

Die Kultivierung des Qi ist wichtiger denn je in unserer heutigen Zeit.

QiGong ist über 7000 Jahre alt. Das Wissen um die Lebensenergie Qi, die alles lebendige Sein durchdringt, spiegelt sich in vielen Weisheitslehren.

Die Lebenskünste Chinas und die Heilkünste, wie die Traditionelle Chinesische Medizin, beruhen auf diesem alten Wissensschatz.

Zeit und Stille
Beatrix Bleimann
www.zeit-stille.de
0157-32 34 56 04

„Will man die Wahrheit erfahren, die sich hinter QiGong verbirgt, sollte man es praktizieren.“

Liu Han Wen



Neue Kurse
Stilles QiGong

Foto: Chicco Dodi



Chan Mi Gong

Chan Mi Gong Gesellschaft e.V.

„Ein Wort der Stille ist eine Methode. Es ist auch eine Haltung im Herzen. In dieser komplexen menschlichen Welt eine Stille und Ruhe im Geiste bewahren zu können, der Zeit entsprechen und ihr folgen, in den tiefsten Bereich deines inneren Herzens zu gelangen, im Moment leben, das Herz beruhigen und sich kultivieren. Wenn du beispielsweise die ganze Zeit unglücklich bist, dann liegt das daran, dass du nie im Moment lebst und nie den feinen Geschmack des menschlichen Lebens kostest. Diesen feinen Geschmack des Lebens zu kosten, Herz, Seele und Geist zu reinigen, ohne Zweifel zu sein – dies ist ein Zustand, in dem man Körper und Wesensnatur kultiviert und nährt.“

Meister Zhi Chang Li

Filmabend:

Erfahrungen und Wege mit dem Stillen QiGong

10. April 2018

Dienstag 19:00 - 20:00 Uhr

Beitrag:

frei

Das Stille QiGong Bewegung in der Ruhe



Das Stille QiGong, ist ein sanftes QiGong, das sich durch äußerlich kleine oder gar keine Bewegungen auszeichnet. Vielmehr liegt die Aufmerksamkeit auf den Qi-Fluss im Körper. Es ist eine der ältesten und grundlegendsten Übungen zur „Kultivierung von Geist und Körper“.

Durch intensive Übungspraxis kann durch das Erspüren der eigenen Energie, das Vertrauen in die Selbstheilungskräfte wachsen. Es kann durch tiefe Innenschau die Einsicht in die notwendigen Prozesse des seelischen, geistigen und physischen Körpers schulen und Praktizierende motivieren, an heilenden Veränderungen aktiv teilzunehmen und lebensfördernde, eigene Impulse zu setzen.

Äußerlich sind die Übungen des Stillen QiGong verblüffend einfach und innerlich können sie uns auf allen Ebenen bewegen und herausfordern.

Kurse und Termine



Termine:

17. April - 10. Juli 2018

Dienstags von 18:30 - 20:00 Uhr

Beitrag:

80 € für 10 Einheiten à 90 Minuten

40 € für Mitglieder des TSV Rottendorf

Ort:

Haus der Begegnung

Estenfelder Straße 1

97228 Rottendorf

Anmeldung:

Beatrix Bleimann

www.zeit-stille.de

fit4ever@gmx.de

0157-32 34 56 04

„Ohne Einsatz des Herzens ist der Weg nicht zu machen.“

Meister Zhi Chang Li