

**Qi Gong Schule Augsburg**  
Schule für traditionelle chinesische Medizin, med. Qi Gong / Tai Chi  
Adi Huber



**Was uns wirklich weiterbringt!**  
**Gedanken zum Qi Gong und Tai Chi**

Viele von uns sehnen sich nach etwas, ohne es genau benennen zu können. Wir vermissen die Fülle des Lebens, die tiefe Beziehung zu uns selber und zu Anderen. Viele von uns ahnen, dass das Leben mehr ist als sich uns zeigt. Das Abendland haben wir längst hinter uns gelassen, das Morgenland hat auch keine Heilung gebracht, und nun stehen wir im Niemandsland, in unserer neuen Heimat, auf unserem eigenen Boden, den wir, reich an Erfahrungen und an Wissen aus aller Welt, jetzt und hier fruchtbar machen wollen.

Wir wollten auf unserer Reise zu uns selbst über uns hinaus wachsen, Bestehendes vertiefen und Neues entdecken. Doch die Wege, die wir ausprobierten, waren Über-Wege. Sie lehrten uns *über* das Leben. Doch je mehr wir *über* etwas lernen, **statt aus ihm heraus**, desto mehr entfremden wir uns von uns selber, statt uns darin zu finden.

Wie sieht ein **integraler Lebensweg** aus?

Erst wenn wir uns voll und ganz, mit allem was wir haben und was wir sind, in jeden Moment einbringen, und zwar auf eine potenzialorientierte, dynamische Weise, ohne dabei schon perfekt sein zu müssen, beginnen wir, das Leben wirklich zu leben.

Genau das werden wir in den nächsten Seminarabenden tun. Brechen wir auf zu der aufregendsten Reise, die beide Richtungen vereint:

zu uns selbst und in die Welt.

Theoretisch, praktisch, konkret, erfahrungsorientiert und in den Alltag umsetzbar werden wir uns mit dem kleinen, feinen Unterschied befassen, der uns wirklich weiterbringt.

**OMI TO FU**

Adi ®