

Traditionele Chinese gezondheidsoefeningen

**ShenBUQI**<sup>®</sup>

een compleet oefensysteem  
voor gezondheid en geluk

## LEZING



door  
meester Shen Zhengyu

---

☯ **TAIJI CENTRUM** vzw

[taijicentrum2000@gmail.com](mailto:taijicentrum2000@gmail.com)

[www.taijicentrum.org](http://www.taijicentrum.org)

[www.shenbuqi.com](http://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®** , Daoyin 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.

<b>Datum:</b>	<b>20 februari 2014 19:30-21:00</b>
<b>Locatie:</b>	<b>Het Oude Pad Waterstraat / Kruispunt Meirenstraat 2250 Sint-Jozef-Olen</b>
<b>Inkom:</b>	<b>10 euro</b>

in samenwerking met:

ivzw A Queeste of Energy  
[www.aqueesteofenergy.be](http://www.aqueesteofenergy.be)

[queeste@telenet.be](mailto:queeste@telenet.be)