

Alle Kraft ist schon in uns

Im Überlebenskampf siegen: Shinerger ist die Kombination uralter Weisheit mit modernster Wissenschaft. Die Prinzipien beruhen auf einem Urwissen, das in den „Kriegs-Lehren“ der verschiedensten Kulturen auf der ganzen Welt in ähnlicher Form zu innerer und äußerer Vervollkommnung benutzt wurde.

Ronny Kokerts bemerkenswerter Lebensweg veranlasste ihn, seine eigene Methode aus tradiertem fernöstlichem Urwissen und modernsten sportmedizinischen Erkenntnissen zu entwickeln. Von totaler Entspannung bis zu extremer Fitness, von tiefer Meditation zu härtesten Kampfsequenzen führt Kokerts Programm, das ohne weitere Anleitung und altersunabhängig nachvollziehbar ist.

Ein Ratgeber und Lehrbuch für alle, die sich ihrer eigenen Kräfte bewusst werden und diese im modernen Alltag nützen wollen.

„Wir müssen nicht zu Siegern werden, wir sind es bereits. Shinerger ist eine Methode, die Menschen lehrt, ohne jede Furcht und ohne jeden Kampf persönliche Visionen zu verwirklichen. Patentrezepte und vorgegebene Strategien werden vermieden. Vielmehr werden Barrieren im menschlichen Denken individuell bewußt gemacht und überwunden. Nur dadurch kommt die intuitive Weisheit, die jedem Menschen innewohnt, zur Wirkung.“
(Ronny Kokert)

Shinerger [zusammengesetzt aus der japanischen Silbe “shin” (Geist, Herz, Emotion) und dem westlichen “energy” (Aktivität und Dynamik)] stellt die konsequente Weiterentwicklung dieser Lehren unter Berücksichtigung moderner Gesellschaftsentwicklungen und Lebensumstände dar.

Der Autor:

Ronny Kokert, Jahrgang 1970, ist einer der erfolgreichsten Kampfsportler unserer Zeit. Dieser Weg war ihm nicht vorgezeichnet. Nach einer Knochenmarkerkrankung als Jugendlicher, schien

Sport für sein Leben ausgeschlossen. Kokert überwand aus eigener Kraft und mit dem unerschütterlichen Glauben an sich selbst sein Schicksal: er wurde Taekwondo-Staatsmeister, US-Open-Medailist später sogar Open World Champion.

Seine Weiterentwicklung fand im engen Kontext von Spiritualität und moderner Sportmedizin statt. Kokert ist gemeinsam mit einem Partner Inhaber eines großen Trainingszentrums für Körper und Geist in Wien.



Shinerger
Der Weg der neuen Krieger
176 Seiten, durchgehend
vierfarbig illustriert,
Format 12,5 x 20,6 cm, EfaIn,
vierfarbiger Schutzumschlag
ISBN: 3-7015-0451-2
Im Verlag Orac, 2003