



Seminar

Ziran Qigong

met de Chinese

Master Liu Deming

1 – 2 – 3 juni 2012 Alkmaar

Master Liu is de 5e generatie erfgenaam in de Liu He Men Zi Ran lijn. Hij begon zijn studie van Ziran Kung Fu en Qigong in zijn tienerjaren met Master Hong Zheng Fu en later met de legendarische Grand Master Wan Lai Sheng in China. Master Liu heeft o.a. gedoopt in de beroemde Chinese Shaolin Tempel en heeft ondertussen 30 jaar leservaring.

[Inhoud Ziran Qigong Stage one – Weekend Seminar](#)

Taoist Tranquillity Meditation

Taoist Tranquillity Meditation helpt om innerlijke rust en kracht te kunnen ontwikkelen.

De filosofie van Ziran Qigong

Gesproken wordt over de filosofieën van het Taoïsme en het Chen Boeddhisme, de oude kosmologie van Wuji en de Yin Yang theorie, in combinatie met Ziran Qigong.

Ziran Qigong level 1 – Tendon & Meridian Cleansing Method

Het doel van level 1 is dat de beoefenaar zich bewust wordt van de gebieden van het lichaam waarin de qi (levensenergie) is geblokkeerd of waar het lichaam gespannen is.

Ziran Wuji staande meditatie

De meditatie zal zich richten op het openen van de drie dantians (energiegebieden in het lichaam) om mogelijk te maken dat emoties en spanningen worden losgelaten.

Wu Xing Qigong (5 Elementen Qi Gong)

De 5 Elementen Qi Gong werkt aan de balans door het vergroten van de qi stroom, waardoor opbouw van negatieve qi en ziekte kan worden voorkomen.

Voor meer informatie en aanmelding:

Tai Chi Tao ☯ Pieter Gilles

Tai Chi – Qi Gong – Meditatief Lopen – 5 Elementen Oefeningen – Chi Testen

www.taichitao-pietergilles.nl

✉ info@taichitao-pietergilles.nl

☎ 06 36250063