

9. Juni 2024

## Qigong-Auffrischungstage bringen große Freude



„Diese Auffrischungstage sind für mich fast so wie eine Woche Urlaub“. In der Abschlussrunde der Qigong-Auffrischungstage in einem Meditationshaus in der Nähe von Neustadt/Aisch sind alle Teilnehmenden voll des Lobes. Sie erwähnen die reiche inhaltliche Gestaltung durch die beiden Ausbilder Maria Christl und Ralf Jakob sowie durch die Teilnehmenden selbst, das tolle Tagungshaus und das „traumhafte“ Essen.

Bereits zum fünften Mal nach Abschluss der Qigong-Kursleiter-Ausbildung am Standort Altdorf (bei Nürnberg) konnte dieses Projekt der Begleitung von Absolventinnen im „Leben danach“ erfolgreich durchgeführt werden. Dieses vermutlich einzigartige Projekt im ganz Deutschland möchte die ausgebildeten Kursleitenden auf ihrem weiteren Weg des Unterrichts und des persönlichen Wachstums begleiten und unterstützen. Deswegen gibt es nach jeder Präsentation der Lieblingsübung durch die Teilnehmenden eine ausführliche wohlwollende Feedbackrunde durch die Gruppe.

**„Es macht mir eine große Freude“** - so hieß das Motto dieses Wochenendes in einem Meditationshaus mitten in herrlicher und ursprünglicher Natur Mittelfrankens. Mit der Betonung auf verschiedene Drachenübungen im chinesischen Jahr des Drachens und Herzübungen sowie Tanz und Qigong-Gehen wurde dieses Thema entsprechend umgesetzt. Cordelia zeigte sich höchst angetan von der Qualität des gemeinsam zubereiteten Essens. Allein die

Zubereitung in der Selbstversorgerküche war nach Steffis Meinung bereits gemeinschaftsbildend und außerdem lehrreich. Die ausführliche „Befindlichkeits-Runde“ am Samstagnachmittag war für Harald keineswegs vergeudete Zeit, sondern notwendig, um einen Einblick in das Leben der anderen zu gewinnen.

Ausbilder Ralf ließ mit seiner zum Seminarende wohl überlegt ausgesuchten Geschichte vom „Sommersucher“ durchblicken, dass bei jeder/m Einzelnen ein deutliches Wachstum auf dem Qigong-Weg zu erkennen ist. Insofern war es für alle Beteiligten keine Frage, dass es weitere Auffrischungstage geben muss. Das Wochenende **4.- 6. Juli 2025** ist bereits für dieses besondere Event im Tagungshaus reserviert.

