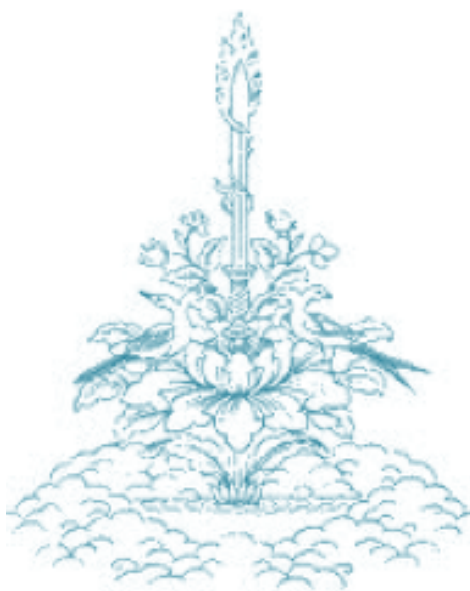


# ShenBUQI® International TaijiJin



太  
极  
劲

o.l.v.  
Shen Zhengyu

---

☯ TAIJI CENTRUM vzw  
taijicentrum2000@gmail.com  
www.taijicentrum.org

- Lessen:** zaterdag 04/03/2023 10:00-17:00  
zondag 05/03/2023 10:00-16:30
- Locatie:** Sportzaal OLVE Edegem  
ingang: Gerard de Cremerstraat 22  
2650 Edegem België
- Registratie:** zaterdag 09:45-10:00
- Inschrijven:** Inschrijven is noodzakelijk.
- Prijs:** cursus: 160 € / 1 dag: 85 €  
inclusief koffie, thee, koekje, syllabus



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® International. Shen Zhengyu geeft naast wekelijkse lessen in België ook TàíJí, Meditatie, Qì-Dǎoyīn, TàíJíWǔXīGōng en ShenBUQI® opleidingen in België, Corsica, Frankrijk, Italië, Nederland en Noorwegen.

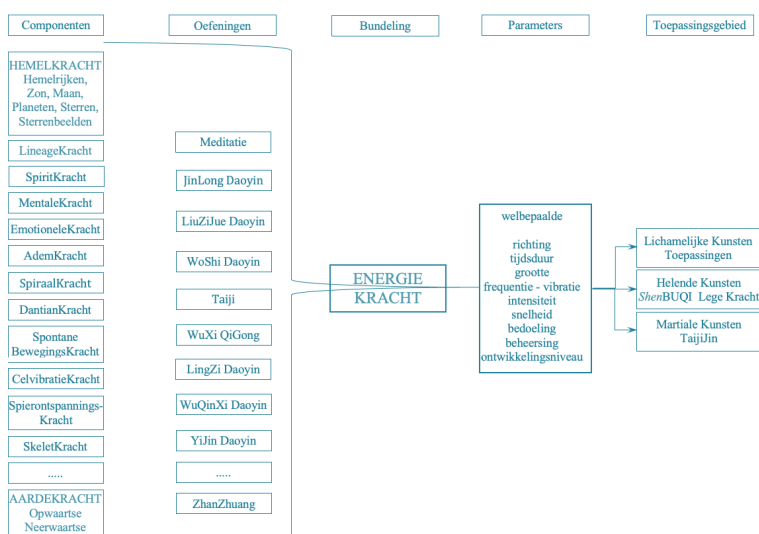
## TaijiJin

太极劲

Wanneer aan energiekraft (qi) een welbepaalde richting, grootte, snelheid, frequentie en intentie wordt gegeven, ontwikkelt deze doelgerichte manifestatie van energiekraft zich tot een taijikraft of taijijin. Taijikrachten volgen het ritme van de beweging, van de vorm, van de actie. Je kan het vergelijken met een boot die het ritme en de kraft van de golven volgt. De beweging volgt het ritme van het hart, het ritme van de ademhaling.

In het gebruik van taijikrachten is het nodig een evenwicht te vinden tussen het verzamelen en het weggeven. Taijikraft opleveren doe je niet te snel, niet te traag, niet te weinig, niet te veel; juist datgene wat nodig is, niet meer, niet minder.

Je kan steeds bewegen en leven vanuit taijikraft; Zang en dans, sport en spel, werk en ontspanning, het dagdagelijks leven. Als energiekraft aanwezig is, weerspiegelt zij zich in heel de beweging. De beweging wordt mooi, verkrijgt een gracieuze sierlijkheid doordat het lichaam als eenheid haar functie uitvoert. Bij verdere ontwikkeling van energiekraft kan deze helend gebruikt worden om binqi te verwijderen bij jezelf of de medemens. Het leren hanteren en toepassen van taijikrachten als zelfverdedigingstechniek is een onderdeel van de kennisopleiding.



ShenBUQI® International

Taiji Centrum vzw

Tweebunder 12

2650 Edegem

Tel. +32 (0) 475 810 620

zhengyu1965@gmail.com