

# EDITH GUBA : VORTRAG ZU MÖGLICHKEITEN DES KLASSISCHEN QIGONG AM BEISPIEL DES QIGONG DER DAO YUAN SCHULE

## **Qi:**

Im Verständnis der alten chinesischen Philosophie, Medizin und des Qigong ist Qi eine Art Energie-Materie, die alles Existierende konstituiert. Qi kreist in Zyklen in Mensch und Natur. Ungehindertes Kreisen bedeutet Gesundheit und Harmonie. Qigong soll diese aktivieren.

## **Die Bilder:**

Bei den Bildern auf der Vorderseite handelt es sich um Wärmebilder von Personen beim Üben klassischen Qigongs und beim Aussenden von Qi.

Die Fähigkeiten zum Aussenden von Qi können sich auf einem fortgeschritteneren Niveau in diesen oder ähnlichen Qigongformen entwickeln.

Warme Bereiche werden auf Thermografien oft in gelb-orange-rot abgebildet, kalte Bereiche in grün-blau-violett, so kennt man es auch von derartigen Aufnahmen, z.B. von Gebäuden. Beim Üben einiger Qigongformen der Dao Yuan Schule entwickelt sich sehr viel Wärme, ebenso auch beim Aussenden von Qi. Diese Wärme kann man spüren und wir dachten uns: dann sollte man sie auch abbilden können! - Und man kann!

## **Ziel und Zielgruppe:**

In dieser Einführungsveranstaltung zum Qigong der Dao Yuan Schule erhalten Sie einen Einblick zu Möglichkeiten des Qigong, die bisher erst wenig bekannt sind. Die erlernte Übung können Sie zu Hause weiterüben, evt. wird sie in einem Folgekurs an der Dao Yuan Schule anerkannt. Die Veranstaltung eignet sich für Anfänger ebenso wie für Fortgeschrittene im Qigong oder anderen Übungssystemen.

## **Ablauf:**

Nach weiteren kurzen Erläuterungen zu den Bildern der Vorderseite erlernen die Teilnehmer die Basisübung einer dieser erwärmenden Übungsreihen. Wer möchte, kann sich im Verlauf des Übens mit einer kleinen Wärmebildkamera fotografieren lassen und bekommt diese Fotos nach dem Kurs per Email zugeschickt. (Wer nicht möchte, wird nicht fotografiert.) Im Anschluss ans Üben gibt es erfahrungsgemäß immer viele Fragen, diese werden beantwortet.

## **Edith Guba:**

Die Referentin praktiziert seit 1989 Qigong, absolvierte eine Ausbildung am SOBI in Münster und lernte 1996 den chinesischen Qigongmeister Guo Bingsen kennen, der diese traditionellen Qigongformen in den Westen brachte. Mit ihm zusammen gründete und entwickelte sie die Dao Yuan Schule, bis er es im Jahr 2014 vorzog, sich aus Altersgründen zurückzuziehen und Edith Guba in seinen letzten Kursen in Deutschland als seine Nachfolgerin vorstellte.

## **Kosten und weitere Infos:**

Kosten: 25,00€/Person, Barzahlung vor Ort. Mitbringen: Bequeme Kleidung, flache Schuhe, Schreibzeug und ein kleines Handtuch (evt. schwitzt man beim Üben).

## **Veranstalter:**

Dao Yuan Schule für Qigong | Edith Guba | Herrenstr. 8 | 37444 St. Andreasberg  
+491749676598 | [e.guba@qigong-daoyuan.net](mailto:e.guba@qigong-daoyuan.net) | <https://qigong-daoyuan.net>