



# Fung Loy Kok Institut für Taoismus Taoist Tai Chi™







# Fung Loy Kok Institut für Taoismus Taoist Tai Chi™



Erstmals veröffentlicht im Jahr 2020

von *Fung Loy Kok Institut für Taoismus*

Eine in Kanada eingetragene Wohltätigkeitsorganisation (#11893 4371 RR0001)

134 D'Arcy Street, Toronto, Ontario, Kanada M5T 1K3

[www.taoist.org](http://www.taoist.org)

©1988-2020 Fung Loy Kok Institut für Taoismus

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieser Publikation darf ohne vorherige Genehmigung des Herausgebers reproduziert, in einem Datenbanksystem gespeichert oder in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln - elektronisch, mechanisch, fotokopiert, aufgezeichnet oder anderweitig - übertragen werden.

Das Fung Loy Kok Taoismus Logo und Taoist Tai Chi sind Warenzeichen von Certmark Holdings Co. Ltd, die unter Lizenz des *Fung Loy Kok Institute für Taoismus* verwendet werden und die die echte und ununterbrochene Übertragung der Lehren von Meister Moy Lin Shin durch die von ihm gegründeten Organisationen bestätigen.

Alle Zitate in diesem Buch stammen von Freunden des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus* und Teilnehmern an den *Taoist Tai Chi™* Künsten aus aller Welt. Einige Ausdrucksweisen und Markenzeichen in den Zitaten wurden aktualisiert, um unseren aktuellen Sprachgebrauch widerzuspiegeln.



Jade Kaiser, Guanyin und Unsterblicher Lü,  
Vertreter des Konfuzianismus, Buddhismus und Taoismus

Lord Lao sagte:

Das vollkommene und ewige Tao wird auf natürliche Weise von denen erlangt, die zu ihm erwachen. Um zum Tao zu erwachen, sei ständig klar und still.

– Die Schrift der Klarheit und Stille



# 蓬萊閣™

## Die Ziele des Fung Loy Kok Instituts für Taoismus:

- Taoistische Tempel und Schreine nach den Lehren der taoistischen Religion zu errichten, zu unterhalten und zu betreiben und die Lehren und Praktiken der taoistischen Religion weiterzuführen
- Öffentliche oder private Zusammenkünfte religiöser Art, wie z.B. religiöse Zeremonien durchzuführen;
- Unterricht in taoistischer Philosophie und Religion und verwandte Themen für die Bildung der allgemeinen Öffentlichkeit einzurichten, aufrechtzuerhalten und durchzuführen; und
- Förderung des Bewusstseins und Verständnisses der taoistischen Philosophie und der chinesischen Kultur.



**Meister Moy Lin  
Shin**

1931-1998

Gründer des Fung Loy Kok Institut für Taoismus  
Taoist Tai Chi™



# Grüße vom Vorstand des Fung Loy Kok Instituts für Taoismus

In diesem Moment, in dem 50 Jahre des Austauschs taoistischer Praxis und Lehren von Master Moy gefeiert werden, ist es ein Privileg, Grüße vom Vorstand des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus* zu überbringen. Wir sind aufrichtig dankbar, dass Meister Moy 1970 aus Hongkong nach Nordamerika kam, um den Taoismus in den Westen zu bringen. Zu dieser Zeit waren der Taoismus und die taoistischen Praktiken unbekannt und nicht weit verbreitet bei denen, die es lernen wollten.

Meister Moy, zutiefst dankbar für die taoistischen Künste, die zu seiner Genesung von einer schweren Krankheit führten, gelobte Guanyin, der Göttin des Mitgefühls, dass er diese taoistischen Künste mit allen teilen würde, die sie lernen möchten. Mit wenig Englischkenntnissen wanderte er nach Kanada ein und begann, die taoistischen Praktiken und Lehren zu unterrichten und zu teilen. Viele Menschen erfuhren tiefgreifende gesundheitliche Vorteile, wenn sie diesen Praktiken folgten. Er eröffnete Tempel und Schreine in ganz Kanada und gründete eine gemeinnützige, wohltätige, ehrenamtliche Organisation, die das weiterführen sollte, was er begonnen hatte, nachdem er nicht mehr unter uns weilte. Meister Moy starb 1998.

Für die jetzigen und früheren Vorstandsmitglieder war es eine Reise, diese Künste zu praktizieren, die helfen, sich selbst in einen besseren Menschen zu verwandeln. Es war ein Privileg, daran mitzuwirken, dass diese tiefgründigen Lehren und Praktiken auch nach unserem Tod weiterbestehen. Meister Moy sagte oft, dass es nicht um ihn ginge, sondern darum, die taoistischen Lehren und Praktiken für kommende Generationen fortzuführen.

Die Ruhe und Stille, die wir erfahren, wenn wir die Bewegungen gemeinsam in unserem *Taoist Tai Chi™* Training praktizieren, ist tiefgreifend. Wir freuen uns auf weitere Gelegenheiten, zu helfen und das Gelernte an die nächste Generation und an kommende Generationen weiterzugeben.

Mit freundlichen Grüßen

**Marsha Eberhardt**  
**Präsidentin**  
**Fung Loy Kok Institut für Taoismus**  
**Januar 2020**



Vorstandsmitglieder und Führungskräfte treffen sich während der CIT (Continuing Instructors in Training) Woche 2019 im Internationalen Zentrum in der Nähe von Mono Mills in Ontario, Kanada



Guanyin, Bodhisattva des Mitgefühls - diejenige, die das Wehklagen der Welt hört

“

*[Meister Moy] hatte große Weitsicht ...  
er sagte, wenn wir planen, sollten wir für tausend Jahre in  
die Zukunft planen.*

–John B

”

## Eine Vision für 1000 Jahre

Meister Moy Lin Shin, unser Gründer, widmete sich der Aufgabe, die reiche Tradition des Taoismus in einer leicht verständlichen Weise zu vermitteln. Er verknüpfte taoistische Praktiken und Künste, um uns eine praktische Methode zu geben, mit der wir die in den taoistischen Schriften beschriebene innere alchemistische Transformation erreichen können. Er zeigte einen Weg auf, der uns helfen würde, sowohl uns selbst als Individuen zu kultivieren, als auch uns beim Aufbau einer starken Organisation zu leiten, die Menschen auf der ganzen Welt für kommende Generationen helfen könnte.

1970 traf Meister Moy aus Hongkong in Kanada ein und trug nur einen Koffer mit sich, zusammen mit seinem tiefen Wissen aus seiner langen taoistischen Ausbildung und dem Gelübde, anderen zu helfen, indem er die taoistischen Künste allen, die sie lernen wollten, zugänglich machte.

Innerhalb einer Woche nach seiner Ankunft begann er, einige Schüler in einem Park in Toronto zu unterrichten. Eine Zeit lang fuhr er wöchentlich mit dem Bus nach Montreal, um dort Unterricht zu erteilen. Er nahm den Mittagsbus, den er selbst bezahlte, kam um 18.00 Uhr in Montreal an, unterrichtete von 19.00 Uhr bis 22.00 Uhr und nahm dann den Mitternachtsbus zurück nach Toronto, wo er am nächsten Tag arbeiten musste. Um die Miete zu bezahlen, übernahm er Jobs wie Boden kehren, kochen und schneiden. Sein Leben war ein Beispiel für Hingabe.



**Heute, 50 Jahre nach der Ankunft** von Meister Moy in Kanada, praktiziert das Fung Loy Kok Institut für Taoismus, die von ihm gegründete freiwillige Wohltätigkeitsorganisation, die taoistische Tradition und die *Taoist Tai Chi™* Künste an mehr als 370 Orten in ganz Kanada und in angeschlossenen Organisationen in 26 Ländern.

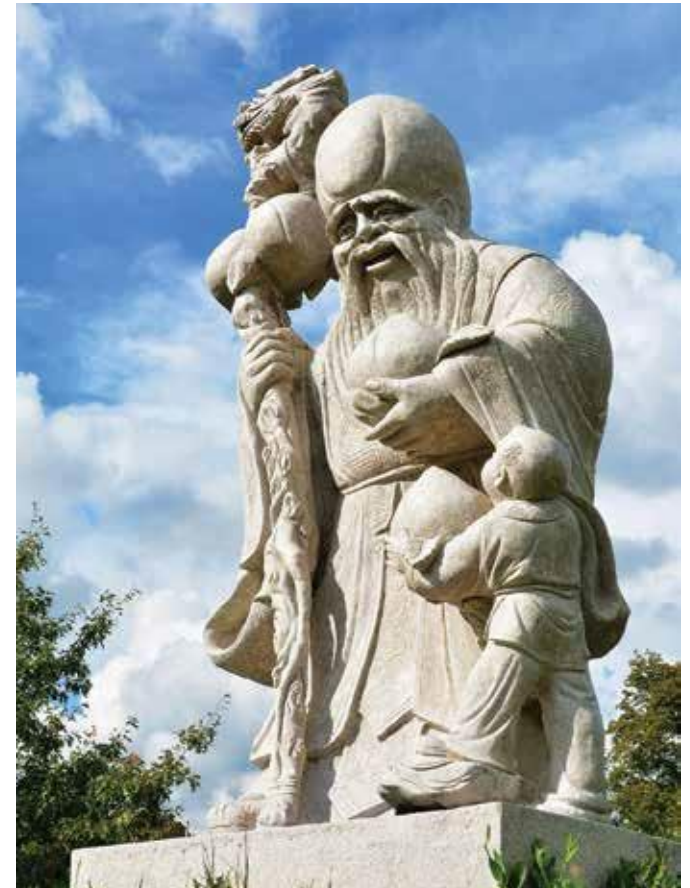
Nahezu 35000 Menschen praktizieren weltweit die *Taoist Tai Chi™* Künste. Unser erstes Internationales Zentrum eröffneten wir 1984 in der Nähe von Toronto, in Ontario, Kanada. Heute gibt es ein zweites angegliedertes Internationales Zentrum in Dunedin, Florida, USA, das 2018 eröffnet wurde, sowie vier angegliederte regionale Zentren in Großbritannien, Spanien, den Niederlanden und Australien.

In den letzten 50 Jahren haben wir unter der Leitung von Meister Moy und nach seinem Tod 1998 unser Verständnis der taoistischen Künste und der taoistischen Tradition, die die Wurzeln unserer Organisation sind, weiterentwickelt. Als Teilnehmer haben wir die Möglichkeit, einen Weg der Transformation zu beschreiten, der die Zähmung unserer Herzen und die Harmonisierung von Körper, Geist und Seele durch die Ausbildung in den taoistischen Künsten, den Dienst an anderen, Rituale und Zeremonien sowie die Bereitstellung unserer Zeit und finanziellen Mittel zur Unterstützung der Aktivitäten des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus* einschließt.

Es gibt viele Teilnehmer, die nicht die Gelegenheit hatten, Meister Moy direkt zu treffen, die aber in dem Vermächtnis, das er hinterlassen hat, sein Herz sehen können. Indem wir auf diesem starken Fundament zusammenarbeiten, können wir weiterwachsen, uns entwickeln und für die Zukunft planen. Zu den anstehenden Projekten gehören die Entwicklung taoistischer Wohnprojekte für Senioren und eine Langzeitpflegeeinrichtung, die uns helfen werden, Meister Moys Vision zu erfüllen.

In den Lehren der taoistischen Philosophie ist die Fürsorge für Menschen am Ende ihres Lebens ein wichtiges Prinzip.

Wir sind dankbar für unsere ersten 50 Jahre und wissen, dass wir hart arbeiten werden, um dem Weg zu folgen, den Meister Moy uns gezeigt hat.



Shou, einer der drei Sterne und der Gott, der für Langlebigkeit steht. Man erkennt ihn an seiner hohen, gewölbten Stirn und dem Pfirsich, den er als Symbol der Unsterblichkeit trägt.



Lok Hup Ba Fa -

Sechs Harmonien und acht Methoden - allgemein bekannt als Lok Hup. Meister Moy gründete zum Gedenken an seinen Lehrer Meister Leung die Gei Pang Lok Hup Akademie unter dem Dach des Fung Loy Kok Instituts für Taoismus.



Ein internationaler Awareness Day, der von Teilnehmern aus der ganzen Welt in der Innenstadt von Toronto gefeiert wird



Die Taoist Tai Chi™ Künste können sowohl im Sitzen als auch im Stehen praktiziert werden - wodurch die gesundheitlichen Vorteile für alle zugänglich werden - und das an jedem beliebigen Ort. Sie sind ein Schatz, den die Menschen immer und überall mit sich tragen können..



Der Tempel der drei Religionen - Konfuzianismus, Buddhismus und Taoismus

Zehnter Jahrestag der Eröffnung des Drei-Religionen-Tempels im internationalen Zentrum in der Nähe von Orangeville im Jahr 2017



Taoist Tai Chi™ Künste sind die Kultivierung der Stille. Die Stille kultivieren heißt die Weisheit kultivieren.



Die Menschen im internationalen Zentrum verpflegen - ein wesentlicher Bestandteil des Trainings



Der Spatenstich für das Quiet Cultivation Center im internationalen Zentrum in der Nähe von Orangeville im Jahr 2001. Der strömende Regen ließ für die Zeremonie nach, dann gab es im Moment der Lesung der 'Petition an den Himmel' einen unglaublichen, einzelnen Donnerschlag.



Feierliche Eröffnung des Southwest Center in Stratford, Ontario, im Jahr 2011



# Den Weg finden

## Die Praxis der taoistischen Künste

Menschen aus ganz Kanada und den angeschlossenen Organisationen in 25 Ländern trainieren in unserem internationalen Zentrum in Ontario und tragen so dazu bei, den Taoismus und die *Taoist Tai Chi™* Künste auf der ganzen Welt zu verbreiten. Menschen treten aus verschiedenen Gründen bei und sie bleiben, weil es funktioniert. Diejenigen, die diese taoistische Kunst der Transformation praktizieren, haben erstaunliche Vorteile für ihr Leben erhalten.

„Es fühlt sich an, als hätte ich die Kontrolle über meinen Körper und Geist, möglicherweise zum ersten Mal überhaupt; während des *Taoist Tai Chi™* Trainings und des Lok Hup Ba Fa Trainings kann ich jetzt die Stärke und sogar Kraft der Wirbelsäule spüren. Die Rotation und strukturelle Entspannung in meinem Körper fühlt sich angesichts der Schwere der Wirbelsäulenfrakturen wunderbar an.“

– Philomena P

**34425** Teilnehmer der taoistischen Künste in **26** Ländern werden von **2592** ehrenamtlichen InstruktorInnen unterrichtet, in unzähligen Stunden des gemeinsamen Übens.





„Es war sehr schön heute als (eine Frau), die seit 33 Jahren Parkinson hat, vorbei kam um Hallo zu sagen. Meister Moy hat viel mit ihr gearbeitet. Und ich sagte zu ihr, allein sie zu sehen, spiegelt etwas von Meister Moy für uns wider. Sie sagte, dass sie ein lebendiges Beispiel dafür sei, dass die Taoist Tai Chi™ Praxis sehr vorteilhaft ist, ohne sie unbedingt gut auszuführen. "Mein Kniestreifen ist schrecklich", sagt sie. Aber es erlaubt ihr, mobil zu sein. Sie sagte, dass sie unter fast 6000 Menschen, die an einer [Langzeit-] Parkinson-Studie teilnehmen, zu den Top 20 gehört, weil sie am längsten mit Parkinson lebt und immer noch unabhängig lebt. Das ist ziemlich erstaunlich. "

– Sean D



“

*Es war die offensichtliche Anmut und Stille der 108 Bewegungen, die mich zuerst in eine Anfängerklasse zog. Zu dieser Zeit hatte ich Mühe, mit einem stressigen Leben Schritt zu halten, das mir sehr am Herzen lag - einem Leben, in dem ich mich intensiv mit der ländlichen Familienpraxis und meiner eigenen Großfamilie beschäftigte.*

*Darüber hinaus erfordert das Training Geduld - die Bereitschaft, unserem Körperbewusstsein Zeit zu geben, sich zu entwickeln, und dem Geist, sich zu beruhigen. Für die meisten von uns geschieht dies über viele Jahre. Haltungsmuster, Bewegung und Denken verschieben sich allmählich. Schwache Bereiche oder Verspannungen und Probleme mit der Verbindung zwischen Wirbelsäule, Becken und unteren Gliedmaßen verändern sich langsam. Schwierigkeiten von Geist und Seele lösen sich von selbst.*

*Wir kommen voran, indem wir durch unser eigenes Üben Entdeckungen machen, von den Instruktor:innen, die über uns wachen und uns führen, lernen und indem wir unterrichten. Zu wenig von dem einen schwächt die Wirkung der anderen. Jeder von uns muss nach dem richtigen Gleichgewicht suchen - einem Gleichgewicht, das sich verändert, während wir uns entwickeln.*

– Dr. Bruce M

”



## ANKÜNDIGUNG VON MEISTER MOY

11. Mai 1984

Meister Moy sagte:

*„Wir lernen weder Tai Chi Chuan noch Tai Chi Boxen. Wir lernen Tai Chi, das große Ultimative. Das Yin und Yang Tai Chi Symbol enthält das Universum und erklärt seine Funktionen. In ähnlicher Weise spiegeln die 108 Bewegungen der Taoist Tai Chi™ Praxis das Universum in unserem Körper wider und können das Wirken dieses Universums im Inneren verbessern.“*

Es ist dieses Erbe, von dem Meister Moy möchte, dass wir es erlernen und es an zukünftige Generationen weitergeben. Um dieses Wissen zu erlangen, sind große persönliche Anstrengungen und Entschlossenheit erforderlich, regelmäßiger Kontakt mit dem Lehrer, Meister Moy, während er lebte und heute mit der Leitung des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus*.

Dies ist wahrhaft ein Weg der persönlichen Transformation.

„In der D'Arcy Street fand eine Gesundheitswoche (Health Recovery Program) statt. Aber es wurde nicht so genannt. Es gab keinen Namen dafür, was Meister Moy tat. Er nahm all diese Leute in sein Haus und in den Tempel auf. Die Menschen standen vor einer Vielzahl von Herausforderungen, die von psychischen Erkrankungen, lebensbedrohlichen Krebserkrankungen bei jungen Menschen, Parkinson bei jungen Menschen bis hin zu Suchtproblemen reichten. Senioren, die einsam waren, weil die Ehepartner gestorben waren und nicht wussten, was sie mit ihrer Zeit anfangen sollten. Meister Moy fand für sie etwas zu tun.

Er kümmerte sich um alle, sorgte dafür, dass die Leute zu essen bekamen. Er stellte sicher, dass die Menschen das Gefühl hatten, Teil dieses Ortes und nicht alleine zu sein. Er gab Menschen Korrekturen. Er gab Menschen etwas, worüber sie in ihrem Leben nachdenken konnten, um ihm mehr Sinn oder Inhalt zu geben.“

– Mary B



Die Eröffnung des Health Recovery-Flügels im internationalen Zentrum nahe Orangeville im Jahr 1997.

“

*Ich erinnere mich an eine Gesundheitswoche, in der wir überhaupt nicht über die Gesellschaft gesprochen haben. Die Leute sprachen daher nur über sich selbst und ihre Sorgen, was nicht hilfreich war.*

*Mir hilft dieses Gefühl für die größere Sache aus meinem eigenen Kopf herauszukommen. Bei der Gesundheitswoche waren die Menschen zwar krank, aber wir haben alle nur daran gearbeitet, dass es uns besser geht. Es ist die beste Art von Selbsthilfegruppe, weil sie sich darauf konzentriert, vorwärts zu kommen und nicht darauf herumzureiten was schlecht ist... Das ist wirklich tiefgründig.*

– Sam A

”

“

*Ich werde Dir meine Näh- und Schneidergeschichte erzählen... ein Eindruck von Meister Moy. Er hatte einen wunderbaren Sinn für Humor, aber er hatte auch eine Art, dein Herz zu erreichen und Korrekturen zu geben, die manchmal nicht einfach waren. Egal ob sie physisch waren oder deinen Charakter betrafen. Eines Tages war ich hier oben in Orangeville und ich nähte eine Flagge, die zerrissen worden war und... er saß mir gegenüber in der Lobby und sagte, nicht gut. Er sagte, Faden zu kurz. Also hat er mir einen wirklich langen Faden abgeschnitten und mir die Naht gezeigt. Und natürlich war es so, dass du beim Nähen deinen Arm ausstreckst und es dann so aussieht wie „die Mähne des wilden Pferdes teilen“. Er hatte dieses Lächeln im Gesicht und fragte, wie fühlst du dich? Und ich habe nur gelacht und gesagt, ja, ich verstehe, „die Mähne des wilden Pferdes teilen“. Er hatte diese wunderbare Art, manchmal solche Lektionen zu geben, die hilfreich waren und die zeigten, wie das Tai Chi auch mit Dingen des täglichen Lebens verbunden ist.*

– Karen L



„Meine Sehnen und Bänder wurden länger. Meine Muskeln wurden weich und entspannt, aber dennoch stark... Mit den Medikamenten und den Taoist Tai Chi™ Künsten verminderten sich die Symptome und wurden weniger schwerwiegend, selbst mit zunehmendem Alter. Das macht das Leben mit Parkinson bis heute einfacher.“

– Assunta S



信心  
誠心  
恆心

Vertrauen  
Aufrichtigkeit  
Hingabe

– Meister Moy Lin Shin

## Internes Memo - März 1995

Meister Moy sagt, dass viele Instruktoen in Toronto zu seinen Workshops kommen, aber sie haben kein Verständnis für Ausbildung. Er sagt, dass die Ausbildung einer Person vier Aspekte hat:

1. **Ausbildung in Ethik oder den Tugenden:** Ein besserer Mensch werden - dazu gehört das Erlernen von Höflichkeit und vor allem das Lernen, uns selbst und andere zu respektieren. Zum Beispiel Mr. Moys Lehren über die chinesische Kultur und Etikette.
2. **Ausbildung in Weisheit:** Aus den Erfahrungen und dem Wissen anderer Menschen lernen. Beispielsweise jemanden mit einem körperlichen Problem zu bitten, über seine Erfahrungen zu sprechen, und Mr. Moy beobachten, wie er jemanden korrigiert.
3. **Ausbildung in Gesundheit:** Lernen, für unseren eigenen Körper Sorge zu tragen. Dies geht über das Taoist Tai Chi™ Training hinaus - es beinhaltet normalerweise Veränderungen in unserem täglichen Leben.
4. **Ausbildung in gesellschaftlichem Bewusstsein:** Lernen, ein tragendes Mitglied der Gesellschaft zu sein; weniger egoistisch werden.

Meister Moy sagt, dass die meisten Instruktoen nicht einmal wissen, was sie lernen, wenn sie zu den Unterrichten und Workshops kommen. Wie können sie sich darauf vorbereiten, Ausbilder in der Gesellschaft zu werden? Ohne diese vier Aspekte zu verstehen, können sie nicht von Herzen unterrichten und können anderen Bedürftigen wie Senioren oder Menschen mit gesundheitlichen Problemen nicht helfen.

“

*Sehr früh bemerkte ich, dass das Taoist Tai Chi™ Training mir ein Gefühl von Belastbarkeit und Auftrieb gab in meiner Fähigkeit, mit den Höhen und Tiefen und Belastungen des Alltags umzugehen. Ich denke, Tai Chi hat mir geholfen im Jetzt zu sein, so wie auch meine Prioritäten neu zu bewerten ... mich auf meine eigene Gesundheit zu konzentrieren und auch echte Verbindungen mit anderen Menschen zu haben.*

– Genevieve R

”



## Ehrenamtliche Arbeit

Wir haben eine Kultur des Gebens, der Freiwilligkeit und des Dienstes am Nächsten und wir helfen dem *Fung Loy Kok Institut für Taoismus* finanziell im Geiste der Tradition, alle unsere Aktivitäten mit Spenden zu unterstützen. Die Acht Tugenden und die persönliche Erfahrung zeigen uns, dass diese Möglichkeiten, ehrenamtlich zu arbeiten und zu helfen, ein Geschenk sind, um unser Herz, unsere Gesundheit und unseren Charakter zu entwickeln. Jeder Moment ist Training und Entwicklung unseres Charakters.



Vom ersten Tag unseres Übens an beginnen wir, ehrenamtlich zu arbeiten und wir lernen, wie man alle Aufgaben erledigt. Uns um uns selbst kümmern, damit wir anderen helfen können, erstreckt sich auf alle Facetten und Ebenen unseres Übens.

*“Es war wirklich toll, um Hilfe gebeten zu werden. Ansonsten ist es so einfach, nur mit sich beschäftigt zu sein, Nabelschau zu betreiben und sich Sorgen zu machen. Aber wenn man sich um andere Menschen kümmert und ihnen hilft ... Ich bin wirklich überzeugt, dass dies ein Teil dessen ist, was mir geholfen hat – mir geholfen hat, mir die Kraft und Stärke zu geben und mir geholfen hat, nicht nur um meine Krankheit zu kreisen.*  
– Sam A”

**34425** Teilnehmer des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus* und seiner weltweiten Tochtergesellschaften leisten jeden Monat **60242** ehrenamtliche Stunden auf der ganzen Welt.



Ehrenamtliche helfen in den Gärten des 42 Hektar großen internationalen Zentrums. Meister Moy wollte, dass das Anwesen ein Park ist, den die Öffentlichkeit besuchen kann. Viele Menschen haben über viele Jahre daran gearbeitet, dies zu verwirklichen. Das Zentrum ist sieben Tage die Woche für die Öffentlichkeit zugänglich.

„Eine wirklich starke Lektion war, als Meister Moy darüber sprach, wie man den Freiwilligen im Zentrum Respekt entgegenbringt. Meister Moy fühlte sich nicht gut und jemand hatte ihm einen großen Topf Suppe gemacht. Ich war an einem heißen Tag draußen gewesen und hatte den Rasen gemäht. Meister Moy gab mir diese Suppe und sagte: "Ich möchte, dass du sie bekommst, weil sie dir helfen wird, dich besser zu fühlen." Es war eine wundervolle, mitfühlende Geste. Und dann sprach er darüber, wie man auf sehr praktische Weise Wertschätzung für Menschen demonstrieren kann, wenn sie ehrenamtlich arbeiten. Zum Beispiel sagte er, wenn wir etwas essen, geh 15 bis 20 Minuten vorher zu ihnen, damit sie anfangen können sich sauber zu machen. Stell sicher, dass ein Platz für sie reserviert ist, an dem sie essen können, sie bedient werden und es genug für sie gibt. Das demonstrierte er mir und sagte dann: „OK, das sind die Schritte, die du unternehmen kannst. Eine einfache, freundliche Geste, die zeigt, dass du an die Anderen denkst.“

– John B

“  
Es passierte mir einmal in Orangeville, dass ich hereinkam und er [Meister Moy] die Toiletten putzte. Ich blieb stehen, er war auf Händen und Knien und putzte. Ich sagte nichts, aber es berührte mich und ich verstand besser, wie die Organisation funktionierte... er sah, was getan werden musste und tat es.  
”

– Joe K



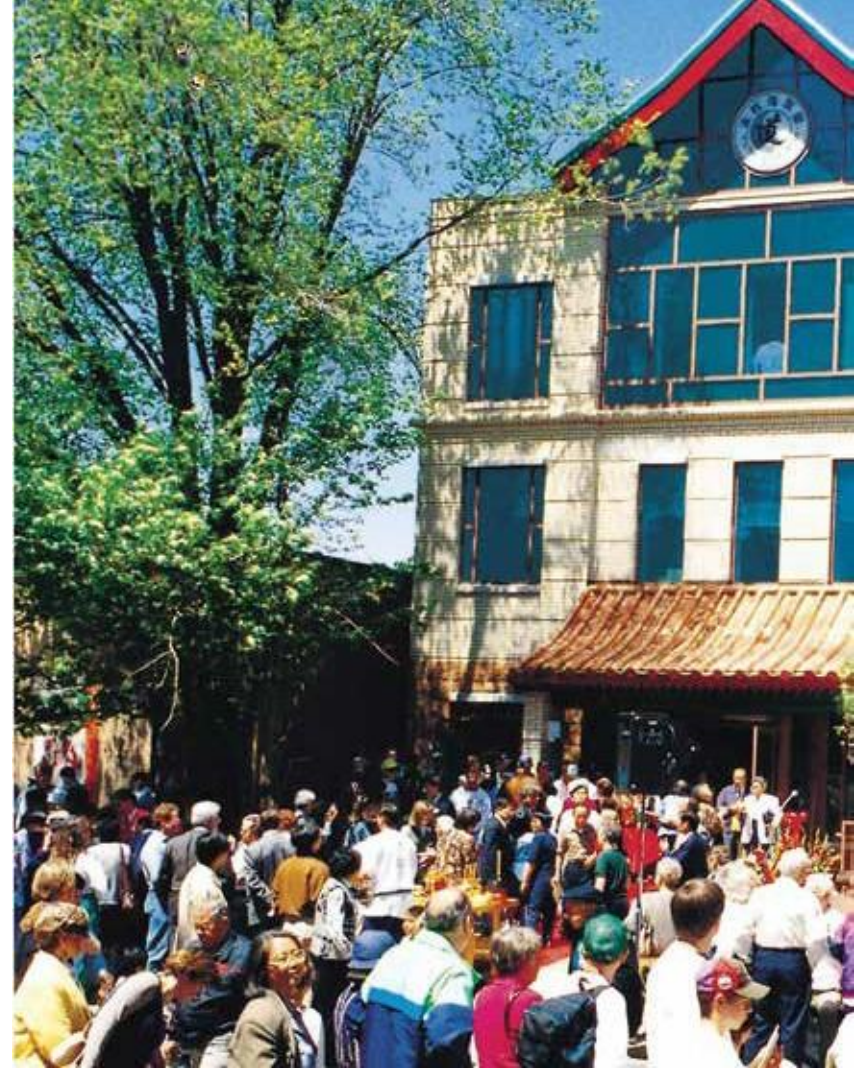


“

*Einer der größten Vorteile ist es, ehrenamtlich zu arbeiten und zu helfen... Es war nicht nur ein Aspekt des Taoist Tai Chi™, der meine Gesundheit verbesserte, es waren die Menschen um mich herum und das Konzept von Mitgefühl, ehrenamtlicher Arbeit und Unterstützung unter den Teilnehmern der Organisation als ein Ganzes, das meine Gesundheit verändert hat.*

– Joan D

”



Die feierliche Eröffnung des D'Arcy St-Tempels und des Hauptsitzes in Toronto im Jahr 1995. Seit 25 Jahren helfen Ehrenamtliche an diesem Ort jede Woche, die Obdachlosen zu verpflegen und stellen ungefähr 130000 Mahlzeiten zur Verfügung. Jai (vegetarisches Essen) wird auch jeden 1. und 15. Mond-Tag im chinesischen Kalender in der D'Arcy Street serviert. Dies ist ein weiteres Geschenk an die Gemeinde, zusammen mit Chanting von Sutras im Tempel im obersten Stockwerk.



“  
 Ich war beim All Souls Festival dafür verantwortlich das Papiergeld zu verbrennen. Und als mir die Menschen ihre Tüten mit so viel Respekt überreichten, wurde mir bewusst, wie tief und erfüllend diese Aufgabe war, die Lebenden an meiner Seite mit denen, die ich im Jenseits nicht sehen konnte, zu verbinden. Es wurde zu etwas sehr tiefgreifendem.  
 – Jesse J

**Obwohl unsere wohltätige Arbeit hauptsächlich darin besteht, Taoismus und die *Taoist Tai Chi*™ Künste zu fördern, gibt es gelegentlich Spendenaktionen zugunsten von Menschen, die durch Katastrophen zu Schaden gekommen sind.**

*Teilnehmer des Fung Loy Kok Instituts für Taoismus geben ihre Zeit und unterstützen FLK durch ihre Aktivitäten. Spenden sind Teil der Kultur in allen Ländern, in denen Schwestergesellschaften des Fung Loy Kok Instituts für Taoismus die Taoist Tai Chi™ Künste praktizieren.*



“

*Teil meines Erlebnisses dieses Jahr war, Zeit in der Küche zu verbringen. Ich war so beeindruckt vom Können unserer Köche, aber noch mehr von ihrer Hilfsbereitschaft und Kameradschaft in der Küche. Jeder hat jedem geholfen. Dadurch entstand eine sehr positive Atmosphäre. Sogar als das Schicksal einen Stromausfall am Nachmittag vor dem Awareness Day Bankett verursachte, wurde diskutiert, entschieden und Anpassungen vorgenommen, um mit der Erschwernis umzugehen. Es war eine Demonstration von Flexibilität in Aktion.*

– Sean M

”



“Anfangs waren wir nur zu zweit Vollzeit hier [im Internationalen Zentrum]. Es gab nicht das gleiche Maß an Engagement von den Teilnehmern, die zu den Programmen kamen, das war nicht die Kultur. Zum Beispiel haben wir alle Betten abgezogen. Wir mussten die ganze Wäsche machen. Wir mussten den ganzen Abwasch nach jeder Mahlzeit machen. Das Aufräumen dauerte normalerweise eine Woche. Aber das war nur Teil des Lernprozesses. Du hast alles gelernt, was zu tun war. Meister Moy sagte: “Du musst es anderen beibringen, damit du nicht der einzige bist, der es kann.” Auch das ist Teil unserer Kultur, es hängt nicht von einer Person ab. Von Anfang an galt: Wenn du es gelernt hast, beziehe andere in die ganze Aufgabe mit ein.”

– John B



## Taoistische Gemeinschaft

Das Wesen des Trainings ist, Harmonie im Inneren und mit der Welt zu kultivieren. Alles was wir tun ist, uns selbst mit dieser Praxis zu kultivieren. Dies führt zu verbesserter Gesundheit für alle und das Universum. Soziale Bindungen sind ein essentieller Teil von Gesundheit, und im *Fung Loy Kok Institut für Taoismus* fördern wir diese Bindungen sehr bewusst und praktizieren diese Tugenden, die in den taoistischen Schriften enthalten sind, die wir chanten.

Es gibt viele Möglichkeiten zusammenzuarbeiten, ob wir den Satz üben, chanten, saubermachen oder verwalten. Wir versammeln uns zum gemeinsamen Essen und bei besonderen Gelegenheiten zu Banketten. Gekannt zu werden, zu lernen und sich nützlich zu fühlen helfen, Isolation zu bekämpfen und tragen auf tiefgreifende Weise zur Gesundheit bei.

**78%** von mehr als **11000** Teilnehmern, die 2016-2017 an einer internationalen Gesundheitsstudie teilnahmen, berichteten, dass *Taoist Tai Chi™* Training ihre **soziale Situation** beeinflusst hatte – sie schlossen Freundschaften und ihnen wurde ein Gefühl von Gemeinschaft und Sinn vermittelt, sie waren weniger einsam und aßen ihre Mahlzeiten häufiger in Gesellschaft mit anderen.

**86%** sagten, ihre **geistige Gesundheit** wäre besser – verbesserte Stimmung, Konzentration, emotionale Stärke und Schlafqualität, weniger Ängste und Arztbesuche und besseres Ansprechen auf verordnete Therapien.



*Das Fung Loy Kok Institut für Taoismus feiert Bankette und Jai Festivals in unserem internationalen Zentrum in Ontario und anderen Orten in Kanada – Chinesisches Neujahr, Laternenfest, Frühlingsblüten, Muttertag, Herbstmond und das Weihnachtsbankett.*

## Muttertag – ein Tag der Würdigung

Einige Menschen sagen, die Arbeit einer Mutter ist die wichtigste der Welt. Außer für ihre Kinder da zu sein und sie zu beschützen vermittelt sie ihnen ein Gefühl der Sicherheit und des Selbstwertes. Sie vermittelt ihnen Werte und Moral. Sie zeigt ihnen, wie man sich in der Gesellschaft verhält, verantwortungsvoll und rücksichtsvoll ist und allein zurecht kommt.

Zum großen Teil ist unser Selbstbild, wie wir mit anderen interagieren und die Menschen, die wir heute sind, eine Reflexion der Arbeit unserer Mütter und der Arbeit unserer Organisation. Aus diesem und vielen anderen Gründen nehmen wir uns am Muttertag Zeit, zum Innehalten und um für die Lehren zu danken.







“Jetzt, wo Mr. Moy in Rente ist, sagt er, dass er sich um seinesgleichen kümmern sollte – Senioren. Er ermuntert Mitglieder, Senioren zu Hause zu besuchen, um ihnen bei der Hausarbeit und beim Einkauf zu helfen. Er arbeitet weiterhin daran, ein Fahrzeug zum Transport von Rollstühlen zu beschaffen, um Alten und Behinderten besser dienen zu können.”

– Brief der *Taoist Tai Chi* Gesellschaft Kanada in Dankbarkeit für Meister Moys 25 Jahre Leitung und Unterstützung



## Meister Moy etablierte eine Abteilung des Goldenen

**Alters** und übertrug uns die Verantwortung, uns um die Senioren in unserer Gemeinde zu kümmern. Senioren sind weiterhin ein wichtiger Teil des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus*, mit vielen, die helfen, unsere Gesellschaft stärken und durch die Praxis von *Taoist Tai Chi™* ein Gefühl von Gemeinschaft und Unterstützung erleben. In Kanada werden regelmäßig Seniorenwochen abgehalten, und wir feiern jedes Jahr einen Internationalen Seniorentag.

2017 hielten wir am internationalen Tag für ältere Menschen der vereinten Nationen eine weltweite Videokonferenz, in dem Senioren ihre Geschichte erzählten.





Ein internationaler Awareness Day auf dem Yonge-Dundas Square, Toronto. Diese jährliche Veranstaltung begann mit einer kleinen Gruppe und entwickelte sich zu Versammlungen hunderter Menschen.

“  
 Freundschaften wieder  
 aufleben zu lassen und neue  
 zu schließen ist etwas, auf das  
 ich mich jedes Jahr freue ...  
 Ich bin fasziniert, dass wir alle  
 aus verschiedenen Ländern  
 und Kulturen  
 zusammenfinden können in  
 unserer gemeinsamen  
 Leidenschaft für die Taoist Tai  
 Chi™ Künste. Ich finde, dass  
 die Bande jedes Jahr stärker  
 werden, wenn wir uns in der  
 Teepause oder beim Essen  
 austauschen.  
 –Dawna K”

*“Wir [eine Gruppe Teilnehmer aus einer Kleinstadt zwei Stunden nördlich von Toronto] fuhren alle zum Awareness Day auf dem Nathan Philips Square in Toronto. Ich konnte die Massen nicht glauben. Menschen aus der ganzen Welt standen auf und sagten in verschiedenen Sprachen, woher sie kamen. Ich erinnere mich an ein Gefühl völliger Ehrfurcht beim Anblick all dieser Menschen. Wir trugen alle dasselbe T-Shirt. Und wir führten alle den gleichen schönen Taoist Tai Chi™ Satz in Stille aus. Es war ein regnerischer Tag, aber die Menschen beteiligten sich trotzdem an der Parade und es machte so viel Spaß! Ich war 30 und ich war so beseelt. Es gab Trommeln und Dudelsäcke und eine Show der Motorrad-Polizei. Es war lustig und fröhlich! Ich dachte für mich: ‘Ich fühle mich gar nicht krank! Ich bin so glücklich, hier zu sein, mit dieser Gruppe von Menschen, die in ihrem Enthusiasmus und Geist wirklich ansteckend sind!’ Es war mitreißend und befreiend.”*



–Mary B

“

Das Fung Loy Kok Institut für Taoismus operiert mit einem Glaubenssystem, das Mitgefühl und Respekt für andere Menschen lehrt. Es hat mir eine Welt eröffnet, die anders ist als die mir bekannte. Durch die Lehren von Meister Moy habe ich gelernt, ein besserer Mensch zu sein, und ich bin nicht allein. Jeder Teilnehmer der Organisation lernt, ein besserer Mensch zu sein, wodurch eine Gemeinschaft fürsorglicher und großzügiger Individuen geschaffen wurde, die Mitgefühl und Güte praktizieren.

– Lisa D

”



Feier zum Awareness Day zum 40. Jubiläum der Schwesterorganisation des Fung Loy Kok Instituts für Taoismus in Colchester, Großbritannien

*Wenn das menschliche Herz nicht gezähmt ist, wird es nicht rein sein. Ein unreines oder ungezähmtes Herz ist wie verworrene Fäden. Wenn die Fäden nicht gepflegt werden, werden sie verknotet. Auf gleiche Art ist ein ungezähmtes Herz wie ein alter Spiegel. Wird er nicht poliert, wird er nicht glänzen. Ein unkultiviertes Herz ist wie ein wildes Pferd. Wird es nicht gezähmt, ist es unbrauchbar. Wird das Herz kultiviert, werden Himmel und Erde rein sein.*

–Auszug aus dem Sutra des Unsterblichen Lü über das Zähmen des Herzens



Laozi, ein Philosoph aus dem alten China, entwickelte das Konzept des 'Tao', das oftmals als 'der Weg' übersetzt wird.

“  
Es sind alles spirituelle Künste. Gleichzeitig sind sie praktisch und natürlich. Ein wichtiger Aspekt des Taoismus ist, uns zu zeigen, wie wir unserer ursprünglichen Natur in Harmonie mit dem Tao und allem, was wir tun, näher und näher kommen. Der Taoistische Ausdruck 'gehend, stehend, sitzend, schlafend' reflektiert dieses Prinzip und bedeutet, dass wir jederzeit nach Harmonie streben, mit allem, was wir tun.

– Jim N  
”

## Meditation [gehend, stehend, sitzend, schlafend], Rituale und Chanting

Taoismus - eine reiche Tradition von Lehren, die fünftausend Jahre zurückreichen – ist das Fundament von allem, was wir tun. Zusammen mit Buddhismus und Konfuzianismus ist er traditionell als eine der drei chinesischen Religionen anerkannt. Die vereinten Lehren dieser Religionen werden vom *Fung Loy Kok Institut für Taoismus* gepflegt.

Taoismus ist der ultimative Weg zur Transformation, er führt zu Harmonie in uns selbst, mit unserer Umgebung, mit der Welt und mit dem Tao, der Quelle und dem Weg aller Dinge.

Er lehrt, dass der Weg zu Harmonie Körper, Geist und Seele umfasst, und dass die Rückkehr zu unserer ursprünglichen Natur bedeutet, anderen zu helfen. Der Dienst am Nächsten erlaubt uns, unseren Geist von Erregung zu befreien, die durch das Festhalten an Gewinn und Verlust und durch unsere eigene, eingeschränkte Perspektive verursacht wird. Mit der Zeit, wenn unser Geist klarer und unser Körper gesünder wird, sind wir immer besser in der Lage, anderen Mitgefühl zu zeigen und anderen um uns herum zu helfen. Am Ende ist es der Sinn des Lebens, anderen zu helfen.



Sitzende und stehende Meditation in der Trainingshalle des Internationalen Zentrums

*Meister Moy sprach gelegentlich von der chinesischen Tradition der fünf Organe und ihrer korrespondierenden Elemente und Tugenden. Die fünf Organe sind Leber, Herz, Lungen, Nieren und Milz. Jedes hat ein korrespondierendes Element und eine Tugend: Die Leber ist Holz und assoziiert mit der Tugend Güte; das Herz ist Feuer und seine Tugend ist die Selbstaufopferung; die Lungen sind Metall und repräsentieren Anstand; die Nieren sind Wasser und verknüpft mit Weisheit; und die Milz ist Erde und verbunden mit Vertrauenswürdigkeit. Das Wesen von Meister Moys Worten war, dass man sogar die Organe pflegen und die Gesundheit verbessern kann, indem man jede dieser fünf Tugenden kultiviert die mit diesen Organen assoziiert werden.*

–Auszug aus ‘A Path of Dual Cultivation, Teachings of the Fung Loy Kok Institute of Taoism’



Taoistisches Chanting im Drei Religionen Tempel im Internationalen Zentrum

“  
*In einer so großen Gruppe [bei der CIT Woche] zu chanten, war eine ganz neue Erfahrung für mich. Ich liebte das harmonische Gefühl, das durch mehr als 600 Teilnehmer erzeugt wurde, die zusammenkamen und sich im Rhythmus bewegten. Ich fühlte, wie Unterschiede verblassten, Verbindungen stärker wurden, Frieden geschaffen wurde, und jedes Gesicht lächelte am Ende! Es war eine sehr nicht-einschüchternde, angstfreie Art, Chanting denen vorzustellen, die sich bisher nicht getraut hatten, befürchteten, nicht mithalten zu können oder aus kleinen Zentren kamen, wo kein oder nur wenig Chanting angeboten wurde. Wirklich wunderbar.*  
– Barbara T  
”



**Die sich schnell ändernde Technologie überflutet die heutige Welt** mit materiellem Komfort. Die Versuchung von Reichtum, Ruhm und sozialem Status durchdringt den modernen Lebensstil und macht es leicht, jegliches Gefühl für das wahre Selbst zu verlieren. Das Leben vieler Menschen ist leer und orientierungslos. Sie sind deprimiert und versinken immer tiefer und tiefer in eine Welt der sinnlichen Befriedigung und finden keinen Ausweg. Das *Fung Loy Kok Institut für Taoismus* fördert die Weisheit des Konfuzianismus, Buddhismus und Taoismus, indem es Tempel öffnet und seine Lehre allen zugänglich macht, mit dem Ziel, alle vom Leiden zu befreien:

*Der Pa Kua-Ofen schluckt die vier Richtungen. Der Yin-Yang-Kessel formt die drei Elemente. Die fünf Elemente in Harmonie erreichen die Neun. Der Weg des früheren Himmels erhellt die Leere.*

*Unterrichte die Quelle in fremden Ländern. Und das Grundprinzip wird über die vier Meere hinweg verstanden werden. Sei ein Vorbild für den Taoismus in dieser Welt. Und die wahren Prinzipien werden tausend Stämme leiten.*

Auszug aus dem Leitbild des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus*,  
diktiert von Mui, Ming-Do





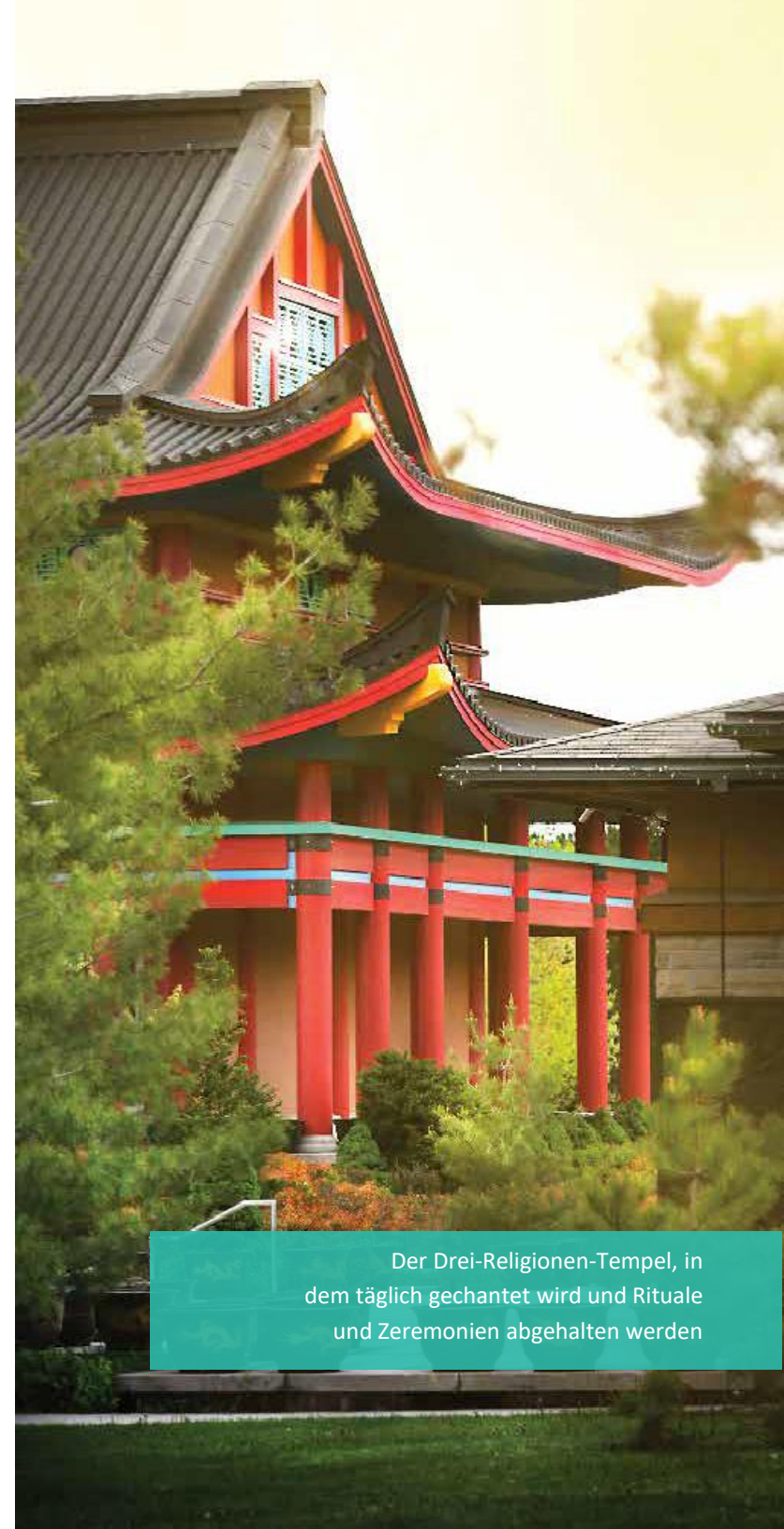
*Die Tradition* der vereinigten Lehren der drei Religionen - Konfuzianismus, Buddhismus und Taoismus - *des Fung Loy Kok Instituts für Taoismus* wird auf der ganzen Welt durch die von uns gelehrten taoistischen inneren Künste praktiziert. An den meisten unserer ständigen Standorte haben wir Tempel, Schreine und Tische. Der Drei-Religionen-Tempel im Internationalen Zentrum bei Orangeville ist der größte taoistische Tempel in Nordamerika.



Dau mo, die Gottheit der Sterne und Sternbilder



Der Altar im Chi Wo Tan-Tempel im Internationalen Zentrum

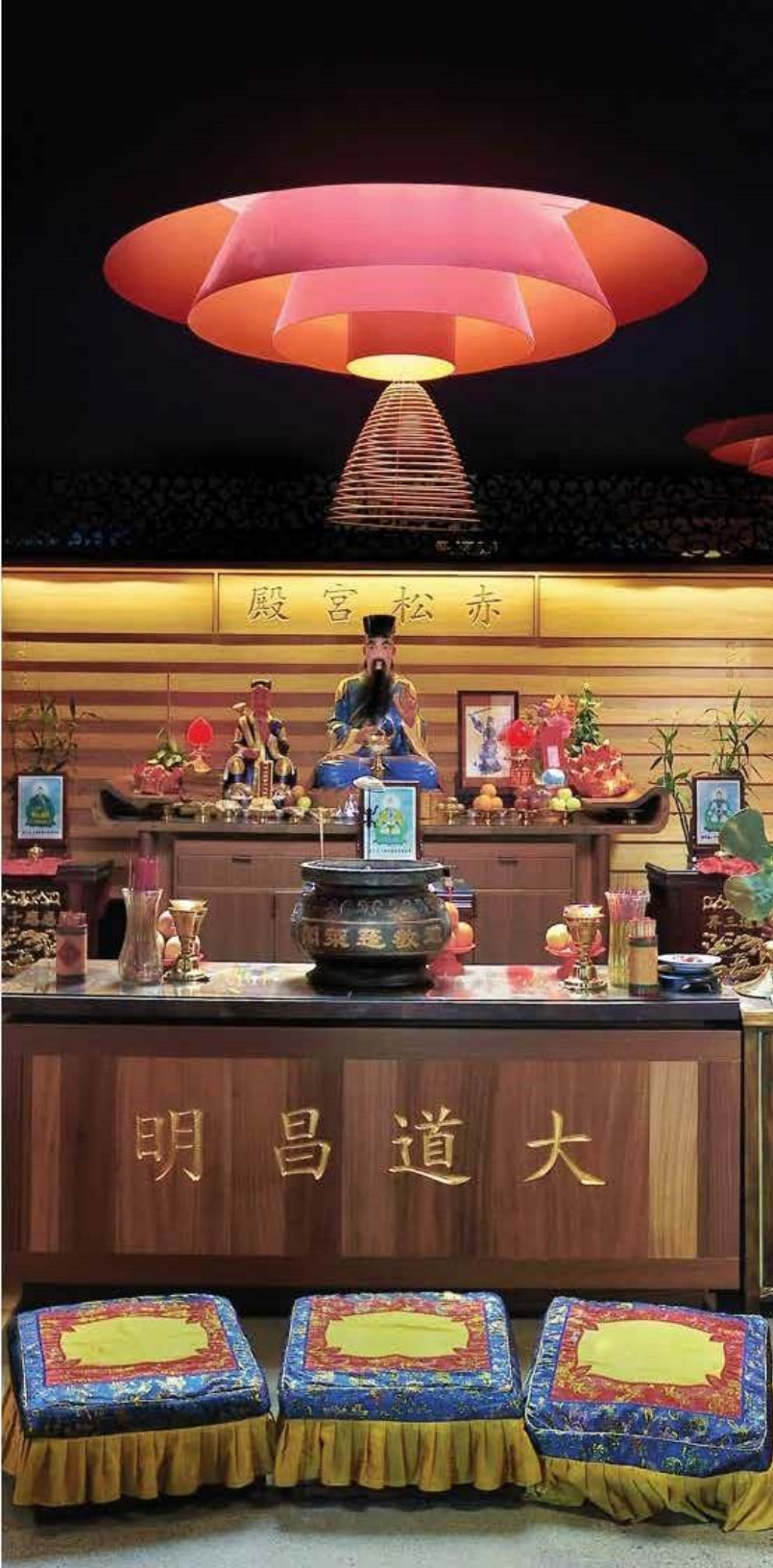


Der Drei-Religionen-Tempel, in dem täglich gechantet wird und Rituale und Zeremonien abgehalten werden



**Unser neuester Tempel**, für den Unsterblichen Wong Dai Sin, ist ein weiteres Geschenk an die Gemeinschaft und ein Weg, seinen Geist des Mitgefühls, der Aufrichtigkeit und der Ausdauer zu verbreiten. Indem wir Wong Dai Sin Respekt erweisen, beschwören wir die spirituelle Kraft, die mit ihm verbunden ist, um Segen in die Welt und in unser Leben zu bringen.

Der Tempel in Markham (Teil von Toronto), Ontario, Kanada, ist ein eindrucksvolles Beispiel für die Verschmelzung von Tradition und moderner Architektur und wurde 2016 mit dem renommierten Architekturpreis des Generalgouverneurs ausgezeichnet.





## Die Acht Tugenden

Eine Zeile im Buch der Aufklärung des weisen Kaisers Guan besagt, dass wir durch diese Tugenden vollständig menschlich werden.

**Respekt gegenüber den Eltern :** Ehrerbietung und liebevolle Fürsorge für unsere Eltern - Lehrer - Ältesten

**Geschwisterliche Eintracht:** In Frieden als Brüder und Schwestern leben - respektvoll gegenüber anderen

**Hingabe:** Loyalität - Treue - Hingabe

**Glaubwürdigkeit:** Aufrichtigkeit - Ehrlichkeit - Einhalten von Versprechen

**Anstand:** Zuvorkommenheit - Höflichkeit - Anständigkeit

**Opfer:** Mut, das Richtige zu tun - Reinheit des Herzens und der Absicht - Selbstlosigkeit

**Ehre:** Integrität - Unbestechlichkeit - man nimmt sich nur, was man verdient hat, nachdem man es sich verdient hat

**Schamgefühl:** Bewusstsein - Erkennen und Vermeiden von schändlichem Handeln

“

*Tugend im taoistischen und konfuzianischen Sinne steht nicht nur für etwas, das man tut, sondern für etwas, das man in sich selbst aufbaut und in das man sich verwandeln möchte. So können sie zwar als ein System von Regeln erscheinen, an die man sich halten muss, aber sie stellen auch eine Möglichkeit dar, sich selbst zu messen und zu messen, wie man in der Welt handelt und reagiert ... Letztlich ist der Taoismus eine mündliche Tradition. Er ist nicht in Texten verankert und kann nicht durch Lesen erlernt werden. Es ist ein lebendiger Pfad, der nur von Lehrer zu Schüler weitergegeben werden kann. Die Beziehung zwischen Lehrer, Schüler und anderen Praktizierenden ist äußerst wichtig, um denen, die lernen wollen, zu helfen, ihre eigenen Illusionen und engen Perspektiven zu durchbrechen. Dies hilft ihnen, offen zu werden für die Entdeckung von Dingen, die oft sehr subtil und schwierig allein zu finden sind. Die Acht Tugenden helfen uns zu lernen, worauf wir uns in diesen Beziehungen konzentrieren sollen, und auch, charakterliche Eigenschaften zu entwickeln, die notwendig sind, um die taoistischen Künste der Transformation erlernen zu können. In der Tat wird alles im Tempel und in der gesamten Tradition am besten so gesehen: als ein Werkzeug, das dazu dient, Praktizierenden bei der Transformation zu helfen. Letztendlich kann das Tao nicht mit Worten begriffen oder ausgedrückt werden. Um uns darauf zuzubewegen, müssen wir jedoch alle uns zur Verfügung stehenden Werkzeuge nutzen.*

– Jim N

”

“

Ein Teilnehmer, der Meister Moy nur ein einziges Mal traf, fragte ihn, warum es bei Tai Chi geht. Er sagte, dass es uns bis zum Alter von 40 Jahren lehrt, wie man lebt. Nach dem Alter von 40 Jahren lehrt es uns, wie man stirbt.

–Chris L

”



Eine taoistische Zeremonie im Wong Dai Sin Tempel

Ein Sutra, das gechantet wird, um allen Wesen zu helfen



“Es gibt viele verschiedene Texte, die gechantet werden können... Sie vereinen die Kraft der Lehren und der taoistischen Ausbildung in ihren vielen Formen. Aber die physischen Klänge, Prozesse und Abläufe sind ebenso wichtig. Die Zeremonien selbst sind eine Form des körperlichen Trainings und der Meditation, die zur Transformation von Geist, Körper und Seele führen. Obwohl Gewänder nicht immer verwendet werden, beschwören sie die Kraft des Tao (z.B. enthalten einige von ihnen Trigramme aus dem Yijing, Muster von Yin und Yang). Sie helfen auch allen Beteiligten, die wichtige und besondere Natur dessen, was sie tun, zu verstehen. Sie repräsentieren nicht sich selbst und ihre eigenen persönlichen Neigungen, sondern nehmen an den Lehren einer wertvollen und mächtigen Tradition teil”

– Jim N



**Das All Souls Festival** wird im siebten Mondmonat vom *Fung Loy Kok Institut für Taoismus* in ganz Kanada und von den angeschlossenen Organisationen auf der ganzen Welt gefeiert. Die Seelen der Verstorbenen werden durch das Verbrennen von Räucherstäbchen, Papiergeld, Papierkleidung und die Essensgaben am Altar getröstet. Wir praktizieren den Respekt gegenüber den Eltern, geschwisterliche Eintracht und Hingabe (Loyalität), indem wir unsere Vorfahren, verstorbenen Verwandten und Freunde ehren. Es ist auch eine Zeit der Nächstenliebe für die verlorenen und hungrigen Geister. Es gibt ein chinesisches Sprichwort, das besagt: "Wenn die Verstorbenen in Frieden ruhen, dann wird es den Lebenden gut gehen". Indem wir die Verstorbenen während des All Souls Festivals ehren und ihnen beistehen, hoffen wir, dass der Himmel auch uns Segen schenkt und das Leid in dieser Welt verringert.



Temporäre Tafeln in der D'Arcy St. Memorial Hall während der Ausrichtung des All Souls Festivals. Diese Seelen sind ausdrücklich dazu eingeladen, die Sutras zu hören, die gechantet werden, um ihnen im Jenseits zu helfen



Die Chantenden bereiten sich darauf vor, Tüten mit Geld für die Verstorbenen im Internationalen Zentrum zu verbrennen.



Das Columbarium im Zentrum. Es wird täglich gepflegt und ist Teil von Meister Moys Unterweisung, sich um die Verstorbenen zu kümmern.



Die drei Reinen. "Der Weg gebar den Einen; Der Eine gebar die Zwei; Die Zwei gebaren die Drei; Und die Drei gebaren die zehntausend Dinge."

– Dao De Jing

# Administration und Verwaltung

Meister Moy entwickelte eine Infrastruktur, um das Training für künftige Generationen zu erhalten und zu schützen, und lehrte uns, wie wichtig es ist, auf jedes Detail zu achten, insbesondere bei den Finanzen. Die Direktoren des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus* geben Anleitung und Richtung vor, während Ehrenamtliche für den reibungslosen Ablauf unserer Organisation und ihrer weltweiten Mitgliedsorganisationen sorgen - sie organisieren Instruktionen, Anmietung von Sälen, Aushänge, Tee, Veranstaltungen, öffentliche Vorführungen sowie Bankgeschäfte und Aufzeichnung der Transaktionen. Es geht nicht nur darum, was wir tun, sondern auch darum, wie wir es tun.

## Das Große Lernen

*(Ein Auszug aus einem konfuzianischen Schlüsseltext, der regelmäßig beim All Souls Festival gechantet wird)*

***Die Alten, die die strahlende Tugend in der ganzen Welt erhellen wollten, haben als Erste ihre Staaten geregelt.***

***In dem Wunsch, ihre Staaten zu regulieren, ordneten sie zuerst ihre Familien. In dem Wunsch, ihre Familien zu ordnen, kultivierten sie zuerst sich selbst. In dem Wunsch sich zu kultivieren, zähmten sie zuerst ihre Herzen.***

***In dem Wunsch ihre Herzen zu zähmen, machten sie zuerst ihre Absichten aufrichtig. In dem Wunsch, ihre Absichten aufrichtig zu machen, erweiterten sie zuerst ihr Verständnis. Die Erweiterung des Verständnisses liegt in der Untersuchung der Dinge.***

***Nachdem die Dinge untersucht worden sind, wird das Verständnis erweitert.***

***Nachdem das Verständnis erweitert wurde, wird die Absicht aufrichtig gemacht.***

***Nachdem die Absicht aufrichtig gemacht wurde, wird das Herz gezähmt.***

***Nachdem das Herz gezähmt worden ist, wird das Selbst kultiviert. Nachdem das***

***Selbst kultiviert worden ist, wird die Familie geordnet. Nachdem die Familie geordnet ist, wird der Staat geregelt.***



Der Jadekaiser ist der Herrscher des Himmels und für die Verwaltung zuständig



Ein Verwaltungstreffen – Zweigräte und Instruktoressen treffen sich regelmäßig, damit die Organisation wächst und reibungslos funktioniert

“

*Es geht um die Instruktion im Taoist Tai Chi™ Training, die in der Gruppe stattfindet. Wir alle müssen ein wenig von uns selbst aufgeben - unser eigenes Timing und Tempo, unser eigenes Gefühl dafür, was wir denken was es ist oder sein sollte. Wir müssen das ein wenig aufgeben, auch um uns der Harmonie mit der Gruppe bewusster zu werden. Das ist eindeutig der Grundgedanke des Tai Chi und es ist auch nicht anders in der Verwaltung oder bei kulturellen Veranstaltungen, Großereignissen, die uns dazu bringen, zusammenzuarbeiten. Ich denke, um diese beiden Dinge zu erreichen: weniger ich-bezogen zu sein, ein bisschen von sich selbst aufzugeben und ein bisschen bewusster und verbundener mit der Gruppe zu sein. ... Am Anfang ist es, weil du es tun sollst oder weil dir gesagt wird: "Tu dies, tu das." Aber nach und nach wird es natürlicher. Du siehst Dinge, die getan werden müssen und anstatt zu sagen, „jemand muss das erledigen“, machst du es selber. Oder wenn mehr als eine Person gebraucht wird - was sogar noch besser ist –organisierst du ein paar Leute, um es gemeinsam zu erledigen. So funktioniert die Organisation. Und das ist es, was er uns über die Herangehensweise beigebracht hat.*

– Sean D

”

**“Im Taoist Tai Chi™ geht es sehr darum, wie wir mit Menschen umgehen. Wie wir andere Menschen mit gebührendem Respekt behandeln. Das ist eine der Hauptlektionen von Meister Moy.”**

– Peter C

Vorstandsmitglieder und andere Vorsitzende treffen sich während der CIT-Woche 2019 im internationalen Zentrum mit den Teilnehmern

“

*Die CIT Woche (Continuing Instructors in Training) hilft uns, den Umfang unserer Organisation und die Tiefe der Vorteile, die diese Kunst bietet, zu schätzen wenn wir miteinander sprechen, uns austauschen und einander zuhören. Das gemeinsame Taoist Tai Chi™ üben ist sehr kraftvoll. Es verbindet uns mit uns selbst, miteinander und mit dem Universum. Jedes Jahr erkennen und schätzen wir auch die Anleitung, die uns zugutekommt und die ständigen Überlegungen, Diskussionen und Planungen, die das ganze Jahr über hinter den Kulissen zu unseren Gunsten stattfinden. Besonders dieses Jahr, mit dem Sturm und dem Ausfall des fließenden Wassers, hebt die positive Einstellung nicht nur unserer Führungskräfte sondern aller Mitglieder unserer Organisation hervor, das geplante Programm mit kleinen Änderungen optimistisch fortzusetzen.*

–Marjorie C

”

## **Brief an die Vorsitzenden und Vorstandsmitglieder der Zweige und der nationalen Taoist Tai Chi Gesellschaften**

**gesendet vom Hauptsitz in Toronto unter der Leitung von Meister Moy Lin Shin im Jahr 1993:**

*Alle Vorstandsmitglieder müssen den Mitgliedern die Bedeutung des Respekts für den Gründer und die Quelle der Lehren vermitteln. Wenn Meister Moy nicht großzügig mit seinem Wissen umgehen würde, würde es niemand von uns erhalten. Darüber hinaus sollten wir unseren Mitgliedern das Gefühl von Demut und Harmonie vermitteln. Taoismus und Taoist Tai Chi™ Künste werden nicht nach einem Jahr und auch nicht nach 30 Jahren beherrscht. Vorsitzende und Vorstandsmitglied der nationalen und / oder Zweigorganisation der Taoist Tai Chi Gesellschaft zu sein, erfordert Disziplin, Wissen, Weisheit, Demut und die Fähigkeit mit anderen zusammen zu arbeiten... in diesen verantwortungsvollen Positionen zu sein erfordert Klarheit der Aufgabe und Klarheit des Geistes, das Wissen wohin die Organisation gehen soll und wie die Ziele des Gründers kommuniziert und umgesetzt werden sollen.*

“

*Du weißt, du bist ein Instruktor, und denkst über deine Gruppe nach. Dann bist du Zweigratsmitglied, also denkst du an deinen Zweig. Und dann bist du im nationalen Vorstand. Deine Perspektive wächst Schritt für Schritt und du kannst stolpern, wenn du in einem davon stecken bleibst. "Oh, dem Zweig geht es gut, wir haben viel Einkommen, es ist unser Geld, wir sollten entscheiden, wie es verteilt werden soll, wie es ausgegeben werden soll." Nein, es ist Meister Moys Geld. Und ja, die Führung muss das Gesamtbild sehen, wie dieser kleine Betrag zusammen mit einem anderen kleinen einen großen Betrag ergibt, mit dem wir viel mehr Dinge zusammen erreichen können. Wir haben einige Zeit gebraucht, um zu erkennen, dass in der Anfangszeit jede Stadt, jede Niederlassung ein eigenes Unternehmen war. Wie dumm das auch war. Das war der Grad des Eigennutzes für diese kleine Gruppe. Wir haben einige Zeit gebraucht, um daraus herauszuwachsen. Wir arbeiten reibungsloser, weil unsere Perspektive wächst. Unsere Herzen öffnen sich ein bisschen mehr.*

– Sean D





# Internationales Trainingszentrum

Meister Moy leitete die Suche und wählte die 42 Hektar Land in Mono, Ontario aus, die jetzt unser wunderschönes internationales Zentrum bilden. Es liegt etwa eine Stunde nördlich von Torontos internationalem Flughafen entfernt. Es ist unser Berg - ein Ort an dem wir uns versammeln um zu üben, Freiwilligenarbeit zu leisten, unsere Verbindungen untereinander zu stärken und unser Verständnis der taoistischen Künste zu vertiefen.



*Während des gesamten Planungs- und Bauprozesses [des Internationalen Zentrums] habe ich im Grunde nur das getan, was Meister Moy von mir erbeten hatte. Seiner Vision zu folgen. Es gab viel zu lernen. Der gesamte Planungs- und Bauprozess hat mich Geduld gelehrt. Der Masterplan begann 1984 und der Drei-Religionen-Tempel wurde 1997 fertiggestellt.*

*Du brauchst dich nicht aufzuregen. Wenn du abgelehnt wirst, ärgere dich nicht zu sehr. Finde einfach einen anderen Weg. Geduld war auch erforderlich, um alle unterschiedlichen Anforderungen und Bedingungen der Änderungen zu erfüllen. Sei achtsam und geduldig. Für diese Änderungen musste ich die Korrespondenz ständig überprüfen, da sie an sechs oder mehr Minister ging. Wenn einer von ihnen dagegen gewesen wäre, wäre der Änderungsantrag abgelehnt worden. Dies lehrte mich, wachsam zu sein.*

*Bei Meister Moy ging es auch darum, Brücken zu bauen und mit Politikern gut auszukommen. Deshalb hatten wir immer gute Beziehungen zu den Politikern. ... Meister Moy war sehr gut darin, die Fähigkeiten der Teilnehmer des Taoist Tai Chi™ zu sehen und zu nutzen. Er war sehr sicher und in der Lage, mit verschiedenen Situationen oder Ereignissen umzugehen. Wenn es Menschen gab, die der Gesellschaft nicht treu waren, hat Meister Moy einfach Maßnahmen ergriffen.*

— John H



Die Vorstandsmitglieder des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus* gratulieren der Taoist Tai Chi Gesellschaft der USA zur Eröffnung des Zentrums.



**Am Ende unserer ersten 50 Jahre,** der Taoist Tai Chi Gesellschaft der Vereinigten Staaten ist in Dunedin, Florida, ein internationales Zentrum entstanden. Die Reise zur Eröffnung des internationalen Zentrums in Florida im November 2018 war lang und kurvenreich. Die Taoist Tai Chi Gesellschaft der Vereinigten Staaten baute Beziehungen zu Nachbarn und der Stadt Dunedin auf. Viele Seiten von Verträgen wurden geprüft und geregelt, und der Bau wurde bewältigt.

Jetzt hat das Zentrum eine Übungshalle von 1115 Quadratmetern und der 50. Jahrestag des *Fung Loy Kok Instituts für Taoismus* wird mit Mitgliedsländern im internationalen Zentrum in Florida gefeiert



Oben links nehmen Chanter in konfuzianischen Gewändern an der Reinigungszeremonie für das neue Zentrum teil. Unten links tanzt der Drache bei der Eröffnung des internationalen Zentrums in Florida im Jahr 2018

Aruba  
Australien  
Belgien  
Costa Rica  
Tschechische  
Republik  
Dänemark  
Frankreich  
Deutschland  
Großbritannien  
Ungarn  
Irland  
Italien  
Malaysia  
Mexiko  
Niederlande  
Neuseeland  
Norwegen  
Polen  
Portugal  
Slowakei  
Spanien  
Schweden  
Schweiz  
Ukraine  
Vereinigte  
Staaten von  
Amerika



Taoist Tai Chi Society of Australia

## Unsere internationalen Partner

Die Saat, die Meister Moy in Toronto, gesät hat, ist in Kanada zu einem stabilen Baum herangewachsen, dessen Wurzeln in der chinesischen taoistischen Tradition liegen. Das Fung Loy Kok Institut für Taoismus schützt alle seine Partner auf der ganzen Welt, in 25 Ländern. Meister Moy verbrachte viel Zeit und Energie damit, die Welt zu bereisen um die Verbreitung der Taoist Tai Chi™ Künste zu fördern. Erfahrene Berater führen diese Reisen weiter während Vertreter von Mitgliedsorganisationen in unser internationales Zentrum kommen.

*Die Entfernung von Toronto nach Perth, Australien beträgt 18142 Kilometer - fast die Hälfte des Erdumfangs. Das ist die Reise, die Meister Moy zwischen 1986 und 1998 ein Dutzend Mal unternahm, um australische Orte zu besuchen an denen die Taoist Tai Chi™ Künste praktiziert werden. Seit seinem Tod im Jahr 1998 haben die Vorstandsmitglieder und Vertreter des Fung Loy Kok Instituts für Taoismus weiterhin das Lernen in allen Aspekten der Ausbildung und Verwaltung geleitet. Erfahrene Berater machen Besuche, um sicherzustellen, dass die Vision und die Trainingsmethoden von Meister Moy weiterhin blühen.*

*Jeder Besuch ist eine Gelegenheit zu lernen und zu teilen und nicht nur unsere Don-yus oder Kniestreifen zu verbessern, sondern auch die scheinbar banalen Details des täglichen Lebens. Ein Beispiel ist die Zeit, in der Meister Moy einem von uns half, zu Hause seine Wäsche zu falten, mit einem nicht allzu subtilen Hinweis, dass Details wichtig sind. Oder die Zeit, als wir Meister Moy eines Abends nach dem Workshop ziemlich weit gefahren haben, um ein Mitglied zu besuchen, das krank war, und in diesem Jahr nicht an seinem Programm teilnehmen konnte.*



## In den 1990er Jahren spielt ein französischer Akkordeonist

in Montreal auf Straßen, Marktplätzen und in Parks. Sein Akkordeon fühlt sich immer schwerer an. Sein Rücken beginnt zu schmerzen. Er sieht ein Plakat für die Taoist Tai Chi Gesellschaft von Kanada und geht in eine Klasse. Er beginnt zu üben, geht in immer mehr Klassen und der Schmerz verschwindet.

Als er zurück ist in Frankreich, möchte er das Training fortsetzen und eröffnet eine Klasse in einem kleinen Dorf namens Pluduno in der Bretagne. Dank seines schmerzhaften Rückens wurden *Taoist Tai Chi™* Künste in Frankreich geboren. Was wäre passiert, wenn er Flöte gespielt hätte?



Demonstration der Taoist Tai Chi™ Künste in der Slowakei



Asociación de Tai Chi Taoista Mexico



Taoist Tai Chi™ Künste in der Ukraine

In den frühen neunziger Jahren besuchte Meister Moy die Gesellschaft in Großbritannien um an einem fünftägigen Programm im Zentrum in Colchester teilzunehmen. Am ersten Morgen vor Beginn des Programms wandte er sich an die beiden damaligen leitenden Instruktoren und fragte sie: „Was ist im Kühlschrank?“ Die Instruktoren sahen sich verwirrt an bevor sie Meister Moy in die Küche folgten. Die Botschaft, die wir daraus erhalten haben war, dass wir wissen sollten was in ALLEN Aspekten des Programms vor sich geht.

# 般石基永固

Mit einem starken  
Fundament kann eine  
Organisation  
ewig dauern

## Schritte auf dem Weg

Während wir mit dem Vorbild und dem Training fortfahren, die uns Meister Moy hinterlassen hat, verfolgen wir drei Projekte in der Region Toronto: Langzeitpflege für Menschen am Lebensende, Schaffung von Wohnprojekten für Senioren und ein Zentrum für Toronto.

Wie bei allen unseren Projekten handelt es sich um Vorbilder für unsere Mitgliedsorganisationen auf der ganzen Welt. Wir wachsen weiter, entwickeln und vertiefen unser Verständnis der taoistischen Künste, während wir anstreben, harmonisch daran zu arbeiten, den Funken der Güte zu kultivieren, und diese Gaben allen zugänglich zu machen.

Diejenigen, die direkt oder indirekt von Meister Moy berührt wurden, sind ihm und den Künsten, die er uns hinterlassen hat, außerordentlich dankbar. Wir bedanken uns von Herzen, indem wir den Wünschen und Anweisungen von Meister Moy folgen - die taoistischen Lehren fleißig üben, um anderen zu helfen und unsere Welt zu verbessern.



## Wahre Botschaft der drei Drachen

**Der Herr des Anfangs, der alle beschützt, verkündet allen Lebewesen:**

**Der Weg des großen Lernens besteht darin, helle Tugend zu kultivieren und alle Menschen zur eigenen Familie zu machen.**

**Vom Finden der Ruhe bis zum Erreichen der endgültigen Vollkommenheit, der gemeinsamen Tugend und des gemeinsamen Geistes, bieten seine Leitprinzipien Schritte, um Reinheit zu erreichen.**

**Der Weg der Lehre vom Mittelwert ist der Rahmen sowohl des Landes als auch der Familie.**

**Der Weg der Könige Yao und Shun besteht darin, sich selbst zu kultivieren und andere zu beschützen.**

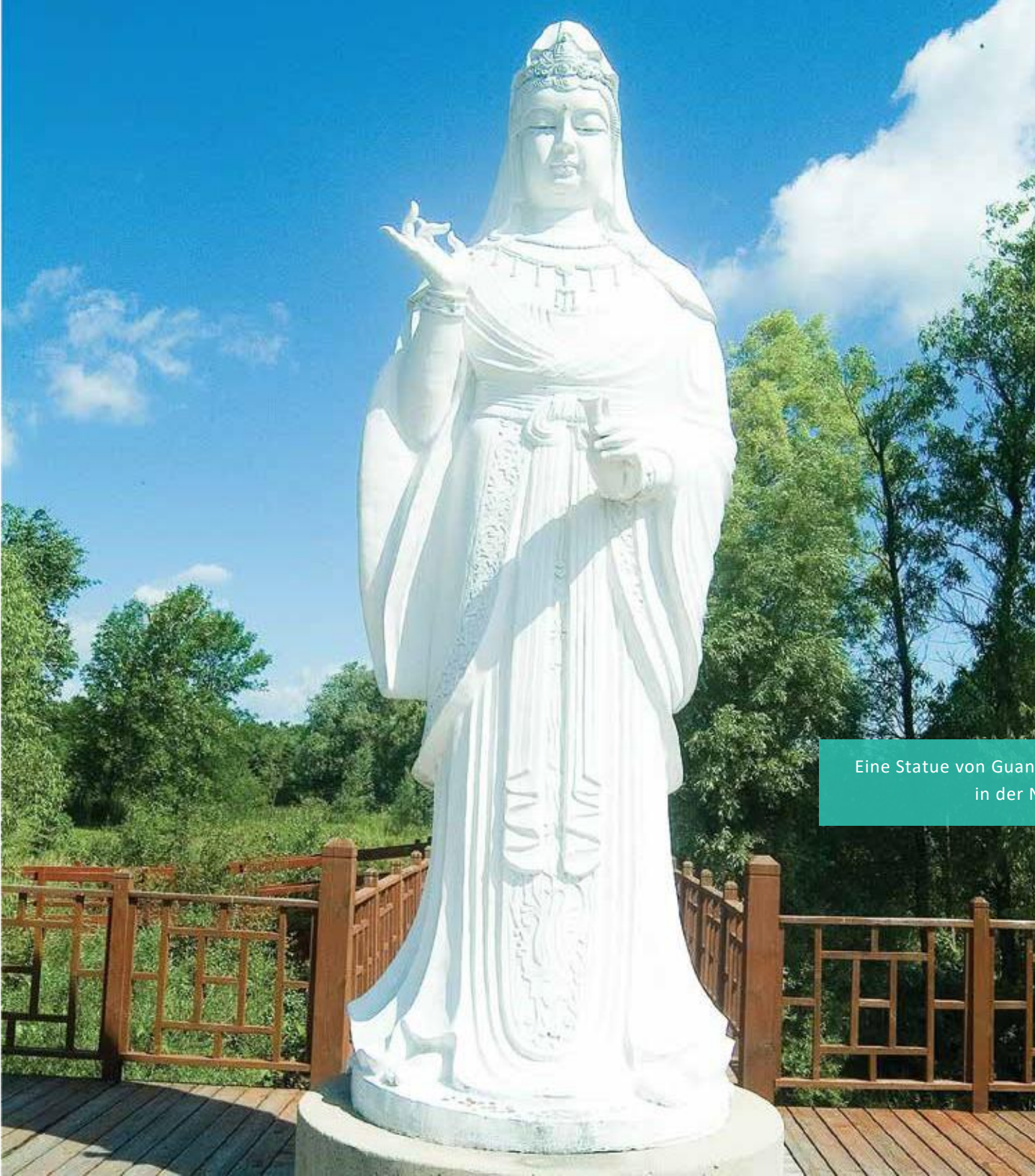
**Ohne Befangenheit und Voreingenommenheit soll der Weg des Königs ausgeglichen und gerecht sein.**

**Der Weg des Konfuzius besteht darin, die Natur zu kultivieren und das Herz zu zähmen.**

**Wenn der Urgeist führt, werden die Menschen mit Sicherheit folgen und die Langlebigkeit wird mit Sicherheit achthundert lange Jahre dauern.**

**Wir wagen es, uns daran zu erinnern, dass wir hinausgehen und die Lehren praktizieren müssen;**

**Übe immer und überall. Mögen Harmonie und Wohlstand das Universum füllen!**



Eine Statue von Guanyin auf dem Gelände des Internationalen Zentrums  
in der Nähe von Mono Mills in Ontario, Kanada



Fung Loy Kok Institut für Taoismus

Eingetragene Wohltätigkeitsorganisation #11893 4371 RR0001

Hauptsitz 134 D'Arcy Street Toronto, Ontario, Canada M5T 1K3 Tel: (416)  
656 2110

Email: [headoffice@taoist.org](mailto:headoffice@taoist.org)

**taoist.org**

® ™ Marken von Certmark Holdings Co. Ltd., verwendet unter Lizenz des Fung Loy Kok Instituts  
für Taoismus