



Liebe Qi Gong Freunde. Liebe Menschen

Die Weihnachtszeit wird oft auch als Zeit der Einkehr und der Besinnung bezeichnet. Aber, worauf besinnen? Und wo einkehren?

In den letzten Monaten fühlte ich mich manchmal mehr wie Abkehr von mir selbst und mehr wie von-Sinnen.

Und heute, als mein alter Kachelofen wohlige Wärme verströmte, draußen der Schnee in der Sonne weiß wie im Märchenland glitzerte und der herrlich geschmückte Weihnachtsbaum das kleine Kind in mir weckte, wußte ich die Antwort für mich.

Besinnung ist für mich, mit jedem Moment in vollem fühlendem Bewusstsein dem Leben und der Freude am Leben einen förderlichen Sinn zu geben.

Einkehr heißt für mich, jeden Tag die Gemeinschaft von friedvollen und das Leben ehrender Menschen zu suchen und auch selbst diese Gemeinschaft zu fördern.

Einkehr und Besinnung heißt für mich ab sofort, keine Sekunde Lebenszeit mehr für Menschen und Dinge zu verschwenden, die mir Zeit stehlen und mich von dieser Einkehr und dieser Besinnung, von meinem wirklichen Lebenszweck abbringen und in allen Dingen besonnen zu bleiben.

Mario de Andrade formuliert das in seinem Gedicht „Meine Seele hat es eilig“ sehr schön und treffend.

Ich möchte dieses Gedicht mit Ihnen allen teilen. Sie finden es im Anhang zu diesem Jahresanfang-Schreiben.

Mein Freund Shi Xinggui formuliert es so, wenn ihn jemand von seinen Dingen abhalten und ihm Lebenszeit stehlen will:

„Wir haben nur 36500 Tage.

Davon sind schon ... Tage vorbei.

Diese 36500 Tage sind schnell vorbei.

Vergeude sie nicht.“

Wir sollten uns in diesem Sinne unsere Zeit und unser Leben nicht stehlen lassen.
Bleiben Sie besonnen und bei sich und bei denen die für Sie Einkehr bedeuten.

Lassen Sie sich nicht aus Ihrer Mitte und aus unserer menschlichen Gemeinschaft reißen.

Ein sehr hilfreicher Weg hierbei kann stille, Atem-geführte-Meditation und Meditation in Bewegung sein.

Ich habe für Sie **2 neue kurze Videos** gedreht, die Ihnen helfen können, auch in der größten Bedrängnis in Ihrer Mitte und in der Ruhe Ihres Herzen zu bleiben.
Diese Videos schenke ich Ihnen auf der Startseite meiner Homepage noch vor Anbruch des neuen Jahres.

An hervorragend geeignete **Meditationen** führe ich Sie einfühlsam in einem speziellen **Kurs am 8.5.22** ein.

Um Sie weiter zu unterstützen bei Ihren Bemühungen um Ihre Gesundheit, bin ich auch **2022** wieder für Sie da.

Meine Kursinhalte sind speziell angepasst an die derzeitigen psychisch-emotionalen und gesundheitsgesellschaftlichen Anforderungen.

Deshalb habe ich in den Kurs „**Duft Qi Gong**“, der am 29. Januar stattfindet, eine **spezielle Übung bei schweren Corona Erkrankungen** aufgenommen.

Diese vermittele ich u.a. auch in dem Spezialkurs „**Lungen Qi Gong**“ **am 20.-22.5.22**.

In den Abendkursen ab Januar lernen Sie bei mir die **Daoyin Corona Form**.

Prof. Hu aus Beijing, der Meisterschüler und Nachfolger meines Lehrers Prof. Zhang Guande, hat diese Form speziell im Auftrage der chinesischen Regierung entwickelt.
Diese Übungen können Ihnen helfen, auch bei den gegenwärtigen Anforderungen gesund und seelisch unbeschadet zu bleiben.

Wenn Sie vorausschauend für sich und Ihre Familie eine eigene „Hausapotheke“ erlernen möchten, kommen Sie in die **Qi Gong Therapeuten Ausbildung**.

Diese beginnt am 17.-19.1.22 und am 11.-13.7.22.

Es sind keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich.

Ich führe Sie mit meinen langjährigen Erfahrungen in Qi Gong, TCM und alternativen Gesundheitsmethoden einfühlsam durch alle Themen.

Ein abschliessender Hinweis.

Alle Kurse ab Januar finden als Präsenzkurse statt. Also sowohl die Abend- und die Tageskurse.

Zusätzlich (und nicht alternativ) wird im Kurs eine Kamera aufgestellt sein und die Kurse werden online übertragen.

Es können also alle teilnehmen, da es unaufschiebbar ist.

Sie können sich mit dem bekannten Link einloggen bzw. diesen bei mir anfordern.

Ebenso die 10er Karte. Der Kurspreis ist wie bisher 120€ und wird von den Krankenkassen gestützt.

Jetzt wünsche ich Ihnen allen, liebe Menschen, eine gute Reflexion des vergehenden Jahres und einen klaren Blick, eine menschliche Haltung mit viel Kraft und Verständnis für andere Menschen für das neue Zeitalter 2022.

Bleiben Sie bitte in der LIEBE.

Wenn Sie aus der Liebe gehen, schießen Ihre Gefühle unkontrolliert hoch.

Wenn Ihre Gefühle ausser Rand und Band geraten, wird Ihr Qi, Ihre Lebensenergie krank.

Wenn Ihr Qi zu krank wird, schlägt sich dies auf die körperliche Ebene.

Sie werden pathologisch krank.

Sie haben es selbst in der Hand.

Helfen Sie sich gegenseitig in unserer Qi Gong Gemeinschaft.

Ihr Qi Gong Meister



Dao Zheng Glücks Qi Gong