



## 14. Internationale Qigong-Sommerakademie

### Gesund bleiben – gesund werden mit chinesischer Heilkunst

26.07. - 01.08.2020 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 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. Es ist möglich, sich während der Qigong-Sommerakademie einer begleiteten Fasten-Gruppe anzuschließen.

#### Folgende Themen erwarten Sie:

##### 1. Dankbarkeit und Mitgefühl als Schlüssel für ein zufriedenes Leben

In jedem Augenblick des Lebens stehen wir im Austausch mit anderen Menschen, anderen Lebewesen und mit der Umwelt. Was auch immer wir tun, niemand kann unabhängig von anderen existieren. Sind wir uns dessen bewusst, so wächst damit die Fähigkeit, sich in andere Personen hineinzusetzen und Verständnis und Toleranz zu entwickeln. Negative Gedanken, die häufig Auslöser von Unwohlsein und Krankheit sind, können so überwunden werden. Meditationen zur Dankbarkeit zum Mitgefühl und auch zum Loslassen helfen, das Herz zu öffnen und der Gesundheit Raum zu geben.

##### 2. Harmonie für Körper, Geist und Seele – die Basis der Gesundheit

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. Vorbeugung und Heilung akuter sowie chronischer Krankheiten und Schmerzen

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 Leidens zu erkennen, ihnen vorzubeugen oder sie zu überwinden.

##### 4. Traditionelle Chinesische Medizin für ein gesundes Leben

Die Erkenntnisse der TCM eröffnen viele Möglichkeiten für den Erhalt oder die Verbesserung bzw. Rückerlangung der Gesundheit. Gerade in Zeiten von Corona kann uns dieses Wissen helfen. Es umfasst u. a. die Bereiche Ernährung und Lebensgewohnheiten aber auch unsere Beziehungen zu anderen Menschen und zur Umwelt. Oft sind es schon kleine Veränderungen, die große Wirkungen entfalten.

##### 5. Qigong-Praxis, Taijiquan-Übungen und Meditation

Qigong und Taijiquan leben von der Praxis. Schwerpunkte der Übungen werden in diesem Jahr auf einem speziellen „Anti-Corona-Qigong“ für den Spätsommer und den Herbst sowie auf Qigong-Übungen für einen gesunden Rücken liegen. Abgerundet wird die Praxis durch besondere Qi-Mobilisierungen bzw. Energie-Übertragungen zur Vorbeugung und zur Aktivierung der Heilungskräfte.





## 14. Internationale Qigong-Sommerakademie 2020

### 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: 26. Juli um 10:00 Uhr / Ende: 01. August 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 (OT Bad Fredeburg)

#### Vor-Ort-Teilnahme | Anmeldeschluss 10.07.2020

Die Kosten für eine Vor-Ort-Teilnahme liegen bei 955,00 € inkl. Seminargebühren, Übernachtung in Mehrbett- oder Doppelzimmer für 6 Nächte, Vollpension (vegetarisch) und 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. Die Preise für Fastende, für eine verkürzte Teilnahme oder für eine Teilnahme ohne Übernachtung teilen wir auf Anfrage gerne mit.

#### Online-Teilnahme | Anmeldeschluss 17.07.2020

Erstmals bieten wir in diesem Jahr die Möglichkeit an, mit dem Programm "Zoom" online an der Qigong-Sommerakademie teilzunehmen. Die Kosten dafür betragen 90,00 € pro Seminartag.

#### Weitere Infos und Anmeldung:

Internationale Neijin QiGong Akademie, Europaring 10, 39110 Magdeburg

E-Mail: [info@neijin-qigong.com](mailto:info@neijin-qigong.com)

Tel.: + 49 (039247) 945 63 oder Mobil: + 49 (0176) 72 75 13 41

Internet: [www.neijin-qigong.com](http://www.neijin-qigong.com)

Stand 07/2020, Änderungen vorbehalten.

Das Seminar ersetzt in keiner Weise ärztliche oder therapeutische Hilfe. Jeder Teilnehmer ist während des Seminars für sich selbst verantwortlich. Aufgrund der Corona-Pandemie gelten in diesem Jahr spezielle Vorsichtsmaßnahmen. Anmeldungen von Personen, die kurz vor dem Seminar Symptome einer Erkrankung aufweisen oder die aus einem sogenannten „Hot-Spot-Bereich“ stammen, können auch kurzfristig kostenfrei storniert werden.