

郭林气功
功行森林
扶正祛邪
强体抗疲

GEHENDE-ÜBUNG QIGONG IM WALD



放松入静
柔和肢体
导引按跷
行步吐纳

Mit den meditativen Schritten und der speziellen Atmung gehen wir in den Wald zur Förderung der Gesundheit und Stärkung der Lebenskraft, um die krankmachenden Störungen zu beseitigen. Der Wald mit seiner frischen klaren Luft mit dem ausreichenden Sauerstoff und den Heildüften aus Bäumen und Pflanzen bietet einen idealen Heilraum. Dadurch werden die Abwehrkräfte des Immunsystems gestärkt. So ist man sich selbst der beste Arzt zur Prävention, Behandlung und Rehabilitation (PBR) von Erkrankungen.
www.tcm-lebenspflege.at/ 郭林气功 www.lebenspflege.de/GuoLinQiGong

[GuoLin-QiGong \(XiXiHu\)](#)

GuoLin-QiGong (XiXiHu) ist eine bestimmte Form des QiGongs. Es ist eine Gehmeditation, wobei eine besondere Arm- und Schrittbewegung ausgeführt und die Atmung bewusst integriert wird. Dabei werden die Immunabwehr und die Selbstheilungskräfte gestärkt.

Das Bildungszentrum der TCM- Lebenspflege hat jahrelang zum GuoLin-QiGong geforscht und übt diese beliebte Gehmeditation in der Natur in einer idealen FengShui-Lage mit Waldumgebung und einer „himmlischen“ Wasserquelle aus. Dabei wird das „Qi“ -die Lebenskraft“ bzw. Abwehrkraft- in besonderer Weise gefördert.

Seit Beginn der Corona-Pandemie im Jahr 2020 hat sich das Bildungszentrum nochmal mehr mit der Weiterentwicklung des Konzepts sowohl theoretisch als auch in der praktischen Ausübung des GuoLin-QiGongs beschäftigt. Damit wurde eine mögliche und effektive Maßnahme zur Stärkung der Immunkraft bzw. Selbstheilungskräfte u.a. zur Vorsorge gegen eine Corona - Infektion bzw. zur Nachsorge einer Covid 19 Erkrankung geschaffen.

Nun sind wir endlich wieder da und können in unserem Bildungszentrum zur TCM-Lebenspflege wieder QiGong, TajiQuan, Meditation, TuiNaAnMo, Gesunde Ernährung nach der TCM-Lehre und unser weiterentwickeltes Konzept zum XiXiHu zur Stärkung Ihrer/eurer Immun- und Abwehrkraft und somit zur allgemeinen körperlichen Grundkonstitution sowie zum allgemeinen Wohlbefinden in unserer wunderschönen Wald-Umgebung anbieten.

Wir freuen uns auf Ihren und euren Besuch!

Gehende-QiGong-Übung zur Förderung und Stärkung der Abwehrkräfte/des Immunsystems im Wald

mit Prof.hc. Sui, QingBo

- Termin:** 18. September 2021
- Wann:** 10.00 Uhr – 13.00 Uhr
- Kursgebühr:** 80,00 €
- Ort:** Dreiburgensee Tittling,
Parkplatz oberhalb Hotel Seehof (Seestraße 20)
- Anmeldung:** LaoShan Zentrum
Sui Qingbo
Diekbarg 20a
22397 Hamburg
info@lebenspflege.de
Fax-Nr.: +49 40 27167933
www.lebenspflege.de

Genauere Info zum Kurs bei: Lena Du Hong
Mail: dh@lebenspflege.de oder
Mobil: +49 176 55158777

Verantwortung und Haftung:

Jede(r) Teilnehmer(in) trägt während der Teilnahme an den Kursen die Verantwortung für sich selbst und haftet somit auch für sich selbst.