

Wenn das große Wasser kommt ...

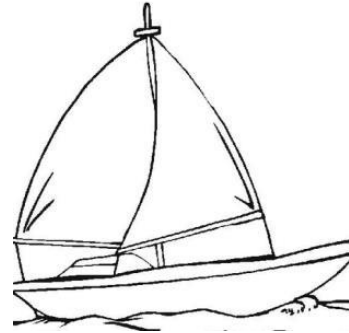
Liebe Taiji-Freunde,

oft erzähle ich in der Taiji-Stunde über die Bewegungsweise des Taiji-Chuan. So beschreibe ich, den Körper als Boot zu betrachten, welches wir ins Wasser setzen und uns bewegen lassen.

So ist das Wasser „yang“ und wir als Boot „yin“, diese Einheit verwandelt eine Bewegungsform ins Taiji Chuan.

In den ersten Jahren der Übung bewegen wir unser Boot mechanisch. Wir steigen und sinken, schieben und ziehen, drehen nach links und rechts. Erst später folgen Rumpf, Schultern und Arme – es entsteht eine aufeinander folgende Bewegung.

In den weiteren Jahren entdecken wir Begriffe wie „loslassen“, „sinken“ und „verbinden“. In dieser Phase der Übung beginnen wir bereits zu entdecken, zu erforschen und zu ergründen. (Kolumbus)



... bauen wir ein Boot

Ohh es steckt viel mehr in dieser Bewegungsform und ES beginnt sich zu bewegen ☺

Genau an dieser Stelle denken wir nun wieder an das Wasser, welches uns eigentlich bewegt. Wenn ich vom großen Wasser spreche, dann meine ich den „Weg“, das „Leben“, den „Sinn“ oder das „DAO“. Eben jenes was so groß ist, daß ich es nicht überblicken kann, was so tief ist, daß ich es nicht durchdringen kann und so unfassbar ist, daß ich es nicht greifen kann. Lediglich im gegenwärtigen Augenblick ist es erfahrbar.

Wenn wir uns nun in dieser Übung vorstellen, vom Wasser bewegt zu werden – dann bewegt uns eben dieses Dao, bzw. das Leben selbst. Nun gilt es sich der Sache anzuvertrauen, ja dies ist dieses „Loslassen“, von dem ich immer wieder spreche. Wenn wir es schaffen uns diesem Wasser, diesem Dao in unserer Übung vollumfänglich anzuvertrauen, dann wird das Boot ohne Furcht über das Wasser gleiten.

Es gibt somit nichts zu tun und wir können auf der Welle reiten. ☺

Nun ja, so gibt es DOCH den Weg dorthin

So ergründen wir das DAO, das große Meer, das Wasser oder auch die Welle ...

Wir gehen in die Übung und bauen an unseren Booten (Ruder-, Fracht-, Dampf- oder Segelschiffe) und lassen sie behutsam ins Wasser. Nun entwickeln wir Vertrauen in unsere Baukunst, wir korrigieren, kontrollieren, bauen neue Boote und beginnen von vorne. Doch irgendwann vertrauen wir den Booten, wir trauen dem großen Wasser und wir beginnen ohne Furcht über die Wellen zu gleiten, mit unseren vielen unterschiedlichen Booten.

So paddelt, segelt, surft oder dampft es vertrauensvoll über das Wasser, in Verbindung mit dem Wasser – ein jedes Boot auch seine Weise. Dies geschieht durch die Interaktion mit den 10000 Dingen – des Dao, unergründbar und doch in sich verlässlich.

Schöne Weihnachtstage, schöne Festtage  und schöne Tage für 2022

Euer Christian

Auszug aus den Taiji-Klassikern des TAIJI Chuan

„.... durch Vertraut werden versteht man allmählich die jin-Kraft (dongjin). Dem Verständnis der jin-Kraft folgt nach und nach die Erleuchtung (shenming). Ohne beharrliches Üben aber kann die plötzliche Einsicht nicht erreicht werden... .

„.... je mehr Übung, desto mehr Können. Erkenne es im Stillen und ergründe es, dann kann man nach und nach den Wünschen des Herzens (xin) folgen... .