

Liebe Qi Gong Freundinnen, Liebe Qi Gong Freunde

Ich wünsche Euch allen ein wunderschönes Osterfest.

Heute, an diesem besonderen Tag möchte ich einige sehr persönliche Gedanken mit Euch, mit Ihnen teilen.

Ostern wird in der christlichen Tradition als Tag der Auferstehung gefeiert. Erstmals denke ich darüber nach, was mit „Auferstehung“ wirklich gemeint ist. Was ist damit als Sinn und Botschaft für mich gemeint. Ist es ein Thema, nur für „bibelfeste“ und „bibeltreue“ Christen und regelmäßige Kirchgänger?!

Ich glaube, nein.

Für mich ist „Auferstehung“ nicht nur Erinnerung an irgend etwas vergangenes, mythisches, sondern dieser Tag macht mir bewusst, dass ein einmal begangener Weg der inneren Befreiung und der natürlichen Fürsorge füreinander auch weitergegangen werden soll und dass mit „Auferstehung“ nicht nur Jesus Christus gemeint ist. Er ist nach meinem Empfinden Symbol und Botschaft für mich, selbst als Mensch aufzustehen und Menschlichkeit in seinem Sinne zu entwickeln und weiter zu geben. Und dies ist für mich keine Frage der Religion, sondern eine zutiefst dem Wesen der Natur und damit mir als Teil der Natur innewohnende Lebensbedingung. Und das kann niemand anders für mich tun, sondern nur ich selbst für mich und jeder selbst für sich.

Nur diese innere Kultivierung, der fürsorglich Blick zur Natur und auf die uns umgebenden Menschen und daraus auch so zu handeln, macht mich, uns, „menschlich“.

Hier kommt mir Goethes Faust in Erinnerung, wenn er zu Beginn, im Osterspaziergang, sagt,

„Vom Eise befreit sind Strom und Bäche durch des Frühlings holden belebenden Blick. Im Tale grünet Hoffnungsglück;

....

Aus dem hohlen finsternen Tor dringt ein buntes Gewimmel hervor. Jeder sonnt sich heute so gern.

Sie feiern die Auferstehung des Herrn,
Denn sie sind selbst auferstanden.

.....

Hier bin ich Mensch, hier darf ich's sein.“

Goethe läßt Faust am Ende zu der Erkenntnis kommen,

„Im Innern hier ein paradiesisch Land, da rase draußen Fluth bis zum Rand.

Und wie sie nascht gewaltsam einzuschließen,
Gemeindrang eilt die Lücken zu verschließen.
Ja! diesem Sinne bin ich ganz ergeben,
Das ist der Weisheit letzter Schluß.

Nur der verdient sich Freiheit wie das Leben, der täglich sie erobern muss.

....

Solch ein Gewimmel möcht' ich sehn, auf freiem Grund mit freien Menschen stehn.
Zum Augenblicke dürft' ich sagen, verweile doch, Du bist so schön.

....

Im Vorgefühl von solchem hohen Glück genieß' ich jetzt den höchsten Augenblick.“

Mit diesen Worten sagt Goethe für mich alles, was für mich als Mensch wichtig ist und was ich nach 25 Jahren Qi Gong Praxis auf einmal tief in meinem Herzen wie ein Licht erkenne.

Egal, welcher Sturm draußen auch tobt, wenn ich durch regelmäßige Qi Gong Praxis im Inneren meines Herzens ruhe, dann habe ich eine sehende, fühlende Verbindung zur Natur und kann durch selbstloses Miteinander im anderen Menschen ein fühlendes Wesen erkennen.

Dann ruhe ich in meinem Herzen.

Wenn ich so in meinem Herzen ruhe, bin ich „im paradiesischen Land“, wie Goethe es so wundervoll beschreibt.

Egal, welche Fluth unser Leben einzureißen droht, wenn ich fürsorglich mit anderen Menschen bin und mit der Natur verbunden bleibe, kann ich Teil einer Gemeinschaft sein, die allem Unbill trotzen kann, oder wie Goethe sagt, "Gemeindrang eilt die Lücken zu verschließen."

Gemeindrang ist nicht Egoismus und Gier auf Kosten andere; nicht, „ich gebe Dir, wenn Du mir gibst“.

Gemeindrang ist auch nicht Bevormundung und Ignoranz anderer Meinungen.

Gemeindrang ist für mich wirkliche direkte Fürsorge und Akzeptanz des anderen, für unseren nächsten Menschen und zwar bedingungslos.

Nur das ist Freiheit.

Oder, wie Goethe Faust in seiner Lebenserkenntnis sagen läßt,

„... , auf freiem Grund mit freien Menschen stehn.

Zum Augenblicke dürft' ich sagen, verweile doch, Du bist so schön."

Mir ist gerade an diesem Ostern, in dieser schwierigen und energetisch vielfach überlagerten Zeit bewußt geworden, daß es tägliche eigene Bemühung erfordert, so zu leben.

Aber dies wird belohnt durch wirkliche eigene Freiheit. Denn Freiheit ist nicht daß, was uns in der äußeren Welt begegnet, sondern daß, was in meinem, in unserem Herzen passiert.

Oder, wie es im Qi Gong heißt, das Äußere folgt dem Inneren.

Erst wird das Qi, die Gefühle, die Empfindungen, krank, dann wird der Körper krank.

Pflege erst das Herz, bevor Du das Qi übst.

Lasst uns deshalb mit dem Weg des Qi Gong unser Herz wieder öffnen und diesen Weg der Herzensöffnung auch weiter gemeinsam gehen.

Ich wäre glücklich, wenn wir uns gegenseitig auf diesem nicht leichten Weg helfen; achtsam, gefühlvoll und nicht bevormundend.

Ich kann für mich sagen, dass ich ohne Qi Gong nie zu diesem Weg und dieser Erkenntnis und zum Schreiben dieses Briefes gekommen wäre.

Den „Faust“ habe ich das erste Mal mit 14 Jahren gelesen.

Erst jetzt, heute habe ich ihn verstanden.

Ich freue mich, Teil unserer Qi Gong Gemeinschaft zu sein.

Vielleicht sehen wir uns ja schon am kommenden Samstag Vormittag oder ab übernächste Woche in den Abendkursen online live wieder. Ich freue mich auf Euch.

Mit herzlichen Grüßen

Horst-Rainer Rust

Siebeneichener Straße 47, 01662 Meißen
Tel.: 035214092670, Fax: 03521 4760091
mob.: 0172 3504746
www.qigongdresden.de