anderen Teilnehmern dabei unterstützt. Sehr bereichernd war zum einen, dass trotz der unterschiedlichen Herkunft und Erfahrung der Teilnehmer, immer die Möglichkeit gegeben wurde sich einzubringen und dies auch aufgenommen und diskutiert wurde, zum anderen ausreichend Raum bestand, sich über den Lernstoff auszutauschen, da jeder das Erlernte anders verarbeitet, erfühlt und erlebt hat.



Die Stärken des inhaltlichen Unterrichtsaufbaus lagen für mich vor allem in der Vielfältigkeit des Lernstoffes. Das Erlernen gesundheitlicher Übungen (auch aus anderen Gesundheitssystemen), kleinerer Taiji-Formen, QiGong und Partnerübungen haben den Unterricht sehr abwechslungsreich gestaltet und mir die Möglichkeit eines guten und runden persönlichen Trainingsaufbaus gegeben. Bereichert wurde der Unterricht durch die Einladung von Gastdozenten und Hospitanten, die immer wieder neue Impulse in die Gruppe getragen haben. Zusammen mit den Theorieabenden ist dadurch ein sehr buntes aber konvergentes Bild von Taiji entstanden. Ich fühlte mich oft ermutigt, mich eigenständig und autodidaktisch mit interessanten Themen auseinander zusetzen.

Mit dem Ausbildungsseminar ist für mich Taiji klar aus dem Hobbybereich herausgehoben worden. Taiji ist, ob manchmal störend oder zeitaufwändig mehr geworden als es in einem Jahr Kursunterricht der Fall gewesen wäre. Beim Training werden immer „Dominosteine“ angestoßen, die sich in Körper und Geist weiter ausbreiten. Im Ausbildungsseminar waren dies oft sehr viele, vor dessen Wirkung und persönlicher Auseinandersetzung ich mich nicht verschließen konnte und wollte, denn meistens waren diese Auseinandersetzung gewinnbringend an Erkenntnis für den eigenen Entwicklungsweg.

Die Ausbildungswochenenden sind immer anstrengend gewesen und haben mich manchmal an physische und psychische Grenzen geführt. Trotzdem spürte ich bei mir und den anderen Teilnehmern stets eine hohe Motivation und Arbeitsbereitschaft, die letztlich zum Lernerfolg beigetragen hat.