



STILLES QI GONG

A U S B I L D U N G

Der Mensch lebt inmitten von Qi,  
und Qi erfüllt den Menschen.  
Von Himmel und Erde bis  
zu den Zehntausend Wesen,  
alles bedarf des Qi, um zu leben.

Ge Hong, ca. 283 – 343 n. Chr.

## AUSBILDUNG IM STILLEN QI GONG

Nach Großmeister Zhi Chang Li



Großmeister Zhi Chang Li wurde von 11 bedeutenden Meistern über dreißig Jahre in verschiedenen Qi Gong-Disziplinen unterwiesen und lehrt seit 1989 in Europa.

Qi Gong kann als eigentliche Wurzel der Traditionellen Chinesischen Medizin angesehen werden und wird seit einigen tausend Jahren in unterschiedlichen Varianten zur Selbstkultivierung und Verbesserung körperlicher und seelischer Befindlichkeiten, mittels Austausch von Energien mit der Natur und dem Kosmos praktiziert.

Schon viele Menschen konnten bisher erfolgreich Qi Gong üben, damit ihre Gesundheit verbessern oder wiedererlangen und ursprüngliche Fähigkeiten aktivieren.

Dieser Kurs befasst sich mit gesundheitsfördernden und meditativen Übungen, die auch zu geistig-spirituellen Erfahrungen führen können. Die Ausbildung eignet sich sowohl für Anfänger wie auch Fortgeschrittene im Qi Gong. Zum Vertiefen oder Kennenlernen einzelner Übungen können auch Einzelwochenenden gebucht werden. Fünf Meisterschüler von Qi Gong Großmeister Zhi Chang Li vermitteln ganz individuell zahlreiche heilsame und in einen tiefen Qi-Gong-Zustand führende Übungen. So können Sie über die unterschiedlichen Ansätze und Methoden leicht die am besten für Sie geeigneten Übungen finden, die dazu beitragen, dass Ihr Leben und das Ihrer Familien und SchülerInnen gesünder, friedvoller und glücklicher verlaufen kann.

Mit dieser Ausbildung erhalten Sie eine grundlegende Basis, um eigenständig üben und die Übungen an Andere weitergeben zu können. Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung, die sich über 10 Wochenenden erstreckt, erhalten die Teilnehmer ein Zertifikat, das sie berechtigt, das Stille Qi Gong nach Großmeister Zhi Chang Li zu unterrichten.

# REFERENTEN

## JOHANNES ROMUALD



Johannes Romuald  
romuald@gmx.at

Es ist in wenigen Wörtern dargelegt, was ich mit engagierten Menschen teile: Verbundenheit, Erfahrung und Wissen, für den Weg der Stille, Fülle und Echtheit.

«Wenn man etwas gründlich machen will, ist es, wie wenn man einen Brunnen gräbt. Wenn man neun Meter tief gegraben hat und aufhört, bevor Wasser erreicht ist, dann ist dies immer noch ein unbrauchbarer Brunnen.» Meister Meng-Zi

**Termin** 02. – 04.08. 2019

Schwerpunkt: Kernpraxis, Schüttelübung, Qi-Atmung

**Termin** 04. – 06.10. 2019

Schwerpunkt: Lichtdusche, Kleiner EnergieKreislauf

## MICHAEL REISENHOFER



Michael Reisenhofer  
info@himmel-erde-mensch.at

Michael Reisenhofer praktiziert seit zwanzig Jahren den Weg des Stillen Qi Gong mit Großmeister Zhi Chang Li und Johannes Romuald. In der Weitergabe der daoistischen Lebenspflege, in der heilkundlichen Praxis und in seiner Arbeit mit Jugendlichen - als Sozialpädagoge, stellt er den Mensch und sein Wachsen in die Menschlichkeit in den Mittelpunkt. Aus seiner tiefen Verbundenheit mit der Natur - je nach Jahreszeit beim Kanufahren, Berg-, Schneeschuh- oder Pferde-Wandern - schöpft er jene Wachheit, Spontanität und Gegenwärtigkeit, die seine Vermittlung ganz besonders auszeichnet. Er ist Gründer und Leiter des „ZenZi“ - des Zentrum Zieglergasse, und prägt seit 2011 die „Wiener Schule des Stillen Qi Gong“ entscheidend mit.

**Termin** 13. – 15.12. 2019

Schwerpunkt: 9-fache Entspannung + 3 geistige Lockerungen / Jedefroschatmung

**Termin** 14. – 16.02. 2020

Schwerpunkt: Der Drache windet sich um die Säule / Yin Yang vereinen

## IRMGARD LUKAS



Irmgard Lukas  
irm.lukas@web.de

Irmgard Lukas praktiziert seit 1992 Qi Gong, gibt seit 2004 Kurse im stillen Qi Gong und im Intuitiven Malen mit Qi Gong. Sie ist langjährige Schülerin von Großmeister Zhi Chang Li sowie ausgebildet in der spirituellen Malerei bei Heita Copony.

**Termin** 17. – 19.04. 2020

Schwerpunkt: Das Licht bestrahlt das Herzfeld / Die Alchemie der Frau / 2 Drachen spielen mit einer Perle / Gegenbauchatmung

**Termin** 12. – 14.06. 2020

Schwerpunkt: Buddha Atmung / Meridianübungen

## STEPHAN LAUR



Stephan Laur  
slaur@vtxmail.ch

Stephan Laur übt seit rund 30 Jahren intensiv Qi Gong und Meditation. Er ist seit 25 Jahren Schüler von Großmeister Zhi Chang Li. Er arbeitet als Qi-Gong-Lehrer in der Schweiz und Deutschland, sowie als TCM-Therapeut und -Lehrer. Zudem ist er immer noch teilweise in seinem Ursprungsberuf als Autor und Regisseur tätig (unter anderem bei „Bewegte Stille“, einem Film über das Stille Qi Gong).

Als Qi-Gong- und TCM-Therapeut ist sein Schwerpunkt die heilende Anwendung der Übungen, als Übender und Qi-Gong-Lehrer liebt er vor allem das Üben aus dem Herzen, die spirituelle Dimension des Qi Gong und das freie Fließenlassen des Geistes, des Qi und des Körpers. Er übt und unterrichtet sowohl stilles als auch bewegtes, formvolles wie auch spontanes Qi Gong.

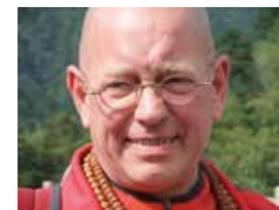
**Termin** 17. – 19.07. 2020

Schwerpunkt: Das geistige Licht / Heilendes Qi für die Organe

**Termin** 11. – 13.09. 2020

Schwerpunkt: In einen anderen Zustand eintreten / Gelenke und Organe stärken

## DAVID LEE SCHLENKER



David Lee Schlenker  
David@ihreDLS.de

Ich bin Philosoph, Dichter, Artisan und Freund der Asiatischen Kunst und Kultur. Seit mehr als zwei Jahrzehnten bin ich Schüler von Großmeister Li. Die Schwerpunkte meiner eigenen Übungs- und Lehrpraxis sind Qi Gong im Alltag, spontane Bewegung, Mantren Praxis, Outdoor Qi Gong, Einzelunterricht, Lach Yoga, Shen Gong und der Weg des Herzens. Wir leben in einem interaktiven Multiversum und wir können unser Leben in großem Maß frei gestalten. Qi Gong bietet uns eine Landkarte an, solange wir die innere Landkarte noch nicht lesen können.

**Termin** 02. – 04.10. 2020

Schwerpunkt: Vorstellungskraft, Qi Gong im Alltag / Wiederholung

**Termin** 06. – 08.11. 2020

Schwerpunkt: TianDiRen, Mantra, Wiederholung, Urkunden-Vergabe



# AUSBILDUNG STILLES QI GONG

Termine 2019/2020

Referent	Termin	Schwerpunkt
<b>Johannes Romuald</b>	02.-04.08.2019	• KernPraxis, Schüttelübung, Qi-Atmung
	04.-06.10.2019	• LichtDusche, kleiner Energiekreislauf
<b>Michael Reisenhofer</b>	13.-15.12.2019	• 9-fache Entspannung + 3 geistige Lockerungen • Jedefroschatmung
	14.-16.02.2020	• Der Drache windet sich um die Säule • Yin Yang vereinen
<b>Irmgard Lukas</b>	17.-19.04.2020	• Das Licht bestrahlt das Herzfeld • Die Alchemie der Frau • 2 Drachen spielen mit einer Perle • Gegenbauchatmung
	12.-14.06.2020	• Buddha Atmung • Meridianübungen
<b>Stephan Laur</b>	17.-19.07.2020	• Das geistige Licht / Heilendes Qi für die Organe
	11.-13.09.2020	• In einen anderen Zustand eintreten / Gelenke und Organe stärken
<b>David Lee Schlenker</b>	02.-04.10.2020	• Vorstellungskraft, Qi Gong im Alltag, Wiederholung
	06.-08.11.2020	• TianDiRen, Mantra, Wiederholung, Urkunden-Vergabe

## SEMINARZEITEN:

Freitag	Samstag	Sonntag
19:00 – 21:00 Uhr	10:00 – 12:30 Uhr / 15:00 – 18:00 Uhr	10:00 – 13:00 Uhr

SEMINARGEBÜHR: 240,00 Euro / Wochenende

EuChi Mitgliedspreis: 210,00 Euro / Wochenende

Seminarhaus Gronsdorf  
Zentrum für Stilles Qigong  
Peter-Wolfram-Straße 31  
85540 Gronsdorf

Email: [qigong-zentrum-muc@gmx.li](mailto:qigong-zentrum-muc@gmx.li) • [www.qigong-zentrum-muc.de](http://www.qigong-zentrum-muc.de)





Seminarhaus Gronsdorf  
Zentrum für Stilles Qigong

Peter-Wolfram-Str. 31  
85540 Gronsdorf

qigong-zentrum-muc@gmx.li  
www.qigong-zentrum-muc.de