

Das „Chi“ aktivieren

Yogi Vidyananda

(Rainer Kersten)

- Diplom Ausbilder DTB
- Gesundheitslehrer
- Sportphysiotherapeut
- Buchautor
- KI DO KWON Master

www.kidokwon.de

vidyananda@kidokwon.de



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

1

Meine kleine „Chi-Geschichte“ vorab ...

... wir schreiben das Jahr 1994 und begeben uns auf die Philippinen!

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

2

Was ist gemeint?

- Chi (hochchinesisch)
- Qi (chinesisch)
- Ki (japanisch)
- Gi (koreanisch)
- Prana (Sanskrit, alt-indisch)
- Universelle Lebensenergie

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

3

Was ist nicht gemeint?

- Religiöse Hintergründe
- „abgehobene“ Esoterik

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

4

Erfahrungswerte von tausenden von Patienten

- Ca. die Hälfte aller Beschwerden sind vorrangig struktureller Natur
- Die andere Hälfte hat ihre Ursächlichkeit im „Energiekörper“

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

5

Fehlender „Chi-Fluss“



Schmerz ist der Schrei des Gewebes nach fließender Energie

(Dr. Voll, Wien)

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

6

Therapeutische Ansätze ...

- Ein erfahrener „Chi-Therapeut“ kann durch eine gezielte energetische Therapieform einen Impuls zur Schmerzlinderung setzen
- Der Patient ist allerdings auf einen Therapeuten angewiesen
- Bei regelmäßigen Behandlungen entstehen immer wieder Kosten

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

7

Cranio-Sacrale-Balance

- Cranio = Schädel
- Sacrum = Kreuzbein
- Schädelknochen sind nicht fest miteinander verwachsen
- Druck der Liquorflüssigkeit nimmt ständig ab und wieder zu



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

8

Klangschalenmassage

Alles schwingt!

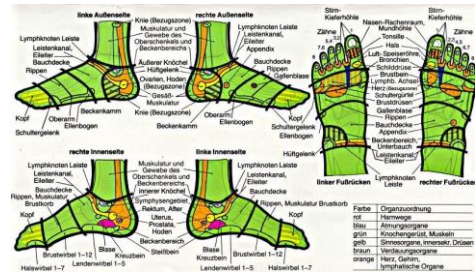


30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

9

Fußreflexzonenmassage



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

10

Meridiantherapie

- Insgesamt 14 Meridiane
- 12 davon paarig
- Herzmeridian „nur“ 9 Punkte
- Blasenmeridian 67 Punkte
- Zwei Meridiane bilden den kleinen Energiekreislauf



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

11

Akupunktur/-pressur

- 309 Punkte pro Seite auf den paarigen Meridianen
- 23 „Sonderpunkte“ pro Seite abseits der Meridianverläufe
- 52 Punkte auf den Hauptmeridianen



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

12

Kinesiologie

Praxisteil

Streichungen von oben (Mund) nach unten (Genitalbereich) = „Schwächung“
Streichungen von unten nach oben = „Stärkung“

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

13

Reiki – „Handauflegen“

- Rei = Geist/Seele
- 1922 entwickelt durch Dr. Mikao Usui in Japan

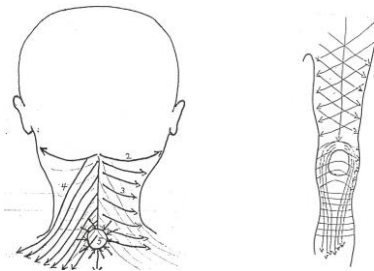


30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

14

Schmerz- und Narbentherapie



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

15

Eigene Aktivität („Chi-Aktivierung“)

- In jedem von uns schlummern enorme **Selbstheilungskräfte** die darauf warten, geweckt zu werden
- Der Betroffene ist hier selbst gefragt möglichst täglich seinen **Schweinehund** zu besiegen
- Nach einer ausführlichen Einweisung sind diese Techniken grundsätzlich ohne weitere Termine und Kosten durchführbar

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

16

Atemtechniken

- 2er Atmung
- 3er Atmung
- 4er Atmung

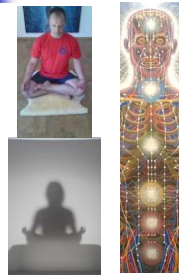


30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

17

(Chakren-) Meditation



- Chakra = Energiezentren
- 7 Hauptchakren
- Vom Steißbein bis zur Fontanelle
- Jedes Chakra steht für bestimmte Farben, Sinneswahrnehmungen, Blockaden, ...

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

18

Meditation in der Bewegung - Qigong



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

19

Ki-Fluss-Übungen

- Das „Ki“ wird über die gesamte Hautoberfläche aufgenommen ...
- ... über die Arme kanalisiert ...
- ... und über die Fingerspitzen wieder abgegeben



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

20

Feng Shui



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

21

Energiefluss auf höchstem Niveau ...



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

22

Mein Tipp ...

... an jeden Menschen ist es, auch seinem **Energiekörper** täglich „die Zähne zu putzen“.



30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

23

Das war`s ...

Vielen Dank
für ihre/eure
Aufmerksamkeit!!

Yogi Vidyananda

... und gern bis zur Ausbildung zum/zur
„Kursleiter/-in Meditation“!

30.10.2018

Yogi Vidyananda, Chi-Aktivierung

24