



QIGONG AUSBILDUNG &
TAOISTISCHES TRAINING

mit

CARSTEN DOHNKE

ERFAHRE DEN MYSTISCHEN WEG
DES TAO

SEPTEMBER 2017 - JANUAR 2019

frankfurter ring
akademie 

QIGONG AUSBILDUNG & TAOISTISCHES TRAINING

ERFAHRE DEN MYSTISCHEN WEG DES TAO



AUSBILDUNGSINHALTE

QIGONG-FORMEN: Taiyang-Gong (Sonnen-Qigong), Wu-Xing-Gong (Fünf-Elemente-Qigong) Kranich-Qigong, Shaolin-Sehnen-Qigong, der schwimmende Drache (Qi Gong zur Verjüngung), Qigong-Aufwärmprogramm, natürliche taoistische Bewegungen (aus Qigong und Wasser-Kungfu), hohes Energie-Qigong (Modul sieben)

STRUKTUR UND ENERGIEARBEIT: Verbesserung der Körperstruktur, Zentrierung der Lebensenergie, Entwicklung innerer Stärke, Verjüngung des Körpers, Öffnung einzelner Gelenkräume, taoistische Atemschule, taoistisches Heilen, Öffnen verschiedener Meridiane, Schulung der Präsenz, Intuition und inneren Wahrnehmung.

VISUALISIERUNGSPRAKTIKEN: „Nei Guan“ (die innere Schau, zur Stärkung der Drüsen und Organe), Öffnen des Kleinen Energiekreislaufs, Meridian-Meditation etc., Öffnung

Die Essenz des Taoismus erfahren – tiefe Verbundenheit mit dem Leben, ein inneres Ankommen oder gar eine Einheit mit dem Tao – das ermöglicht Ihnen das TAO-Training mit Carsten Dohnke. Grundlegende Ziele des Trainings sind Selbstheilung, Stärkung der Vitalität, innere Harmonie und spirituelles Wachstum.

Nach 35 Jahren intensiver Praxis des Tao, der Mystik und inneren Alchemie hat Carsten Dohnke ein Training entwickelt, in dessen Verlauf du dich zunehmend mit deinem Körper und deiner inneren Kraft verbindest und schließlich immer tiefer in die Lebendigkeit des Tao eintauchst.

Eines der Hauptanliegen der Ausbildung ist es, die Lebendigkeit des Tao nicht nur theoretisch zu vermitteln, sondern fühlbar werden zu lassen. Du erfährst eine umfassendere Sicht der Realität, die dein Leben grundlegend verändern kann. Ein tiefes Vertrauen in das Leben stellt sich ein.

DAS TRAINING

Du erlernst ein breites Spektrum wirkungsvoller Qigong-Formen sowie Praktiken des inneren Qigong. Die Ausbildung umfasst zudem Meditationstechniken, taoistische Sexualpraktiken zur Transformation der Libido in Heilkraft und Kreativität, Mantrien und Heilende Töne, natürliche taoistische Bewegungen, Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) sowie Kenntnisse in taoistischer und buddhistischer Philosophie. Du erhältst ein umfangreiches Handwerkszeug, mit dem du ein passendes Übungsprogramm für unterschiedliche Zielgruppen zusammenstellen kannst. Zudem bietet die Ausbildung auch Raum für einen profunden Prozess der Selbsterfahrung.

Es gibt die Möglichkeit für **individuelles Feedback** während der Module, gleichzeitig kannst du zwischen den Modulen Fragen per Mail an Carsten und/oder die Assistenten stellen. Für jeden Unterrichtstag gibt es Protokolle und Mp3s. Dies ermöglicht eine einfache Nacharbeitung des Gelernten.

der inneren Kanäle, taoistische Sexualpraktiken zur Verwandlung der Libido in Heilkraft und Kreativität

MEDITATION: Das „Leeren des Geistes“, Herz-Meditation, stille Meditation, Dantien-Meditation, Meditation im Liegen, Anxi – Sitzen in Frieden.

TÖNE UND MANTREN: Taoistische Töne für verschiedene Wandlungsphasen, zur Heilung, Stärkung und Schmerzlinderung, berühmte Mantren wie z.B. das Tara-Mantra und Amithaba-Mantra, eine traditionelle Mantra-Zeremonie erfahren und erlernen.

PHILOSOPHIE UND THEORIE: Die Essenz des Taoismus, Prinzipien von Qigong, Kernideen des Buddhismus, Ego, Tao und Alltag, Prinzipien der Mystik und Alchemie, Was ist Erwachen? Was passiert beim Sterbeprozess?

MEDIZINISCHE ASPEKTE: Wirkungen auf den Stoffwechsel, die inneren Organe, das Immun- und Nervensystem; die Essenz der TCM: Yin-Yang- und Fünf Elemente Lehre, Einführung ins Meridiansystem, Akupunktur-Punkte der Taoisten, taoistische Selbstmassagen für Hände, Füße, Knie und Kopf. Wichtige chinesische Kräuter für den Alltag, Ernährung in der TCM zur Stärkung der Mitte, Balance von Yin und Yang und Unterstützung einzelner Organe.

DIDAKTIK: Unterrichtsaufbau und -Methoden, Motivation, Unterrichten für verschiedene Zielgruppen, Strukturierung von Vorträgen, aus dem Herzen die Teilnehmer spüren, aus dem Herzen sprechen.

frankfurter ring
akademie 

DIE THEMEN

1. DIE ESSENZ DES TAO (the Essence of Taoism) – Sonnen-Qigong, natürliche Bewegungen und Meditation, Theorie: Taoismus, Prinzipien von Qigong, Psychomotorik.

2. MIT DEM KOSMOS SCHMELZEN (Melting with the Universe) – Fünf-Elemente-Qigong und natürliche Bewegungen II, Theorie: Yin und Yang, Einführung in die Lehre der Fünf Elemente, inneren Frieden erfahren.

3. VERÄNDERE DEINEN ZUSTAND (Changing your State) – Kranich- und Shaolin-Qigong, Öffnung der inneren Kanäle, Theorie: Fünf Elemente, Tao und Ego Teil I.

4. ANKOMMEN (Arriving) – Atemschule, Rückenschule, Eisenhemd-Qigong und taoistische Sexualpraktiken, Vertiefung des Gelernten, Theorie: über das Ego hinaus, Buddhismus, Mystik.

5. INS TAO-FELD EINTRETEN (Enter the Tao-Field) – Qigong

des schwimmenden Drachen und taoistisches Heilen, Theorie: Prinzipien des taoistischen Heilens, Prinzipien spiritueller Strömungen.

6. ÜBER LEBEN UND TOD HINAUS (Beyond Life and Death) – Erlebe eine traditionelle Mantra-Zeremonie mit dem Mantra Amithaba. Theorie: das Mantra Amithaba, Leben und Tod, Sterbebegleitung, alte Muster auflösen.

7. EINFACH SEIN (Experience Simple Being) – Hohes Energie-Qigong und das Wahrnehmen von Energiefeldern, Tao-Feldern etc., mit den Urqualitäten der Organe in Kontakt kommen, Theorie: Intuition, Kommunikation aus dem Herzen, Felder verstehen.

DAUER

Fünf Module à vier Tage (20 Tage)

Modul 1: Sa-Di 30. September - 03. Oktober 2017

Modul 2: Do-So 18.-21. Januar 2018

Modul 3: Do-So 24.-27. Mai 2018

Modul 4: Do-So 13.-16. September 2018

Modul 5: Do-So 17.-20. Januar 2019

ZEITEN: Tag 1: 10:00 -20:00, Tag 2: 10:00 -18:00,
Tag 3: 10:00 -21.30, Tag 4: 10:00 -17:00 Uhr

GEBÜHREN

Euro 2.980,-

(auch als Ratenzahlung möglich)

Frühbucherrabatt Euro 2.700,-

(bei vollständiger Bezahlung bis 30.08.17)

Ehemalige Ausbildungsteilnehmer:

Euro 2.200,-

Das erste Modul kann als Einführung separat gebucht werden (Euro 590,- / Euro 560,- ermässigt)



VERANSTALTUNGORT

Hotel Höchster Hof & Finkenhof, Frankfurt am Main

ZERTIFIZIERUNG & PRÜFUNG

Das taoistische Training dient als Basis-Ausbildung zum Qigong-Lehrer und umfasst ca. 200 Stunden. Nach einer abschließenden Prüfung, (schriftlich und praktisch), kann ein Zertifikat erworben werden.

Vertragsunterlagen bitte anfordern!

Modul 1-5 sind feste Bausteine der Ausbildung. Offene Zusatzmodule: Modul 6-7 sind optionale Zusatzmodule, die noch tiefer in Richtung Mystik gehen, Termine folgen später.

AUSBILDER

Carsten Dohnke



Lehrer für Qi Gong, Alchemie, Grundlagen der chinesischen Medizin, Kampfkünste und den mystischen Weg des Tao. Studium der chinesischen Sprache und Philosophie. Carsten lernte über Jahrzehnte bei verschiedenen Qi Gong-Meistern. 20 Jahre

übersetzte und assistierte er Tao-Meister Mantak Chia, ist Senior-Lehrer und Lehrer der Inneren Alchemie des Heilenden Tao. In den letzten 10 Jahren verbrachte er 3 Monate jährlich mit dem erwachten Tao- und Dzogchen-Lehrer Shangshi. Er ist ein direkter eingeweihter Schüler in der mystischen Linie von Meister Shangshi.



www.Tao-Hamburg.com

FÜR WEN IST DIE AUSBILDUNG GEEIGNET?

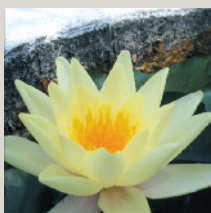
Das Training richtet sich an Teilnehmer

- mit Vorkenntnissen im Qigong oder Tao, die Qigong und Meditation unterrichten möchten.
- die sich mehr Vitalität, Stärke oder Heilung wünschen oder das Bedürfnis nach Unterstützung in eine schwierigen Lebensphase haben.
- die den Wunsch nach spirituellem Wachstum haben.
- die das Tao und den Taoismus tiefer verstehen wollen und sich nach mehr Wissen, Erkenntnissen und Zusammenhängen sehnen.

Grundlegende Vorkenntnisse im Bereich Qigong / Tao sind wünschenswert.

Tel. 069 - 51 15 55 • www.frankfurter-ring.de

Tel. 069 - 51 15 55 • www.frankfurter-ring.de



ANMELDUNG UND
WEITERE INFORMATIONEN

frankfurter ring
akademie 

OEDER WEG 43
60318 FRANKFURT
TEL: 069 – 51 15 55
INFO@FRANKFURTER-RING.DE

Folge uns auf



Tel. 069 - 51 15 55 • www.frankfurter-ring.de