

Eisenhemd Qi Gong

Das eiserne Hemd oder die eiserne Haut war ein Qi Gong mit dem man sich in einer Zeit in der Gewehre und Faustfeuerwaffen noch nicht die Schlachtfelder beherrschten, versuchte gegen spitze und scharfe Waffen unverletzbar zu machen. Es reicht bis zu einer Zeit von 1000 Jahren vor Christus zurück. Ist also heute gut 3.000 Jahre alt.

Einigen der alten Meister und Großmeister beherrschten diese Technik nach Jahrzehntelangem Training derart gut, das selbst scharfe Messer, Schwerter oder Speere ihre Haut nicht durchdringen oder zerschneiden konnten.

Sie waren in der Lage ein so hohes Qi-Schutzfeld um ihren Körper zu erzeugen, das diese damals üblichen Waffen ihrem Körper keinen nennenswerten Schaden zufügen konnten.

Auch starke und stärkste Schläge mit zum Teil über 1 Tonne Schlagkraft und Tritte, die mit über 220 Km/h Geschwindigkeit ausgeführt werden können, welche bei einem Untrainierten Menschen schwerste innere Verletzungen erzeugen können, sind nicht in der Lage einen im Eisenhemd trainierten Menschen, Meister zu verletzen.

Jetzt kommt die Frage auf, was soll das in einer Zeit in der man an jeder Ecke eine Waffe kaufen kann, um andere damit zu bedrohen, oder zu verletzen, im schlimmsten Falle zu töten.

Wozu da noch ein Training wie das Eisenhemd?

Dieses Eisenhemd-Qi Gong stärkt den Körper von innen heraus. Der gesamte Körper, inklusive der verbesserten Atmungs-Funktion wird enorm gestärkt und besser in sich feinkoordiniert. Die eiserne Haut ist nur der letzte Ausdruck eines von innen systematisch gestärkten und gestählten Körpers.

Auch in der heutigen Zeit kann man mit der Hilfe dieser Übungen die Organe schützen, indem man sie geistig in eine Art Energie-Beutel packt. Sämtliche Sehnen, Bindegewebe und Organe werden gestärkt und funktionieren untereinander optimal aufeinander abgestimmt.

Das Eisenhemd-Qi-Gong stärkt die sämtliche Tiefen-Muskeln und auch die Karosserie Muskeln der äußeren Körperbereiche. Alle Schichten des menschlichen Körpers werden nach und nach angesteuert, aktiviert, trainiert und in ihrer Funktion optimiert.

Durch gezielte innere Atem-Techniken werden die inneren Organe mit enormen Mengen Qi in ihrer Funktion gestärkt, gestählt und somit optimiert. Zusätzlich werden sie dann über die umgebenden Tiefen-Muskeln und deren Faszien, die ebenfalls mit Extra-Qi aufgeladen werden zu nahezu unverletzbaren Wertgegenständen im Körper ausgebaut.

Also auch wenn man nicht befürchten muß in der heutigen Zeit ständig von Messern, Schwertern oder Pfeilen bedroht zu sein, so macht ein intensives Eisenhemd-Qi-Gong Training auch in unserer Zeit noch immer viel Sinn und gehört zu einem der besten Gesundheits-Trainings überhaupt.

Wir wünschen allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen sehr interessanten Kurs, und sehr viele neue innere Fühl- und Bewegungs-Erfahrungen in diesem Kurs.

Diesen Kurs haben wir über 10 Jahre nicht mehr öffentlich unterrichtet.