

養生通脈

Meister Li erklärt:

Wir sind von Natur aus über unseren Lebensgeist (Shen), auch „Bewusstsein des Herzens“ genannt, mit den „Energien des Himmels“, dem großen Ganzen (Tao) verbunden. Mit einer starken, bewussten Verbindung zu unserem Lebensgeist bekommen wir genau das, was wir auf unserem persönlichen Lebensweg brauchen. Je mehr und freier die Lebensenergie (Qi) in uns fließt, umso tiefer und stärker ist diese Verbindung.

Der Schulungsweg des Dean Qigong, der Aufbau und die Pflege der eigenen Lebensenergie in nachhaltigen Schritten, ist eine natürliche und direkte Methode, um dieses Ziel zu erreichen. Störende Blockaden werden gelöst, damit die Verbindung von Himmel und Erde gestärkt wird und dieser Kontakt mit uns selbst und unserem Ursprung lebendig und segensreich wirken kann.

Ein dankbares Herz, lebendige Ruhe und ein inneres Strahlen begleiten uns, wenn wir bewusst lernen, dieses energetische „Zuhause“ in unserem gesamten Leben einzurichten.

Die Qigong-Ausbildung der Sifu-Schule ist sehr viel mehr als das Studieren von Techniken und Qigong-Stilen.

[SIFU (CHIN.: MEISTER) HEISST HIER: LERNEN UND ÜBEN, SEIN EIGENES LEBEN ZU MEISTERN.]

Das Ausbildungsprogramm ist darüber hinaus eine intensive Gesundheitsstärkung und einzigartige Bewusstseins-Schulung und richtet sich an alle, die auf der Suche nach einer umfassenden Weiterentwicklung zum Thema Gesundheit und Persönlichkeit sind.

Daher ist diese besondere Grundausbildung für alle Menschen eine Bereicherung – unabhängig von Alter und Beruf.

[„DAS HERZ ... IST DIE RESIDENZ DES GEISTES.“]

Folgender Auszug aus dem Buch „Der Klassiker des Gelben Kaisers“ zeigt hier deutlich die Richtung unseres Weges:

... Ihnen war der Umgang mit dem Universum möglich und sie hatten die Kräfte Yin und Yang unter Kontrolle. Sie machten Atemübungen und bewahrten ihren Geist mit großer Sorgfalt, ihre Muskeln und ihr Fleisch hielten sie in unverändertem Zustand.

Darum konnten sie sich eines langen Lebens erfreuen so, wie auch Himmel und Erde endlos sind...

... ihre Herzen kannten weder Hass noch Ärger. Sie zogen es vor, sich den Verhältnissen dieser Welt nicht zu entziehen... Sie ließen sich durch nichts aus der Ruhe bringen, und für sie war inneres Glück und innerer Friede ein grundsätzliches Bedürfnis. Ihren Körpern konnte kein Leid zugefügt werden und auch ihre seelischen Kräfte wurden niemals beeinträchtigt ...

Organisatorisches

Die Grundausbildung in der Sifu-Schule im Dean Qigong nach der Methode Yang Sheng Tong Mai erstreckt sich über 3 Jahre mit jeweils 10 Wochenendseminaren pro Jahr. Der Unterrichtszeit umfasst insgesamt 450 Unterrichtsstunden. Die Ausbildung findet in Hamburg oder Umgebung statt.

Alle Teilnehmer sollten Meister Dean Li vor Beginn der Ausbildung kennengelernt haben. Das Einführungsseminar gibt dazu eine gute Gelegenheit.

Einführungsseminar: am 07. und 08. November 2009 in Hamburg, Beitrag: 180,- Euro

Kosten der Ausbildung: 210,- Euro / Monat

Ausführliche Informationen erhalten Sie über:

DEAN e.V.
Sifu-Schule
Spöktal 1
29646 Bispingen
Tel.: 05194-982 28 52
Fax: 05194-970 76 97
E-Mail: info@sifu-center.com
Web: www.sifu-center.com

DEAN e.V.
für gesunde Lebensweise



Sifu 夫 Center

Dean Qigong Ausbildung in der Sifu-Schule

Ausbildung mit
Meister Dean Li
nach der Methode
Yang Sheng Tong Mai
Dean Qigong



Dean Qigong in der Sifu-Schule

Seit 2006 führt Meister Dean Li persönlich Grundausbildungen in Dean-Qigong in der Sifu-Schule in Hamburg durch. Dean-Qigong basiert auf dem Prinzip seiner Methode Yang Sheng Tong Mai, der „Lebenspflege durch freie Meridiane“.

Diese Methode gehört zur Gruppe des medizinischen Yang Sheng Qigong (Energiearbeit zur Pflege der Lebenskraft). Meister Dean Li entwickelte für die Ausbildung in der Gruppe ein eigenes Qualitätskonzept. Es hat sich aus den bisherigen Erfahrungen mit den Schülern gezeigt, dass sich durch die Arbeit mit Dean-Qigong während des Ausbildungs-Prozesses neue Perspektiven für die intensive innere Weiterentwicklung und die aktive Gesundheitsstärkung der Teilnehmer eröffnen.

Ziel der Ausbildung ist das Erlernen der wichtigsten Grundlagen in der Arbeit mit heilendem Qigong und ein Verständnis einer gesunden energetischen Entwicklung auf verschiedenen Erkenntnisstufen.

Die Schüler fangen mit den Grundlagen in Theorie und Praxis der Yang Sheng Tong Mai-Methode an und lernen im Laufe der Ausbildung auch eine besondere Auswahl traditioneller Übungen in einer Ergänzung von stillen und bewegten Übungstechniken. Das tiefere Wissen um den Sinn und die unmittelbare Erfahrung wichtiger Prinzipien der Arbeit mit Qigong und der ursprünglichen chinesischen Medizin erschließt sich den Teilnehmern nachhaltig im Laufe der Ausbildung. Die Schüler der Sifu-Schule gehen durch einen intensiven Prozess der Selbst-

erkenntnis, der Wahrnehmung des eigenen Qi als Grundlage für die energetische Arbeit an sich und anderen.

Alle Übungen sind gut von jedem Menschen im Alltag einzusetzen und leicht zu erlernen – das Entscheidende dabei ist das gewissenhafte Üben und Praktizieren unter Anleitung des Meisters, um die gesamte, eigene Entwicklung selbst aktiv voranzubringen.

Meister Dean Li



Qigong-Meister Dean Li, Jahrgang 1957, erlernte bereits im Kindesalter mit sieben Jahren von verschiedenen Meistern die traditionellen Techniken des Qigong. Zusammen mit einem seiner wichtigsten alten Lehrer zog er lange Jahre durch das Land, um Menschen zu heilen. Später studierte

er die Traditionelle Chinesische Medizin in Kanton (chin.: Guangdong) in Südchina und arbeitete mehrere Jahre erfolgreich als Arzt an verschiedenen Kliniken in dieser Region. In der Provinz Guangdong wurde er zum Berater der Gesellschaft für Qigong-Forschung sowie Berater der Forschungsgesellschaft für TCM und Akupunktur.

1980 entwickelte er seine eigene Qigong-Methode Yang Sheng Tong Mai (Dean Qigong). Als Arzt

der TCM und Qigong-Meister wurde Dean Li weit über die regionalen Grenzen hinaus bekannt. Die Verbreitung von Qigong in Europa wurde ihm von verschiedenen Seiten in China nahegelegt. Einer Einladung nach Deutschland folgend, lebt er seit 1989 in Hamburg und arbeitet dort erfolgreich in eigener Praxis.

Dean Li praktiziert und lehrt in der tiefen Verbindung mit den Wurzeln der ursprünglichen Medizin aus China. In der Sifu-Schule gibt er persönlich die Grundlagen seines speziellen Qigong-Stils weiter. Mit dem Hintergrund seiner langjährigen Erfahrungen in der Arbeit mit der Lebensenergie gibt er diese an die Teilnehmer weiter, kompetent und lebendig auf seine einmalige Art und Weise.

Kurze Übersicht zu einigen Themen der Ausbildung

Erstes Jahr:

- Was ist Qi, was ist Qigong?
- Eigentherapie und Heilmethoden
- Bedeutung von Yin und Yang
- Philosophie und Weltansicht im historischen Zusammenhang mit TCM
- Über die 5 Elemente und 5 Organe (Hintergrund von TCM)
- Erlernen des Stillen Qigong im Stil Yang Sheng Tong Mai

Zweites Jahr:

- Krankheit und Gesundheit aus der Sicht der TCM
- Die wichtigsten Meridiane und Behandlungspunkte

- Erkennen des momentanen energetischen Zustands
- Puls-Zungen-Augen-Diagnose, Vertiefung der ganzheitlichen Betrachtungsweise
- Erlernen des Beweglichen Yang Sheng Tong Mai-Qigongs

Drittes Jahr:

- Die wichtigsten Prinzipien der TCM
- Vertiefung des Yang Sheng Tong Mai-Qigongs
- Regeln für den Umgang mit Energie
- Ausbildung der Wahrnehmung auf energetischer Ebene
- Energetische Behandlungsmethoden nach Yang Sheng Tong Mai

Aus den Erfahrungen unserer Schüler:

- ... das Wichtigste in unserem Leben ist das Fließen unserer Energie. Unsere Methode hilft uns dabei, die Energie wieder zum Fließen zu bringen...
- ... wir lernen, wie wir in jeder Situation, in die wir geraten, Energie aufbauen können...
- ... Nur wenn etwas aus einem heraus von innen entsteht, und man selbst klar ist, ist man frei...
- ... Es ist eigentlich nicht nur eine Qi Gong Methode, sondern eine Lebens-Weise, Lebens-Weisheit...
- ... die Übungen sind eigentlich eine andere Art der Handlungen – nur auf anderer Ebene – , dort kann ich zum Kern von Dingen gelangen, die mich irgendwo „belagern“, sei es im Körper, im Geist oder in den Meridianen...

Wichtiger Hinweis: Die Teilnahme an den Seminaren der Sifu-Schule ersetzt nicht die ärztliche Diagnose oder Behandlung und/oder den Besuch beim Heilpraktiker.