



Meinungen
Reaktionen
Feedback
2016/17



UND WEITERE SÄULEN FOLGEN ...

Wie schon am Telefon, nachdem Du für mich als Lehrer immer im Fluss bist und auf Deinen Weg bleibst, bleibe ich Dir gerne treu und Deinem / Dem TaiChi

Und eines möchte ich Euch noch sagen:

Es ist jedes Mal eine Wohltat, zu Euch zu kommen.

Die Lage des DAO ist sensationell.

Denn ich liebe diese Stadt...mittendrin zu sein.

Und ich liebe es, mitten in der Stadt diese Ort genießen zu können.

Und dabei noch den Weg weiterzugehen und in Euch jemanden gefunden zu haben,

der mich auf diesem Weg begleitet. Vielen Dank.

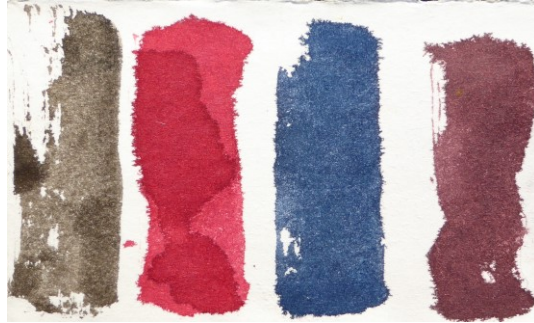
Ihr seid ein gutes Team, was ich äußerlich beurteilen kann

Das geistige Fundament eines Bewegungs-Lebens-Kampf-Künstlers:

- klar, sanft und liebevoll in den Gefühlen*
- ruhig und gelassen gegenüber dem Unvermeidlichen*
- bewusst und selbstbeherrscht bei jedem Ereignis*
- vieles besitzen, aber frei von Besitz*
- vertraut und angstfrei im Angesicht des Todes*

(AWF, angeregt durch Taisen Deshimaru-Roshi - Zen in den Kampfkünsten Japans)

danke für den bemerkenswerten Spruch! Er baut mich heute wirklich auf.



Hallo Andreas,
lange ist es her, dass ich im „DAO“ versucht habe, TaiChi zu lernen.
Ich freue mich aber immer über die mails mit den Zitaten und Impulsen ...

Hallo lieber Andreas W. Friedrich,
Vielen Dank für das inspirierende Seminar gestern. Dass wir am Ende alle die Taiji-Form gelaufen sind (und ich mich darauf einlassen konnte), war von besonderer Bedeutung für mich. Wenn ein Wochenendkurs mit Formkorrektur angeboten wird und es sich bei mir zeitlich einrichten lässt, bin ich dabei! Es freut mich, so nah eine gute Adresse gefunden zu haben,
Viele qi-reiche Grüße,

auf Grund von guten und schlechten Umständen bin ich zur Zeit nicht in der Lage gewesen, am Unterricht teil zu nehmen. Melde mich aber für das Wintersemester wieder für Tai Chi II an. Ich wünsche dir einen erholsamen Sommer!!

...ich bedanke mich von Herzen für die wunderbare Zeit und die vielen Inspirationen in DAO und werde diese „Auszeiten“ sicherlich auch vermissen!

Leider merke ich aber mehr und mehr, dass ich es kaum schaffe mit unserer ‚Großfamilie‘ die Zeiten der Tai Ji-Stunden wahrzunehmen... Vieles konnte ich schon in meinen Alltag integrieren und vielleicht kommt auch wieder eine Zeit, in der es sich wieder integrieren lässt. Alles Liebe für Dich +DANKE



DAODaodao'

Mikro-und Makrokosmos sind eins im DAO
TaiJi als das Höchste Eine, als die Mutter von Yin und Yang

...und Deine Art den Kurs zu halten, finde ich sehr gut, locker und unkompliziert.

Lieber AWF mit Team

Das ist sehr schön, dieses Zitat zum Lachen!

Wir haben hier in Zürich-Nord eine Lach-Oase, wo wir regelmässig das Lachen ohne Grund praktizieren.

Es verhilft uns zu mehr Heiterkeit und Humor im Alltag, das bedarf halt auch einer Praxis (Übung).

Herzlichen Dank für die Inputs und liebe Grüsse nach München!

M.

Lieber Andreas,
mir gefiel am Wochenende die Gelegenheit, mehr über die Bewegung von Qi (Ying und Yang) zu hören/erfahren - am meisten die Anwendungen von dieser Bewegung während der verschiedenen "Push Hands"-Übungen. Für mich ist es natürlich wichtig, diese Bewegung mehr in meine eigenen Übungen aufzunehmen und ich bin mir am Sonntag (der Tag nach dem Kurs) der subtilen Bewegung viel mehr deutlicher gewesen, als ich "im Kreis" gelaufen bist. Ehrlich zu sagen könnte es manchmal ewig dauern, bevor ich was Innerliches spüren könnte, deshalb halte ich immer Ausschau nach Tipps, wie ich Energie spüren und ziehen kann. Also vielen Dank nochmals für die tolle Einführung!



Lieber Andreas,

nach vielen Jahren möchte ich gerne eine Pause von den wöchentlichen Kursen machen und werde mich mit Ablauf des Sommersemesters erstmal nicht für einen Wochenkurs weitermelden. Wie Dir nicht entgangen sein wird, bin ich ja bereits seit längerem nur noch recht sporadisch gekommen. Eine offizielle Kündigung des Vertrages lasse ich Dir zur Wahrung der von Dir vorgesehenen Form für Deine Verwaltung noch gesondert zukommen.

Ich fände es schön, in freien Abständen nach Bedarf mal zu einer Kursstunde zu kommen und mitzumachen, wenn das geht. Verstehe ich Deine LÖer-Karten richtig, dass mir diese das ermöglichen würden, oder sind sie in ihrer Gültigkeit zeitlich besonders begrenzt? Falls sie es ermöglichen würden, würde ich mir nach Ablauf des Semesters mal eine solche Karte bei Dir besorgen. Bitte gib mir doch Bescheid, ob das so ginge.

Mein Entschluss hat übrigens nichts damit zu tun, dass ich Tai Chi nicht mehr weiter üben oder schätzen würde. Im Gegenteil war ich sogar lange nicht mehr so regelmäßig dabei, und namentlich laufe ich die beiden Kurzformen sehr gerne und habe diese richtig für mich gefunden. Und persönlich bist Du hier zudem sehr präsent auch durch Deine schönen Stehpositionen-Postkarten, die ich sehr mag und nutze.

Wir werden uns aus meiner Sicht auf jeden Fall weiter sehen, wenn möglich auf Basis Deiner LÖer-Karten immer mal wieder in dem ein oder anderen Kurs. Nichtsdestotrotz möchte ich Dir an dieser Stelle einmal danke sagen für die Weitergabe des Tai Chi, für viele sehr anregende und bereichernde Stunden und letztlich für den Schatz, den ich dadurch für mich gewonnen habe. Wirklich von Herzen danke!

Danke für das hingebungsvolle und geduldige Lehren gestern Abend. Wir werden am Freitag sehen, ob wir schon etwas verinnerlichen konnten.

Das Empfinden war jedenfalls prima und das Üben hat in allen Belangen gut getan. Leider können wir heute Abend (mal wieder) nicht in die „Integrale Persönlichkeitsstunde“ kommen, obwohl wir es letzte Woche sehr spannend fanden und es gerne heute fortgesetzt hätten. ... Nächsten Dienstag sind wir aber wieder mit von der Party.



Lieber Andreas Friedrich & Team

Es tut uns leid, mitzuteilen, daß wir unseren Tai Ji Quan Vertrag zum nächstmöglichen Zeitpunkt kündigen werden. Leider können wir schon beinahe mehrere Jahre nicht mehr regelmäßig an den Kursen teilnehmen. Weil uns das Tai Ji sehr wichtig ist und uns die begeisterte Wissensvermittlung von Andreas sehr gefällt, haben wir diesen Schritt bisher vermieden.

Wir haben uns entschieden jeweils eine 10er Karte zu kaufen und hoffen beide sehr, daß wir uns weiterhin in die Formkurse ‚einklinken‘ können, um die Form in Erinnerung zu behalten und üben zu können....

Mit freundlichen und dankbaren Grüßen

Lieber Andreas, vor sehr langer Zeit habe ich zwei Jahre bei Dir Tai Chi gelernt. Du erinnerst Dich vielleicht noch an mich? Um es ganz kurz zu machen: Vor vier Wochen hatte ich eine schwerere OP an der Halswirbelsäule, und wenn ich jetzt etwas brauche, dann ist es Tai Chi. Besteht die Möglichkeit, einige Einzelstunden zu nehmen und dann wieder in Deiner Schule einzusteigen? Zurzeit bin ich noch krankgeschrieben und würde am liebsten sofort damit beginnen.

Hat gestern viel Spaß gemacht!



Und eines möchte ich Euch noch sagen:

Es ist jedes Mal eine Wohltat, zu Euch zu kommen.

Die Lage des DAO ist sensationell.

Denn ich liebe diese Stadt...mittendrin zu sein.

Und ich liebe es, mitten in der Stadt diese Ort genießen zu können.

Und dabei noch den Weg weiterzugehen und in Euch jemanden gefunden zu haben,

der mich auf diesem Weg begleitet. Vielen Dank.

Und eines möchte ich Euch noch sagen:

Es ist jedes Mal eine Wohltat, zu Euch zu kommen.

Die Lage des DAO ist sensationell.

Denn ich liebe diese Stadt...mittendrin zu sein.

Und ich liebe es, mitten in der Stadt diese Ort genießen zu können.

Und dabei noch den Weg weiterzugehen und in Euch jemanden gefunden zu haben,

der mich auf diesem Weg begleitet. Vielen Dank.

Und eines möchte ich Euch noch sagen:

Es ist jedes Mal eine Wohltat, zu Euch zu kommen.

Die Lage des DAO ist sensationell.

Denn ich liebe diese Stadt...mittendrin zu sein.

Und ich liebe es, mitten in der Stadt diese Ort genießen zu können.

Und dabei noch den Weg weiterzugehen und in Euch jemanden gefunden zu haben,

der mich auf diesem Weg begleitet. Vielen Dank.



Ich habe nach vielen Jahren einer chronischen Neuroborreliose, die glücklicherweise überwunden ist, als Überbleibsel noch das sog. Bannwarth-Syndrom mit vor allem nachts auftretenden sehr starken Nervenschmerzen, die sich bei mir meist vom Hals ausgehend über den Rumpf ausbreiten und ca 20 min andauern.

Ich habe nun erfreulicherweise herausgefunden, dass diese Schmerzen vor allem im Anfangsstadium durch mehrmalige Wiederholung der Tai Ji Kurzform verschwinden, was mich sehr glücklich macht.

Wie habe ich die Sequenz 2014 empfunden?

Für mich war es eine durchgehende Bewegung, welche mit einem komplizierten Schritt nach hinten gestartet, und mit dem Händeheben vor dem Schulterstoß geendet hat. Das dazwischen war nebulös. Eine Nachfrage bei Ruth hatte auch keine Klärung gebracht, ihr war der Ablauf damals auch nicht ganz klar.

Natürlich habe ich die Abfolge im Laufe der Zeit dann doch noch mitbekommen.

Es war ein ganz ganz klein wenig so, wie ich es als 20jähriger in einem Tanzkurs erlebte: der 91jährige Besitzer erklärte und machte die Schritte vor – allerdings hat er sie eher gedacht, seine Füße blieben nahezu auf der Stelle, so dass die Abfolge unklar blieb... (es gab aber eine junge Assistentin, die die Schritte dann dezent vormachte J)

Zeitsprung nach 2017.

Was ich beim ersten Mal als willkürliche Fuß-, Arm- und Handbewegung empfunden hatte ist nun zurückgeführt auf bekannte Figuren aus dem 1. Teil: halbe Pipa etc., d.h. es gibt konkrete bekannte Zwischenstopps an denen sich der Anfänger entlanghangeln kann. Auch mir ist die Abfolge mit diesen Denkhilfen nochmal bewusster geworden.

Anders gesagt: die Abfolge hat nun eine nachvollziehbare klare Struktur, die Du fließend und dennoch gut abgestuft vermittelst.

Ich denke, dass auch Anfängern, bei denen Teil I noch nicht so gut sitzt, mit diesen Stützen des Bekannten gut geholfen wird. Wobei ich mir vorstellen könnte, dass Anfänger sich freuen, wenn sie dann auch noch den Schulterstoß langsam präsentiert bekommen.



vielen Dank für die neuen Flyer und die neuen diversen Zusatzkarten.
Ich rühre fleißig die Werbetrommel, der eine oder andere wird vermutlich zu Dir kommen. Leider wird oft gerade denen, die sehr vom Taiji oder QiGong profitieren könnten, jeder weitere Termin einfach zuviel. Schade.

.....das sollten wir unbedingt wiederholen, da freue ich mich drauf!

Gerne in Ihren Räumen, das wäre toll.

Die Resonanz der Ärzte war ja super, das hätte ich nicht erwartet.

Wir können gerne schon einen neuen Termin vereinbaren. **Die Schmerzkonferenz findet jeweils an jedem 2. Dienstag im Monat statt.** Ich habe momentan auch noch Einfluss darauf, sie zu verschieben. Wann könnten Sie denn?

Ich plane am Montag Abend mit meinem Mann in eine der Gruppen zu kommen und hoffe dass nichts dazwischen kommt...

Vielen Dank nochmal und herzliche Grüße

...die Schmerzkonferenz war ein voller Erfolg!

Vielen Dank für Ihre tolle Einführung! Das war wirklich sensationell und hat richtig Spaß gemacht!

Ich könnte mir vorstellen, dass die Kollegen auch weiteres Interesse zeigen könnten 😊

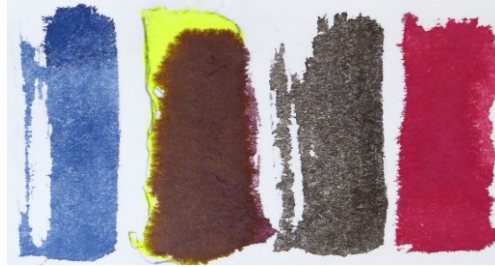
....anbei noch eine Rückmeldung einer Teilnehmerin, die sehr begeistert ist!: "Ich kann es nicht glauben, aber ich bin heute ohne gewöhnliche Rückenschmerzen aufgewacht! Danke Dir für netten Abend gestern, es war eine tolle Erfahrung!"

Auch der Neurochirurg hat sich gestern direkt begeistert geäußert, er bemerke bei seinem frischen Bandscheibenvorfall in der LWS eine sofortige Besserung!

kannst Du mir ggf. noch - in Ergänzung zu Deinen Werken (Bücher, DVDs, Postkarten) - eine Einführung in die Philosophie des Tai Ji empfehlen.....

"DAOhoam" ist gut!

Ich bewundere ja, wieviel Bedeutungsvariationen Dir zu AWF einfallen, das solltest Du mal zusammentragen...



Lieber Andreas W. Friedrich,

ich bekomme nun schon seit ein paar Jahren Ihre Rundmail (weil ich irgendwann mal eine DVD oder/und CD bestellt habe) und nun ist es mir ein Bedürfnis, einfach mal ein paar Zeilen zu schreiben.

Ich habe vor etwa 10 Jahren im BR eine Folge von Telegym Integrales Qigong gesehen und war „hin und weg“ von diesen so ruhigen und fließenden Bewegungen, die mir in der Zeit eine große Hilfe waren. Ich hatte 2004 eine WS-OP, bei der man mir einen Nerv verletzt hatte. Ich konnte damals 1 Jahr lang nicht arbeiten und meine Arbeit als Masseurin/med. Bademeisterin hatte sich erstmal „erledigt“, weil ich mit meinem linken Arm nichts mehr machen konnte... Aber irgendwann habe ich erkannt, dass sich neue Türen öffnen, wenn alte sich verschließen und so habe ich damit den Zugang zu Tai Chi und Qi Gong bekommen und so sehr schätzen- und lieben gelernt, dass ich 2009 die Ausbildung für Tai Chi und auch für Qigong begonnen habe (beim Tai Chi Zentrum in HH – die „lange Form“ des Yangstils) und gebe seitdem Präventionskurse hier in Bad Salzuflen (mit sehr viel Freude auch während der Saison 2 x wö. „Qigong im Park“). Ich habe einige Male „Qigong im Kloster“ erleben dürfen bei Hans Martin Lorentzen aus Kiel, habe Lena du Hong in Neuss kennengelernt und Foen Tjoeng Lie in Essen. Seminare u. a. auf Wangerooge, auf Mallorca, in Hannover und Osnabrück. Das Lernen wird nicht aufhören ...

Ihre Arbeit – natürlich auch die von Eva Rehle!- und Ihre beruhigende Art, an die Übungen heranzuführen, berührt, bewegt und inspiriert mich immer noch sehr und wenn München nicht so furchtbar weit weg wäre, hätte ich sicherlich auch mal ein WE Seminar bei Ihnen gemacht! Hinweise auf Ihre DVDs und CDs (insbesondere „Integrales Qigong“ und „Wege zur Inneren Kraft“ gebe ich immer gerne an meine TN weiter.

Viel Freude weiterhin bei Ihrer Arbeit!

Ich freue mich auf jede künftiger „Rundmail“ und sende herzliche Grüße aus Bad Salzuflen.

TaiJi hat schon immer meine Seele berührt, weil ich damit auch meinen Glatteisunfall verbinde. Mein Chirurg macht TaiJi. Bisher konnte ich andere aus meinem Umfeld „noch“ nicht dazu „bewegen“.

Da helfen immer wieder Deine Worte, die wie eine leise Meditationsmusik in mein Gehirn dringen. Bis zum Herzen kommt es momentan nicht.....leider. Ich funktioniere wie ein Roboter. Die Situation ist also sehr angespannt und wir hoffen weiter. Morgen wird ein guter Tag. Jeden Tag läuft es besser und besser. Wir werden weiter kämpfen. Üben und üben und üben. Laufen ohne zu grübeln.

DANKE DIR MEIN GROSSER LIEBER MEISTER FÜR DIESE LIEBEN WORTE.