



13. Internationale Qigong-Sommerakademie

Gesund bleiben – gesund werden mit chinesischer Heilkunst

21.–27. Juli 2019 in Bad Fredeburg (Deutschland/NRW/Sauerland)

Authentisches Qigong ist die beste Form der Vorbeugung, die das 21. Jahrhundert zu bieten hat. Zudem eröffnet es Wege, Krankheiten zu lindern und sie zu heilen. Authentisches Qigong steht in einer engen Beziehung zur Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Zu seinen Merkmalen zählt es, den Menschen ganzheitlich zu betrachten. Körper, Geist und Seele werden zur Harmonie geführt und ein blockadefreier Fluss der Lebensenergie „Qi“ bewirkt. Schon nach kurzer Zeit sind innere Ruhe, gesteigerte Lebensfreude und Vitalität spürbar.

Leicht erlernbare Qigong-Übungen in Bewegung und in Stille, besondere Meditationen, Vorträge und viele Tipps für ein gesundes Leben prägen die Qigong-Sommerakademie. Geleitet wird sie vom chinesischen Qigong-Großmeister Buyin Zheng, der über ein umfangreiches Wissen auf dem Gebiet der TCM sowie über mehr als dreißig Jahre Erfahrung im authentischen Qigong verfügt. Die Veranstaltung ist sowohl für Neueinsteiger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Folgende Themen erwarten Sie:

1. Das Herz öffnen – gesund leben durch Dankbarkeit und Mitgefühl

Die Fähigkeit, sich in andere Personen hineinzuversetzen und sich für Fehler zu entschuldigen oder sie zu verzeihen sind einfache Mittel, um geistig-seelischen Ballast abzulegen und negative Gedanken umzuwandeln, die häufig Auslöser von Unwohlsein und Krankheit sind. Besondere Meditationen über die Dankbarkeit und das Mitgefühl helfen, das Herz zu öffnen und der Gesundheit Raum zu geben.

2. Aufbau von Harmonie für Zufriedenheit und Glück

Gesundheit geht eng mit einer lebensbejahenden Einstellung, positiven Gedanken und einer Ausgeglichenheit der Emotionen einher. Von großer Bedeutung sind dabei die Beziehungen zu unseren Mitmenschen und unsere Einstellungen zu dem, was uns im Leben widerfährt. Qigong bietet eine Vielfalt an Methoden, um im Alltag gelassen zu bleiben und Zufriedenheit und Glück zu finden.

3. Qigong-Meditation zur Vorbeugung u. Heilung von chronischen Krankheiten u. Rückenschmerzen

Die Wurzeln von Krankheiten und Schmerzen liegen oft an anderer Stelle als wir zunächst vermuten. So kann körperliches Leid durchaus von psychischen Faktoren hervorgerufen werden und umgekehrt. Qigong bietet eine Vielzahl von Methoden, die dazu dienen, die wirklichen Ursachen des Leides zu erkennen und sie zu überwinden.

4. Traditionelle Chinesische Medizin für ein gesundes Leben

Die tiefgehenden Erkenntnisse der TCM eröffnen vielfältige Möglichkeiten für die Rückerlangung und den Erhalt der Gesundheit. Mit (Qigong-) Übungen, besonderen Meditationen, guter Ernährung und einer angepassten Lebensweise lässt sich die Gesundheit verbessern und pflegen sowie die Lebensfreude spürbar steigern. Oft sind es schon kleine Veränderungen im Leben, die große Wirkungen entfalten.

5. Qigong-Praxis, Taijiquan-Übungen und Meditation

Qigong und Taijiquan leben von der Praxis. Übungen in Bewegung und in Stille nehmen daher während der Sommerakademie eine zentrale Rolle ein. Zudem bieten tägliche Trainingsangebote in kleinen Gruppen die Möglichkeit, einzelne Übungen Schritt für Schritt zu erlernen oder zu vertiefen.



In Ergänzung werden spezielle Qigong-Gesundheitsmassagen nach Buyin Zheng angeboten, um Blockaden zu lösen, Krankheiten vorzubeugen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Es ist möglich, sich während der Qigong-Sommerakademie einer begleiteten Fastengruppe anzuschließen.



13. Internationale Qigong-Sommerakademie 2019

Gesund bleiben – gesund werden mit chinesischer Heilkunst



Leitung:

Buyin Zheng entstammt einer Familie, die eng mit dem medizinischen Qigong verbunden ist. Von Kindheit an erhielt er Unterricht in Qigong, Wushu und Taijiquan. Er studierte intensiv die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und wird seit über dreißig Jahren von Meistern mit daoistischen und buddhistischen Wurzeln ausgebildet. Er ist Vertreter des Shaolin Neijin Qigong (Shaolin Neijin Yizhichan Qigong) in der 20. Generation und als Einziger autorisiert, diese Methode nach den Originalquellen in der westlichen Welt zu verbreiten.

Buyin Zheng bietet u. a. Qigong-Kurse, -Seminare und Ausbildungen an. Er ist Buchautor und Leiter der Internationalen Neijin QiGong Akademie sowie eines Zentrums für TCM in Deutschland.

- Termin:** Beginn: 21. Juli um 10:00 Uhr / Ende: 27. Juli um 15:00 Uhr
Eine verkürzte Teilnahme ist möglich. Informationen dazu erteilen wir auf Anfrage gerne.
- Seminarort:** Musikbildungszentrum Südwestfalen
Johannes Hummel Weg 1, 57392 Schmallenberg / Bad Fredeburg
- Gesamtpreis:** 950,00 € inkl. Seminargebühren, Übernachtung in Mehrbett- oder Doppelzimmer für 6 Nächte, Vollpension (vegetarisch), Kurtaxe
- Für Einzelzimmer wird ein Zuschlag von 15,00 € pro Nacht erhoben. Die Zahl dieser Zimmer ist begrenzt. Wir bitten um Verständnis, dass wir ggf. gesundheitlich eingeschränkten Personen den Vorrang geben. Darüber hinaus bitten wir um Verständnis, dass die Unterkunft in Einzelfällen wenige Minuten Fußweg vom Veranstaltungsort entfernt liegen kann.
- Die Preise für Fastende, für eine verkürzte Teilnahme oder für eine Teilnahme ohne Übernachtung teilen wir auf Anfrage gerne mit.
- Nähere Informationen zu den Zahlungsmodalitäten erhalten Sie telefonisch oder schriftlich bei Eingang Ihrer Anmeldung.
- Anmeldung:** Wir bitten um **Anmeldung bis zum 15.05.2019**. Bei späteren Anmeldungen kann die Unterbringung leider nicht sicher zugesagt werden.
- Kontakt:** Internationale Neijin QiGong Akademie, Europaring 10, 39110 Magdeburg
E-Mail: info@neijin-qigong.com
Telefonische Auskünfte: + 49 (039247) 945 63 oder Mobil: + 49 (0176) 72 75 13 41
Internet: www.neijin-qigong.com

Stand 12/2018, Änderungen vorbehalten.

Das Seminar ersetzt in keiner Weise ärztliche oder therapeutische Hilfe. Jeder Teilnehmer ist während des Seminars für sich selbst verantwortlich.