



Editorial

Sehr geehrte Leserinnen und Leser
Liebe Tai Ji und Qi Gong Freunde

Das Jahr nimmt seinen Lauf. Erst seit kurzem. Frage: Ist schon wieder alles beim alten? Dieses Jahr über Weihnachten habe ich oft das Wort „inspirierend“ in den Festtagskarten gelesen. Danke für die Inspiration, Hoffnung auf ein inspirierendes neues Jahr. Was hat das mit Ihnen oder mit mir zu tun? Jeder kann inspirierend sein. Die Erfahrungen, die Neugier, der Austausch helfen, Inspiration zu finden oder weiterzugeben. Auch in der Ruhe ist sie verborgen, wartet auf ihre Entdeckung.

Taiji und Qi Gong können hier Gelegenheit schaffen. Oder Ihr persönlicher Ort der Ruhe. Im Wald, in der persönlichen Oase zu Hause usw. Mir ist der Satz wieder aufgetaucht, der für Inspirationen die Plattform bietet:

«Alle wesentlichen Entwicklungen finden in der Stille statt». Was kann uns aus Chinesisch-Daoistischer Sicht für das Feuer-Affen Jahr 2016 inspirieren? Ein paar Gedanken sind nachfolgend aufgeführt. Auf jeden Fall wünsche ich Ihnen für das neue Jahr beste Gesundheit und ein erfülltes Leben mit viel Qi und Inspiration zum Glücklich-Sein. Vielleicht finden Sie einige Denkanstöße zu Ihrer ganz persönlichen Lebenspflege.

Mit herzlichem Wintergruss

Ihr

Der Affe im Chinesischen Kalender

Das Jahr 2016 wird beherrscht vom chinesischen Sternzeichen Affen und dem Element Feuer und ist damit eine Zeit des Handelns, des aktiven Tuns. Es unterstützt alles was wir aktiv anpacken und befeuert unser Handeln mit Leidenschaft, Kreativität und damit mit Erfolg.

Der Einfluss des Affen setzt alles in Bewegung. Nicht planen sondern Tun ist die Devise. Der Affe ist schnell, witzig und arbeitet mit Humor und Leidenschaft. Das Affen-Jahr steht ebenso für Lebensfreude, Horizonterweiterung und das Vorantreiben eigener Projekte. Das stärkt unser Selbstvertrauen. Und vermindert die Abhängigkeit.



Die 12 Chinesischen Horoskop-Tiere

Ansätze für ein zielgerichtetes Affen-Jahr



- **Weißt Du was Du 2016 willst?**
- **Was tust Du aktiv dazu?**
- **Worauf wartest Du eigentlich?**

Affe

Ausgabe 26 • Jan 2016

Memory: Merk-würdiges zum Jahr des Affen

Das aktive Anpacken ist das zentrale Element für 2016.
Drei Denkanstöße dazu:

1. Do it! vorwärtsschauend. Investiere in deine Zukunft!
2. Glaube an das was Du tust, tue woran Du glaubst.
Mit Mut und Leidenschaft. Dann gelingt es.
3. Nutze immer wieder deine Oase, oder dein Taiji, Qi Gong usw. zur Regenerierung. Das schafft die nötige Energie.

Motto: „Wer nicht handelt, muss nehmen was kommt“.