

## Yi Xin Gong Eins - Herz - Gong



Von nichts komme ich auf dieser Erde,  
Sterne und Mond begleiten mich,  
Schritt für Schritt in die Ferne,  
der Weg ist lang,  
das Wasser ist tief,  
der Wind treibt mich  
mit aller Kraft  
zur Vollkommenheit.

Yi bedeutet Eins, Eins ist der Anfang, der Weg und das Ende, alle zehntausende Dinge befinden sich darin. Beginnt man mit einem guten Strich, schafft man ein ganzes Wort.

Xin bedeutet das Herz. Kontrolliert man das Herz, so hat man ein ausgeglichenes Innenleben und den himmlischen Frieden erreicht.

Gong bedeutet harte Arbeit. Gong zeigt den Rhythmus und die Zeit. Die Achtsamkeit und die Kraft werden auf Probe gestellt.

Chinesische Kalligraphie als eine Meditation und Bewegungskunst schärft unsere Sinne und erhöht die Achtsamkeit. Mit Yi Xin Gong – Eins-Herz-Arbeit - können die Teilnehmer einen Einblick in die Welt der Schreibenden Kunst gelangen, und dabei durch die Pinselführung die Einigkeit des Körpers und Geistes wahrnehmen lernen.

Sie bedienen so genannten 4 Schätze der Studierstube: Pinsel, Tusche, Papier und Reibstein. Diese sind voneinander abhängig und jeweils von großer Symbolik geprägt. Sie sind die materialistischen Mittel, um die Harmonie von Himmel und Erde in dem jeweiligen Zeichen auszudrücken. Die vier Schätze manifestieren das Dao – den Weg.

Es ist ein sakraler Ritus, die frische Tusche vorzubereiten. - Der aus Ruß des Kiefernharzes und Leim bestehende Tuschstab wird mit etwas Wasser in einem ausgehöhlten Reibstein gleichmäßig zur Flüssigtusche angerieben. Bei dieser Tätigkeit, die 10 Minuten bis eine Stunde dauern wird, versenkt sich der Geist des Künstlers gedanklich bereits in das geplante Werk. - Vom tiefsten Schwarz bis zum delikaten Grauton - das die mystischen Stimmungen erzielt. Wenn der Meister seinen Pinsel in die Tusche eintaucht, taucht er ihn gleichsam in seine Seele ein. Der erste Pinselstrich entscheidet das ganze Schicksal des Zeichens und gibt den Grad der Disziplin und Genauigkeit für die restliche Pinselführung. Seine Pinselstriche erfordern eine komplette Meisterung, um die künstlerischen Ideen sofort mit einigen Strichen festzuhalten. Er malt mit jedem Strich die Schönheit des Lebens, während er in einer ruhigen Stimmung der Meditation ist. Ein chinesischer Kalligraph ist somit nicht nur Künstler, sondern auch Philosoph und Poet.

(Materialkosten mindestens 30Euro/Person, am Tag des Kurses zu begleichen.)