



Stilles Qi-Gong®

Qi-Gong-Institut Münster + Konstanz • nach Großmeister Zhi-Chang Li

Jägerstr. 20 • 48153 Münster • Telefon 0251-518181 • Mobiltel. 0171-8144213

Internet: <http://www.Qi-Gong-Institut.de> • E-Mail: staudinger@qi-gong-institut.de

Die Sechs Heilenden Laute

Um diese Übung vollständig zu erlernen sind zwei Wochenendseminare notwendig.

Literatur: Inka Jochum, "Nie mehr müde", 2001, Nymphenburger Verlag, München (Bitte lassen Sie sich vom Titel nicht verunsichern, das Buch enthält die Beschreibung der Übung "Die Sechs Heilenden Laute", nach Großmeister Zhi-Chang Li.)

Die Sechs Heilenden Laute ist eine der großen Qi-Gong-Übungen zur Erhaltung und Wiederherstellung bzw. Vervollkommnung Ihrer Gesundheit, die durch Dr. med. Josefine Zöller und Mantak Chia bei uns bekannt geworden ist. Die Übung besteht aus äußeren und inneren Bewegungen und Lauten.

Die Sechs Heilenden Laute wurden ursprünglich von Sun Su Miao, einem berühmten Taoisten der Tang-Dynastie (618-907 nach Chr.), entwickelt. Die Übung von Meister Zhi-Chang Li geht auf Meister Ma Li-Tang (geb. 1903) zurück und wurde von ihm selbst entscheidend optimiert.

In einem Buch von Dr. med. Josefine Zöller („Das Tao der Selbstheilung“) wurde diese Übung auch als Die Sechs Laute der Götter bezeichnet. Frau Dr. Zöller war eine der ersten, die das chinesische Qi-Gong in Deutschland vermittelt haben.

Die 5 Yin-Organe - auch Zang-Organe genannt - der Traditionellen Chinesischen Medizin (Lungen, Herz, Milz, Nieren und Leber) bilden zusammen mit dem Yang-Organ "Sanjiao" (Dreifacher Erwärmer) eine lebenserhaltende Ganzheit. Darauf beziehen sich die Sechs Laute. Die Zang-Organe sind parenchymatöse Organe, die Speicherorgane genannt werden, weil sie nach traditioneller Vorstellung Qi speichern. Diese Organe bzw. Funktionskreise werden durch die Sechs Heilenden Laute erheblich gestärkt.

Der 1. Laut der Heilenden Laute ist **XU**, er hängt mit der Leber zusammen. Die Leber ist energetisch gesehen zuständig für das Ableiten (von verbrauchtem Qi) und Durchgängig-machen. Physiologisch betrachtet speichert die Leber Blut und vom Geistigen her betrachtet wirkt sie auf Intelligenz und Gefühle.

Die moderne Wissenschaft hat Zivilisation und Wohlstand mit sich gebracht, aber auch Streß. Und dieser Streß schadet der Leber. Ist die Leber erkrankt fühlt man sich mitgenommen, die Augen röten sich häufiger und man neigt zum Weinen.

Der Laut **KE** kräftigt das Herz: Unruhe im Herzen, Eiterungen in Mund, Rachen und an den Mandeln heilen.

Der Laut **HU** ist für die Milz: bei Husten und Auswurf, bei Durchfall, Darmgeräuschen

und Erbrechen hilft dieser Laut.

Der Laut **SI** wirkt auf die Lungen: er kräftigt und hilft bei trockenem Auswurf und anderen Erkrankungen der Lungen.

Der 5. Laut ist **CHUI** (für die Nieren): Die Nieren sind für den Wasserhaushalt des Körpers zuständig und sie sind der Hauptsitz der Lebenskraft. Ohrensausen (Tinnitus) und Magerkeit werden ebenfalls durch diesen Laut positiv beeinflusst.

Und der 6. Laut **XI** (für den Dreifachen Erwärmer) wirkt auf Lunge und Herz, Magen und Milz, Leber und Darm gleichzeitig.

Die Übung Die Sechs Heilenden Laute ist eine Qi-Gong-Übung, die alle wesentlichen Methoden des positiven Energietrainings enthält. Sie besteht aus optimalen Körperbewegungen und -haltungen, aus Vorstellungen, die das Energieatmen verstärken und nach innen schwingenden Lauten, die eine spezifisch auf einzelne Organe wirkende Heilkraft entstehen lassen.

Seminargebühr: je 199.- Euro.

Dieses Seminar kann von Ihrer Krankenkasse bezuschußt werden.

Bankverbindung: Axel Staudinger, Deutsche Bank Münster, Kto.Nr. 111 27 62, BLZ 400 700 24

Seminarzeiten: Samstag 10.00 - 13.00 und 15.00 - 18.00, Sonntag 10.00 - 13.00

Seminarleitung: Dipl.-Psych. Axel Staudinger

Veranstaltungsort: Marienhaus, Franziskushospital, Hohenzollernring 70, Münster

Bekleidung: Kommen Sie bitte in bequemer Straßenkleidung und mit flachen Schuhen und bringen Sie Schreibzeug mit.

Bitte melden Sie sich zu diesen Seminaren per Email oder Post frühzeitig an, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Qi-Gong-Institut Münster + Konstanz
nach Großmeister Zhi-Chang Li

Jägerstr. 20 • 48153 Münster • Telefon 0251-518181 • Telefax 0251-518183

Internet: <http://www.Qi-Gong-Institut.de> • E-Mail: staudinger@qi-gong-institut.de