

少林气功 · 少林禅心

Kurs Shaolin Luohan Qi Gong III und Chan Meditation

mit Shaolin Mönch Meister Shi Xinggui



Shi Xinggui ist Shaolin Mönch der 32. Generation. Er wurde in der Provinz Henan in Nordchina geboren und trat im Alter von 8 Jahren in das Shaolin Kloster ein. 1989 erhielt er den Shaolin Meisterbrief. Seit 1997 lebt er im Salzburger Land in Österreich.

am
05.-06.10.2024
im
Bürgerhaus Vollnkirchen
Kohlgasse/Wertshäuser Straße
35625 Hüttenberg-Vollnkirchen

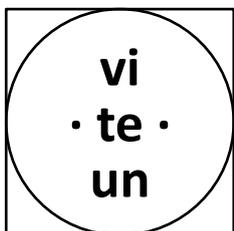
Kurskosten inkl. Kursunterlagen: 240 Euro



Informationen und Anmeldung

vi-te-un - Privatpraxis Dr. med. Georg Forster
Tulpenweg 49
D-35578 Wetzlar

Telefon: +49 (64 41) 4 45 35 66
Fax: +49 (64 41) 4 45 35 67
Mobil: +49 (1 51) 525 10 910
E-Mail: info@viteun.de
Internet: www.viteun.de



Das Ziel der Buddhisten ist, den Kreislauf von Wiedergeburten auf der Erde durch Selbstvervollkommnung zu durchbrechen.

Um dies zu erreichen, kann man verschiedene Wege gehen. Unter anderem auch den Weg des geistigen Kriegers, der in der Shaolin Tradition als LOHAN bezeichnet wird. Lohan hat auch die Bedeutung „wie ein kleiner Buddha“. Ein Lohan hat erkannt, dass der wahre Kampf im Inneren eines jeden Menschen vonstatten geht. Er verwandelt den Inneren – wie äußeren Kampf in eine Kunst, um so das Beste für sich und jede Kreatur zu erringen. Der Weg des Kriegers – LOHAN wird so zu einem spirituellen Pfad.

Meister Shi Xinggui vermittelt neben den Luohan Qi Gong III Formen auch Übungen zur Aktivierung der Energie, Bewegungsübungen, spezielle Atemübungen und die Chan Meditation.

In den Pausen beantwortet er bei einer Tasse Tee und gesunden Snacks Fragen der Teilnehmer zu Ernährung und Gesundheit aus Sicht der Chinesischen Medizin. Soweit es die Zeit erlaubt, demonstriert er auch eine Taiji Quan Form.

Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.