

Traditionele Chinese gezondheidsoefeningen

ShenBUQI[®]

een compleet oefensysteem
voor gezondheid en geluk

LEZING



door
meester Shen Zhengyu

☯ **TAIJI CENTRUM** vzw

taijicentrum2000@gmail.com

www.taijicentrum.org

www.shenbuqi.com

ShenBUQI®

ShenBUQI® heeft zijn wortels in de zuidelijke school van de taijiontwikkeling, ook wel Taiji NanPai of SiMing Pai genoemd. De ontwikkeling van taijikrachten en de inzetbaarheid ervan in het dagdagelijks leven staat centraal. Helende en zelfhelende toepassing van taijikrachten wordt een mogelijkheid. Het gebruik ervan als verdedigingstechniek wordt aangetoond.

De oefeningen hebben niet alleen effect op de gezondheid. Door het oefenen herstellen we de verbinding tussen lichaam en geest en hervinden de innerlijke harmonie die zo dikwijls verstoord wordt in ons dagelijks leven. Alle oefeningen hebben eenzelfde duidelijke doelstelling : het bevorderen van lichamelijke en geestelijke gezondheid. In deze lezing worden verschillende invalshoeken belicht om deze doelstelling te bereiken. TaiJi, TaiJi Qigong, *ShenBUQI*® Healing, Daoyin Therapie en Meditatie vormen de hoekstenen.

Shen Zhengyu (Xinjiang °21-04-1965) is de zoon van Dr. Shen Hongxun en Dr. Xia Tingyu. Op jonge leeftijd werd hij assistent van zijn vader en verwierf hierdoor diepgaande kennis in de Traditionele Chinese Geneeskunde. Hij is de oprichter van het Taiji Centrum vzw en *ShenBUQI*®. Shen Zhengyu geeft naast wekelijkse lessen in België ook TaiJi37®, Daoyin-Therapie en Buqi-opleidingen in België, Frankrijk, Nederland, Noorwegen en het Verenigd Koninkrijk.

Datum: 28 mei 2013 **aanvang:** 19:30
Locatie: Sporthal Brulens
Brulens z/n
2275 Gierle
Inkom: 10 euro