

Die 6 heilenden Laute

Wochenend-Kurs
7./8. September 2019



Urs Zimmerli
Dipl. Qigonglehrer

Die 6 heilenden Laute

Das Sprechen von Lauten (bzw. Mantras) stellt eine alte und weitverbreitete Methode zur Heilung und zur spirituellen Weiterentwicklung dar. Die Wirkung basiert hauptsächlich auf dem Phänomen der Resonanz, d.h. der Übertragung von Schwingung. Die 6 heilenden Laute aus dem Lehrsystem des Qigong Yangsheng nach Prof. Jiao werden den verschiedenen Funktionskreisen bzw. Organen zugeordnet, welche durch die Übungen gereinigt und gestärkt werden.

Ein Laut kann mit diversen Inhalten „beladen“ werden, die sich mit der Vibration im Körper ausbreiten und eine Wirkung erzeugen, seien es Farben, Begriffe oder andere mentale Inhalte. Letztlich kann jeder beliebige Laut verwendet werden, die mentale Absicht ist entscheidender. Der Laut ist das Transportmittel (das „Pferd“) - was man transportiert und wohin, wird durch die Absicht bestimmt.

Die Laute können laut, flüsternd oder lautlos (d.h. nur in der Vorstellung) erzeugt werden. Beim lauten Ton wird hauptsächlich der Körper (Jing) beeinflusst, beim geflüsterten Ton die Energie (Qi), beim lautlosen Ton der Geist (Shen). Da diese so genannten „3 Schätze des Menschen“ in ständiger Wechselwirkung miteinander verbunden sind, werden letztlich aber immer alle drei Ebenen gleichzeitig beeinflusst.

Die Laute können in allen Körperhaltungen ausgeführt werden (Stehen, Sitzen und Liegen). In der Standhaltung werden die Laute mit 6 spezifischen Bewegungen verknüpft, welche Akupunkturpunkte und ganze Meridiane der zugeordneten Funktionskreise bearbeiten.

Kursort	Espace bien-être, Bärenplatz 2, Bern Gruppenraum im 4. Stock
Kursdaten	7./8. September 2019
Kurszeiten	Samstag 9-12 Uhr / 15-18 Uhr Sonntag 9-12 Uhr / 14-17 Uhr
Kosten	Fr. 270.- (Reduzierter Tarif Teilnehmende Qigong 60plus: Fr. 220.-)
Anmeldung	Verbindliche Anmeldung bei: Urs Zimmerli, 076 327 93 96 urs.zimmerli@dao-qigong.ch Die Kurskosten sind zur Bestätigung der Anmeldung in bar zu begleichen oder auf das folgende Konto zu überweisen: Urs Zimmerli, Balsigerrain 10, 3095 Spiegel b.Bern Konto: CH75 0840 1000 0544 7135 4 Teilnahme auf eigene Gefahr. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Bei Fragen stehe ich gerne zur Verfügung: Urs Zimmerli 076 327 93 96 / urs.zimmerli@dao-qigong.ch www.dao-qigong.ch