

Graduierungsschema der EVPM Ausbildung



1. Stufe

Die Kenntnis einer Bare Hand Form in Theorie und Praxis (Taiji od. Bagua). Die Stufe ist erreicht wenn ein grundsätzliches Wissen darum besteht, wie die Form aufgebaut ist, welchen Zweck sie unter Berücksichtigung eines leicht fortgeschrittenen Levels erfüllen kann, und wenn die Form ohne Hilfe von Außen selbstständig ohne Denkpausen und ohne schwere strukturelle Fehler durchgeführt werden kann. Die Trainingskonzepte der Form müssen bekannt sein. (z.B. Schulung des Unterbewussten durch mehrfache Zentrumsbewegungen während einer Gewichtsverlagerung etc.)

Die unterschiedlichen Trainingswege von Taiji, Bagua, keltischen und noch älteren Bewegungssystemen müssen zumindest theoretisch bekannt sein.

Weiters beinhaltet diese Stufe die theoretische und praktische Kenntnis von zumindest einer „Qigong“ Übungsfolge in dem Umfang das ein Praktizieren derselben für sich selbst auf gutem Niveau möglich ist.

Zusätzlich muss die Grundposition von Standübungen strukturell richtig eingenommen, und mindestens 20 min problemlos praktiziert werden können.

Körperorientierte Meditation muss bekannt sein und die Möglichkeit des Nullzeitspringens zwischen Körperbereichen muss erreicht sein.

Grundkenntnisse über physiologisch gesundes Stretching müssen in dieser Stufe vorhanden und an sich selbst durchführbar sein. Die Fähigkeit sich selbst in psychischen Krisensituationen zu zentrieren und wieder zu beruhigen muss gegeben sein, ebenso grundlegende Kenntnisse darüber wie man energetische Überladungen bei sich selbst erkennt und am besten beseitigt.

Kenntnisse über die chinesischen Modelle des Yin und Yang sowie der 5 Wandlungsphasen sowie Grundlagen der chinesischen Medizin in Theorie und Praxis müssen mit Selbstverständlichkeit abrufbar sein. Unterschiede zwischen der chinesischen Denkweise und Energetik und anderen energetischen Systemen müssen grundsätzlich verstanden und abrufbar sein. Indianische Druckpunktsysteme zum Erden und zur persönlichen Entwicklung müssen bekannt und an sich selbst und anderen praktiziert werden können. Grundlegende Kenntnis zur Arbeit mit Kraftplätzen soll in Theorie und Praxis gegeben sein.

2. Stufe

Erweiterte Kenntnis der in Stufe eins gelernten Form und die Fähigkeit Fehler in der Selben bei Anfängern zu erkennen und zu korrigieren! Zumindest 40 verschiedene Trainingssituationen mit dieser Form müssen erlebt worden sein. (Meint nicht Formwiederholungen, sondern: Im Regen, bei Sonne, am Hauptplatz, nach dem Essen, unter Stress etc.) Schlüsselbewegungen müssen zur Verdeutlichung des Ablaufs in ihrer Anwendung mit einem Partner gezeigt werden können. Im Formtraining müssen an diesem Punkt die offensichtlichsten Hidden Moves bekannt und strukturell korrekt ausgeführt werden können.

Grundlegendes Verständnis über das Spiel von Agonist und Antagonist in einfacher und komplexer Bewegung. Die Konzepte der Anfänger, Opening Closing, und Silk Reeling Form müssen bekannt separat und auch gemischt praktiziert werden können. Spätestens jetzt sollen erste Erfahrungen mit deutlich unterschiedlichen Geschwindigkeiten gemacht worden sein (z.B. Yang Lu Chan Form ausgedehnt auf Minimum 1,5 Stunden bzw. unter 17 Minuten!) Das eigene Bewusstsein muss an diesem Punkt soweit freigeschaltet sein dass es möglich ist Koordinationsfehler und Ecken in der eigenen Bewegung wahrzunehmen zu spüren und bewusst zu korrigieren.

Die Qigong Folge muss ein Niveau erreicht haben (theoretisch und praktisch) das das Unterrichten derselben in Ablauf und Grundfunktionalität für körperlich und geistig gesunde Anfänger möglich ist.

Beim Training der Standübungen sollte ein Status erreicht sein in dem zumindest ein Drittel der gestandenen Zeit in no mind state möglich ist.

Weiters muss die Methode des Single Push Hands oder des Bagua Push Hands als Partnerübung bekannt sein und bei geringem Druck strukturell fehlerfrei ausgeführt werden können. Die Methoden der Coordination Tools müssen bekannt sein und langsam aber korrekt praktiziert werden können.

Die Methode der körperorientierten Meditation sollte nun auf einem hohen Stand sein und es muss möglich sein erweiterte Aspekte in Form von Farb- od. Elementfrequenzen einzubauen.

Druidische Energetik einschließlich dem Torpunktsystem muss bekannt sein. Ebenso das Arbeiten mit Tierfrequenzen im Formtraining.

Die Kenntnis über verschiedene energetische, bewegte und therapeutische Verfahrensweisen muss einen Stand erreicht haben der es ermöglicht, Menschen fachlich korrekt das für Sie zum gegebenen Zeitpunkt optimale System zu anzuraten, und dies auch begründen zu können.(Gilt für Gesunde bis einfache Therapiefälle)

Die Eigenwahrnehmung muss ein Level erreicht haben, auf dem es möglich ist zu differenzieren zwischen Dingen die einen selbst im eigenen Leben gerade betreffen, und Dingen, die man lediglich von anderen Menschen übernommen hat.

3. Stufe

Die Fähigkeit Anfänger und Fortgeschrittene in der gelernten Soloform auf entsprechendem Level unterrichten zu können und das Erlernen einer weiteren Bare Hand Form aus der jeweils anderen Disziplin (Bagua od. Taiji) Die zuerst gelernte Soloform muss mindestens schon 600 Mal in voller Länge praktiziert worden sein (exklusive dem Training einzelner Bewegungen in der Form). Die Form darf pro Drittel aus maximal noch 3 Bewegungen bestehen (bedeutet dass der Großteil der Form bereits den Status erreicht haben muss wo nicht mehr einzelne Bewegungen aneinandergereiht werden, sondern diese zu einer langen verschmelzen, ohne dass der Focus einzelner Techniken und zuvor als Endposition bezeichneten Positionen verloren geht!) Das Verständnis der Form über ihre Einbindung in die Energetik der Welt sollte an diesem Punkt bereits zumindest auf grundlegendem Level entwickelt sein. Es muss möglich sein aus Energetik und Körperposition auslesen zu können wo sich der Focus eines Schülers gerade befindet, wo seine Versuche mental zu steuern. Das Bewusstsein über das funktionieren von Bewegung muss an diesem Punkt soweit entwickelt sein, dass das Korrigieren bzw. Aufmerksam machen von Übenden die etwas fortgeschrittener sind als man selbst möglich ist. Die Standübungen müssen in Qualität und Selbstverständnis ein hohes Level erreicht haben. An diesem Punkt sollte eine zweite Qigong Folge im Ablauf und ihrer Funktionalität soweit bekannt sein, dass sie selbst auf hohem Niveau praktiziert, und für Anfänger unterrichtet werden kann.

Es müssen zumindest 2 explosive Kurzforms auf hohem Niveau praktiziert werden können.

Single und Bagua Push Hands müssen bekannt sein, und im Single Push Hands muss die Arbeit mit den Schulterblättern zum vertrauten Selbstverständnis geworden sein und erste Reflexübungen müssen im Single und Bagua Push Hands bekannt sein. Double Push Hands muss fehlerfrei durchgeführt werden können und der Wechsel zwischen Single und Double Push Hands muss jederzeit ohne Verzögerung erfolgen können. Die Coordination Tools müssen nun auf hohem Level in hoher Geschwindigkeit mit Partner ausgeführt werden können.

An diesem Punkt muss die Körpermechanik für explosive Techniken (Fajings) gut entwickelt sein, und bei der Arbeit mit Mitts und Schlagpolstern muss ein der Technik des Fajing adäquates Maß an Kraft ausgedrückt werden können. Im Selbstverteidigungstraining muss die Erfahrung ein solches Level erreicht haben das das gefahrlose Training mit Partner durch gutes Timing und Distanzgefühl auch bei hoher Geschwindigkeit gegeben ist. Die energetische Wahrnehmung muss hier ein gutes sicheres Level bei sich selbst und der Energie von anderen erreicht haben. An diesem Punkt muss es mit zumindest einem der so genannten Hellsinne möglich sein den eigenen energetischen Status wie auch den eines anderen Menschen bzw. eines Landstriches oder Gegenstandes festzustellen. Die Arbeit daran in eine holistische Wahrnehmung zu kommen sollte an diesem Punkt schon begonnen haben.

An diesem Punkt muss es möglich sein sich selbst und andere energetisch zu Heilzwecken mit Erfolg zu berühren.

Die Fähigkeit Blockaden im körperlichen, energetischen, mentalen oder emotionalen bei sich selbst lösen zu können sollte an diesem Punkt gut entwickelt sein und es muss möglich sein bei mittelschwerer Belastung von Außen trotzdem gut in sich zentriert zu bleiben. Gelebte und erlebte Erfahrungen in der direkten Interaktion mit anderen Wirbeltieren, deren Beobachtung und dem Umgang mit deren Bewegungsmustern sind zwingender Teil dieser Stufe. Zum Einen sind Erfahrungen wie Reiten gemeint, und zum Anderen muss es möglich sein innerhalb kürzester Zeit Bewegungsmuster von Tieren zu erfassen diese zu analysieren und Analogien zu menschlichen Bewegungsmustern oder muskulärer Ansteuerung herzustellen.

4. Stufe

Minimum 1200 Form Wiederholungen in voller Länge. Die gesamte Form muss ohne Unterbrechung als eine Bewegung in unterschiedlichen Geschwindigkeiten praktiziert werden können ohne dass Inhalte verloren gehen. Die zuerst gelernte Soloform muss ein hohes Level erreicht haben, welches es ermöglicht in der Formpraxis bei sich selbst und anderen nicht nur Korrekturen im Strukturellen sondern auch energetischen auf mehreren Ebenen durchzuführen. Der Praktizierende muss sein Bewusstsein soweit befreit haben, das das synchrone Wahrnehmen verschiedener energetischer Aspekte möglich ist. Die Bewegungen in der Form werden abgesehen von allgemein gültigen Struktur Elementen wie keine herein geknickten Knie etc. nicht mehr zwingend objektiv richtig durchgeführt so wie man die Form einst im Detail erlernte, sondern die Bewegungen passen sich dem jeweiligen Focus und der aktuellen Situation an und man ist sich dessen bewusst!! Alle Bewegungen müssen in Kampfanwendung und klassischer Heilwirkung bekannt sein und das Konzept der Selbstdiagnose durch die Betrachtung der eigenen Form muss bekannt und diesem Level entsprechend gekonnt werden. Es muss möglich sein diese Form auf hohem Level zu unterrichten.

Die Pulsationsform zum Freischalten des Körpers muss bekannt sein und auf gutem Niveau praktiziert werden können.

Die zweite Soloform sollte nun auf gutem Level beherrscht und unterrichtet werden können. Die Grundprinzipien von Bewegung im Qigong, Bagua und Taiji müssen verstanden und umgesetzt werden können. Das Bewegungs- und

Bewegungsenergieverständnis muss ein Level erreicht haben auf dem es möglich ist jede Form der Bewegung egal ob im Sport im Alltag etc. auf hohem Niveau verstehen und optimieren zu können, bei sich selbst und bei Anderen. Zumindest eine Waffenform sollte nun auf hohem Level beherrscht werden. Im Selbstverteidigungsbereich muss das reflektorische Reagieren bzw. Agieren selbstverständlich geworden sein. Ohne Hilfestellung muss die Wahrnehmung und Erfahrung so weit entwickelt sein das es über ein Foto möglich ist Strukturelle und oder energetische Schwächen und Stärken auszulesen und zu korrigieren. Ein Grundverständnis über multidimensionale Energiefelder und die Arbeit damit muss gegeben sein.

5. Stufe

Die Form ist nur mehr Ausdruck und oder wird gezielt eingesetzt um unterschiedliche Ebenen zu berühren, zu weben und zu erfahren. Das Selbstverteidigungslevel ist nun sehr weit entwickelt und es ist auch für eine viel kleinere Person möglich es mit trainierten größeren Personen aufzunehmen.

Die holistische Wahrnehmung ist nun voll entwickelt.

Heilung steht im Mittelpunkt. Heilung des Selbst der Welt und wenn gewünscht auch Heilungsunterstützung für andere. Die holistische Wahrnehmung ist nun voll entwickelt, die Energetik der Bewegung komplett freigeschaltet von allen künstlichen Anhaftungen an Meridiansystemen, und den Informativen Feldern die Kampf- und Streitfrequenzen und manipulative Frequenzen beinhalten. Man schwingt mit der Welt und versucht nicht mehr ihr eine Schwingung aufzuzwingen. Das Umsetzen einer Absicht ist nichts Manipulatives mehr sondern ein freud- und respektvolles gemeinsames Erschaffen. Das Sein steht im Vordergrund. Wo auch immer man hinkommt berührt man die Welt und deren Bewohner ganz automatisch mit Respekt und Licht. Ein Großteil der eigenen Blockaden müssen gelöst sein und das daraus entstandene Verständnis für die Welt und die Menschen ermöglicht ein hohes Maß an Akzeptanz und Heilung.

Man wird selbst zum Begleiter und Ausbilder.

Zusatzqualifikationen:

Diese können grundsätzlich immer erworben werden, sind jedoch ab Stufe zwei vorgesehen wenn sich jemand dafür interessiert.

Zusatzqualis sind:

- Energetische und erweiterte Heilmethoden
- Arbeiten im Gesundheitsbereich (primär Prävention)
- Arbeiten in der Burnoutprävention
- Arbeit mit Sportlern
- Bewegung als ergänzende Therapie