



Traditionell chinesische Körperkunst

# AKADEMIE

太極拳

## Qigong am Wörthersee (16. – 19. Juni 2022)

### Bericht von Hans Sulzer

Bei der Anreise ging die Welt unter. Hagelunwetter, Sturm und Sturzregen wie im nordatlantischen Winter – und die Wettervorhersage stimmte nicht wirklich optimistisch. Aber knapp vor Klagenfurt tauchte plötzlich der blaue Himmel auf, auf dem Wörthersee tanzten glänzende Sonnenstrahlen und Velden strahlte wie in einem Werbeprospekt. Wir nahmen das als gutes Omen für die nächsten Tage und sollten damit recht behalten.



Ort des Fortbildungsseminars und Unterkunft war das Familiengästehaus am Cap Wörth. Man hätte es nicht besser aussuchen können. Ein großzügiges Gelände direkt am See, alter Baumbestand in einer sanften Parklandschaft und eine kleine Bucht mit Stegen, wo wir unsere Morgeneinheiten direkt am Wasser durchführen konnten. Zimmer und Verpflegung waren durchaus in Ordnung und der Seminarraum ein kleiner Traum: groß, hell, luftig und leise.

Der Donnerstag war zum Ankommen und zur Einstimmung gedacht. Alle freuten sich darauf, unseren Lehrer Xiaoqiu zu treffen und die vielen Kolleginnen und Kollegen wieder zu sehen oder neu kennenzulernen. Es gab ein riesiges Hallo, Lachen, Umarmungen und Schulterklopfen, wie es halt so ist, wenn man in prächtiger Umgebung liebe Menschen aus Österreich und Deutschland trifft.





Am Abend stand die erste Einheit auf dem Programm: Kalligraphie!

Xiaoqiu hatte wie immer alles perfekt vorbereitet. Alle bekamen Pinsel, Tinte und Papier und los ging's. Unsere Versuche waren zwar ernsthaft, aber es war bald klar, dass bei den meisten schon noch Optimierungspotenzial vorhanden war. Xiaoqiu war natürlich viel zu höflich, um das so deutlich zu formulieren und es hat auf jeden Fall Spaß gemacht.



Der nächste Morgen begann mit einer Einheit am Seeufer und man musste zugeben: es hat eine eigene Qualität am Wasser in der frühen Sonne Daoyin-Übungen zu machen. Da vermisst man ein paar Minuten, die man länger hätte im Bett bleiben können, überhaupt nicht.



Freitag und Samstag waren hauptsächlich der „15-teiligen Daoyin-Übung zur Lebenspflege“ gewidmet. Xiaoqiu hatte sich wie üblich extrem viele Gedanken gemacht, wie er uns Ausführung und Hintergründe optimal näherbringen könnte und wir bemühten uns nach Kräften, seine Vorstellungen mit unserem Können in Einklang zu bringen. Der Zeitplan war von Xiaoqiu so vorgeschlagen worden, dass sich Übungseinheiten und Erholung optimal ergänzten und auch Zeit blieb, einen raschen Abstecher nach Velden oder in den Wörthersee zu machen. Das hob nicht nur die ohnehin hervorragende Stimmung, sondern war auch notwendig, um die riesige Menge an Informationen verarbeiten zu können.

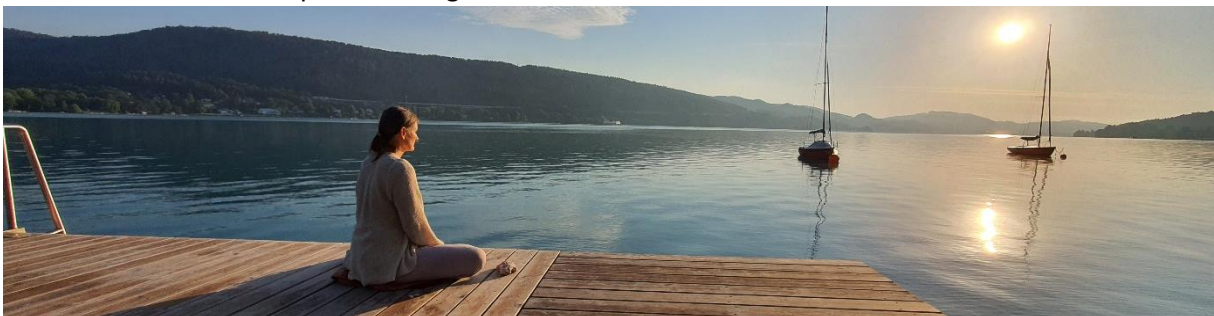




Am Freitagabend gab es eine weitere Kalligraphiestunde, die Schriftzeichen wurden komplizierter, die Bemühungen größer und am Ende hatten alle mehrere Blätter beschrieben – und siehe da, für uns Durchschnittsösterreicher und -deutsche sah das recht beeindruckend aus. In China hätte man das wahrscheinlich anders gesehen...



Am Samstagabend stand ein Festessen im einzigen Chinarestaurant in Velden auf dem Programm. Das war und ist bei unseren (Taiji- und DYYSG- Lehrer-) Ausbildungen bei Xiaoqiu so üblich und Reinhold, der selbst in Velden lebt, hatte es sich nicht nehmen lassen, diese Tradition auch hier fortzusetzen und im Vorfeld alles entsprechend organisiert. Danke! Danke! Danke!





Spätestens am nächsten Morgen war leichte Wehmut angesagt. Die gemeinsame Zeit neigte sich schon wieder dem Ende zu und vielleicht könnte irgendjemand einmal etwas dagegen unternehmen, dass die Zeit im Büro so langsam vergeht, bei den tollen Xiaoqiu- Kursen aber buchstäblich dahin galoppiert.

Wie auch immer. Nach der Morgeneinheit gab es noch ein gemeinsames Frühstück und dann ging es leider auch schon wieder ans Verabschieden.



Fazit:

Wir können Dr. Li Xiaoqiu nicht genug danken, dass er immer wieder die Mühe auf sich nimmt, solche Kurse durchzuführen. Auch wenn es für ihn (und uns selbst) nicht immer auf den ersten Blick zu sehen sein mag, wir lernen alle dazu und wahrscheinlich ist schon der Wunsch, Qigong besser kennenzulernen, zu verstehen und auszuüben der wichtigste Schritt dazu, es auch tatsächlich einmal umzusetzen. An unserem Lehrer wird es nicht scheitern, danke Xiaoqiu!

Die Organisation war perfekt, danke an alle, die hier mitgeholfen haben.

Und wenn wir schon beim Danken sind: Danke an alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer! Wir waren ein tolles Team!

Nach dem vielen Dank noch eine Bitte. Bitte Wiederholen! Danke!