

## NING MUI Monastery

**Das Gong Fu, Qi Gong oder sonst eine Disziplin in einer ganz ursprünglichen Art und Weise zu (er)leben – ist das nicht insgeheim der Wunsch eines jeden Gong Fu Praktizierenden irgendwann auf seinem Lernweg? Oder warum pilgert man beispielsweise nach China ins Shaolin Kloster? Und würde man in der zur Touristenattraktion verkommenen Stätte überhaupt finden was man sucht?**

### Mythos Gong Fu Kloster

Das Leben ist, das darf man glaube ich schon so verallgemeinernd sagen, in unseren Breitengraden sehr hektisch. Umgeben von einem Überangebot an schnellen Lösungen, kurzlebigen Zielen und sofortiger Bedürfnisbefriedigung verspürt man vielleicht immer wieder den Drang, die Handbremse anzuziehen. Eine Kampfkunst ausüben verbessert die geistige und körperliche Verfassung, steigert die Selbstdisziplin und löst die Anspannung. Das Training erfahren viele als Auszeit. Trotz den zum Teil längerfristigen und aufrichtigen Zielen wie Gesundheit, innerer Frieden und Ähnliches müssen wir immer wieder zurückkehren in den Alltag, der uns vielen Faktoren aussetzt, die all dem entgegengesetzt sind. Das ist auf der anderen Seite natürlich gerade die Herausforderung, die alltäglich zu lösende Aufgabe, das Spannungsfeld, mit welchem wir lernen müssen umzugehen.

Doch wo ist der Ort, der statt einer Auszeit von ein bis zwei Stunden eine von mehreren Tagen, einer Woche oder noch mehr bietet? Wo ist der Ort, welcher nicht nur eine zeitliche, sondern auch eine räumliche Auszeit bietet, auf welcher Ebene auch immer (ortsbezogen, seelisch, geistig und so weiter)? Auf alle Fälle so, dass man auf viel konzentriertere Art und Weise mehr Tiefenwirkung erzielen kann. Das sind Fragen, die Lex Si Fu und mich beschäftigt haben.

In der Top Story der vergangenen Ausgabe (Nr. 4) war bereits erwähnt, dass Lex Si Fu eine geistige Gemeinschaft vorschwebt, das NING MUI Monastery – ‚ein Gefäss zum geführten geistigen Studium mit vielleicht einer eigenen philosophischen Richtung. Ein Ort, wo das (körperliche) Training Anregung dazu sein soll, in dieser Hinsicht weiterzugehen. Ob dieses Kloster jemals real existieren wird ist unwichtig‘. In der Entstehungsphase des Artikels wussten wir noch nicht, dass wir bald die Chance erhalten würden diese Vision zu verwirklichen. Nach Redaktionsschluss wurden wir dann unvermittelt mit diesem riesigen Glück konfrontiert, so dass das NING MUI Monastery nun Realität geworden ist.

Doch warum ein Monastery, ein Kloster (chinesisch Si)? Keine Sorge, es geht nicht darum, einen Tempel zu gründen, sich orientalische Namen zu geben und in weissen Gewändern umherzurennen. Eine klösterliche Gemeinschaft ist vor allem eine Gruppe von Leuten, welche nach gewissen Regeln zusammenlebt. Ausserdem assoziiert man mit dem Ausdruck Abgeschiedenheit, Ruhe, Kontemplation, also ‚Sich Besinnen‘ und Studium.

Denn was wir hier mit viel Aufwand immer wieder von neuem herstellen müssen – abschalten, zur Ruhe kommen, unsere Kräfte konzentrieren auf den Moment, das Jetzt – gelingt in einem Umfeld wie dem NING MUI Monastery wie von selbst. Wir können uns nur dorthin begeben und quasi ‚anzapfen‘. Egal welchem Aspekt des Lebens wir uns zuwenden: wenn wir lernen, Körper, Atem und Geist in Einklang zu bringen, haben wir eine viel grössere Chance, unsere Selbsterkenntnis zu steigern und unsere Lebensweise zu verändern um dadurch unseren Zielen näher zu kommen. Das NING MUI Monastery soll vor allem eine Oase der Erlebens und der Erkenntnis sein – und ein Zufluchtort, aus dem man gestärkt, erläutert oder klarer wieder hervorgeht.

# **NG MUI Si - NING MUI Monastery**

## NING MUI Si

Als wir im August 2002 in diese noch weitgehend unberührte Gegend von Frankreich mit dem Namen Ardèche kamen, bewog uns die aussergewöhnliche und anregende Umgebung, hier unser Projekt des NING MUI Monastery zu realisieren.

Das imposante Anwesen befindet sich in einer würdigen Kulisse von sanften Hügelketten, die bei klarem Wetter den Blick auf den Mont Blanc freigeben. Die grossen behauenen Steinquader an verschiedenen Stellen der Gebäude lassen vermuten, dass sie 1639 für deren Errichtung beim naheliegenden Chateau de Rochebloine geholt wurden. Weiterhin weisen einige dieser Steine Figuren und Kreuze auf, was darauf hindeutet, dass der Ort einmal als Kloster oder zumindest als Herberge für Pilger gedient haben könnte. Dies ist umso wahrscheinlicher, als es nicht unweit von Le Puy liegt, eine der berühmten Stationen auf dem Pilgerweg nach Santiago de Compostela in Nordspanien. Nicht umsonst hatten Lex Si Fu und ich von unserem ersten Betreten dieses Anwesens an das Empfinden, uns an einem Kraftort zu befinden. Das NING MUI Monastery zeichnet sich aus durch seine Offenheit, da die beiden Häuser sich v-förmig gegen Süden öffnen und der dazwischen liegende Hof, kein quadratisch zwischen Häusern oder Mauern liegender Innenraum ist, sondern ein sich gegen den Himmel öffnender Aussenraum, gleich einer Terrasse, welche den Blick freigibt auf das atemberaubende Land gegenüber und weit zum Horizont schauen lässt. Dies ist der Hintergrund vor dem man am Abend das Erlebte und Gelernte noch einmal Revue passieren kann – zur Musik des sanft rauschenden Windes. Eingebettet in eindrucklichen 43 Hektaren oder 430'000 Quadratmetern dazugehörigen Landes bietet sich einem wahrlich Raum und Ruhe, beispielsweise auf einem Spaziergang oder auf einer Wanderung.

Wie vielleicht vor Hunderten von Jahren sollen die Menschen hierher kommen, um abseits vom Rummel Energie zu tanken – die Energie der Wälder und Wiesen, der Bäche und Quellen mit ihrem erfrischenden Plätschern und der Weiden mit dem fröhlichen Geläute der Ziegen und dem prächtigen Farbenspiel ihrer Bepflanzung. Diese soll durch Raum für Wahrnehmung, Erkenntnis und Entfaltung ausgebildet und weiterentwickelt werden und eine tiefere Praxis in den von uns angebotenen Kampfkünsten ermöglichen.

Mehr Informationen und die Daten der Retreats können unter [www.ningmui.com](http://www.ningmui.com), der Seite ‚NING MUI Si‘ und den darin enthaltenen Rubriken entnommen werden.

Das **NING MUI Monastery** steht für Ausgeglichenheit, Lebensfreude und ganzheitliches Vertrauen in allen Lebenslagen.

*Verfasserin*

NING MUI Monastery – Cristina M. Sokol

Telefon +33 6/ 74 01 40 06

E-Mail [info@ningmui.com](mailto:info@ningmui.com), Internet [www.ningmui.com](http://www.ningmui.com)

Mit dem Druck ist das Organ damit einverstanden, dass das Urheberrecht bei der Autorin beziehungsweise beim Autor bleibt. Bei Korrekturen, Kürzungen oder Veränderungen des Textes oder der Bilder durch die Redaktion, ist bei der Autorin oder dem Autor das Einverständnis einzuholen.

*Bilderbeschreibung und -vorschau*

Dokument ‘prnmsi03-d bilder.pdf’, 2 Fotografien

© NING MUI – Lex Reinhart