

15.00 - 16.50 Uhr

### Movie-Time Spezial: Tiger and Dragon

Mehrzweckraum I & II

Bodo Volle

Dieses mit einem Oscar als bester (fremdsprachiger) Film ausgezeichnete Epos aus China verbindet auf wunderbare Weise die asiatische Filmkunst mit fernöstlicher Philosophie. Kampfkunst ist weniger Gewalt denn Ästhetik, beinahe ein Tanz, ein Ballett. Der Film selbst dient dem Abbilden der Visionen der Filmemacher und nicht zwingend dem Abbilden der Realität.

Damit ist dieser Film bestens geeignet, uns die Schönheit aber auch den Wagemut des asiatischen Kinos vorzustellen.

15.40 - 16.10 Uhr

### Schnupperkurs: Chinesisch

Mehrzweckraum III

Zhenling Demmig

Kein Unterschied zwischen Singular und Plural, keine Deklinationen, keine Konjugationen (Verben werden nicht gebeugt), was ist das für eine Sprache, die von fast 900 Millionen Menschen gesprochen wird?

Dieser 30-minütige Schnupperkurs ist einfach und macht Spaß und ist geeignet für alle Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse. Unsere Dozentin stammt aus China und wird Sie in die Kultur des Reichs der Mitte mit seiner 5000-jährigen Geschichte einführen. Sie erlernen einige einfache Wörter und kalligraphische Schriftzeichen. Bei einer Tasse chinesischem Tee sollte das alles kein Problem sein! Neugierig geworden? Schauen Sie herein, wir freuen uns auf Sie! Ni hao!

15.45 - 16.30 Uhr

### Schnupperkurs: T'ai Chi

Bewegungsraum

Torsten Pahl

T'ai Chi - was ist das eigentlich? Jeder kennt wohl aus dem Park oder dem Fernsehen dieses Bild, wo Menschen scheinbar völlig selbstvergessen diese seltsamen, langsam-fließenden Übungen machen. Die Bewegungen gleiten ruhig wie Wolken am Himmel und faszinieren den Zuschauer. Aber was steckt dahinter?



Tag der „offenen Tür“  
im Stadthaus Laatzen,  
Marktplatz 2



[www.leine-vhs.de](http://www.leine-vhs.de)

Impressum

Herausgeber:

Leine-VHS gGmbH

Satz und Gestaltung:

Iris Stövesand

Stand: 04/2019

vhs <sup>10</sup>Jahre  
Wissen teilen



## Thementag Asien

Samstag, 27. April 2019

13 - 17 Uhr

In 100 Jahren haben die Volkshochschulen in Deutschland ganz unterschiedliche Themengebiete bedient: Von gesellschaftlichen über kulturelle Themen bis hin zur Gesundheitsbildung. Wir bieten Ihnen an diesem Thementag eine Schnuppermöglichkeit für sehr unterschiedliche Angebote zum Thema „Asien“. Die Teilnahme an den verschiedenen Angeboten ist kostenfrei. Die verfügbaren Plätze sind begrenzt.

**13.00 - 13.30 Uhr**

### Vortrag: Hinduismus und Buddhismus

Mehrzweckraum I & II

*Florian Fischbach*

Dieser Kurzvortrag bietet einen Einblick in zwei asiatische Religionen: den Hinduismus und den Buddhismus.

Im Mittleren Osten ist der Ursprung zweier nicht-monotheistischer Weltreligionen verortet, deren Geschichte bis weit in die Antike zurückreicht: Um 2000 v. Chr. drangen die vedischen Indogermanen auf den indischen Subkontinent vor. Und um 1000 v. Chr. entstand dort das Kastenwesen. Diese welthistorischen Geschehnisse stehen am Beginn der Entwicklung des Hinduismus aus einer indogermanischen Naturreligion hin zu einer extrem vielgestaltigen Weltreligion. Gleichen Zuges stellen diese Geschehnisse auch die Keimzelle des Buddhismus dar, dessen Entstehung untrennbar mit der Existenz des Hinduismus verbunden ist.

**13.00 - 13.45 Uhr**

### Schnupperkurs: Buddhistische Meditation zum Kennenlernen

Bewegungsraum

*Dr. Thanh Ho*

Meditation gehört zweifellos zu den essenziellen Bestandteilen buddhistischer Praxis. Vor über 2500 Jahren fand der historische Buddha seine Erleuchtung auf dem Weg über die Meditation. Doch warum meditieren Buddhisten eigentlich? Welche Ziele verfolgen sie mit dieser Geistesübung? Und vor allem: Wie meditieren sie? In diesem Schnupperkurs erhalten die Teilnehmer von einem aus Südostasien stammenden praktizierenden Buddhisten eine auch für sie umsetzbare kurze Anleitung zur Meditation.

**13.40 - 14.10 Uhr**

### Vortrag: Grundzüge der chinesischen Medizin

Mehrzweckraum I & II

*Kirsten Nickel*

Der Vortrag befasst sich mit Grundzügen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Es werden Begriffe wie Yin und Yang, die fünf Elemente, Diagnose und Therapie nach der chinesischen Medizin thematisiert.

**14.00 - 14.45 Uhr**

### Schnupperkurs: Yoga und der freie Atem

Bewegungsraum

*Sandra Hees*

Mit der Atmung stehen wir nach außen mit der Umwelt und nach innen mit uns selbst in Verbindung. Oft ist der natürliche Atemstrom eingeschnürt. In dieser Einheit lernen Sie mit einfachen Bewegungsübungen aus dem Hatha-Yoga die Atmung bewusster kennen. Dabei können eigene Atemmuster leichter erkannt werden. Die freie Durchatmung wirkt körperlich kräftigend und seelisch aufbauend.

**14.20 - 14.50 Uhr**

### Vortrag: Taoismus und Konfuzianismus

Mehrzweckraum I & II

*Florian Fischbach*

Im Fernen Osten findet sich der Ursprung zweier nicht-monotheistischer Weltreligionen, deren Geschichte bis weit in die Antike zurückreicht: Im 6. Jh. v. Chr. wirkte Lao-Tse als Philosoph und Religionsstifter in China. Dieses welthistorische Geschehnis steht am Beginn der Entwicklung des Taoismus aus einem philosophischen System hin zu einer philosophisch geprägten Weltreligion. Gleichen Zuges stellt dieses Geschehnis auch die Keimzelle der Rivalität zwischen Taoismus und Konfuzianismus dar, die beide auf der selben religiösen Basis fußen: auf dem Chinesischen Universalismus.

Der hier angebotene Vortrag bietet einen kurzgefassten Einblick in Taoismus und Konfuzianismus.

**14.20 - 14.50 Uhr**

### Schnupperkurs: Chinesisch

Mehrzweckraum III

*Zhenling Demmig*

Kein Unterschied zwischen Singular und Plural, keine Deklinationen, keine Konjugationen (Verben werden nicht gebeugt), was ist das für eine Sprache, die von fast 900 Millionen Menschen gesprochen wird?

Dieser 30-minütige Schnupperkurs ist einfach und macht Spaß und ist geeignet für alle Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

Unsere Dozentin stammt aus China und wird Sie in die Kultur des Reichs der Mitte mit seiner 5000-jährigen Geschichte einführen. Sie erlernen einige einfache Wörter und kalligraphische Schriftzeichen. Bei einer Tasse chinesischem Tee sollte das alles kein Problem sein! Neugierig geworden? Schauen Sie herein, wir freuen uns auf Sie! Ni hao!



**15.00 - 15.30 Uhr**

### Schnupperkurs: Kalligraphie

Mehrzweckraum III

*Zhenling Demmig*

Dieser Schnupperkurs vermittelt Ihnen einen Eindruck von der „Kunst des schönen Schreibens“ und richtet sich an alle, die Freude am kreativen Umgang mit „handgemachter“ Schrift haben. Wir erkunden einzelne Buchstabenformen, tolle Schmuckschwünge und den großen Formenreichtum. Am Ende können Sie vielleicht schon Ihren Namen in chinesischen Schriftzeichen schreiben! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**15.00 - 15.30 Uhr**

### Vorführung: T'ai Chi- Formen

Bewegungsraum

*Torsten Pahl*

T'ai Chi Chuan - eine alte chinesische Kampf- und Bewegungskunst. Ruhige, langsame Bewegungen, wie Wolken am Himmel oder fließendes Wasser. Völlig entspannt und doch kraftvoll. Neben einer kurzen Einleitung und Fragerunde gibt es eine Vorführung der klassischen Handform nach Cheng ManChing, der Schwertform und der Fächerform. Um 15.45 Uhr besteht die Möglichkeit zum Mitmachen und Ausprobieren im Rahmen eines Schnupperkurses.