

Meester Shen Jin



Shen Jin (Shanghai 1957), is directrice en belangrijkste leraar van het Buqi Instituut. Zij behaalde een diploma in traditionele Chinese geneeskunde en begon op negenjarige leeftijd bij haar vader, dr. Shen Hongxun, taijiquan en qigong te studeren. De 12 E-Mei daoyin leerde ze van haar vader en van Meester Sun Jingtao, vriend en medestudent van Zhou Qianchuan. Op haar 21^e begon ze zelf les te geven en werd de jongste vrouwelijke meester in de geschiedenis van qigong. Ze onderwijst al meer dan 25 jaar Taijiwuxigong, taijiquan en E-mei op internationaal niveau en heeft dezelfde "lege kracht" ontwikkeld als die waarvoor haar vader wereldberoemd is.

✂-----

BUQI INSTITUTE BELGIUM

Julius de Geyterstraat 80
2660 Antwerpen
België

Internationaal QiGong
zomerseminarie
Internationaal QiGong
zomerseminarie

12 E-Mei daoyin

18-22 augustus 2010
Mortsel (Antwerpen)



met Meester Shen Jin

De 12 Daoyin van de E-Mei berg

De 12 Daoyin van de E-Mei berg

De E-Mei berg ligt in de provincie Sichuan in Centraal China. Deze streek is moeilijk toegankelijk vanwege de vele hoge bergen. Om deze reden is het gebied altijd een favoriete schuilplaats voor revolutionairen en rebellen geweest. Generaals en aspirant keizers, vaak tijgers en draken genoemd, leefden in de bergen terwijl ze zich voorbeidden op het omverwerpen van het heersende regime.

De 12 E-Mei Daoyin zijn een traditioneel Boeddhistisch oefensysteem. Ongeveer 1000 jaar geleden bedacht een monnik dit bijzonder effectieve oefensysteem om soldaten te trainen voor het gevecht tegen het leger van de heersende keizer. De oefeningen werden echter ook gebruikt voor het behandelen van verwondingen en heelmeesters gebruikten de krachtige Daoyin om vaardigheid te vergroten in het zetten van gebroken botten.

De E-Mei oefeningen zijn een uitstekende methode om fysieke kracht en uithoudingsvermogen te ontwikkelen en sluiten daarom goed aan bij andere vechtkunsten. Vanwege hun versterkend effect kunnen ze ook worden toegepast om de gezondheid te verbeteren en zelfs om sommige ziekten mee te behandelen. De sterke kracht die men ontwikkelt tijdens het oefenen van de E-Mei Daoyin kan ook worden toegepast in andere lichaams- en gezondheidsdisciplines zoals bijvoorbeeld massage.

De enige bekende geschreven teksten over de E-Mei Daoyin zijn geschreven in een klassieke dichtvorm. Deze taal is zo complex dat het nauwelijks in hedendaagse taal is te verwoorden. Slechts een enkeling is in staat om de juiste betekenis van deze gedichten te begrijpen. In 1957 publiceerde Zhou Qianchuan, een dokter in de traditionele Chinese geneeskunde, een boek waarin hij de betekenis van enkele elementen van de gedichten duidelijk verklaarde. Ook onderwees hij het E-Mei systeem in Peking en Shanghai.

Om het beste resultaat te behalen moet men de oefeningen één voor één ontwikkelen, en iedere oefening stap voor stap leren begrijpen. Op deze manier is het mogelijk de energiekanaalen en meridianen van het lichaam te openen. Dit helpt de beoefenaar niet alleen om een hoog niveau van fysieke energie te bereiken, maar ook om zich op mentaal vlak te ontwikkelen.

Praktische informatie Praktische informatie

Datum 18-22 augustus 2010

Tijden wo – zat 10.00-17.00
zondag 10.00-16.00

Plaats Koninklijk Atheneum Mortsel
Ingang sporthal Hof van Riethlaan
2640 Mortsel (Antwerpen)

Kosten € 300

Verblijf Een lijst met overnachtingsmogelijkheden
is beschikbaar op aanvraag.
Middagmaal mogelijk: € 12/dag

Kort voor de cursus ontvangt u een bevestiging van inschrijving en een routebeschrijving.

BUQI INSTITUTE BELGIUM

Julius de Geyterstraat 80 - 2660 Antwerpen België

Tel. +32 (0)3 281 0532 (B)

buqibelgium@buqi.net <http://www.buqi.net>

Inschrijvingsstrook

12 E-Mei daoyin, Antwerpen 18-22 augustus 2010

Naam _____

Adres _____

Tel _____ **Gsm** _____

Email _____

- neemt deel aan de 12 E-Mei daoyin
- wenst een lijst van hotels en kamers met ontbijt
- wenst middagmalen (€ 12/dag)

Datum

Handtekening