



צ'י קונג טיפולי – מהו?

בפעם הראשונה בתולדות הצ'י קונג נעשה סדר בישראל בשטח הסדרות והסגנונות בצ'י קונג. סין היא בגודל של יבשת, והתברכה בתרבות שנמשכה ללא הפסק במשך כחמשת אלפי שנים. תרבות אדירה זו יצרה את הרפואה הסינית לסייעוד חולים ואת הצ'י קונג כטיפול עצמי. בימי קדם בשל גודל המרחב הגיאוגרפי עוד לפני עידן הסילון היה בלתי אפשרי לחבר בין מחוזות הקיסרות וליצור סגנון רפואי אחיד.

להכניס חוקיות לניסיון

כשמצמידים לצ'י קונג שהוא אימון בתנועה את המילה **טיפול** הוא הופך לאלתר להיות כלי רפואי משמע: נדרש מודל בעל סדר פנימי הכולל את כל גווי התנועה בצורה פשוטה וברורה. כך למעשה נוצר "**מילון תנועות**" בו כל תנועה מפעילה מרידיאן שלו זיקה לאיבר, לתחושה, למערכת, לרקמה, לחוש וכו'. תובנה זו רכשתי בתקופת שוטטות של שנים ברחבי אסיה ובהמשך במפעל חיים המשתרע על פני 30 שנה. כך התגבש אצלי סדר שהגיע לבשלות בשיטה מקורית לה קראתי "**צ'י קונג חילוף העונות**". התשתית הרעיונית לשיטה שאולה מחוק טואאיסטי המבליט את המושג "**הרמוניה עם הטבע**". מונח המייצג את סדר הדברים ביקום. הוא מקבל תוקף במיוחד בעידן המודרני בשל תחלואת הציבור כתוצאה ממה שמכונה - "קדמה" - שהרחיקה אותנו מהטבע, בעיקר מהאקלים הפיזי והחוויתי שבו. ראה השימוש המוגזם במקרר, מזגן, כלי תחבורה, וכו'. שהייתי הארוכה ביפן נתנה בי את אותותיה והשפיעה עלי לחשוב בדומה ליפני הדורש חשיבה מחייבת – של סדר חוקיות מיון וקטלוג. כך החלה המציאות כולה להתגלם בעיני רוחי ב- 5 תהליכים המייצגים 5- עונות בטבע. כך איגדתי את כל סגנונות הצ'י קונג שהכרתי לתבנית של 5 קטגוריות. המחשבה הסינית מוצאת שבכל עונה חלה התרחשות אקלימית המשפיעה באופן מכריע על דפוסי ההתנהגות של החי, הצומח ועלינו בני האדם. תובנה זו הניעה אותי ליצור עשרות סדרות למבנים של 5 תרגילים בכל סדרה, המשקפים ביטויים תנועתיים ל "5 – היסודות", שהם אבני היסוד של הרפואה הסינית, דוגמה לסדרות שיצרתי לטיפול באיבר פיזי ובמערכות בגופנו הם: "העלים", "הסמויים", "היסודות", "המעגלים", "הניצנים", "הכדורים" ועוד... המודל מראה באופן מעשי שלכל תנועה בצ'י קונג – יש זיקה לאיבר בגוף ולהיבטו רגשי. כך נולד-**מילון טיפולי תנועות** המשמש אותנו כיום ככלי תנועתי לטיפול במחלות הגוף והנפש כאחד.

לימוד מעמיק, אמון ותרגול של מודל זה חושף את סוד "**הצ'י קונג הטיפולי**".

בתנועה בצ'י קונג

גופנו נרגע וחוזר למצב של ריפוי עצמי או וויסות עצמי או מה שאנו מכנים חילוף חומרים תקין. זהו תהליך בו הגוף המרפא את עצמו. אנו יוצאים למסע בו כל משתתף יחווה תהליך פנימי לתוכו, שם ימצא הבנה עמוקה על עצמו. תהליך זה נערך באחד המקומות השקטים בארץ על צוק בשפת הים הצלול מוקף בטבע רענן וקסום. באווירה ייחודית אקדמית עם תשומת לב אישית. במכללה האקדמית בווינגייט. למידע נוסף באתר המגמה:

<http://www.wincol.ac.il/chikong/>



סיני הראל
ראש המגמה להכשרת מורים
לצ'י קונג במכללה האקדמית בווינגייט.

**הלימודים בשנת 2016 מתחילים בתחילת השנה האקדמית בימי שני
מהשעה 10:00 – 15:00**