



**Willkommen zum Winter-Newsletter der  
DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. im Januar 2023**

Hallo << Test First Name >> << Test Last Name >>,

Am 22. Januar wechselt das Jahr der Wasser-Tiger in das Jahr des Wasser-Hasen. Es könnte ein friedliches und harmonisches Jahr werden, das unsere Wunden heilt und in dem man sich vielleicht ein wenig ausruhen kann. Der sensible Hase muss gut auf sich aufpassen, um gesund und im seelischen Gleichgewicht zu bleiben. Als sanfte und kultivierte Wesen können sie es mit Diplomatie, Geschick und Menschenkenntnis weit bringen.

Das Wasser ist ein fester Bestandteil der grünen Natur. Wasser sorgt für die langsame aber beständige Veränderung. Es formt Täler und Kontinente. Wasser ist immer in Bewegung und steht gleichzeitig für Ruhe.

Ich wünsche euch ein friedliches und ruhiges neues Jahr,  
Eure Ute Gleissner



Bild: Ute Gleissner

#### Themenübersicht

- [tiandiren journal](#)
- [Neues](#)
- [Beginn neuer Qigong-Ausbildungen in 2023](#)
- [Arbeitskreise für Qigong und Anwendungsgebiete](#)
- [Gedicht](#)

## tiandiren journal

tiandiren Journal – Heft 47 erscheint im Frühjahr 2023

„Nichts ist so beständig wie der Wandel“, formulierte einst der griechische Philosoph Heraklit. Vor dem Hintergrund aktueller Weltgeschehnisse ist dieses Zitat wahrscheinlich aktueller denn je.

Auch in der kommenden Ausgabe des tiandiren Journals geht es um den Wandel. In vielen spannenden Beiträgen beleuchten die Autor\*innen des Heftes das Schwerpunktthema „Die Wandlungsphasen / 5 Elemente“ aus unterschiedlichen Perspektiven und setzen sich dabei sowohl mit theoretischen als auch ganz

praktischen, lebensnahen Aspekten der Lehre auseinander.

Das Redaktionsteam – Barbara Evers, Cornelia Grob und Bettina Neugebauer – arbeitet gemeinsam mit Grafikerin Agnes Lüderitz auf Hochtouren, um Heft Nr. 47 im Frühjahr 2023 an den Start zu bringen. Freut euch auf viele inspirierende Artikel, die euer Qigong-Wissen vertiefen und eure Qigong-Praxis bereichern – und möglicherweise dazu motivieren, auch einmal einen Text für zukünftige tiandiren Ausgaben einzureichen.

Einzelhefte und Abos können bei der Geschäftsstelle bestellt werden. (5,--€ + 2,--€ Versand) [contact@qigong-gesellschaft.de](mailto:contact@qigong-gesellschaft.de)

## Neues

### Neues

#### **Jahreshauptversammlung der DQGG in Seevetal**

Unsere diesjährige Mitgliederversammlung fand vom 18. bis 20 November in Seevetal bei Hamburg statt. Zahlreiche Mitglieder fanden den Weg in den Norden, um drei intensive Tage miteinander zu verbringen. Am Freitag Abend wurde die neue homepage vorgestellt, am Samstag war die Versammlung mit Abstimmung und Wahl des neuen Beirats in das tiandiren Team und der Abend fand mit einer Band einen lauten, beschwingten Abschluss. Der Sonntagvormittag war gefüllt mit Besprechungen, Arbeitskreise und einen Qigong Workshop. Nach dem Mittagessen trat jeder den Nachhauseweg an.

Wir alle waren froh, uns wieder in Gemeinschaft treffen zu können, um miteinander zu üben, essen und uns auszutauschen.

Ein ausführlicher Bericht auf unserer [Webseite](#)

#### **Events des Weiterbildungsbeirats 2023**



## DAO-MKK e.V. Wochenendseminar zum Thema: Mein Qi entdecken

mit

**Dr. Ertugrul Samiloglu**

Approbierter Arzt und Arzt für Traditionelle Chinesische Medizin seit 1998  
Qigong-Lehrer und -Ausbilder an der Universität Oldenburg  
Taiji-Lehrer der Europäischen Taiji Gesellschaft ETG

### Gesundheitsschützendes Qigong

#### DAOYIN BAOJIAN GONG

Wochenendseminar 03.02. bis 05.02.2023

nach Prof. Zhang Guande Universität Peking

Das „Gesundheitsschützende Qigong“ ist eine Grundform des Daoyin Yangsheng Gong und basiert auf Daoyin, TCM und der traditionellen Körperkunst. Diese Methode bezieht sich auf alle Wandlungsphasen und damit auf alle inneren Organe. Die regulierenden Körperbewegungen werden harmonisch mit gezieltem Einsatz der Aufmerksamkeit und einer bestimmten Atemtechnik kombiniert. Die Übungen wirken vorbeugend und therapeutisch gegen Herz-Kreislaufkrankungen, Nervenschwäche und Verdauungsstörungen sowie Funktionsstörungen des Bewegungsapparates. **Die Übungsreihe hilft das Qi im Körper zu entdecken**, gezielt zu führen, Stress abzubauen und die gesamten Organismen in ihrer Funktionsfähigkeit zu verbessern.

Die Wirkweisen der einzelnen Übungen dieser Qigong-Methode werden auf organphysiologische und psychodynamische Aspekte und Besonderheiten erarbeitet.

Dabei werden Yin-Yang-Zusammenhänge, die Fünf-Wandlungsphasen-Aspekte, die Funktion der Leitbahnen und der Energiefluss der einzelnen Übungen untersucht und die Wirkungsprinzipien der Übungen sichtbar gemacht. Unter diesen Aspekten werden die Übungen kombiniert mit der Atmung und der Vorstellungskraft intensiv trainiert.

**Ort:** DAO-MKK e.V. im WuBianFu, Zum Wartturm 5, 1. Stock, 63571 Gelnhausen

**Zeiten:** Fr. 18.00 bis 21.00, Sa. 10.00 bis 18.00, So. 10.00 bis 13.00. 12 Stunden je 60 Min.

**Kosten:** Aktive Mitglieder von DAO-MKK e.V.: 120.00 Euro Nicht Mitglieder: 260.00 Euro

**Orga + Infos:** Dr. Norbert Staab Tel: 0171 3666886 (auch WhatsApp, Signal oder Telegram)

**Anmeldung:** Mail: [kurs@taijido.biz](mailto:kurs@taijido.biz) Anmeldeschluss: 22.1.23



DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V.

Termine & Weiterbildungen 2023  
qigong-gesellschaft.de/termine\_qigong-weiterbildung

WELT TAIJI & QIGONG TAG(E) 2023  
29. April 2023

29. April 2023  
Welt Taiji & Qigong Tag 2023  
Gemeinsame Events der Taiji und Qigong Verbände in D/A/CH.  
Auftakt Events am 26./27./28. April  
vielfalt-erleben.org · worldtaijiday.org

21.-23. Juli 2023  
DQGG Sommer Camp 2023 in Wetzlar  
**Mein Qi entdecken**  
Lehrer und Dozenten laden zum Üben und Erfahrungsaustausch quer durch alle Bereiche der Gesellschaft.  
[sport-gond-hepp.de/bildung/sozialbewusst]

14.-15. Oktober 2023  
Die 5 Elemente Lehre im Unterricht  
Dozent: Dieter Mayer  
Ausbilder für Qigong & Taijiquan  
Ort: Nürnberg, Kolpinggasse 23-27

10.-12. November 2023  
DQGG - Jahreshauptversammlung  
Nürnberg [bfwhotel.de]

Geschäftsstelle:  
DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V.  
Güthenbrunnweg 4, 89165 Dietersheim  
Tel.: 07347/3439 Fax: 07347/921806  
contact@qigong-gesellschaft.de  
www.qigonggesellschaft.de

## Welt- Taiji- Qigong- Tag am 29.04.2023

Weltweit feiert die Taiji- und Qigong-Gemeinschaft am letzten Samstag im April ihre Künste. Für alle Interessierten eine gute Gelegenheit, eines der kostenlosen Angebote wahrzunehmen und reinzuschmecken. Eine Vielzahl an Events, die von Taiji- und Qigong-Bewegungsformen, bis hin zu weiteren Gesundheitsübungen, Kampfkunst und Meditation reichen, sind unter [www.vielfalt-erleben.org](http://www.vielfalt-erleben.org) zu finden.

Unter dem Motto “Vielfalt erleben” haben sich Verbände aus D-A-CH zusammengeschlossen, um gemeinsam zahlreiche Angebote rund um den Welt-Taiji- Qigong-Tag anzubieten.

## Beginn neuer Qigong-Ausbildungen in 2023

die Termine finden sie auf unserer homepage.

- [Altdorf / bei Nürnberg](#)
- [Bamberg](#)
- [Berlin](#)
- [Berlin-Brandenburg](#)
- [Braunschweig](#)
- [Bremen](#)
- [Darmstadt](#)
- [Dortmund](#)
- [Gelnhausen](#)
- [Hamburg](#)
- [Hof](#)
- [Landau](#)
- [Leutkirch / Allgäu](#)
- [Marbach / Neckar](#)
- [München](#)
- [Nürnberg](#)
- [Oldenburg](#)
- [Radolfzell](#)
- [Stuttgart](#)
- [Ulm](#)
- [Weimar](#)

## Arbeitskreise für Qigong und Anwendungsgebiete

Informationen und Termine finden Sie hier: [Link zur Homepage](#)



Sa **25. März 2023** Treffen des AK Region Süd in **Nürnberg** 10 – 17 Uhr

Thema: Spiraldynamik trifft Qigong  
(Gast-) Referent: Nikolaus Färber, Günzburg

[Weitere Infos hier](#)





Hier könnte dein Arbeitskreistermin stehen ...

## Gedicht



### Schneegestöber

Engelsfedern gleich, tanzen kleine Glitzerflocken  
Vom Himmel herab.  
Noch sehen die Augen  
Den Garten meines Lebens  
Aufgewühlt und durcheinander.

Doch unermüdlich und ganz sanft  
Breitet sich eine weiße Decke  
Wolkenweiche Decke aus.  
Ganz zart legt sie sich darüber  
Versteckt, was niemand sehen darf  
Und die Eiskristalle glitzern.  
Der Anblick stimmt mich froh  
Meine Seele kommt zur Ruhe  
Sammelt neue Kraft.  
Sie wird sich frei enthalten  
Wenn die Frühjahrssonne scheint  
Und Weiterwachsen zu ihrem Ziel.

*Sylvia Puschmann*

*Wortwerk Fichtelgebirge, „Auf den nächsten Tag süchtig“*

**Bild:** Photo by free stocks unsplash

*Verantwortliche Redakteur\*innen:*

*Berndt Bartel, Ute Gleissner, Franziska Wotzinger*

[oebi@qigong-gesellschaft.de](mailto:oebi@qigong-gesellschaft.de)

**DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V.**  
**Beirat für Öffentlichkeitsarbeit & Werbung (PR-Beirat)**  
**Guttenbrunnweg 9 | D- 89165 Dietenheim**  
**E-Mail: [oebi@qigong-gesellschaft.de](mailto:oebi@qigong-gesellschaft.de)**  
**[www.qigong-gesellschaft.de](http://www.qigong-gesellschaft.de)**

Amtsgericht Ulm VR 721496  
Vorstand: Helmut Bauer | Angelika Hansen

© 2024, Alle Rechte vorbehalten.

Wir versenden den Newsletter als Rundmail an unsere Abonnenten. Er kann von allen Interessierten auf unserer Website bestellt werden.

Hier klicken falls Sie den [Newsletter abbestellen](#) | [Mailadresse ändern](#) möchten