



*Rezension durch Helmut Oberlack im
Taijiquan & Qigong Journal TQJ 3/2008*

Thomas Eugen Schneider, ein Schüler von Dr. Hermann Bohn und damit in der Traditionslinie von Song Zhijian, hat ein umfassendes Arbeitsbuch zum Taijiquan vorgelegt. Es ist entstanden aus den Lehrbüchern von Song Zhijian und diversen Arbeitsmaterialien und bietet einen großen Überblick über die vielfältigen Übungen und Techniken, die es beim Taijiquan gibt. Darunter fallen die Bereiche Aufwärmen, Lockern, Neigong, Körperhaltung, Schrittararten und Handtechniken sowie Geschichte und Philosophie, die Partner-übungen sind nicht enthalten.

Das Buch unterscheidet sich vom Konzept her grundlegend von vielen anderen, denn es hat ausdrücklich nicht den Anspruch, dass die Übungen aus dem Buch heraus gelernt werden können. So werden zum Beispiel bei der Form, eh nur der erste Teil, ausschließlich Fotos und Schrittdiagramme sehr schön mit der Stellung der Hüfte über den Füßen gezeigt. Für die Bewegungsbeschreibungen wird auf das entsprechende Buch von Song Zhijian verwiesen. Bei anderen Übungen gibt es nur einfache Strichmännchen mit stichwortartigen Beschreibungen oder Erläuterungen ganz ohne Abbildungen. Mitunter sind Übungen relativ ausführlich beschrieben und mit Fotos, Zeichnungen und Schrittdiagrammen versehen. Auch die theoretischen Teile, in denen es um Regeln, Effekte, die Klassiker und manches mehr geht, sind eher nur holzschnittartig dargeboten.

Das mag zwar alles etwas »willenlos« klingen, aber ich denke, das Buch erfüllt sehr gut seinen Zweck: Interessierten die Vielfalt aufzuzeigen und vor allem den Übenden eine Gedächtnisstütze zu bieten. Von daher ist es ein gelungenes Buch mit dem angenehm klaren Ansatz, dass es alleine zum Lernen nicht reicht. Andere Bücher, die auch erwähnt werden, sind dafür geschrieben worden, und es gibt zum Lernen vor allem Unterrichtende.
(Helmut Oberlack)

