

Bambus-Stock-Qi-Gong Nachlese – Über dem Nebel – Erkundungen – ein Beitrag von Pilger Rudi Simeth



Bambus-Stock-Qi-Gong

Liebe Pilger- und Wanderfreunde,

in nebeligen Zeiten ist es immer wieder gut, wenn wir spontan sein können und auf unser Bauchgefühl hören.

Die Natur gibt uns auch in diesen kalten Tagen im Tal wunderbare Momente zum tief Durchschnaufen.

Dies hilft uns auch im übertragenen Sinne durch Zeiten mit „geringer Sichtweite“ ☐

Spontan konnten wir SEIN am vergangenen Samstag.

Die Gesundheitsregion plus ermöglichte es uns, in Eschlkam ein
kostenloses

**Bambus-Stock-Qi-Gong unter Bäumen mit Johann
Maierhofer anzubieten**

Im Garten des Gasthofes zur Post neben dem Braugewölbe waren
wir bestens aufgehoben.

Mit 21 Teilnehmenden war dies eine rundum gelungene und
gesundheitsfördernde Veranstaltung.

Die gut motivierten Mitübenden kamen aus nah und auch aus
fern.

Auch bis aus Neustadt (Waldnaab) und Neunburg vorm Wald.

Es passte einfach alles ☐

Auch bei der spontan nach der Mittagspause angebotenen
„Schnupper-Heilsam-Wanderung“ waren wir noch zu acht!

Wir kombinierten ein Stück des Jakobsweges mit dem
Kunstwanderweg auf der Leminger Höhe,

der Geschichte vom Schloß Stachesried und der Klausenkapelle
St. Florian.

Unterwegs gab's passende Baumimpulse

Hier der Link zum Bilderalbum mit Musik:

2.11. Bambus-Stock-Qi-Gong – Heilsame Wanderungen

**Spontan machte ich mich auch auf aus dem Nebel im Tal zu einem
traumhaften Novembertag auf dem ARBER**

Von der Mooshütte über den Kleinen Arbersee zur Chamer Hütte.

Dort wurden schon die Schlitten hergerichtet für rasante Winter-Abfahrten nach Bodenmais auf der Tourenabfahrt.

Ich genoss die wärmenden Sonnenstrahlen vor allem am weiteren Aufstieg zum Gipfelplateau des Gr. Arber.

Das Herz quoll über bei traumhafter Rundumsicht vom Westgipfel mit einem Andachtsjodler beim

Gipfel-Rundumpanorama. Beim Abstieg über den Schmugglerweg und hinunter zur Mooshütte

zuletzt auf uralten Waldwegen kam ich mit dem hochziehenden Nebel gleichzeitig ans Ziel.

All dies könnt ihr bequem nachgenießen im folgenden Bilderalbum mit Musik:

5.11. überm Nebel zum Arber – Heilsame Wanderungen

Noch im Oktober hatten Paul und ich eine geplante heilsame Wanderung erkundet.

Dies war zugleich ein Traumziel von mir zum bisher noch nicht bestiegenen 1000er im Vorderen Bayerischen Wald.

Von Kalteck auf den Vogelsang und hinunter nach Achslach

Wir erkundeten noch bei Sonne zwei Geotope:

Den Regensburger Stein auf der Südseite mit Blick in den Gäuboden und

Den Klosterstein und zugleich Gipfel des Vogelsang (1022m).

Talwärts kamen gleich drei Baumdenkmale nacheinander.

Eine mächtige Tanne, ein dreiteiliger „Gabel-Ahorn“ und eine

„Dicke Buche“

Dies auch an Spuren ehemaliger Hochweiden auf dem Gebiet des Klosters Gotteszell.

In Achslach am Ursprung der schon von uns erwanderten Teisnach kehrten wir gut ein.

Dann konnten wir auch noch den Erntedankaltar und eine Erntekrone in **St. Jakobus** bewundern.

Gestärkt an Leib und Seele ging's dann hinauf nach Kalteck.

Hier der Bilderalbum mit Musik:

15.10. Kalteck – Vogelsang – Heilsame Wanderungen

(Alle Alben laufen am besten am PC mit den gängigen „Browsern“
(außer Firefox – da funktioniert die Diaschau nicht)

Wir werden auch im Spätherbst weitere Ziele erkunden.

Gerne sammle ich auch Anregungen von euch zu den für die heilsamen Wanderungen 2025 geplanten Themen

**Zu Baumdenkmalen, Kraftorten und Geotopen im Waldgebirge –
Wurzeln erspüren**

Beiderseits der bayerisch-böhmischen Grenze.

Am kommenden Samstag werde ich mit Jakob Pellkofer zur Schließung des Böhmisches Brunnens mitwandern.

Abmarsch gegen 9.40 Uhr von Wanderparkplatz Hochstraße bei Furth im Wald.

Schöne Grüße

Rudi Simeth, Bilder & Touren, Stachesried, Schloßstraße
12, 93458 Eschlkam

Tel: 09948 1454

Mobil: +49 173 5947879

Mail: waldaugen@t-online.de

Web: www.waldaugen.de



