



Chinesische Medizin

Akupunktur

Chinesische Arznei-
pflanzenherapie

5-Elemente-Ernährung

Qi Gong

Homöopathie

Psychotherapie

Laotse: Dao de Jing – das Buch vom Sinn und Leben

Alte chinesische Weisheit – aktuelle Gedanken

Wer andere kennt, ist klug.

*Wer sich selbst kennt, ist **WEISE**.*

Wer andere besiegt, hat Kraft.

*Wer sich selbst besiegt, ist **STARK**.*

Wer sich durchsetzt, hat Willen.

*Wer sich genügen lässt, ist **REICH**.*

Wer seinen Platz nicht verliert, hat Dauer.

*Wer auch im Tod nicht untergeht, der **LEBT**.*

Vers 33

Dieser Vers – etwa 2500 Jahre alt – stammt aus einem der berühmtesten Bücher der Menschheit: dem Dao de Jing des chinesischen Denkers Laotse (6. Jahrhundert vor Christus) und ist heute aktueller denn je, so meine ich.

Unser Verhalten und Handeln ist meist nach außen ausgerichtet: Wir wollen „den anderen kennen“, um uns möglichst „klug“ und angepasst zu verhalten und um gleichzeitig unseren eigenen Vorteil zu mehren.

Im täglichen Wettkampf im Beruf und in der Gesellschaft geht es leider oft darum, „den anderen zu besiegen“, „Kraft“ zu zeigen – wenn auch glücklicherweise meist nicht durch direkte Gewaltanwendung. „Durchsetzungsfähigkeit und Willen“ und die Fähigkeit, „seinen Platz nicht zu verlieren“ sondern zu behaupten, sind gefragte Charaktereigenschaften.

Ich möchte Sie jedoch ermutigen, einmal nach innen zu schauen, auch wenn wir manchmal Angst davor haben. Denn wir könnten mit eigenen Charakterzügen konfrontiert werden, die wir für gewöhnlich im Außen bekämpfen um sie möglichst erfolgreich zu verdrängen wie z. B. Gier, Hass, Eifersucht usw..



freie Quelle:
Lao_Tzu_Project_Gutenberg_eText_15250.jpg



Chinesische Medizin

Akupunktur

Chinesische Arznei-
pflanzenherapie

5-Elemente-Ernährung

Qi Gong

Homöopathie

Psychotherapie

Können wir uns aber immer wieder einmal „selbst besiegen“, indem jeder von uns diese negativen Eigenschaften zunächst einmal bei „sich selbst kennen“ lernt, dann können wir sie auch nach und nach verringern.

Dann ist auch der Weg frei, „sich genügen zu lassen“, bescheiden zu werden und sich selbst anzunehmen. Denn meist ist der Kampf gegen äußere Widrigkeiten unbewusst viel mehr ein Kampf gegen ungeliebte Anteile in uns selbst.

Der „Tod“ in diesem Vers meint nicht nur das Lebensende hier auf der Erde, sondern auch die vielen „kleinen Tode“, die wir erleben. Immer wieder müssen wir loslassen und uns von etwas trennen: von Liebgewordenem aber auch von Belastendem. So haben wir die Chance, uns immer wieder „zu häuten“, befreit vom alten Panzer neu zu „leben“.

Verstehen wir es, mehr und mehr aus der ruhenden Mitte heraus (im Qigong aus dem „Dantian“ unterhalb des Nabels) unser Leben zu gestalten, dann wächst uns nach Laotse WEISHEIT, STÄRKE, REICHTUM und das LEBEN zu.

Ganz junge und manche ganz alte Menschen leben aus ihrer Mitte heraus, wir spüren das an der ganz besonderen Energie in ihrer Gegenwart. Ist Ihnen die auch schon einmal an einem Baby oder Kleinkind oder einer/einem weisen Alten aufgefallen?

*Mit diesen Gedanken grüße ich Sie herzlich aus Ettlingen
Rainer Bohlayer*

die nächsten Qigong-Kurse:

Qigong am Montag- oder Dienstagabend

ab 8. bzw. 9. Januar 2018, 19.15 Uhr, Praxis Dr. Bohlayer Ettlingen

Qigong am Mittwoch

ab 10. Januar 2018, 17.45 Uhr, Praxis Luisa Bohlayer Rheinstetten

Weitere Informationen zu den Kursen auf: www.tcm-ettlingen.de