

Haus Lueginsland



Zentrum für Meditation & Kampfkunst

Ein reiches Leben

Geld allein macht nicht glücklich - und schon gar nicht gesund.

Deshalb gibt es im Haus Lueginsland ein reichhaltiges Angebot an Themen, die das Leben bereichern können.

Gibt es ein Leben vor dem Tod? Wenn man nicht nur Geld und Karriere hinterher jagt - ja.

Bei uns kann man Zen-Meditation lernen, die Ruhe, Ausgeglichenheit, Erkenntnis und geistige Gesundheit fördert.

In unseren energetischen Kampfkünsten, die in jedem Alter geübt werden können, ob es Karate ist aus Japan, Tai Chi aus China oder Schwertkampf aus dem Schwarzwald - haben schon viele Menschen ihre Gesundheit und Lebensfreude wiederentdeckt.

Statt Leistungsdruck findet jeder seine eigene Lerngeschwindigkeit, statt Konkurrenz pflegen wir ein freundliches Miteinander - hier lernt jeder seinen ganz eigenen, selbstbestimmten Weg zu entwickeln.

Für ausgeglichene Menschen bieten unsere Kurse Bereicherung. Menschen mit Stresssymptomen, vor oder nach dem Burnout oder ähnlichem begleiten wir auf dem Weg in eine gesündere Lebensführung.

Ein reiches Angebot

Findet sich eine Lücke im Alltag, um sich selbst etwas Gutes zu tun?

Die Möglichkeiten sind vielfältig. Von ganztägigen Seminaren am Wochenende über regelmäßige wöchentliche Unterrichte bis hin zu wechselnden Terminen für Schichtarbeiter decken wir jeden Wunsch ab.

Empfehlenswert ist in jedem Fall Regelmäßigkeit, mit ein paar Minuten alle paar Wochen ändert man sein Leben nicht. Aus halben Sachen wird nichts Ganzes.

Da ist ein fester Wochentermin (oder ein wechselnder bei Schichtarbeitern) eine gute Grundlage. Viele Übende kombinieren auch Angebote und nehmen Doppelstunden oder kommen mehrfach. Das ist jedem freigestellt. Wochentags ist von 14 bis 22 Uhr Unterricht, so daß jeder seinen passenden Termin bekommt.

Jeden Monat gibt es am Wochenende zwei Seminare, die unsere Übungsthemen ergänzen und erweitern. An ihnen kann man meist auch als Neuling teilnehmen.

Sogar unsere Preise richten sich nach dem Geldbeutel der Lernenden - wer wenig hat, zahlt wenig, wer viel verdient, kann viel geben. Und wer von Ferne kommt, kann auch übernachten.

Ein großes Herz

Was bieten wir hier **eigentlich** an?

Es ist kein Sport, der hier betrieben wird, dafür gibt es Sportschulen und Turnvereine.

Zen-Meditation und die verschiedenen Kampfkünste sind Übungs-**Wege**, auf denen ein Mensch zu sich selber und zur Welt finden kann. Jede der angebotenen Disziplinen hat einen archetypischen Anteil, der ein Urbedürfnis des Menschen anspricht und zur Geltung bringt.

Zen-Meditation ist ein Weg zur Erkenntnis, sowohl der Selbsterkenntnis als auch einer Erkenntnis der Welt und der Menschen, indem man zur Ruhe kommt, Vorurteile und Ängste abbaut, sich in sich und der Welt wiederfindet.

Auch die Schwertübungen fördern Klarheit, der Begriff "sich entscheiden" kommt aus dem Schwertkampf!

Karate stärkt körperliche, seelische und geistige Energie und ein harmonisches Spiel der Kräfte mit den Mitübenden.

Tai Chi bringt uns in Fluß - ins energetische Fließen und in den Fluß des Lebens - der Alltag in Beruf und Beziehung kann damit ganz neue und wunderschöne Aspekte bekommen.

Im Zentrum steht immer der Mensch....

Ein großer Schatz

In unserer Arbeit und unseren Angeboten steckt ein großer Schatz an Lebenserfahrung und Übungszeit und viele viele Blicke über viele Tellerränder.

Zen-Meditation war schon ein Thema, bevor Gruppen und Moden und Bücherüberangebote auf den Markt kamen - seit 1969 hat sich eine Vielzahl an Erfahrungen auch mit Gruppen, Lehrmeinungen und Meistern ergeben, die zu einer Abkehr vom verflachenden Mainstream geführt hat. Auch im Karate liegt ein solcher Erfahrungsschatz vor, der (durch die Blicke über die Tellerränder) bei uns zu einer sehr weichen und harmonischen Übungsweise geführt hat.

Tai Chi Chuan allerdings wurde erst 1975 begonnen, dafür ist die von uns geübte Langform auch nur bei uns angeboten, sie hat sich immer wieder etwas gewandelt, wie das bei lebendigen Dingen so ist.

Das Üben mit dem Schwert dagegen ist erst seit Kurzem in unserem Programm, dafür ist es im vergangenen Jahrzehnt so intensiv betrieben worden, mit Lehrgängen in vielen Gegenden und bei vielen Meistern, daß wohl nirgends sonst ein so weitgefächertes Angebot an Schwertübungen existiert wie hier im Dorf...

Wir sind kontaktfreudig

Um uns zu finden und etwas über unsere Arbeit zu erfahren, kann man virtuell im Netz ganz vieles unternehmen - alles anzuschauen und zu lesen würde sicher Tage dauern!

Wer sind wir?



Angelika Jantzen

Fußarbeit
Kunstkurse
Karate
Zen-Meditation
Lebensberatung

Christoph Jantzen

Zen-Meditation
Schwertkampf
Tai Chi Chuan
Karate
Kriegerweg



Kontakt- und Informationsmöglichkeiten:

Tel. 07622 6844043

christoph@haus-lueginsland.de

www.haus-lueginsland.de

www.facebook.com/Lueginsland

[www.youtube.com/channel/UC5eWB-](https://www.youtube.com/channel/UC5eWB-HNVWz6EZXnNYMH6UdQ)

[HNWz6EZXnNYMH6UdQ](https://www.youtube.com/channel/UC5eWB-HNVWz6EZXnNYMH6UdQ)