



Rundbrief Winter 2014/2015

Liebe Dan Gong Freunde,

herzlich willkommen im „Neuen Jahr“. Wir hoffen, dass Ihr eine Segensreiche Zeit im Kreise Eurer Lieben verbringen konntet und gestärkt das Jahr 2015 angehen könnt.

Erst jetzt schaffe ich es den Rundbrief zu schreiben. 2014 wartete zum Ende mit unglaublich viel Arbeit auf. Der Sommer war voll von Handwerks-Arbeiten neben unseren normalen Tätigkeiten. So konnten wir in Gemeinschaftsarbeit 6 Holzhütten aufbauen. Der Herbst stand im Zeichen der Einsegnung unseres Hütten-Projektes durch Meister Li und der daoistischen Nonne Jia-Mei. Über eine Woche führten wir Zeremonien durch, um das JinDanTang zu reinigen und auf zu laden. Lange Rezitationen, Räucherungen und Meditationen morgens und abends, Behandlungen von Patienten, eigene Unterweisungen und so vieles mehr, forderten unseren vollen Einsatz. Als dann noch unser Computer meinte sich emanzipieren zu müssen und begann selbstständig zu agieren, zogen wir uns zurück, um die Raunächte meditativ zu verbringen. Jetzt, nach einer Behandlung des Computerdoctors, funktioniert wieder alles wie es sollte. So mussten viele Mails und andere Arbeiten nachgeholt werden. So langsam pendelt sich alles wieder ein und es stehen die neuen Arbeitspläne für dieses Jahr auf der Agenda. Besonders hat es mich gefreut, soviel Unterstützung von Euch zu bekommen. Herzlichen Dank dafür.



Henning mit rituellem Feuer im JinDanTang

Auf unserer Abschluss Feier am 19. Dezember fanden sich viele von Euch zum gemeinsamen Feiern in unseren Räumlichkeiten ein. So verabschiedeten wir gemeinsam das Arbeitsjahr 2014. Dank der materiellen Unterstützung, die Ihr uns habt zukommen lassen, können wir auch dieses Jahr mit großen Schritten unserem Ziel, einen Ort zur konsequenten Selbstkultivierung zu schaffen, näher kommen. Das heißt für uns aber auch weiterhin ordentlich an zu packen.

Dao-Projekt

Den Sommer konnten wir mit Umsetzung der ersten Bauschritte nutzen, um zumindest 2 Hütten bezugsfertig zu machen. Henning und ich bewohnen nunmehr die ersten Winterfesten Hütten und nutzen bereits eine weitere Hütte als Gemeinschaftsküche. Meine alte Hütte ist ausgeräumt und als Meditations-Hütte eingeseget. So können wir bereits die Anlage mit Leben füllen und wir fühlen uns wohl abseits der Hektik und nahe des Natur erleben.



Unser Hüttendorf nimmt immer mehr Gestalt an.

Ab Beginn der Schön-Wetter Zeit im Frühjahr werden auch wir wieder „Hand“ anlegen und weitere Hütten Isolieren, Abdichten und winterfest bewohnbar machen. Jede Hütte hat einen Raum von ca. 35 Meter im Quadrat. Neben den Wohnklausuren steht eine Gemeinschaftsküche, ein Schulungsraum mit einer sehr umfangreichen Bibliothek und eine 40 Quadratmeter große Hütte für Meditationen und Rezitationen. Alle Hütten sind nach Feng-Shui Kriterien ausgerichtet und auf die Gua-Zahl der Bewohner abgestimmt.



Dan Gong als Kooperationspartner der AOK

Nach Gesprächen in 2014 mit der Allgemeinen Ortskrankenkasse, AOK, wurde eine Kooperation des Dan Gong mit der AOK ab 2015 vereinbart.

Schon im Januar werden Taijiquan und Qigong Kurse im Namen der AOK in unseren Räumen durchgeführt. Zur Zeit erfüllen Sun Pill und ich die Vorgaben des Primärberufes, um für Krankenkassen Kurse durchführen zu können. Da ich selbst für Wochenkurse bis auf weiteres nicht zur Verfügung stehe, übernimmt Sun-Pill diese Arbeit. Dazu hatte sie im Sommer in Korea entsprechende Fortbildungen absolviert. So bekam sie z.B. die Lehrerlaubnis für „Taiji for Arthritis“ nach Dr. Paul Lam. Diese System zielt auf Gelenk Schonende Bewegung sowie Mobilisierung der erkrankten Gelenke und ist mittlerweile in USA, Australien und Asien sehr verbreitet. Der Grundstil, aus dem diese Methode entwickelt wurde, ist der Sun-Stil. Ab dem 19. Januar starten diese Kurse. Der klassische Chen-Stil wird weiterhin in der VHS sowie in unseren regulären Wochenkursen und Seminaren vermittelt.



Qigong/Jindandao

Alle Teilnehmer/innen der 3. Qigong Grundausbildung in Lüdinghausen haben die Abschlussprüfungen im November 2014 bestanden. Astrid Volmer, Roland Enge, Roland Pokern, Jörg Steinmüller, Vatan Cetintas, Elena Grouchenko, Henning Rekersbrink, Simone Westarp und Engelhard Berwian haben zusätzlich die Prüfungen zum/r Kursleiter/in bestanden. Hadmut Myhlendyck hat ihre Lehrer-Prüfung bestanden. Herzlichen Glückwunsch an Alle Teilnehmer/innen. Viel Freude beim praktizieren und Erfolg bei Eurer Lehrtätigkeit. Der Qigong Fortbildungsplan für dieses Jahr wartet wieder mit einigen Qigong-Intensiv Tagen und mit interessanten Themen der Wochenend Seminaren auf. Auch zum Jindandao gibt es lehrreiche Veranstaltungen.



Meister Li, Jiacheng unterrichtete im November Theorie und Praxis des Neijingtuo im Dan Gong

Alle Termine findet Ihr, falls Ihr diese nicht per Rundmail erhalten habt, auf der Dan Gong Homepage. Die 4. Qi Gong Grundausbildung in Ingelheim findet in diesem Jahr ihren Abschluss. Die verbleibenden Wochenenden werden zur Vertiefung der vermittelten Methoden sowie für Lehrkräfte relevante Themen wie z.B. Pädagogik, Didaktik und Strukturierung genutzt.



die daoistische Nonne Jia-Mei lehrte im November Frauen Qigong im Dan Gong

Weiterhin sammeln wir Interessenten/innen für eine neue Qigong Grundausbildung, welche in der zweiten Jahreshälfte in Lüdinghausen beginnen soll. Da die Teilnehmerzahl auf max. 12 Personen begrenzt ist, sollten sich ernsthaft interessierte melden.



Chen Taijiquan

Auch für das klassische Chen Familien Taijiquan findet Ihr neben dem Sommercamp (5.07.-14.07.) tolle Angebote. In den Osterferien und Herbstferien (NRW) finden jeweils Tuishou sowie Handform Intensiv Tage statt. Zusätzlich gibt es ein 5 Tage Hellebarde-Seminar zum Neulernen und Vertiefen. Im Mai empfehle ich das 4 Tage Seminar Pao Chui und Schwertform. Dabei wird Vormittags die zweite Form des alten Rahmens und Nachmittags die Chen Schwertform erarbeitet.



Sommercamp 2014

Alle Fortbildungs Angebote zum Chen Taijiquan findet Ihr unter dan-gong.de. Mein Angebot, Vormittags Privat-Unterricht zu geben wird gut angenommen. An Alle Interessenten/innen Privatunterricht zu nehmen richte ich die Bitte, rechtzeitig Termine mit mir ab zu sprechen.



Tanglangquan

Im Rahmen der Abschlussfeierlichkeiten am 19. Dezember fanden die einmal jährlich stattfindenden Prüfungen im Meihua Tanglangquan statt. Alle Prüflinge konnten die Anforderungen erfüllen und die Prüfung bestehen. Mehrere Prüflinge absolvierten eine Doppelprüfung. Julius Klein schaffte es sogar eine dreifach Prüfung erfolgreich ab zu legen, was erstmalig in den vergangenen 25 Jahren durchgeführt wurde. Herzlichen Glückwunsch an Alle, die sich einer Überprüfung gestellt haben. Als Prüfungsbeisitzer waren Thomas Vieth und Jürgen Werp anwesend. Immer mehr Teilnehmer/innen der TangLang Klasse nutzen das freie Training am Nachmittag und können sich so tiefer in die Kunst des Gottesanbeterin Gong Fu einarbeiten. Mit Beginn der Sommerferien (27.06.-3.07.15) in NRW startet wieder das jährliche Sommercamp für die TangLang Praktiker/innen



Die TangLang Jugendklasse startet motiviert in das Jahr 2015

Medizinisches

Koreanische Handtherapie

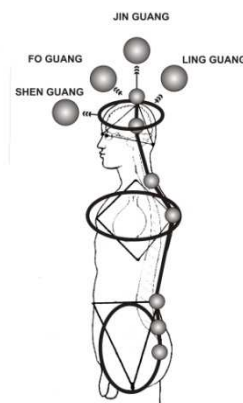
Die von Sun-Pill durchgeführten Schulungen in der koreanischen Handtherapie werden auch dieses Jahr wieder angeboten. Die aktuellen Termine dazu sind auf der Dan Gong Homepage zu finden. Die Gruppenstärke dieser Seminare ist auf acht Teilnehmer/innen begrenzt.

Tuina Anmo/ Ohrakupunktur

Einen Grundkurs in der chinesischen Akupressur Massage kann ich im März(7.-8.) dieses Jahres anbieten. Ohrakupunktur für Einsteiger wird am 22.-23. August angeboten. Auch hier ist die Zahl der Teilnehmer/innen begrenzt. Meldet Euch also rechtzeitig an.

Meditation und Spiritualität

Seit dem 7. Januar kommt wieder jeden Mittwochabend unsere Meditationsgruppe zur gemeinsamen Meditation zusammen. Es freut mich sehr, dass so viele dabei sind und sich einem spirituellen Weg öffnen. Es werden wieder verschiedene Meditations-Techniken vermittelt und alle Aspekte dazu theoretisch und praktisch erarbeitet.



Darstellung der „Kopflichter“

In unserem diesjährigen Fortbildungsangebot finden zwei Wochenendseminare zu dem Thema Meditation und Spiritualität statt (14./15.März +29./30.August). Auch zu empfehlen ist das Herz Qigong Seminar am 13./14. Juni

Kriya-Yoga

Die Kriya Yoga Akademie in Passau bietet erneut eine Yoga Lehrer Ausbildung in 2015 über 300Stunden an. Dabei liegen die Schwerpunkte auf Philosophische Systeme, den acht stufigen Yoga Weg, Hatha Yoga in Theorie und Praxis, Pädagogische und Psychologische Schulung, Medizinische Grundlagen sowie dem Gestalten von Yogalektionen und Meditationskursen.

Leiter der Ausbildung sind Harald und Marlies Reiske sowie Gastreferenten.

Interessenten/innen können sich weiter unter info@kriya-yoga.de informieren.

Auf Grund unserer starken Arbeitsbelastung für das Dao-Projekt werden Kriya Yoga Seminare in Lüdinghausen dieses Jahr ausgesetzt. Interessenten/innen informieren sich bitte über Seminare in der Nähe unter [www. Kriya-Yoga.de](http://www.Kriya-Yoga.de)

Jetzt scheint der Winter auch mit Frost auf zu warten. Im Retreat Center haben wir uns damit arrangiert. Eine größere Einbruchs Serie in der Gegend traf auch den Camping Platz, an dem unser Hüttendorf liegt. Sieben Wohnwagen wurden aufgebrochen. Entwendet wurden Gebrauchsgegenstände und Lebensmittel. Der Versuch unsere Gemeinschaftsküche zu öffnen scheiterte und der Dieb verschwand unverrichteter Dinge. Wir entschieden uns, die Außenbeleuchtung zu erweitern, um die dunklen Ecken einsehen zu können. Darüber hinaus machen wir uns aber keine Sorgen und fühlen uns weiterhin geschützt.



Von Teilnehmerinnen der Qigong Ausbildung 2012-2014 gebackener Kuchen zum Abschluss Treffen

Euch Allen wünsche ich Gesundheit, Kraft und Erfolg für das Jahr 2015. Meldet Euch, solltet Ihr z.B. Fragen zu Eurer Praxis oder zu unseren Angeboten haben.

herzlichst
Gerhard