



Qigong-Sommerakademie 2012

Authentisches Qigong als Weg zu einem harmonischen Leben

03. bis 09. August 2012 auf Rügen (Mecklenburg Vorpommern / Deutschland)

Authentisches Qigong in der chinesischen Tradition ist eine Heilkunst, die auf eine mehrtausendjährige Geschichte zurückblicken kann. Es steht in einer engen Verbindung zur Traditionellen Chinesischen Medizin und zur chinesischen Philosophie. Zu seinen charakteristischen Merkmalen zählt die ganzheitliche Weise, das Leben zu betrachten. Mit sanften Bewegungen und Übungen in Stille wird daher neben körperlichem Training stets auch die geistige Entwicklung gefördert. Durch leicht erlernbare Methoden vermag authentisches Qigong die Einheit von Körper und Geist sowie die enge Verbundenheit des Menschen mit den Kräften der Natur zu stärken. Im Alltag bewirkt es eine effektive Bewältigung von Stress sowie eine wirkungsvolle Vorbeugung und Heilung von Krankheiten.

Im Mittelpunkt der diesjährigen Sommerakademie stehen die harmonisierenden Wirkungen der wahren Liebe, die Weisheit der TCM und der chinesischen Philosophie sowie die Kraft des Unterbewusstseins und die Fähigkeit, sich diese Kraft nutzbar zu machen. Es werden Wege gezeigt, durch Meditation das eigene Leben zu verbessern und positiv nach außen zu wirken. Ergänzend wird die Möglichkeit geboten, TCM-Massagen, Reflexzonenmassagen und Akupressur kennenzulernen. Auf Wunsch ist auch die Teilnahme an einer begleiteten Fastengruppe möglich.

Folgende Themen erwarten Sie:

1. Wahre Liebe – das Leben harmonisch gestalten

Tiefes Glück im Leben können die Menschen erfahren, die in ihrem Herzen die Liebe haben. Wahre Liebe hat eine Kraft, die Körper und Geist heilen und einen positiven Einfluss auf die Umgebung ausüben kann. Diese Kraft ist in der Lage, dem Leben eine neue Bedeutung zu geben und Menschen alle bekannten Grenzen überschreiten zu lassen. Wahre Liebe ist einfach im Alltag umzusetzen – und jeder kann davon profitieren, wenn er sein Herz öffnet.

2. Die Weisheit der chinesischen Medizin und Philosophie

In China wird der Menschen seit jeher als eine Einheit von Körper und Geist wahrgenommen. Die körperliche und die geistige Ebene gelten hier als untrennbar miteinander verbunden. Beide üben einen starken wechselseitigen Einfluss aufeinander aus. Während dieser Leitgedanke der Ganzheitlichkeit allmählich auch in der westlichen Medizin an Akzeptanz gewinnt, geht die TCM noch einen Schritt weiter. Sie unterscheidet zwischen verschiedenen geistigen Aspekten, die wiederum jeweils in einer direkten Beziehung zu den Organen stehen.

3. Die Kraft des Unterbewusstseins

Das Unterbewusstsein bzw. der vorgeburtliche Geist verfügt über eine große Kraft. Es inspiriert uns, leitet uns und vermag sämtliche in den Tiefen des Gedächtnisses bewahrten Namen, Tatsachen und Erlebnisse ins Bewusstsein zu rufen. Alle lebenswichtigen Prozesse in unserem Organismus werden vom Unterbewusstsein gesteuert, das auch die Antwort auf alle Fragen kennt. Das Unterbewusstsein ist der ursprüngliche Geist, der als Quelle von Weisheit und Liebe sowie aller spirituellen Erfahrungen gelten kann. Er offenbart sich der Wahrnehmung, wenn man ihn mit bestimmten Methoden sorgfältig trainiert.

4. Meditation zur Selbstheilung und zur Heilung anderer

Durch Meditation und die Verbindung mit Himmel und Erde wird es möglich, gutartiges und nährendes Qi aufzunehmen und die innere Kraft zu stärken. Man lernt den eigenen Körper und Geist kennen und ist schließlich in der Lage, nicht nur sich selbst, sondern auch andere zu verstehen. Durch universale Meditation öffnet sich uns ein Weg zu Liebe und Mitgefühl der es ermöglicht sich und anderen Menschen zu helfen.

5. TCM-Massage, Reflexzonenmassage und Akupressur

Erste und schnell wirksame Möglichkeiten zur Lösung von Blockaden und zur Behandlung von Schmerzen sind (Selbst-) Massagen und Akupressur. In gesonderten Workshops werden alltagstaugliche Techniken vorgestellt, die sich bei der Linderung bzw. Beseitigung von Kopfschmerzen, Magen- und Verdauungsproblemen sowie anderer Leiden bewährt haben.

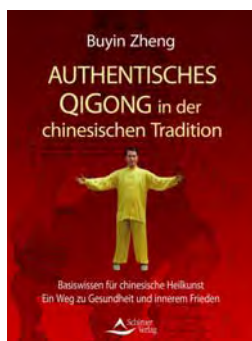
Ergänzend sind u.a. Qigong-Stab-Techniken vorgesehen. (Änderungen vorbehalten.)

International Neijin QiGong Institute



Leitung:

Buyin Zheng, Qigong-Meister, traditionell chinesischer Mediziner, Leiter des International Neijin QiGong Institute und Autor des Buches „Authentisches Qigong in der chinesischen Tradition“ (erschienen 2010 im Schirner Verlag)



Dozententeam:

Dr. Niels Bohn (Qigong-Lehrer)
Simone Fella (Qigong-Lehrerin, Diplom-Sozialpädagogin)
Barbara Geister (Qigong-Lehrerin, TCM-Masseurin)
Dr. Petra Petzold (Qigong-Lehrerin)
Carsten Meyer (Qigong-Lehrer, Diplom-Psychologe)
Helmut Eck (Qigong-Lehrer)
Andrea Skroblien (Qigong-Lehrerin)
Susanne Gärtner (Qigong-Lehrerin, Heilpraktikerin)

Seminarort: Jugendherberge Sellin
Kiefernweg 4, 18586 Sellin
(weitere Infos unter www.sellin.jugendherberge.de)

Termin: 03. bis 09. August 2012 (Freitag bis Donnerstag)
Eine verkürzte Teilnahme ist nach Absprache möglich.

Kosten:

1. Reguläre Kursgebühr: 380,00 €
Unterkunft mit Vollpension: 240,00 €(MZ) / 435,00 €(DZ in Strandvilla, begrenzte Anzahl)
2. Bei verkürzter Teilnahme: 65,00 €pro Seminartag
Unterkunft mit Vollpension: 40,00 €pro Tag (MZ)

Bitte vorgezogenen Anmeldeschluss 15.03.2012 beachten:

Die Jugendherberge Sellin benötigt von uns sehr frühzeitig eine verbindliche Information über die Zahl der zu erwartenden Gäste. Anmeldeschluss ist daher bereits am 15.03.2012. Die Anmeldung wird gültig mit dem Zahlungseingang der Übernachtungskosten. Leider macht die Jugendherberge bei Rücktritten nach dem 03.04.2012 zudem Stornierungsgebühren in Höhe von mind. 50% geltend. Nähere Informationen zu den Zahlungsmodalitäten erhalten Sie über das International Neijin QiGong Institute.

Anmeldung: International Neijin QiGong Institute (c/o Buyin Zheng)
Hegelstraße 16, 39104 Magdeburg

E-Mail: buyin.zheng@yahoo.com

Tel.: + 49 (391) 598 16 28

Mobil: + 49 (179) 238 84 79 oder + 49 (178) 163 02 03

Internet: www.neijin-qigong.net