



Chan Mi Gong Gesellschaft e.V.

info@chanmigong.de
www.chanmigong.de

Back to the roots im ChanMiGong Mit Joachim Stuhlmacher in Osnabrück

06. bis 08.02.2026 – Thema: Back to the roots im ChanMiGong

Der Geist ruhig und in tiefer Stille verankert, das Qi strömt üppig und kraftvoll, der Körper weich und flexibel

Inhalt: Übungen zur Beruhigung des Geistes und zum Aufbau von Qi, Basisübungen aus dem Chan Mi Gong, Übungen des „Tuolomi“, der WS-Tradition von Lama Fofu

Referent: Joachim Stuhlmacher, Qigongmeister der Linggui-Tradition, langjähriger Schüler von Liu Han Wen und Lama Fofu, 40 Jahre Erfahrung mit Qigong und Klassischer Chinesischer Medizin, Autor, Künstler, immer noch gerne Lernender

Wann: 06. bis 08.02.2026, Freitag von 16.30 bis 18.00 + 20.00 bis 21.00, Samstag von 10.00 Uhr bis 12.30 Uhr und von 15.30 bis 18.00 Uhr sowie am Sonntag von 9.30 bis 12.00 Uhr

Ort: Aikido-Dojo Osnabrück, Liebigstr. 25, 49074 Osnabrück

Kosten: Mitglieder: 270,00 €, Nicht-Mitglieder 325,00 €

Info & Anmeldung: Anmeldung unter info@chanmigong.de

Teilnehmerzahl: mind. 12 Personen und max. 24 Personen

Inhalt dieses Seminars

Konzepte und Übungen zur Beruhigung des Geistes.

Vorbereitungsübungen, die darauf abzielen, Qi intensiv und überall wahrzunehmen.

Die Idee eines Qi-Feldes und das entsprechende Training von Yi (Geisteswesen der Milz).

Die Basisübung mit entsprechenden Anweisungen wie dem Öffnen des 3. Auges, die korrekte Gewichtsverteilung oder auch dem Entspannen des Dammbereichs, betrachtet aus einem anderen, vielleicht neuen Blickwinkel (Himmel/Erde/Mensch – Tian/Di/Ren).

Ein Blick auf die vier Grundbewegungen im ChanMi und auf Grundübungen des „Tuoloni“, der WS-Tradition (Jinggang Gong) von Lama Fofu

Guan-Ding, uns führen lassen vom Dao (YuanShen).

Voraussetzung

Ein offener Geist, gerade auch von Fortgeschrittenen ChanMi-Praktizierenden, um lange Bekanntes neu zu entdecken.

Ich habe einige Jahre bei Meister Liu Han Wen gelernt, nachdem mich Ursula v. Wilcke mit ihm bekannt gemacht hat. Er war auch im Emsland, um meine damaligen Schüler zu unterrichten.

Ich hatte einige private Tage mit ihm und durfte ihn sehr „intim“ privat kennenlernen als Raucher, als Meister mit dem sprichwörtlichen Schalk im Nacken und als begnadeten Lehrer, der mich durch wenige Korrekturen und einige „Hinweise + Anleitungen“ auf ein völlig neues Niveau führen konnte und mich ermunterte, Qigong nicht zu üben, sondern zu erforschen und zu durchdringen.

Dazu möchte ich alle Seminarteilnehmer einladen:

ChanMi ganz neu zu erforschen und zu durchdringen ... !