

## Über mich

Soweit ich zurückdenken kann, habe ich mich immer wieder gefragt, warum sich die Menschen so unterschiedlich verhalten und dabei nicht wirklich glücklich sind. Mir wurde schnell klar, dass es an ihrer Lebenseinstellung lag. Diese Normen versuchte mir z.B. meine Großmutter mit ihrem Lieblingssatz: „Man tut das nicht!“ beizubringen. Ich hatte meine Lieblingsantwort: „Ich bin nicht ‚man‘!“

Dieses Thema hat mich nie wirklich losgelassen. Es wurde dann wieder ganz aktuell bei der Erziehung meiner Kinder. Ich beschäftigte mich jetzt intensiv mit den möglichen Auswirkungen auf sie und ebenso damit, wie ich aus den alten, destruktiven Mustern und Glaubenssätzen wieder herauskommen kann.

Als meine Kinder größer waren, habe ich eine Ausbildung zur Tierheilpraktikerin abgeschlossen. Dabei erkannte ich schnell, dass viele Probleme der Tiere die Probleme ihrer Menschen waren. Eine gute Ausbildung in klassischer Homöopathie hat mir dann weiter den Blick geöffnet für die Komplexität des Lebens und der Gesundheit. Doch mir fehlte hier etwas. Also habe ich weitergesucht und mich mit vielen alternativen Richtungen intensiv beschäftigt.

Rückenschmerzen, einige Operationen und dann Fibromyalgie haben mich viele Jahre immer mehr beeinträchtigt. Sie haben mich aber auch dahin gebracht, dass ich mich intensiv auf die Suche nach einer Erfolg bringenden Therapiemöglichkeit gemacht habe.

Anfang 2012 wurde ich auf Zhineng Qigong aufmerksam. Die ganzheitliche Sicht und Arbeitsweise und besonders, dass Zhineng Qigong als Wissenschaft zu sehen ist (frei von Manipulationen verschiedenster Art), überzeugte mich. Ich begann so schnell es ging mit Üben und Lernen.

Inzwischen habe ich viele Ausbildungsseminare bei verschiedenen chinesischen Lehrern und Meistern besuchen können mit entsprechender Abschlussprüfung für Zhineng Qigong. Seit Ende 2013 unterrichte ich regelmäßig Zhineng Qigong in eigenen Kursen und Seminaren. Nun bilde ich auch selber aus. Natürlich nehme ich weiterhin an Fortbildungs- und Vertiefungsseminaren in Zhineng Qigong und Natur Taiji von Ping Dietrich Shi und anderen chinesischen Lehrern teil.

Als Mitglied im „Zhineng Qigong Deutschland e.V.“ stehe ich in engem Kontakt, Zusammenarbeit und Erfahrungsaustausch mit anderen Lehrern.

Seitdem ich täglich übe, hat sich nicht nur meine Gesundheit ständig verbessert, sondern ich kann meinen Alltag stressfreier bewältigen.

Daher möchte ich Ihnen zeigen, wie Sie Schritt für Schritt mit Hilfe von Zhineng Qigong-Übungen Ihrem Leben eine positive Wende geben können.

**Zhineng Qigong ist zu meinem Lebenskonzept geworden – auf allen Ebenen.**