

FORMACION PROFESIONAL DE QI GONG CURSO 2020/2021

NUTRIR EL INTERIOR

➤ **Lugar y fechas:**

- Sevilla: 22, 23 y 24 de enero de 2020

➤ **Introducción:**

Cuando hablamos del sistema de **Nutrir el Interior**, nos referimos al maestro Dr. Liu Guizhen y a su tío Liu Duzhou (quinto sucesor de la tradición budista de **Nei Yang Gong**, discípulo de la tradición **Nutrir el Interior**).

Viajamos hacia el siglo XX, en los años 40, un periodo difícil para China y sus habitantes, el Dr. Liu Guizhen enfermó, cuenta su historia y su curación a través de este sistema compuesto de cantos de mantras budistas, posturas estáticas, visualizaciones y movimientos dinámicos. Sin olvidar mencionar que en esta época no se podía hacer referencia a practicas espirituales o religiosas de ningún tipo, pero dando los resultados tan positivos sobre la salud del sistema Nei Yang Gong, en los años 50 nace por primera vez la palabra Qi Gong para poder difundir y promover las técnicas de prevención y sanación.

En 1954 Dr. Liu Guizhen y su tío están a cargo de la primera clínica de Qi Gong en Hebei. Recibido por Mao Zedong en Beijing y muy considerado por los resultados sobre la salud de los pacientes, le llevó a tratar a oficiales del gobierno y ganar cada vez mas notoriedad. Como la clínica se quedo pequeña se creo el primer hospital de Qi Gong en Beidaihe en 1964.

El Dr. Liu Guizhen tiene una hija la Dra Liu Yafei (séptima sucesora de la tradición Nei Yang Gong) ambos se enfrentaron a la revolución cultural entre los años 1966-76 que ha sido un desastre a todos niveles y perseguidos por el gobierno, el qi gong en esta época estaba considerado como una practica de superstición. Después de la revolución cultural, la muerte de Mao y la muerte del Dr. Liu Guizhen, su hija Liu Yafei siguió los pasos y la tracción de su padre, retomando la dirección del Hospital y divulgando el sistema tanto en China como en el extranjero, la Dra Liu Yafei es una gran referencia, encontramos su sistema enseñado en varios países europeos y formaciones en hospital y universidad en Alemania.

Formación Profesional de Qi Gong Terapéutico y Yang Sheng

Programación iiQG curso 2020/2021

Enseñaremos la primera parte dinámica compuestos de dos sets de seis ejercicios, un total de doce movimientos que tienen por objetivos de reforzar y tonificar los músculos y regular y equilibrar las energías Yin y Yang.

Una practica potente y transformadora que sigue siendo enseñada en el hospital de Beidaihe en China.

➤ **Teoría y práctica:**

Esta forma está compuesta de dos partes de 6 movimientos, cada una, se practica con un tipo de respiración propia: la primera parte se caracteriza por utilizar una "suave" que favorece la calma y el enraizamiento; y la segunda parte se caracteriza por una respiración "dura" para tonificar y dinamizar la energía.

Las dos series muestran movimientos amplios y potentes: *"en la fluidez, la energía encuentra su camino"*.

El Nei Yang Gong utiliza estiramientos y ondulaciones suaves de columna, acompañados de movimientos fluidos y precisos de todas las articulaciones.

Esta serie dinamiza los intercambios de la energía con la sangre, y nutre en profundidad las médulas; estimula los 8 meridianos curiosos; refuerza y armoniza los sistemas nervioso y endocrinos; y abre el cuerpo a las energías curativas de la naturaleza.

El Nei Yang Gong está dirigido sobre todo a mujeres, deportistas, y a todos aquellos que quieran enriquecer su formación profesional, ya que ofrece excelentes herramientas pedagógicas.

