

Taiji, Form, Mensch und Gedanken dazu

Die Gedanken Hin und Her, Pro und Contra, geprägt von Dingen die mich begleiten von früh bis spät, ja auch in Schlaf und Traum präsent sind.

Hier die eine Meinung, da eine andere, Fragen und noch mehr Antworten umkreisen mich wie ein Feuerwerk, im Jetzt Hell und Laut, im nächsten Moment Dunkel und Stumm.

Sehnsucht die mich begleitet, Stress und Ruhe, hingeschobene Ruhe, jederzeit Abrufbereit in der manifestierten Überzeugung geistiger Überlegenheit?

Taiji, meine Aufgabe, Täglich, Wöchentlich, seit Jahren, Eine Routine! Gut, manchmal ein Ritus, eine Pflicht! Gut?

Auf jeden Fall immer ein mutiger Schritt.

Dann die Schwere, die Mühe, der innere Fahrplan des Lebens, die menschliche, allgegenwärtige Organisation.

Mit Überwindung und Zuversicht zur Hingabe in die Taiji Form, den Mut loszulassen, nein nicht entspannen, sondern einfach loslassen, Bereit zu sein, sich in jeder der darauffolgenden Bewegungen zu erfüllen, zu erkennen.

Konzentriert, nicht forciert, geschehen lassen, bewusste Aufmerksamkeit statt gestresster Beobachtung.

Die Abschlussbewegung folgt, das Qi senken, ich bin fertig.

Ich genieße den Augenblick. Mein Geist ist zentriert, keine Fragen, keine Antworten. Kein Vorher, kein Nachher, einfach Nichts! Nichts was überwiegt, nichts was streitet, nichts was zu wenig ist. Alles in Balance, im Gleichgewicht, Yin und Yang im Verhältnis.

Also Nichts! Ist es Das was uns allzu oft fehlt. Nichts?

Vielleicht, denn für gewöhnlich streben wir nach dem Mehr (Erfolg) oder dem Weniger (Stress).

Im allgemein vorherrschenden Dualismus ist die Orientierung nach den Polen einfach normal und sozial anerkannt.

Doch ist es das auch für unser Wesen?

Beim Praktizieren von Taiji erfahren wir die Harmonie der Gegensätze, erkennen die Mitte, Stille in Bewegung und Bewegung in Stille. Die Fülle und Leere, **Natürlichkeit und Menschlichkeit.**

Die Erfahrung, das Volle und Leere, die Mitte, entsteht durch Übung der Form, der Hingabe zur Übung, jedesmal neu, jedesmal anders, beständig veränderlich. Meine Intention ist jenes wieder zu entdecken, das was uns zum Menschen macht, **Natürlichkeit.**

Jens Klappert