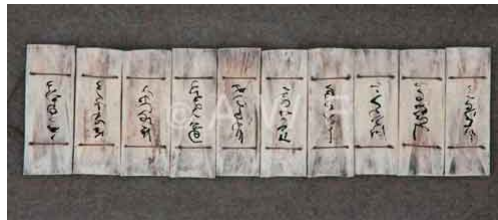




Toll, danke für immer neue Ideen und Denkanstöße!
ich habe zwar keine Ahnung von Phänomenologie und keine Ahnung ob man folgendes so sagen kann-
aber ich finde den derzeitigen Mond inmitten der Sterne phänomenal.
happy greetings

betti war wieder happy!...
nach ca 3 Monaten TaijiTotalpause, hat´s gestern "wow" gemacht!Chi-explosion?

*UND vielen Dank natürlich für Dein Geschenk, die beiden neuen Postkarten!
Die Abbildung auf der schwarzen ("klassisch ohn nio be") habe ich erst bei näherer Betrachtung wahrgenommen-
vorzüglich, ganz wundervoll!
Auch die Rückseite von "von vorne & von hinten" kam mir erst jetzt zu Augen, und löste spontane grenzenlose
Begeisterung in mir aus :-)*



Danke, lieber Andreas, für die Rundmail.

Hier ein paar Infos zu meinem weiteren Tai Chi Fortkommen:

Es hat sich gezeigt, dass es richtig war, eine Weile auszusteigen, denn Deine Bemerkung:"Wir machen hier Tai Chi" hat mich schließlich auf den rechten Pfad gebracht: Seit ich (in kleinen Schritten) konsequent - wieder nach Buch - Meditation lerne (Jon Kabatt-Zinn), merke ich zunehmend, was falsch gelaufen ist - auch nach fünfmaligem Besuch des Anfängerkurses (erstes Semester): Alles, was Du beim Kurs beschreibst als notwendige Haltung, ist wirklich notwendig. Das Notwendige muss nach der Art der Meditation mit Achtsamkeit erfahren werden, bevor man den nächsten Schritt tut.

Das Drehen der Arme zum Beispiel muss plausibel erfahren werden als notwendige Voraussetzung für den nächsten Schritt. "Sag ich doch" - Genau, sagst Du doch.

Also, nachdem ich jetzt einen Monat mit der Meditationsübung Körperscan zugebracht habe, hab ich Dein Buch (erster Teil Erde) wieder zur Hand genommen und betreibe seit einer Woche Bild 1 bis 5, bis ich es erlebe.

Jeder einzelne Schritt Deiner Anleitung muss nicht auswendig heruntergebetet werden, sondern muss sich plausibel aus dem Moment der aktuellen Stellung ergeben.

Ich denke, Du bist mit Deinem alten Schüler zufrieden, auch wenn er gegenwärtig nichts beiträgt zum Erfolg Deiner Unternehmung.

Mit herzlichem Gruß



Du wirst Dich gewundert haben, lieber Andreas, über meine Antwort auf Dein Rundmail vom 10.3.2008.

Durch einen SW Fehler meines Providers war diese Rundmail im Eingangskorb ganz oben und die Jahreszahl war nicht vollständig sichtbar.

So war der 10.3. plausibel, ich hab mich gewundert über Post von Dir, dann gefreut, dann geantwortet.

Nimm den Inhalt für gegeben und lach ansonsten.

Lieber Andreas

Ich bin ganz aufgewühlt und kann nicht schlafen- gestern Abend schaute ich auf deiner Homepage den Trailer zu den 4 Wundertieren an, und seitdem habe ich Herzklopfen. Noch mehr oder anders als bei Tai Ji Chuan habe ich das Bedürfnis, das alles zu erlernen und zu spüren und zu erfahren. Seit mehr als 20 Jahren habe ich das bewusste Gefühl, irgendeine Art von Körper Arbeit oder Körper Therapie leisten zu müssen, ein paar klägliche Versuche brachten mir nichts, und andere Versuche traute ich mir nicht zu. Seit mindestens 40 Jahren kämpfte ich mit mir über meinen Körper, hatte immer wieder Hass-Attacken gegen ihn und mich und konnte es kaum noch ertragen. Seitdem ich bei dir lerne scheint sich das alles aufgelöst zu haben, irgend ein Knoten ist geplatzt, eine Schleuse hat sich geöffnet - ich möchte gar nichts mehr anderes tun als lernen und üben und mich darin verlieren und finden und mich lieben und die ganze Welt lieben. Und jetzt habe ich auch keinen großen Druck mehr wegen der Form, irgendwann werde ich sie können. Die meisten positiven Gefühle in der Seele und im Körper erfahre ich im Moment eh bei den Stehübungen - die 29 Minuten schaffe ich schon!

Ich bin ganz glücklich, Andreas, und weiß nicht, wie ich dir jemals danken kann. ohne dich als Lehrer und Vorbild wäre das nicht möglich, das ist ganz gewiss.

Alles liebe dir



Fotos find ich ganz gut, zumindest aktuell auf meinem Rechner sehr rotstichig zwar, aber mei-- aber am besten gefallen hat mir kein Zufall sein --das ist wirklich ein Kunstwerk! Toll!

Wie schön, danke, Andreas. Ich könnte meinen, dieses Zitat (aus deinem Rundmail) sei für mich ganz persönlich. Das ist eine interessante Frage...



... wenn mein Körper also nicht 'mein' ist, sondern 'ich', dann doch nur ein Teil meines 'ich', nämlich der physische. Mein 'Ich' zum Beispiel glaubt auch an immaterielle Energien... und deren Fortleben nach dem physischen Ableben. Danke für die herrlichen Zitate - es ist immer aufregend, die mails zu öffnen! Wie Päckchen auspacken.



Diese neue Vertragsform ist genial. Seitdem ich mehrmals die Woche an verschiedenen Kursen teilnehmen kann, hat sich sehr viel geändert, gelöst in mir. Ich bin nicht mehr gaaaanz so 'self-conscious' körperlich und kann etwas mehr loslassen und mehr erspüren, leichter lernen und besser daheim üben. Das macht mich ziemlich glücklich.

Heute war mein Geburtstag - normalerweise mache ich da eine kleine Reise - dieses Jahr wollte ich nichts lieber tun als meinen Alltag leben und abends ins DAO gehen; ich bin auf der Reise zu mir selbst und das ist im Moment wahnsinnig spannend und erkenntnisreich. Ich danke dir von Herzen und grüße dich auch von da.



....vielleicht Erinnerst du dich noch an mich. Ich war vor ein paar Jahren leider nur 1 1/2 Kurse bei dir, bis ich nicht mehr gut genug stehen konnte und so den Kurs beenden musste. Ich habe MS und sitze seitdem im Rollstuhl, was sich im wesentlichen auch ganz gut organisieren lässt.

Meine Frage ist, ob es irgendeine Möglichkeit gibt, Tai Ji auch im Rollstuhl zu machen. Mein Oberkörper ist nicht betroffen und ich kann auch ganz gut frei im Rollstuhl sitzen. Mit Hilfe vielleicht auch auf einem Stuhl, das ist aber von der Tagesform abhängig.

Was mich beim Leben im Rollstuhl behindert ist, dass ich auf eine Behindertentoilette angewiesen bin. Ich arbeite zwar in der Krankengymnastik dran, dass ich die drei Schritte schaffe, aber dorthin ist noch ein langer Weg.

Hoffentlich hast du eine Idee, wie ich ein paar Übungen auch in meiner Situation machen kann. Sehr gerne erinnere ich mich an die Erzählung, wo du die alte Dame mit Stock gesehen hast und daraus neue Übungen entwickelt hast.

vielen Dank für deine schnelle Antwort. Das hilft mir etwas beim üben. Ich mache auch sehr viel Sport, so dass meine allgemeine Beweglichkeit auch verbessert wird. Aber die Übungen aus Tai Ji fehlen mir zum großen Ganzen noch. Da muss ich mich auch viel mehr Zeit nehmen, um das zu üben. Die Übungsstunden bei dir waren da sehr gut, als fester Platz in der Woche, wo ich immer gerne dabei war. Jetzt erfordert es halt mehr Selbstdisziplin von mir.

*...ich freue mich, erneut mit Ihnen und damit zum Qi Gong in Kontakt treten zu können, wie einst vor einigen vielen Jahren.
Vielleicht werden Sie sich noch an mich erinnern, an einen jungen Mann, der damals ca. um die 15/16 Jahre alt gewesen sein musste, der sich nicht nur für die bei dem Fernsehsender Bayern ausgestrahlten Tele-Gym Sendungen "Ba Duan Jin", "Tai Chi" und "integrales Qi Gong" interessierte, sondern auch oder vor allem für Sie.
...inzwischen 30 Jahre alt und ausgebildeter Physio-, und Manualtherapeut ... Ich bin mir nicht mehr genau sicher, wie oft ich Sie per Brief kontaktierte, allerdings weiß ich noch heute, dass ich mich sehr freute Ihren Brief entgegennehmen zu können, als Antwortschreiben, nachdem ich von der Schule kam...*

*...
Wie ich bereits auf Ihre Homepage sehen konnte, bieten Sie eine Reihe von Videos oder DVDs an. Sind diese zum Erlernen bestimmte Stile ausreichend?
Auf you tube sah ich auch die Übung fünf Mal die Affen zurückweisen und einige andere Yang-Stile. Ich würde mich freuen, wenn wir erneut in Kontakt treten könnten, auch wenn Sie sich nicht mehr an mich erinnern können. Vielleicht einen kleinen Einstiegstipp von Ihnen per Rückschrift auf diesem Wege?*

Handwritten signature in black ink, written vertically on the right side of the page.



Ich habe mich sehr darüber gefreut, dass Du für das Pfingstangebot im Westpark eine so schöne Ankündigung gestaltet hast. Herzlichen Dank! So bekommen vielleicht auch einige Neulinge Lust darauf den Formlauf an der frischen Luft kennen und schätzen zu lernen.

Du bist wirklich und immer wieder beeindruckend.

Und das Bild auch. So perfekt ist die Natur !

Inspiriert von unserer phonetischen Übung gestern Abend habe ich gerade eine super interessante Mittagspause mit einem Geschäftsbesuch, einem Computerlinguisten, verbracht.

Und habe gleich noch japanisch gelernt. Das Leben ist schön und wird immer schöner.

...ICH HABE HEUTE AUF DEINER HOMEPAGE DEN DANK AN DEINE ELTERN 'GEFUNDEN' - DEINE WORTE UND DEINE HALTUNG HABEN MICH TIEF BERÜHRT UND ZU TRÄNEN GERÜHRT.

SCHÖN , DASS ES DICH GIBT , SO WIE DU BIST, UND DANKE, DASS ICH DICH KENNEN UND VON DIR LERNEN DARF.

REAKTION AUF YOUTUBE PUNKT

[Variationen im Integralen Yang-Stil - Andreas W Friedrich - www.taiji-online.de](http://www.taiji-online.de)

SIE MACHEN DAS GANZ FOLL HERR FRIEDRICH.

SEHR ENTSPANNEND!

Lieber Andreas,

ich bin sehr dankbar für das "Freiluft-TaiJi" im Westpark. Ich habe immer sehr unter diesen "Ferien" gelitten.

Außerdem möchte ich Dir auf diesem Wege berichten, dass mich Dein Unterricht sehr glücklich macht. Ich bin vor kurzem zu dem Anfänger-Kurs dazugestoßen, weil ich mir die "Form" nicht merken konnte.

Vielen Dank für Ihren Einsatz und die neue DVD. Hier nun das Resultat:

Die Menüpunkte lassen sich nach dem Einlesen nicht ansteuern. Wenn der erste Block gelaufen ist, zeigt sich ein Menü, in dem der letzte Schritt dunkelgrau hinterlegt ist; dann kann ich auch jeden weiteren beliebigen Menüpunkt ansteuern und von dort aus die DVD starten. Leicht schmunzelnd sage ich, da steckt ein pädagogisches Prinzip dahinter.

Erst soll man sich die grundlegende Einführung ansehen, bevor man zu weiteren Taten schreitet.

*Ich kann nun ALLES behalten, was Du bisher in der Gruppe eingeübt hast.
Ich freue mich riesig, denn so kann ich nun endlich täglich selbständig Taiji
im feuchten Gras üben.*

*Jetzt möchte ich Dich noch darum bitten, das Büchlein vom 2.
Teil der Form für mich bereitzulegen. Ich möchte es mir gleich
zulegen, damit ich diese tolle Stütze ab September zu Hause
habe.*



.....Vielen Dank für die wunderbare Einführung in die wunderbare Welt des tai jis.

Beim Ausführen der tai ji Übungen und beim Zuschauen "Deines Vormachens" blickten wir doch oft in Tiefen, die uns einen wohligen Schauer bescherten.

In diesen Tiefen schimmert das selige Vertrauen und die Zuversicht, in der Existenz als Teil des Ganzen geborgen zu sein.

Tai Ji ist ein schöner Weg in diese Tiefen und Du warst unser kluger und lebensfroher Wegbereiter.

Vielen Dank für die schöne Zeit.

Ich möchte singen, so so sehr freu ich mich, lieber Andreas!

Nach dem schönen Zen Abend musste ich noch ein wenig Cohen und Rilke lesen:

*" Du darfst nicht warten, bis Gott zu dir geht und sagt: Ich bin. Ein Gott, der seine Stärke eingesteht,
hat keinen Sinn. Da musst du wissen, daß dich Gott durchweht seit Anbeginn, und wenn Dein Herz Dir glüht und
nichts verrät, dann schafft er drin."*

...Ich bin schon seit 3 (?) Jahren nicht mehr in deinen Kursen, aber ich wollte dir nur sagen, daß ich nach wie vor die bei dir erlernte "Kaiserübung" und "Meisterübung" mache, und ich kann wirklich sagen, daß es nichts gibt, was in Krisensituationen so sehr hilft, wie diese beiden Übungen!

LIEBER ANDREAS,

WOLLTE DIR NUR KURZ VORAB UND AUF DIESEM WEGE MITTEILEN, DASS ICH HEUTE BEI DR JOHANNES FISCHER WAR(MEIN TCM ARZT) UND ER DEINE VERMUTUNGEN HINSICHTLICH MEINEN FERSENPROBLEMEN DURCHWEGS BESTÄTIGT HAT. WÖRTLICH: "IHR TAI CHI LEHRER IST EIN GUTER MANN...!"

KOMPLIMENT UND VIELEN DANK!

Fünf Postkarten aus der AWF – Kartenkollektion

Andere Werte Finden
Alles Was Freut



www.AWF-art.de

AWF

Ich danke allen für ihre Rückmeldungen und freue mich über weitere Reaktionen. DAODAO!