

01.09.2015

Newsletter September 2015

Hallo liebe Mitglieder,

dieser Sommer ist bereits in die Geschichte eingegangen als heißester und trockenster seitdem es flächendeckende Messungen von Temperatur und Niederschlägen gibt. Es scheint auch, dass er gar nicht nachgeben will und so auch bis jetzt in den September hinein weiter Sonne schickt und mit angenehmen Temperaturen aufwartet.

Nur die morgendliche Feuchtigkeit und die zunehmend gelben Blätter an den Bäumen zeigen uns auf, dass wir uns schon einige Zeit in der Wandlungsphase Erde befinden. Nach den deutlichen Temperaturrückgängen in der Nacht und am Morgen kann man es jetzt ahnen und auch riechen: der Spätsommer befindet sich an der Schwelle zum Herbst.

So fällt es nicht schwer, diesen Newsletter als „Erde“-Newsletter zu verstehen. Nach ausgiebigen Feiern im Freien und abwechslungsreichen Urlaubs- und Ferienzeiten wird es Zeit, sich wieder auf die Mitte zu besinnen, damit wir nicht aus dem Gleichgewicht geraten. Also höchste Zeit für einen Newsletter mit einigen Blicken zurück, wärmenden Rezepten für unsere Körpermitte und einen kleinen Ausblick auf das, was nun kommen wird.

Nachlese Qigong-Kongress



Der 1. Qigong-Kongress, den die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT in Alleinregie durchgeführt hat, war sicherlich das bedeutendste Ereignis für unser Vereinsleben in diesem Jahr. Über 200 Teilnehmer, Referenten und Gäste waren der Einladung gefolgt, um im württembergischen Ellwangen viele Gleichgesinnte zu treffen und mit ihnen gemeinsam Vertrautes aufzufrischen und Neues im Qigong kennenzulernen sowie den Sommer und die herrliche Natur zu genießen. [Weiterlesen](#)

## Rückblick Qigong im Park



Die bundesweite Aktion wurde heuer bereits zum achten Mal durchgeführt mit zumeist gutem bis sehr gutem Erfolg, also Zuspruch. Von immer mehr Kursleiter\_innen wird diese „niederschwellige“ Form des Hineinschnuppens sehr geschätzt, weil Personen zu ihren Übungstunden kommen, denen die Anmeldung zu einem regulären Kurs bereits einen zu großen Schritt bedeutet.

Beispielhaft sei auf zwei Zeitungsartikel verwiesen: einmal aus Euskirchen, ([Zum Artikel](#)) wo Sabine und Dieter Renner dieses Angebot zum zweiten Mal anbieten.

In den Nürnberger Nachrichten ([Zum Artikel](#)) beschreibt die Redakteurin aus der Lokalredaktion sehr treffend die Haltung einer etwas kritischen Anfängerin bei der sommerlichen Aktion unter freiem Himmel.

## Die neue Bundesaktion „Lebensfreude mit Qigong“



Auf unserem Kongress in Ellwangen haben wir den Startschuss für unsere neue Bundesaktion „Lebensfreude mit Qigong für Ältere und Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen“ gegeben.

Für diese Aktion werben wir auch bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege und deren Mitglieder, denn durch die Landes- und Kommunalverbände dieser Verbände werden die meisten Senioren und Pflegeeinrichtungen betrieben.

Wir möchten unsere Lehrer und Lehrerinnen dabei unterstützen, Qigong in diese Senioreneinrichtungen zu tragen. [Weiterlesen](#)

Unsere Vorstände geben einen Einblick in ihre Tätigkeiten



Wir Vorstände waren in den vergangenen Monaten vor allem damit beschäftigt, die beim Qigong-Kongress sich entwickelten Kontakte und Impulse zu ordnen, zu gewichten und weiter zu verfolgen.

Die Kontaktpflege mit anderen Organisationen „aus der Szene“ verlangt nach Verlässlichkeit und Kontinuität, aber auch nach klaren Absprachen und Aussagen, die länger als ein paar Monate Gültigkeit haben.

[Weiterlesen](#)

Neue Ausbilderinnen ernannt

In diesem Jahr wurden durch den Ausbildungsbeirat vier neue Ausbilderinnen anerkannt und ernannt. Es sind dies:

[Maria Christl](#),

Heilpraktikerin und Physiotherapeutin aus Altdorf (bei Nürnberg). Sie ist schon viele Jahre im „Qigong-Kleeblatt“ bei der Weiterbildungsreihe „Qigong im Alter“ aktiv. Jetzt im Oktober startet in ihrer Praxis in Altdorf die neue Kursleiterin-Ausbildung mit dem zusätzlichen Schwerpunkt Qigong im Alter.

[Mihaela Cordea](#) aus Bamberg verstärkt das Ausbildungsteam von Tao e.V. in Bamberg und Nürnberg und wird zusätzlich Frauen-Qigong anbieten. Seit einem Jahr ist sie außerdem im Weiterbildungsbeirat engagiert.

[Doris Rath](#) aus Bremen ist Juristin und Trainerin und wird vorerst beim neuen Ausbildungsstandort Bremen aktiv sein.

[Silke Wonneberger](#) aus Lübeck wird sich ebenfalls am Standort Bremen mit ihrer Kompetenz einbringen.

Wir gratulieren auch an dieser Stelle ganz herzlich und wünschen viel Erfolg und angenehme Erlebnisse bei der Arbeit! Mit diesen vier Neuen sind in der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT insgesamt nun 33 Auszubildende tätig.

## Jahreshauptversammlung der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT



Das nächste wichtige Ereignis in unserem Verein wird vom 13. – 15. November die Jahreshauptversammlung im idyllisch gelegenen Seminarzentrum Rückersbach im Vorspessart sein. Mit den Neuwahlen für den Vorstand und den Beiräten werden wichtige Markierungspunkte für die Zukunft gesetzt. Der gerade begonnene Organisationsentwicklungsprozess für unsere Gesellschaft wird weitere Impulse bekommen. Alle unsere Mitglieder sind herzlich zur Teilnahme eingeladen! Wer mitreden und mitbestimmen will, sollte unbedingt dabei sein! [Weiterlesen](#)

### Neue Ausbildungen im Winterhalbjahr 2015/2016

Unsere Ausbildungsstandorte sind inzwischen so zahlreich und weit gestreut, dass fast in jedem Monat eine neue Ausbildung der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. beginnt. Im Anschluss sind die nächsten Starttermine aufgelistet.

[Weiterlesen](#)

## Rezepte aus der Fünf-Elemente-Küche



In der Theorie der fünf Wandlungsphasen wird gerade dem Zeitraum des Spätsommers eine besondere Bedeutung beigemessen.

Denn jetzt ist es gerade die rechte Zeit, um den dazugehörigen Organ-/ Funktionskreis Milz/Magen besonders zu stärken.

Bei der Lebensmittelauswahl kommt es der "Mitte" energetisch zu Gute, wenn wir nun den Schwerpunkt von den kühl-erfrischenden, wasserreichen Fruchtgemüsen des Sommers zu den neutralen, nährenden Wurzel- und Knollengemüsen des Spätsommers bzw. Herbstes verlagern.

[Weiterlesen](#)



... und zum guten Schluss wieder ein Gedicht:



### **Septembermorgen**

Im Nebel ruhet noch die Welt,  
Noch träumen Wald und Wiesen:  
Bald siehst du, wenn der Schleier fällt,  
Den blauen Himmel unverstellt,  
Herbstkräftig die gedämpfte Welt  
In warmem Golde fließen.  
*(Eduard Mörike)*

Einen angenehmen und „goldenen“ Spätsommer und Herbst ohne Hektik und Stress, aber mit Bezug zur eigenen Mitte wünscht der Beirat für Öffentlichkeitsarbeit und Werbung.

*Ralf Jakob – Vera Kaltwasser – Cornelia Richter - Helmut Schmidt*  
*(Verantwortlicher Redakteur Ralf Jakob)*  
[oebi@qigong-gesellschaft.de](mailto:oebi@qigong-gesellschaft.de)