



Was ist Tai Chi?

Ingolstadt-Oberhaunstadt Bis vor wenigen Monaten hätte ich geglaubt diese Frage sofort beantworten zu können. Schattenboxen oder eine chinesische Kampfkunst wäre die vermutlich knappe Antwort, ohne großes Nachdenken, gewesen.

Heute nachdem ich mit einigen weiteren KaratefreundenInnen die zweite Lizenzstufe „B“ Tai Chi in Ingolstadt-Oberhaunstadt absolviert habe, fällt mir diese Antwort nicht mehr so leicht. Im Gegenteil. Wieder ohne großes Nachdenken würde ich jetzt weit ausholen und erzählen und erklären. Mit Nachdenken würde es allerdings noch länger dauern. Bei Mr. Google, der Ausdruck stammt ebenfalls von Hilmar Fuchs, findet man jede Menge Informationen. Alle technischen Details sind tausendfach abzufragen und in Kurzclips anzuschauen. Vermutlich ist es deshalb auch müßig hier etwas über Tai Chi zu schreiben.

Was eigentlich ist dann an Beantwortung dieser einfachen Frage so kompliziert? Nichts oder auch alles, je nach Betrachtungsweise.

Die Erklärung jedoch findet sich vielleicht im Verlauf eines Lehrgangs bzw. der Tai Chi-Trainerausbildung mit Hilmar Fuchs. Hilmar stellt diese Frage immer wieder einmal. Und, es ist unglaublich, jedes Mal fällt die eigene imaginäre Antwort unterschiedlich zu vorherigen aus. Dies liegt mit Sicherheit auch daran, dass Hilmar nicht nur technisches Wissen vermittelt, sondern die Teilnehmer an seinem riesigen Wissen- und Erfahrungsschatz teilhaben lässt. Er breitet seinen immensen Wissensteppich vor seinen Schülern aus und fordert diese bildlich auf darauf Platz zu nehmen. Überhaupt vermittelt er nicht nur die üblichen Tai Chi-Abläufe er macht auch darauf aufmerksam, dass vermutlich die künftigen Schüler bereits ältere Personen sein werden und zeigt deshalb auch gleich wie einzelne Techniken abgewandelt werden können ohne dass dies Gelenke etc. belastet. Auch hier können wir Schüler von seiner jahrzehntelangen Arbeit als Heilpraktiker profitieren.

So ist es nicht verwunderlich, dass man eigentlich keinen Bericht über einen BKB-Lehrgang mit Hilmar Fuchs schreiben kann ohne näher auf die Person Hilmar Fuchs einzugehen.

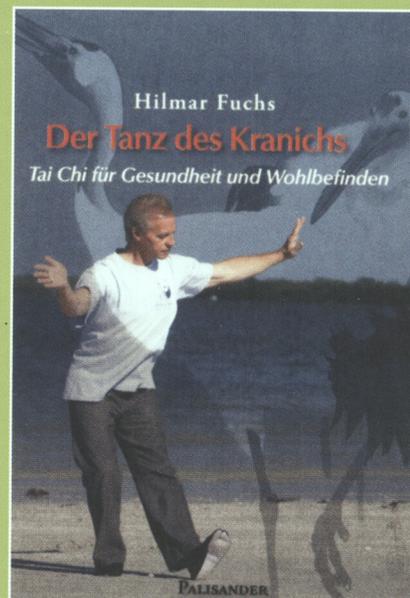
Hilmar Fuchs kann 2015 sein 50jähriges Karatejubiläum feiern. Er ist Inhaber des 8. Dan Shotokankarate, 6. Dan Kobudo, erfahrener Meister in Jodo und Hanbo Jitsu. Seit 40 Jahren übt er Tai Chi Chuan. Seit 18 Jahren lebt er in Florida und leitet dort eigen Gruppen und arbeitet als Heilpraktiker. Dies alleine sind bereits Fakten die ihn als Meister und Lehrgangsleiter auszeichnen. Sein menschlicher und freundlicher Umgang mit seinen Schülern und Lehrgangsteilnehmer, die Art und Weise wie er sein Wissen und Können vermittelt zeichnet ihn jedoch im höchsten Maße aus. Zu keiner Sekunde der bisherigen Lehrgänge vermittelt er den Eindruck, dass man vor Ehrfurcht erstarren müsse. Im Gegenteil. Auch nach Lehrgangsende hat er immer ein offenes Ohr und einen Tipp für etwaige Probleme bereit. Deshalb auch sein Hinweis, dass vermutlich bei allen Teilnehmern noch genügend „Baustellen“ offen sein werden. Diese Baustellen seien jedoch wichtig um so sein eigenes Tai Chi zu erarbeiten und vielleicht auch um sich der Antwort auf die Frage „was ist Tai Chi“ zu nähern.

Äußerst bemerkenswert ist, was der BKB in Zusammenarbeit mit Hilmar Fuchs und Siegfried Hübner seinen Mitgliedern anbietet. Ich glaube nicht, dass viele Tai Chi-Interessierten die Möglichkeit haben bei einem Lehrer mit so einem reichen kampfssporttechnischen, medizinischen Erfahrungsschatz und mit solch einer positiven Persönlichkeit zu trainieren. Und auch diese abschließende Bemerkung sei mir erlaubt, schon mal gar nicht zu diesem Preis“. Dies ist aber auch der Organisation und Betreuung der Lehrgänge durch Siegfried Hübner zu verdanken, der zwischen den einzelnen Lizenzstufen weitere Trainings anbietet.

Um nochmals auf die Frage „was ist Tai Chi“, einzugehen kann ich für mich nur das Nachfolgende feststellen: Ich bin bestimmt kein Mensch der zu großen äußerlich bemerkbaren Emotionen neigt.

Bereits während der Ausbildung aber insbesondere auch zum Lehrgangsende hin durchströmt mich jedes Mal ein unwahrscheinliches Gefühl von Glück und Zufriedenheit. Dies, obwohl mir die Wochenenden in Ingolstadt bzw. die beiden bisher absolvierten Lizenzstufen einiges körperlich aber auch psychisch abverlangten. Gleichzeitig macht es mich unheimlich Neugierig was es noch alles im Tai Chi zu entdecken gibt. Ich glaube hier einen Weg für mich gefunden zu haben der noch viel Spannendes bringen wird. Hierfür bin ich Hilmar Fuchs, Siegfried Hübner und dem BKB sehr dankbar.

**Bericht: Eugen Schuhmann
Bilder: Siegfried Hübner**



Rechtzeitig zum Lehrgang und zu seinem 50-jährigem Budo-Jubiläum konnte Hilmars Buch „Der Tanz des Kranichs - Tai Chi für Gesundheit und Wohlbefinden“ vorgestellt werden.

In diesem Buch werden nicht nur Bewegungsfolgen auf nachvollziehbare Art vorgestellt, sondern auch naturwissenschaftliche und alternativmedizinische Hintergründe ausführlich und verständlich erläutert.

Das Buch kann über den Palisander Verlag in Chemnitz bestellt werden:
www.palisander-verlag.de