

永峰寺
永峰寺

ZenHaus

ZEN•QIGONG
TCM•KULTUR





永峰寺
永峰寺
永峰寺

ZenHaus

INHALT

ZENHAUS

PHILOSOPHIE

ZEN

QIGONG

TCM

KULTUR

DOKUHO J. MEINDL

KONTAKT

„DER PLATZ IN DEM DAS
HERZ ZUR RUHE KOMMT“



ZENHAUS

Am 08.09.1991 gründete Dokuho J. Meindl nach langjährigem Studium in Japan und China ein Zentrum zur Förderung fernöstlicher Kultur für Körper und Geist in München. Im Mai 2010 weihte der Abt des Zen-Klosters Eigen-Ji, Shinohara Daiyu Roshi, in einer feierlichen Eröffnung das Eiho-Ji ZenHaus in München Dornach ein. Das ZenHaus wurde auf einem 3000 Jahre alten keltischen Kulturboden erbaut.

Hier werden speziell die Übungswege des Zen und Qi-Gong, der Traditionellen Chinesischen Medizin und der Kunst & Kultur des Ostens weitergegeben.

Das Eiho-Ji ZenHaus steht in der Tradition des Zen-Klosters Eigen-Ji in Japan. Der Zen wird hier in seiner ursprünglichen Weise praktiziert.

Die Traditionelle QiGong-Ausbildung wurde begründet von Prof. Yan Hai, ehemaliger „Präsident der All China QiGong Association“. Das Zentrum ist offizieller Partner in Deutschland für das auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhende Gesundheits-QiGong des „Chinesischen Gesundheits-QiGong Verbandes“.

Das ZenHaus bietet laufende Kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene an und ist offiziell anerkanntes Ausbildungszentrum für QiGong-Kursleiter und Lehrer.

Um diese Zusammenarbeit zwischen Ost und West zu stärken, wird ein reger Austausch von Lehrern und Schülern zwischen Deutschland, China und Japan unterstützt.

永峰寺

ZenHaus



PHILOSOPHIE

Die Sammlung des Geistes und die Förderung der Gesundheit sind uns ein grundlegendes Anliegen. Um aus der vollen Kraft und Wirkung der Übungen schöpfen zu können, geben wir die jahrtausende alten fernöstlichen Traditionen in ihrer ursprünglichen Form weiter. Die Rückverbindung mit unserem wahren Selbst und unserer ursprünglichen Energie bildet die Grundlage der Übungswege. Das ZenHaus baut mit seinen Veranstaltungen eine Brücke zwischen Ost und West. Es ist ein Ort, in dem das Herz zur Ruhe kommt und der Körper Heilung erfährt. Durch die verschiedenen Kurse, sowie durch TCM-Behandlungen lernen wir mit unseren Energien besser umzugehen und unsere Gesundheit zu stärken.

„Wenn der Geist zur Ruhe kommt fließt die Qi-Energie frei und ungehindert“.

ZEN

Zen-Meditation ermöglicht uns, den Moment als wahren Mittelpunkt des Lebens wiederzufinden. Sie hilft uns, die im Moment überflüssigen Gedanken, Sorgen und Ängste über gestern und morgen hinter uns zu lassen und wirklich jetzt zu leben. Lernen, sich ganz einzulassen und sich rückzuverbinden, mit sich selbst, dem Ursprung in uns. Zen fördert die eigene Entwicklung - in der Tiefe führt es bis zum Erleben der allumfassenden Einheit.

永峰寺
永峰寺
永峰寺

ZenHaus

"DER WEG IST
UNTER MEINEN
FÜSSEN"

QIGONG

Qigong ist eine traditionelle chinesische Übungsform, die in Bewegung und Stille, mit Atmung und Visualisation versucht, Körper und Geist gesund zu erhalten und bei Erkrankungen den Heilungsprozess zu fördern.

„Qi“ ist die allumfassende Kraft, die Energie in uns und um uns. Auch alle Aktivitäten unseres Geistes sind Qi.

Der Begriff „Gong“ heißt wörtlich übersetzt „Pflege“, „Ertrag“ und bezieht sich auf den Ertrag, die Wirkung kontinuierlicher Übung. Die über 5000 Jahre alten, traditionellen QiGong Übungen unterstützen uns darin, unsere eigene Mitte zu erfahren. Stoffwechsel und Immunsystem verbessern sich, Konzentration und Vitalität werden gesteigert. Unsere Gedanken kommen zur Ruhe und wir erfahren tiefe innere Stille.

Im ZenHaus unterrichten wir traditionelles QiGong sowie Gesundheits-QiGong in wöchentlichen Kursen, Abendseminaren und an Wochenenden.





TCM

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist ein Heilverfahren, das auf einer 3000 Jahre alten Tradition beruht. Die theoretischen Grundlagen dieser Medizin basieren auf dem Prinzip von Yin und Yang, der Erkenntnis der Einheit von Gegensätzen und auf dem Gesetz der fünf Elemente, die wir im Kreislauf der Natur wiederfinden.

Heute wird in China, und auch immer mehr bei uns, diese traditionelle Heilkunst zusammen mit der modernen westlichen Medizin kombiniert und zum Wohle der Patienten angewandt.

Nach der TCM werden der Mensch und seine Umwelt den 5 Elementen zugeordnet. Diese 5 Elemente nennt man auch den Kreislauf des Lebens. Sie spiegeln die Grundlage der Traditionellen Chinesischen Medizin wieder. Die Elemente sind Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser, sie werden den einzelnen Organen, Körperfunktionen und Emotionen zugeordnet.

KULTUR

Das ZenHaus ist eine Begegnungsstätte für Kunst und Kultur aus Japan und China. Misayo Kawashima unterrichtet Kalligraphie und schafft mit ihren Veranstaltungen die Verbindung von zwei Kontinenten und deren Kulturen und Menschen. Traditionelle und moderne Künstler stellen im ZenHaus auf interaktive Weise fernöstliche Kunst und Lebensart vor. Auch für Firmen organisiert Misayo Kawashima Veranstaltungen.

永峰寺
永峰寺
永峰寺

ZenHaus

- AKUPUNKTUR
- KRÄUTERMEDIZIN
- ERNÄHRUNG
- TUINA MASSAGE
- 5 ELEMENTE THERAPIE
- PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

永峰寺
永峰寺

ZenHaus

„DIE EINZIGE
WIRKLICHKEIT IST
DER MOMENT“



DOKUHO J. MEINDL

Die Kultivierung des Geistes sowie die Förderung und Wiederherstellung der Gesundheit sind zentrale Themen im Leben von Dokuho J. Meindl. Diese setzt er in vielfältiger Weise, als Heilpraktiker, Psychotherapeut, Autor und Komponist um.

Vor mehr als 25 Jahren ging er über Land nach Japan, um sich die Lehren des Ostens zu erschließen. Auf seinem Pilgerweg quer durch Asien verbrachte er längere Zeit in verschiedenen buddhistischen Klöstern in Indien, Nepal, Burma, Thailand, China und Korea. In Japan angekommen, trat er als erster westlicher Zen-Mönch in das Zen-Kloster Eigen-Ji ein und erhielt dort den Mönchsnamen „Dokuho“ (einzelner Gipfel). Dort lernte er neben der Schulung des Geistes auch die Grundlagen fernöstlicher Medizin kennen. Im Anschluss an seine Ausbildung im Zen-Kloster studierte er Traditionelle Chinesische Medizin und QiGong in Peking.

Nach insgesamt acht Jahren Ausbildung in Japan und China kehrte Dokuho 1991 nach Deutschland zurück und gibt hier sein in China und Japan erlangtes Wissen aus dem Zen, dem QiGong und der TCM weiter.

Ein Grundprinzip seiner Arbeit ist es, TCM, Zen & QiGong in deren ursprünglichen, traditionellen Form anzuwenden und weiterzugeben.





KONTAKT

ZenHaus

Ueberreiterstr. 25
85609 München Dornach
Tel. 089 929 63 96
Fax 089 992 007 53

info@zen-haus.com
www.zen-haus.com



永峰寺
永峰不遠也

ZenHaus

ZEN•QIGONG
TCM•KULTUR

