

*Für alle, die gerne mehr zum Thema lesen möchten, gibt es hier eine kleine Bücherliste ...*



*Hier ein paar Titel, die ich im Zusammenhang mit Qigong interessant finde:*

***Christian Schmincke***  
***Chinesische Medizin für die westliche Welt***

Die Grundlagen der chinesischen Medizin für den Laien verständlich dargelegt – von einem leitenden Arzt der TCM-Klinik in Gerolzhofen (Steigerwald)

***Bruce Frantzis***  
***Die Energietore des Körpers öffnen***

Die Grundlagen des Qigong und eine Übersicht über die weiterführenden Übungspraktiken des Neigong

***Wolfe Lowenthal***  
***Es gibt kein Geheimnis***

Ein Schüler des Taiji-Meisters Cheng Man Ching erzählt über dessen Leben in New York in den sechziger Jahren

***Hanns Georg Möller***  
***In der Mitte des Kreises***

Eine kurze Einführung in die Philosophie des Taoismus

*Die klassischen Schriften des Taoismus – in den berühmten Übersetzungen von Richard Wilhelm aus den zwanziger Jahren:*

***Das I Ging – Das Buch der Wandlungen***

Das Orakelbuch des Taoismus

***Das Tao te King***

Die Weisheiten des Laotse

***Dschuang Dsi –***  
***Das wahre Buch vom südlichen Blütenland***

Betrachtungen eines großen Philosophen und Dichters



*Wer sich für Meditation interessiert, der stößt auf eine reichhaltige Literatur zum Thema. Hier zwei wichtige Titel:*

***Joko Beck***  
***Zen im Alltag***

Eine zeitgenössische Anleitung, worum es bei der Zen-Meditation eigentlich geht

***Bruce Frantzis***  
***Im Tao sein – Entspannung in Achtsamkeit***

Die Wassermethode der Taoistischen Meditation