

Mein Name ist Julia Pohl. Seit meinem 20. Lebensjahr bin ich aktiv im Taekwon-Do. Angefangen habe ich nach dem Abitur, als ich um mein Studium zu beginnen von Süddeutschland nach Norddeutschland gezogen bin. In einer fremden Stadt mit vielen fremden Menschen war es als damals noch sehr schüchterner Mensch schwer sich zurecht zu finden.

Wie viele andere Studenten suchte ich im Rahmen des Hochschulsportes einen Ausgleich zu den geistigen Anforderungen. Mir wurde jedoch schnell bewusst, dass Taekwon Do weit mehr ist als nur die körperliche Aktivität.

Man konzentriert sich auf Taekwon Do. Erlernt Techniken und Hyongs, die in ihrer Komplexität im Laufe der Zeit zunehmen werden.

Erst Jahre später wird im Alltag bewusst wieviel mehr Taekwon Do eigentlich bedeutet. Im Laufe des Studiums kommt es immer wieder zu zwischenmenschlichen Schwierigkeiten, teils mit Kommilitonen teils mit Dozenten oder einfach mit der Menge und Komplexität des Stoffes.

An diesen Stellen rücken die im Taekwon Do erlernte Disziplin und das Selbstvertrauen und -bewusstsein in den Mittelpunkt. Man begreift, dass man früher vielleicht mit dem Lernen aufgehört hätte, wenn man müde oder lustlos ist oder dass man sich von Kommilitonen oder Dozenten Unverschämtheiten hätte gefallen lassen, die man so in einem einfachen Gespräch hat klären können.

Heute einige Jahre später als 1. Dan und approbierte Ärztin habe ich die Gelegenheit Taekwon Do mehrmals pro Woche zu trainieren und täglich in meinem Beruf auszuüben.