

Healing Tao

Najaar 2010

Taoïstische trainingen



Door Rosana van der Wagt

Start wekelijkse Basis 1

12 woensdagavonden van 20.00 tot 22.00

Data: 15 sept t/m 15 juni *behalve*: 13 of 20 okt.
(i.v.m. afnemen certificering) en 27 okt.

Kosten: 185 euro

Voor meer informatie over het
Healing Tao systeem:

Healingtaonederland.nu

Wekelijkse Basis 1 Vervolg

12 maandagavonden van 20.00 tot 22.00

Data: 13 sept. t/m 6 dec. *behalve* 25 okt.

Kosten: 180 euro

Wekelijkse Fusie 2:(Gevorderdentraining).

12 dinsdagvonden van 20.00 tot 22.00

Data: 14 sept t/m 7 dec. *behalve* 26 okt

Behalve: 6 en 13 mei

Kosten: 185 euro

Weekenden

Kennismakingsweekend: 25 en 26 sept.

Vervolgweekend: De Drie Vuren: 27 en 28 sep

Beide weekenden zijn van 10.00 tot 17.00 met
een middagpauze van 1 tot 2 uur.

Kosten: 120 per weekend

Aantal deelnemers:

Voor lessen in Amsterdam: Minimaal 6,
maximaal 12. Graag aanmelden voor 1sept.

Centrum Mec Spirit in Baarn

Kennismakingsevend: 9 / 10 okt.

Verdiepingsdag: 13 nov.

Vervolgweekend: de Drie Vuren: 11/ 12 dec

Verdiepingsdag Drie Vuren: 15 jan. 2011.

Aanstal deelnemers: Minimaal 8.

Voor verdere informatie over deze weekenden:

www.mecspirit.nl of tel: 035 53 15 654

Rosana van der Wagt (1957)...

begon met het volgen van Healing Tao lessen in
Amsterdam bij senior-instructeur Annette
Derksen. Later kreeg ze ook les van senior-
instructeur Reinoud Eleveld. Bij hem heeft ze
haar opleiding tot basisinstructeur afgerond.
Andere belangrijke inspirators en leraren in haar
leven waren Manfred van Doorn en tao-trainer/
krijgkunstenaar Ron Nansink.

Rosana is naast basisinstructeur inmiddels ook
gecertificeerd om les te geven in IJzeren Hemd
chi kung, Seksuele Intelligentie (Healing Love),
Cosmic Healing 1 en 2 en Wisdom chi kung 1,
Fusie 1, 2 en 3. Beenmerg 1 en 2, Wisdom 2 en
Fusie 4 zullen in de nabije toekomst aan het
lespakket worden toegevoegd.

Voor verdere informatie:

Rosana van der Wagt, 06-40175544.

E-mail: rosanavanderwagt@gmail.com

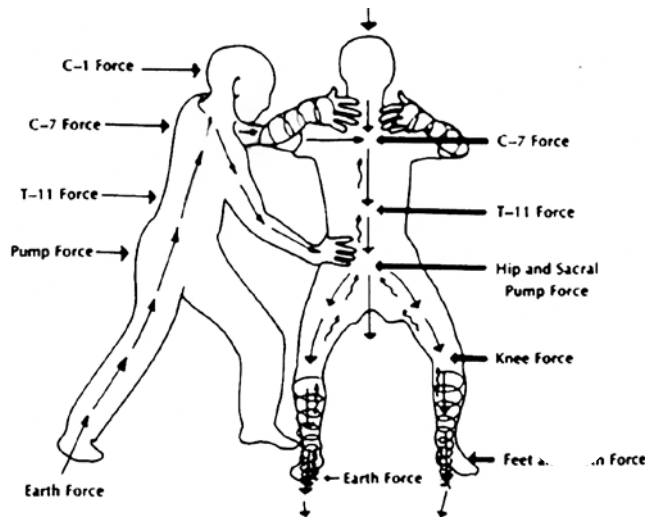
Rekeningnummer: 2800598

Alle lessen in Amsterdam vinden plaats
op de Swammerdamstraat 21/sou

Healing Tao

Basiscursus 1 in Amsterdam

Gezonder en meer in balans door Tao



Healing Tao is een uniek en praktisch systeem voor zelfheling en zelfontwikkeling dat is gebaseerd op oude taoïstische tradities. Het is de grote verdienste van **Mantak Chia**, dat hij de verschillende onderdelen van deze taoïstische principes heeft samengevoegd tot een begrijpelijk en hanteerbaar geheel, dat we altijd en overal kunnen beoefenen.

Interne energieoefeningen en meditaties geven de mogelijkheid om fysiek sterk en gezond te worden en om emotioneel meer in balans te komen.

Stress wordt omgezet in vitaliteit. Je herstelt het contact met je lichaam en organen.

De Basis 1 training bestaat uit lessen van ieder 2 uur en omvat onder andere de volgende oefeningen en meditaties:

Warming up chi-kungs maakt je fysieke lichaam open, los, soepel en schoon.

De houdingen van de IJzeren Hemd chi kung I doen de chi-stroom in je lichaam toenemen. Je leert het principe van Wu Wei: 'Weinig doen met veel opbrengst'. Alle organen, pezen, botten, spieren en vooral de ruggengraat worden gesterkt en gevoed.

Met de *Innerlijke Glimlach* ontspan je al je organen en de ruggengraat. Je herstelt het contact met je fysieke lichaam en leert je 'gewaarwording' naar binnen te richten.

Met de *Zes Helende Klanken* ontgift en koel je je organen en breng je de emoties, die volgens de taoïstische principes in de organen huizen, tot rust en in balans.

De *Kleine Hemelse Kringloop* vormt de grondslag van de taoïstische training. Deze energiebeweging stimuleert je zelfgenezend vermogen en ontwikkelt je geestkracht. Het is een techniek die onontbeerlijk is als je op zoek bent naar een heldere vorm van energiebeheer.

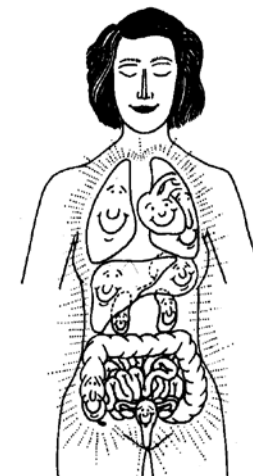
In de oefeningen uit de *Helende Liefde* leer je op een andere manier te kijken naar je seksuele energie én hoe je deze krachtige 'chi' anders kunt gebruiken.

Je krijgt een uitgebreid werkboek bij de cursus.

De Basis 1 training geeft toegang tot de Basis 2.

Dit deze lessen van ieder 2 uur worden de oefeningen van de Basis 1 herhaald en verdiept. Je maakt kennis met nieuwe technieken en meditaties, zoals

- De drie 'Vuren'
- De vier Pompen in de ruggengraat
- De Gouden Vogel Fenix
- De Energerende Glimlach
- En het verdere verfijnen van de seksuele energie



Deze twee cursussen vormen tezamen de basistraining van de Healing Tao. Na het afronden hiervan krijgen cursisten toegang tot de vervolgcursussen:

- Chi Kung en meditaties: Vervolg 1 en 2
- Kosmische Helende Handen 1 en 2
- Wisdom Chi Kung 1 en 2
- Fusie 1, 2, 3 en 4
- Been Merg Nei Kung