

Energie positiv nutzen

Die Grundschullehrerin Irmela Bischoff hat gut lachen. Die Stimmung in ihrer Klasse ist sehr gut. Sie praktiziert seit zwei Jahren mit ihren Schülern Qigong und ist begeistert über die gute Konzentration ihrer Schützlinge. Sie lieben die Qigong-Übungen, die ihre Lehrerin in kleine fantasievolle Geschichten hüllt.

Der Mathematik- und Physiklehrer Horst Hofmann belegt in seinen Artikeln die Leistungssteigerung seiner Schüler mit Zahlen. Lehrer, die Qigong-Übungen im Unterricht einsetzen, berichten übereinstimmend von einem besseren Sozialverhalten ihrer Schüler. Sie sind sich einig: Qigong gehört zu den effektivsten Methoden der Stressbewältigung.

Qigong ist eine alte chinesische Methode zur Gesundheitspflege, die von Menschen jeden Alters praktiziert werden kann. Wörtlich übersetzt bedeutet Qigong „Energiepflege“. Diese Energiepflege besteht aus einer Kombination von Atem, einer achtsamen Bewegung und Konzentration. Es ist an keine bestimmte Weltanschauung oder Religion gebunden. Qigong-Übungen lösen langfristige und tiefgreifende Haltungs- und Verhaltensänderungen aus.

Heute ist Qigong zu einer anerkannten Methode in Prävention und Therapie geworden, die auf der ganzen Welt praktiziert wird. „Qigong mit Kindern“ ist eine neue Disziplin, die in Europa entwickelt wurde und in den letzten Jahren stark an Bedeutung gewinnt. Sie ist eine der kostengünstigsten Methoden, die Lernfähigkeit der Kinder zu steigern, den Charakter zu stärken und die Persönlichkeit zu bilden.

Die Deutsche Qigong-Gesellschaft bietet Kurse und eine spezifische Ausbildung in „Qigong mit Kindern“.

Am 18./19. November 2006 startet ein neuer Ausbildungszyklus mit insgesamt 16 Ausbildungswochenenden.

Das Interesse an dieser Ausbildung war immer schon groß. Nach der Pisa-Studie und den Ereignissen in Erfurt ist es noch stärker gewachsen.

Nähere Infos:

Deutsche Qigong-Gesellschaft e.V.
Dr. Zuzana Šebkova-Thaller
Präsidentin und Ausbilderin,
In der Hölle 4, 91801 Markt Berolzheim
Tel. 09146-303, Fax 09146-9429613,
zs@qigongweg.de, - www.kinder-qigong.de