



Editorial

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

Das schöne Klingen von Glocken und Champusgläsern ist schon Vergangenheit. Wir sind im 2019. Es gehört zum Mensch-Sein, sich zu fragen, was das Jahr wohl bringt. Doch ist das nicht müssig? Wir sind nur lebendig in der Gegenwart. Unser Einfluss kann nur im Hier und Jetzt wirken. Jeden Tag. Mir ist es immer ein Anliegen, nicht unnötig zu warten sondern zu handeln. Und mehr noch: Dem Leben etwas zu geben. Denn warum soll uns das Leben ständig etwas geben, wenn wir nicht bereit sind, auch dem Leben etwas zu schenken? Auf jeden Fall ist es stets ein Challenge, sein Leben sinnvoll zu leben. Die drei Bereiche von SETTLE, CREATE und FIGHT sind eine Möglichkeit, sich darauf auszurichten.

Es gibt einen interessanten Zusammenhang zwischen den Aussagen der westlichen Zukunftsforschung und der Chinesischen Vorschau auf das Jahr 2019 im Zeichen des Schweins: Zukunftsforscher erkennen einen Trend zur Selbstlosigkeit und Solidarität, zum Altruismus – eine durch Rücksicht auf andere gekennzeichnete Denk- und Handlungsweise. Die Chinesische Sichtweise erkennt für 2019 das tugendhafte Erde-Schwein mit den drei Elementen Mut, Ehrlichkeit und Hilfsbereitschaft. Mal sehen, was daraus wird – und ob wir bereit sind, dafür einzustehen. Für uns selbst und für andere.

Ich wünsche Ihnen ein aktives, balanciertes Taiji und ein unerschöpfliches Qi Gong für das ganze Jahr.

Mit herzlichem Gruss, Ihr

Das Erde-Schwein im Chinesischen Kalender

Ein Schwein symbolisiert Glück, Reichtum und Zufriedenheit. Glücklich sei auch der Mensch, wenn er sich im 2019 für die Gemeinschaft einsetzt. Teamgeist und die Fähigkeit, das Leben zu geniessen gehören dazu. Gute Gespräche und Freundschaften sind wichtig – und wollen gepflegt werden. Dabei sind die Grenzen zu wahren. Gut ist, wenn Sie einer ungebetenen Situation oder einem ungeladenen Gast mit einem Lächeln entgegenkommen können.

Challenge 2019

Wenn Sie Ihr Leben etwas vorausschauend angehen wollen, kann die Beantwortung der Fragen des Challenge-Modells hilfreich sein: «Wieviel Lebenszeit will ich 2019 dem SETTLE zuordnen? Wieviel dem CREATE? Und wo will ich für das FIGHT einstehen? Hoffentlich können Sie Ende 2019 lächelnd zurückblicken und sich sagen «Da habe ich ja mal wieder richtig Schwein gehabt!»

Ansätze für ein zielgerichtetes Schwein-Jahr



Challenge 2019

- innovativ
- provokativ
- kreativ



- erneuern
- kämpfen
- durchsetzen

- sichern • bewahren • sorgen

Ausgabe 34 • Jan 2019

Memory: Merk-würdiges zum Jahr des Schweins

Drei Denkanstösse dazu:

1. Überlege, wo Du SETTLE, CREATE, FIGHT tun willst.
2. Pflege die Beziehungen.
3. Nutze immer wieder deine Oase, z.B. dein Taiji, Qi Gong zur Energie-Gewinnung.

Motto: «Dem Leben etwas geben – weil uns das Leben soviel gibt».