

氣

STA JE ČI (QI)?

- ČI JE ENERGIJA KOJA ODRŽAVA SVE U ŽIVOTU I PREDSTAVLJA KLJUČ ZDRAVOG I DUGOG ŽIVOTA.

ŽIVIMO U VELIKOM ENERGETSKOM SISTEMU, ŽIVOM I INTELIGENTNOM. SVI SMO U VELIKOM OKEANU ČIA, SVE JE DEO CELINE I SVI SMO UZAJAMNO POVEZANI... VEŽBE ČI GONGA OMOGUĆAVAJU RAZMENU NAŠE ENERGIJE SA ENERGIJOM PRIRODE I UNIVERZUMA, NA TAJ NAČIN PRONALAZIMO BALANS.

ZAŠTO ZHI NENG QI GONG?

ZHI NENG QI GONG PREDSTAVLJA NAJBOLJE NAUČNO ISTRAŽENU I DOKUMENTOVANU METODU ČI GONGA NA SVETU. POTPUNO JE BEZBEDNA I LAKA ZA UČENJE. KORISNA JE ZA LJUDE SVIH ŽIVOTNIH DOBA . ZBOG HOLISTIČKOG PRISTUPA, DELUJE NA KOMPLETAN ENERGETSKI SISTEM NAŠEG ORGANIZMA I OTKLANJA FIZIČKE, EMOTIVNE I MENTALNE PROBLEME SA KOJIMA SE SUOČAVAMO SVAKODNEVNO.



OVO SU SAMO NEKE OD POZITIVNIH PROMENA KOJE SE POSTIŽU VEŽBAMA:

- ČISTI OD NEGATIVNIH EMOCIJA I SMANJUJE ZABRINUTOST I DEPRESIJU
- OSLOBAĐA OD STRESA, SMANJUJE NIVO STRES HORMONA KORTISOLA
- POSPEŠUJE ZDRAVLJE I VITALNOST, POBOLJŠAVA RAD NERVNOG SISTEMA
- JAČA ENDOKRINI I IMUNOLOŠKI SISTEM ORGANIZMA
- REGULIŠE METABOLIZAM I FUNKCIJE DIGESTIVNOG TRAKTA
- UTIČE NA RELAKSACIJU I POBOLJŠAVA SPAVANJE
- LEČI UNUTRAŠNJE POVREDE
- SPREČAVA OSTEOPOROSU
- POVEĆAVA FLEKSIBILNOST I MOBILNOST ORGANIZMA
- POVEĆAVA SAMOPUZDANJE I SAMOKONTROLU
- SNIŽAVA KRVNI PRITISAK

PROFESOR PANG JE DEVEDESETIH GODINA osnovao najveću ne medicinsku bolnicu na svetu *Hebei Huaxia Zhineng Research & Recovery Centre* gde je tokom godina tretirao preko 300.000 pacijenata, lečeći više od 180 različitih bolesti. Stopa izlečenosti bila je 95%.

U oktobru 1995. godine, profesor Pang je postao prvi dobitnik sertifikata koji dodeljuje *Nacionalni sportski komitet Kine*. Zhi Neng Qi Gong je postao zvanična metoda njihove *OLIMPIJSKE REPREZENTACIJE*.



Profesor Pang



Moj učitelj Yuan Tze

PROGRAM SEMINARA

PROGRAM SEMINARA JE KONCIPIRAN TAKO DA VAS BOLJE UPOZNA SA KONCEPTOM ŽIVOTNE ENERGIJE. PREDSTAVLJA UVOD U NOVA ISKUSTVA KOJA MOGU DA VAM POBOLJŠAJU KVALITET ŽIVOTA.

PRVI DEO

DETALJNO UPOZNAVANJE SA FIZIČKIM ASPEKTIMA VEŽBI

- 1) OTVORI – ZATVORI – UVUCI QI
- 2) 4 GLAVNA BAZIČNA METODA
- 3) SIPAJ QI – RELAKSACIONA METODA
- 4) TRI CENTRA SE SPAJAJU

DRUGI DEO

- TEORETSKI DEO
- PITANJA I ODGOVORI
- GRUPNA TERAPIJA U SPECIJALNOM, ZA TU PRILIKU KREIRANOM ČI POLJU, KOJE ĆE VAM POBOLJŠATI ZDRAVSTVENO STANJE I OJAČATI UM

