

## Newsletter April 2020

Liebe Qigonglerinnen und Qigongler,

die aktuelle Sicherheitslage rund um die Ausbreitung des Coronavirus zwingt leider auch uns als Qigong Fachgesellschaft zu Änderungen in unserem Veranstaltungsplan. Die Sicherheit und die Gesundheit unserer Teilnehmenden und Dozent\_innen hat für uns die absolute Priorität. In Abstimmung mit den behördlichen Vorgaben und den aktuellen Entwicklungen ist es uns ein Anliegen den Seminarbetrieb, soweit dies möglich ist, aufrechtzuerhalten. Unsere Planungen sehen daher wie folgt aus:

### **„4-Regulations-Methoden und das Gesundheitsschützende Qigong“ auf Spiekeroog**

Nachdem wir zunächst diese Veranstaltung für den Termin 26.04.-02.05.2020 absagen mussten, möchten wir Ihnen heute einen Alternativtermin vorschlagen:

Anreise: Sonntag, 28. Juni 2020

(hier fahren die Fähren ab Neuharlingersiel um 13.30, 14.15 und 17.45 Uhr)

Seminarbeginn: Montag, 29. Juni 2020 – 07.30 Uhr im Kurpark

Seminarschluss: Samstag, 04. Juli 2020 – letztes Treffen 07.30 Uhr im Kurpark

(hier fahren die Fähren ab Spiekeroog um 08.25, 10.30 und 14.15 Uhr)

Nähere Informationen und evtl. Änderungen zu den Fahrzeiten sehen Sie auch unter <http://www.spiekeroog.de/urlaub-planen/fahrplan.html>.

Wir hoffen und sind hier sehr optimistisch, dass die Zugangsbeschränkungen für die Inseln, und hier insbesondere für Spiekeroog, bis zu diesem Termin aufgehoben sind. Andernfalls müssten wir auch diesen Termin wiederum absagen, was wir sehr bedauern würden. Beachten Sie diese Möglichkeit bitte auch bei Ihrer Zimmerbuchung und stimmen Sie sich hier mit Ihrem Vermieter ab.

### **„Das Dao und die Wildgans“ auf Spiekeroog**

Parallel möchten wir bereits am Freitag, 03. Juli 2020, eine schon länger geplante Supervision zum Wildgans-Qigong durchführen. Hierzu werden wir am Freitag-Nachmittag bereits den Raum in der Kurverwaltung teilen. Diese Veranstaltung soll allen ehemaligen Teilnehmern der Wildgans-Seminare auf Spiekeroog die Möglichkeit einer intensiven Wiederholung und Vertiefung bieten. Das Seminar wird geleitet von Margit Gätjens und Susanne Sander. Die Seminarzeiten sind:

Beginn: Freitag, 03. Juli 2020 – 15.00 Uhr

(hier fahren die Fähren ab Neuharlingersiel um 07.00, 10.00, 10.45 und 13.20 Uhr)

Ende: Sonntag, 05. Juli 2020 – ca. 12./13.00 Uhr

(hier fahren die Fähren ab Spiekeroog um 08.25, 10.25 und 15.00 Uhr)

Das Seminarblatt mit näheren Informationen zum Ablauf und zum Inhalt erscheint in den nächsten Tagen auf unserer Webseite unter „TERMINE“.



### **Muskel- und Knochen-Qigong aus Sicht der TCM in Mannheim**

Weiterhin offen ist auch die Veranstaltung in Mannheim vom 15.-17. Mai 2020 unter der Leitung von Herrn Ertugrul Samiloglu. Der Seminarraum in der Praxis von Herrn Samiloglu ist sehr großzügig geschnitten, so dass wir uns die Durchführung unter Berücksichtigung der Hygienevorschriften und mit genügend Abstand gut vorstellen können. Eine Entscheidung treffen wir hier gemeinsam mit dem Dozenten nach der nächsten Regierungserklärung Anfang Mai. Bis dahin nehmen wir gerne noch Anmeldungen entgegen.

### **Muskel- und Knochen-Qigong in Frankfurt**

Bis zur offiziellen Sommerpause bietet die QFG noch ein weiteres Seminar zum Muskel- und Knochen-Qigong in Frankfurt an; hier leitet Dirk Ortlinghaus Sie durch das Seminar. Auch über Anmeldungen für diese Veranstaltung würden wir uns sehr freuen.

### **Seminare mit Äbtissin Pan Xiaoping**

Der von vielen mit Freude erwartete Besuch der Äbtissin Pan Xiaoping kann in diesem Jahr nicht stattfinden. Wir stehen in engem Kontakt mit der Äbtissin und die Situation ist auch für sie in China nicht einfach. Gemeinsam haben wir uns aber nun entschieden, die für Mai angesetzten Seminare zum „Daoismus und die Taiji-Urform“ für Anfänger und für Fortgeschrittene in dieser Form abzusagen.

Wir möchten Ihnen aber gleichzeitig versichern, dass wir die Äbtissin Pan Xiaoping im nächsten Jahr erneut einladen werden und die bisher angemeldeten Interessenten bevorzugt die Plätze belegen können. Wir halten Sie hier mit unserem Newsletter auf dem Laufenden.

-----

### **Hinweis auf eine Buch-Neuerscheinung von Prof. Dr. Wilfried Belschner**

Wozu praktizieren wir Qigong? Um die Gesundheit zu fördern, um Krankheiten vorzubeugen und Krankheiten zu behandeln? Der Autor hat aufbauend auf seiner langjährigen Qigong-Praxis und seiner professionellen Tätigkeit als Begleiter von Entwicklungs- und Wandlungsprozessen eine Antwort gefunden, die für die Lebensführung eines westlichen Menschen angemessen ist. Es entstand das Existentielle Qigong, das inzwischen auch in einer Weiterbildung vermittelt wird.

Menschen fragen nach dem Sinn ihres Lebens. Wozu lebe ich wirklich? Wie kann ich – end-lich - der Mensch werden, der mit seinem Leben einverstanden ist und es bejaht? Wie kann ich meinen Alltag und Krisensituationen besser meistern?

Das Existentielle Qigong ist eine Methode, um spielerisch Antworten auf diese Fragen zu finden. Und mit der Praxis des Existentiellen Qigongs beginnt ein heilsamer Wandel hin zu einem tieferen Einverständnis mit sich selbst. Anstelle von Anstrengung, Stress, Sorge, Mühsal und Erschöpfung kann der Alltag zur Feier des Lebens werden.

Das Buch ist in Dankbarkeit zwei Menschen gewidmet: Johann Bölts und Willigis Jäger. Es hat 106 Seiten und es enthält alle Texte, die der Autor bislang zum Existentiellen Qigong verfasst hat.

Das ist das Inhaltsverzeichnis:

Die Feier des Lebens  
Eine heilsame Sinnperspektive entdecken  
Das Existentielle Qigong  
Zwei Modi der Qigong-Praxis: Üben und Experimentieren



Zwei Modi der Nutzung von Qigong: Krankheiten vorbeugen, Krankheiten behandeln, die Gesundheit fördern und eine Geschichte erzählen

Ich gebe das Buch zum Selbstkostenpreis ab (Buch + Versandkosten = € 8,00). Wer es erhalten möchte, möge mir mit Angabe der Postadresse eine Email schreiben und den Betrag auf mein Konto überweisen:

W. Belschner, IBAN DE14 4006 0560 0000 7962 10  
Email: [w.belschner@uni-oldenburg.de](mailto:w.belschner@uni-oldenburg.de)

Mit besten Grüßen  
Wilfried Belschner

---

Wir wünschen Ihnen in dieser herausfordernden Zeit nur das Beste, bleiben Sie gesund – und vor allem verlieren Sie nicht die Freude (am Qigong üben) und auch an sonst allem, was Ihnen am Herzen liegt!

Für den Vorstand und die Geschäftsstelle

Astrid Megnet

---

Qigong Fachgesellschaft e.V.  
Geschäftsstelle: Sonnenkampstraße 19  
26123 Oldenburg

Email: [kontakt@qigong-fachgesellschaft.de](mailto:kontakt@qigong-fachgesellschaft.de)  
[www.qigong-fachgesellschaft.de](http://www.qigong-fachgesellschaft.de)

