



Qi-connected

Bewußtseins-und Körperarbeit

Natur, Reisen, Erforschen und Entdecken der inneren und äußeren Welt waren schon immer eine große Inspirationsquelle in meinem Leben. Jahrelang waren Meditation und Yoga wichtige Elemente auf der abenteuerlichen Reise mein inneres Universum zu erforschen.

Die erste Begegnung mit Zhineng Qigong im Frühjahr 2010 setzte eine große Welle in mir in Bewegung, vieles fing an sich zu verändern. Von Anfang an fühlte ich mich sehr angezogen tief einzutauchen, und verbrachte die folgenden Jahre mit intensiver Praxis in mehreren Zhineng Qigong Zentren in China und zu Hause. Nach einem intensiven sechsmonatigen Vollzeit Lehrertraining in 2013 mit dem Daoheart Lehrer Team in Wudangshan und Guillin in China und meiner Rückkehr habe ich begonnen diese kraftvolle Methode in Kursen und Workshops zu teilen, sowie während schöner Sommer Retreatwochen an wundervollen Orten in meinem Heimatland Kroatien.

Das Leben ist dynamisch, sich fortwährend verändernd, nichts ist statisch, konstant, alles schwingt, ist Frequenz. Ich war mir lange Zeit dieser Vorstellung zwar bewusst, doch im wirklichen Leben änderte sich meine Stimmung oft leicht, war sehr abhängig von äußeren Umständen auf dem Ozean des Lebens mit Wellen manchmal klar, still und sanft wogend und zu anderen Zeiten rau, beweglich, unstetig. Durch Zhineng Qigong habe ich angefangen zu lernen diese Wellen zu surfen.

"You can't stop the waves, but you can learn to surf."~ Jon Zinn

Zhineng Qigong hat mich gelehrt mich mit der tiefen, inneren Quelle von Gesundheit, Inspiration und Freude zu verbinden, mich geerdet zu fühlen und verbunden mit meinem Herzen. Regelmäßiges Meditieren und Praktizieren haben mir einen Weg gezeigt Körper, Geist und Lebensenergie zu kultivieren, die wahre Natur aller Phänomene, einschließlich des Körpers als reine Energie zu erleben und mich harmonisch, lebendig, stark und zu Hause in meinem Körper zu fühlen.

Ich bin sehr dankbar für die großartigen Lehrer und Menschen denen ich auf meiner Reise begegnet bin, die mich motivieren, inspirieren und lehren dem Weg meines Herzens zu folgen. Es ist eine nie endende Reise geworden, immer mehr Öffnend und Verbindend in alle Richtungen, von Augenblick zu Augenblick. Wie das Besteigen des höchsten Berges, je höher du steigst, desto weiter und klarer wird der Blick und desto tiefer die Erfahrung deines wahren Selbst.

Ich freue mich dich kennenzulernen in meinen Kursen in Hannover, Osnabrück, Berlin oder Kroatienwochen...