

Kathrin Ehrig:

„Als ich 16 Jahre alt war, hatten mir namhafte Orthopäden in Hannover einen Schuhausgleich von drei Zentimetern verordnet, weil unterschiedlich lange Beine diagnostiziert worden waren. Eine Fehlentscheidung - wie sich erst 16 Jahre später herausstellte. Aber zu diesem Zeitpunkt waren meine Schmerzen durch die Verschiebung meiner gesamten Statik so stark geworden, dass ich mich nur noch unter großen Schmerzen bewegen konnte. Es hat sich nach dieser langen Zeit auch nur deshalb etwas verändert, weil ich selbst bemerkt habe, das etwas schief läuft - im wahrsten Sinne des Wortes. Auf dem Weg zurück in meine Kraft bin ich unter anderem dem Taichi begegnet.“

Die Schülerin von Klemens Speer und Daniel Grolle pflegt das intensive, meditative Taichi ebenso wie die Aspekte der Selbstverteidigung. Sie sieht in dieser Bewegungskunst eine Chance, Instinkte und Gespür wieder neu zu wecken. Selbstwahrnehmung und Selbstverantwortung spielen im Hier und Jetzt eine wichtige Rolle, unterstützen Aufrichtung und Standfestigkeit und sind doch dem steten Wandel angepasst - wenn alles im Fluss ist. Wie sich Taichi Schritt für Schritt in den Alltag übertragen lässt, ganz ohne Leistungsdruck, zeigt Kathrin Ehrig in ihrem Unterricht und nimmt dabei Bezug auf Haltungs- und Verhaltensmuster, die uns allen bekannt sind.