

Zum Online-Unterricht für Qigong

Liebe Freunde des Qigong. Sicher fragt ihr euch, warum ich in Zeiten von Corona keine digitalen Angebote mache. Deshalb möchte ich auf diesem Weg meine Haltung dazu einmal darstellen.

Als auch für mich kein direkter Kontakt mehr mit meinen Lehrern möglich war, habe ich das Medium der zoom-Videokonferenz kennengelernt. Ich habe mir auch viele Interviews angeschaut. Dabei sind mir einige Dinge aufgefallen, die mich von einem eigenen Angebot haben Abstand nehmen lassen.

Zum Einen gibt es keinen Blickkontakt, da man ja in eine Kamera schaut. Es kommt keine seelische Verbindung über das natürliche Energiefeld zustande. Der Kontakt bleibt in erster Linie visuell. Haptisches Erleben und Korrekturen über Erspüren sind nicht möglich. Gerade diese Qualität zeichnet jedoch Qigong aus. Es geht eben nicht nur um das technische Erlernen von Übungen. Wir erleben in der Gruppe ein Zuwachs an Energie, der durch unser gemeinsames Üben entsteht.

Dadurch, dass der Blick nach außen geht, richtet sich auch unser Geist nach außen - wir wollen aber gerade nach innen gehen. Die Sinne werden ja zurückgenommen. Auch ist der konzentrierte Blick auf den Bildschirm für die Augen nicht förderlich.

Die Tonqualität lässt sehr zu wünschen übrig. Der Klang meiner Stimme in der Anleitung spielt eine wichtige Rolle, die hier nicht zum Tragen kommen kann. Oft bricht auch eine Verbindung kurz ab. Dadurch wird der Fluss der Energie gestört.

Alles in allem empfinde ich online-Unterricht unter den jetzigen technischen Voraussetzungen als anstrengend. Qigong sollte Erholung bringen. Deshalb empfehle ich das Üben alleine, oder ihr trefft euch zum gemeinsamen Üben. Am besten in freier Natur.

Für Leute, die gerne mit Anleitung üben, gibt es bereits einige Videos von mir auf Youtube. <http://qigong-und-toepfern.de/qigong/anleitungen/>
Auch andere Anbieter haben schon vor Corona schöne Beiträge eingestellt. Als informativen Inhalt kann ich empfehlen, sich hier mal ein wenig umzuschauen.

Wer gar nicht auf mich verzichten möchte, kann sich gerne zu Privatstunden bei mir anmelden.

Herzliche Grüße

Ulla

