
Lasst sie fliesen!

Wie die Energie des Kosmos mit Qi Gong den Menschen heilt

IDA TSCHICHOFLOS

Je tiefer die Physik in die Materie eindringt, desto mehr erkennt sie den energetisch-geistigen Charakter des Universums. Ohne es beweisen zu können, haben die Chinesen dies schon immer gewusst und mit der Lebenskraft «Qi» gearbeitet (chin. «gong» = Arbeit). Qi Gong ist aktueller denn je, nicht nur weil im September in Basel der World Qi Gong Congress stattfindet.

Qi, die grundlegende Lebensenergie, durchströmt den gesamten Kosmos und zirkuliert ebenso im menschlichen Körper, der sich als eine Art komplexer Miniaturkosmos begreifen lässt. Dieser kleine, im Menschen verwirklichte Kosmos stellt ein Abbild des grösseren kosmischen Ganzen dar. So ist auch die menschliche Intelligenz ein Teil der universalen Intelligenz. Indem man Qi Gong praktiziert, verbindet man sich ganz natürlich mit dem kosmischen Informationsfluss. Inspiration, Geistesblitze und Weisheit sind die Folge dieser harmonischen Verbundenheit. Das freie Fliesen des Qi wird auf allen Ebenen angeregt und verstärkt.

Krank machende Blockaden auflösen

Die so genannten «Körpermeridiane», feinstoffliche Energiekanäle, dienen als Leitbahnen für das Qi. Krankheit entsteht aus der Sicht des Qi Gong durch einen disharmonischen, aus dem Gleichgewicht geratenen Energiefluss. Auf diese Weise entstehen nach einiger Zeit Energieblockaden, die sich bis hin zu organischen Störungen verdichten können. Durch kontinu-

ierliche Qi Gong-Übungen wird das eigene Energieniveau so erhöht, dass Blockaden in den Meridianen wieder aufgelöst und negative Energien aus dem Körper ausgeleitet werden können. Diese energetische Regulierung umfasst emotionale Heilungsprozesse ebenso wie körperliche Gesundheit, denn das medizinische Qi Gong reguliert ganzheitlich Körper, Seele und Geist. Die Wirkungen des Qi Gong reichen von einer Steigerung des Immunsystems und verbesserten Körperfunktionen über die emotionale Befriedung und Verfeinerung des Charakters bis hin zu einer Erhöhung der Intelligenz. Kurz: Das menschliche Potential als Ganzes wird entfaltet.



Die Phänomene sind da, aber nicht alle erklärbar

Die wahre Natur des Qi Gong ist gemäss dem Vorsitzenden der World Qigong Head Office Association, Wei Ling Yi, «die Vereinigung von Information, Energie und Materie zum Ganzen». Qi Gong-Phänomene und -Techniken berühren die Geheimnisse des Lebens, indem sie mit der Struktur der Materie und der Vorstellung von Zeit verschränkt sind. Die Erforschung des Qi Gong ist daher nicht einfach. Quantenphysik und Chaosforschung haben die Vorstellung «feinstofflicher Energien» wissenschaftlich greifbarer gemacht, aber einige Qi Gong-Phänomene sind nach dem aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisstand noch nicht erklärbar. In dieser Richtung sind grosse Fortschritte zu erwarten, wenn Wissenschaftler/innen selbst Qi Gong praktizieren und durch Selbsterfahrung bzw. Selbstbeobachtung neue Erkenntnisse und Ideen gewinnen. Denn erst wenn das innere Qi ein bestimmtes Niveau erreicht hat, kann man die Lebensenergie im Körper erforschen, und erst wenn das äussere Qi ein bestimmtes Niveau erreicht hat, kann man mehr Wissen über die menschliche Lebensenergie und die Natur als Ganzes erlangen. Der in Basel stattfindende World Qi Gong Congress im September 2007 dient auch dem Zweck, die Synthese und Integration von Qi Gong-Erfahrungen und Qi Gong-Theorie, von östlichem und westlichem Ausbildungsweg voranzutreiben.

Geisteshaltung spielt eine grosse Rolle

Es gibt in der Qi Gong-Praxis sehr verschiedene Übungen: Spezifische Bewegungsformen dienen der Blockadenöffnung und Harmonisierung des Qi-Flusses, eine besondere Atemtechnik erhöht die Aufnahme von Sauerstoff und Qi, körpereigene Energiespeicher werden aktiviert bzw. mit Energie angereichert etc. Oft reicht schon der Aufbau eines Qi-Feldes in Qi Gong-Seminaren aus, um die Energien wieder in Fluss zu bringen.

Allen Qi Gong-Techniken zugrunde gelegt ist das Prinzip der eigenverantwortlichen Selbstregulation, bei der auch die Geisteshaltung eine grosse Rolle spielt. Positive Gedanken fördern den persönlichen Heilungsprozess ebenso wie kollektive Harmonie und Stabilität. Qi Gong wird daher traditionell nicht nur im medizinischen Bereich, sondern auch auf kultureller, künstlerischer oder pädagogischer Ebene eingesetzt. So wie das Qi den gesamten Kosmos durchströmt, ist Qi Gong auch in allen Bereichen der Gesellschaft einsetzbar, um zu einer verfeinerten und harmonischeren Gesellschaft beizutragen.

Ida Tschichoflos ist Diplom-Bibliothekarin und Autorin, praktiziert seit 2001 Qi Gong und lebt in Tübingen.

Der World QiGong Congress, der 2003 5000 Besucher anzog, richtet sich ausdrücklich auch an interessierte Laien. Neben der wissenschaftlichen Fachtagung wird folgendes Programm geboten:

Öffentliche Auftaktveranstaltung: Samstag, 8.9. 14 Uhr: Kongresseröffnung mit Vertretern aus Politik, Gesellschaft und Wissenschaft. Vortrag und Energieübertragung mit Wei Ling Yi. Preis: 15 Euro

Workshops und Fachvorträge: Freitag, 7.9. bis Sonntag 9.9.2007: Qigong mit Kindern, Heilende Gesänge, Energiemedizin u.a. mit Ursula und Jay Goldfarb, Anouk Claes, Zuzanna Sebkova-Thaller. Fr. und So. ab 10 Uhr, Sa. 10 – 13 Uhr. Preis: 20 – 35 Euro

Kulturfest: Samstag, 8.9. Beginn: 19 Uhr. Kulturprogramm mit Tanz, Gesang, Kung Fu-Demonstrationen, u.a. mit Jocelyn B. Smith (spirituelle Sängerin, Jazz, Soul und Pop). Preis: 15 Euro

Rahmenprogramm:

Mutter Erde Kulturfest, mit chinesischen Drachen, Löwen und Trommeln. Freitag, 7.9.2007 Beginn: ca. 16:30 Uhr Rathaus-Marktplatz, Festumzug zum Messegebäude, 18:00 – ca. 19:30 Uhr Fest vor dem Messegebäude 1 Infostände, Qigong Praxisanleitung, Demonstrationen unterschiedlicher Heilmethoden, tgl. im Foyer

Karten für alle Veranstaltungen sind vor Ort erhältlich.

Infos: www.worldqigong.de

WORLD QIGONG CONGRESS

Qigong im Informationszeitalter
Basel, Messegebäude 1
7. -9. Sept.

2007

Eine Begegnung östlicher Weisheit
und westlicher Wissenschaft
für Laien und Fachpublikum

Workshops, Kulturprogramm, Fachtagung
mit unter anderen:

Wei Ling Yi, Qigong Grossmeister
Jakob Bösch, Psychiater
Anouk Claes, Geistige Heilerin
Günter Haffelder, Gehirnforscher
Ervin Laszlo, Systemtheoretiker
Fritz-Albert Popp, Biophotonenforscher

www.worldqigong.de Kongressbüro: 0049 (0)30 236 38 576

Neu und weniger schräg als sie tönt: Designtherapie

Viele Künste bewähren sich auch im therapeutischen Einsatz. So gibt es die Mal-, Musik-, Sprach-, Bewegungs-, Plastizier- oder die Schauspieltherapie. «Warum nicht die Kunst der Architektur als Kunsttherapie anwenden?» fragt der Kunsttherapeut Prof. Reinhold Johann Fäth in seinem vor kurzem erschienenen Buch mit dem Titel «Designtherapie – die therapeutische Dimension von Architektur und Design». Logisch: Wenn Häuser krank machen können – und das tun sie bekanntlich – dann können sie einen vielleicht auch wieder gesund werden lassen. Oder: Wenn ein schwieriges Bauprojekt einen fast ins Grab bringen kann, dann sollte gelingendes Bauen doch therapeutisch wirken. Das ist aber mit Fäths Ansatz nicht gemeint. Es geht ihm um die Architektur im kleinen Massstab, um Kästchen, Möbel oder Modelle. So hat er mit Heroinabhängigen unter dem Motto «sich selbst besitzen» ein Stuhlbauprojekt durchgeführt. Wie der Anthroposoph Fäth auf die Architektur als Therapie gekommen ist, beschreibt er so: «In der kunsttherapeutischen Arbeit habe ich mich oft gefragt, wie jemand seine Gedanken, Wünsche und Phantasien nicht nur aufs Papier, sondern auf den Boden bringt. Welche künstlerischen Mittel korrespondieren mit: «auf den Boden der Tatsachen kommen»? – «Verschlossenheit» und «Offenheit»? – «Ganz aus dem Häuschen sein»? – «Dachschaden am Oberstübchen»? – «Äusserer Fassade» und innerer Wirklichkeit? – «Tragfähigkeit» einer «Beziehungskiste» ohne «Hintertürchen»? Wie kann man jemandem mit kunsttherapeutischen Mitteln helfen, wieder «Herr im eigenen Haus» zu werden?». Das Buch bietet vielleicht etwas zu knappe praktische Antworten auf diese Fragen, aber es eröffnet ein neues Fachgebiet, das man ja auch privat nutzen kann, z.B. um seine Beziehungskiste zu reparieren, indem man zuerst eine Kiste bastelt.

Reinhold Johann Fäth: Designtherapie – die therapeutische Dimension von Architektur und Design. Pforte Verlag, 2007. 148 S. Fr. 32.-

Telefonbuch der Gesundheit

Alternativen im Gesundheitswesen sind gefragt wie noch nie. Wie vielfältig und umfangreich das Angebot ist, zeigt das neu erschienene Adressbuch. Es bietet über 3000 Adressen von Heilpraktikerinnen und Therapeutinnen, Methoden- und Therapie-Kurzbeschreibungen, Adressen von Schulen und Institutionen, viele Produkte- und Dienstleistungsanbieter und einiges mehr.



Zu bestellen bei: **Verlag gesund GmbH**, Sarganserstrasse, 8880 Walenstadt, Tel/Fax 081 710 25 44, E-Mail: verlag@gesund.ch für Fr. 19.80. www.gesund.ch

Die Schweizerischen Gesundheitstage sind eine Erlebnis-Messe. An Workshops, Vorträgen und Demonstrationen erhalten Sie Einblick in die Vielfältigkeit der Komplementärmedizin.

Die Schweizerischen Gesundheitstage GHT schaffen Informationen und Transparenz im vielfältigen Angebot der Schul- und Naturmedizin. Sie ermöglichen Laien und Fachleuten sich selbst ein unabhängiges Bild über Präventionsmöglichkeiten, Behandlungs- und Therapieformen sowie Erkenntnisse und Entwicklungen im Gesundheitsbereich zu machen.

Schweizerische Gesundheitstage

Information/Programm: Tel. 032 626 31 26

Öffnungszeiten

Donnerstag, 18. Oktober 11.00–19.00 Uhr
Freitag, 19. Oktober 09.00–19.00 Uhr
Samstag, 20. Oktober 09.00–16.00 Uhr

Eintrittspreise

Eintrittspreis Fr. 10.– pro Tag
EGK-Versicherte Fr. 5.– pro Tag, Kinder frei

www.gesundheitstage.ch

Profitieren Sie von den
RailAway-Messeangeboten.



Ein Engagement der EGK-Gesundheitskasse

Gesunde Tage in Solothurn

Gleiche Chance für Natur und Chemie – dies war das Motto der ersten schweizerischen Gesundheitstage 1994. Organisiert von der Eidg. Gesundheitskasse (EGK) setzten sie sich ein für ein sinnvolles Miteinander von Schul- und Komplementärmedizin. Die Stossrichtung hat sich bewährt: Die Gesundheitstage entwickelten sich rasch zur massgeblichen Veranstaltung in diesem Bereich mit Tausenden von BesucherInnen. Dazu beigetragen hat sicher auch das Konzept mit Messe, Demonstrationen, Vorträgen und Workshops und die gute Stimmung, wie sie nur Frauen in der Tagungsleitung hinkriegen. Innert kurzer Zeit kann man sich einen praktischen und

theoretischen Überblick über eine Fülle von Methoden verschaffen. Zu einem echten Miteinander von Schul- und Komplementärmedizin ist der Weg allerdings noch weit. Aber für sich selber kann man diese Vision verwirklichen – die Gesundheitstage leisten einen wertvollen Beitrag dazu.

Die 14. Gesundheitstage finden vom 18. bis 20. Oktober wiederum in Solothurn im Landhaus, der Jugendherberge und dem Alten Spital statt. Der Eintrittspreis beträgt Fr. 10.- (für Versicherte der EGK Fr. 5.-), ein eher symbolischer Betrag für die Fülle an Informationen, die geboten wird.

Infos: www.gesundheitstage.ch

Symposium zur Quantenmedizin

Die Quantenmedizin polarisiert: hier diejenigen, die einen physikalisch begründeten In- oder Output verlangen und den quantenmedizinischen Geräten grundsätzlich Glaubwürdigkeit absprechen, dort begeisterte und zufriedene Anwender. Immer mehr irritierende Beobachtungen und Fragen tauchen auf: Welches Funktionsprinzip steckt dahinter? Ist das Ergebnis wirklich vom Untersucher abhängig? Fragen, die die Deutsche Gesellschaft für Energetische und Informationsmedizin an einem Symposium mit dem Titel «Quantenmedizin – die Medizin entdeckt die Quantenphysik» klären will (Heidelberg, 13. Oktober 2007).

Info: DGEIM, PD Dr. med. H. Treugut, Tel. 07171 701 15 02, www.dgeim.de

Die gesunde Adresse

Hertzwelle.ch

Kilian Fuhrer
info@hertzwelle.ch
Tel. 061 301 97 07



Radionik mit Quantec für Mensch, Tier und Unternehmen, Systemische Beratung, Einzeltraining

Interessengemeinschaft IKP

Kanzleistr. 17
8004 Zürich
Tel. 044 242 29 30



Auf Basis des anthropologischen Modells IKP arbeiten Therapeutinnen und Beraterinnen im Sinn eines ganzheitlichen Menschenverständnisses.
www.berater-in.ch

www.therapeut-in.ch

Polarity - Stefan Brütsch

Wartstrasse 23
8400 Winterthur
Tel. 078 912 94 92
info@polaritybruetsch.ch
www.polaritybruetsch.ch



Freier Fluss von Energie in Gedanken, Gefühlen und im greifbaren Körper bedeutet Gesundheit und Wohlbefinden. Staut sich Energie, entsteht Unwohlsein, Krankheit oder ein Gefühl von Stagnation. Polarity

als natürliche, ganzheitliche Behandlungsmethode unterstützt den Fluss der Energie im Lebensprozess.

Samuel Hahnemann Schule

Tel. 062 822 19 20
Fax 062 822 20 88
www.hahnemann.ch
info@hahnemann.ch



Heilkunst lernen?
Heilkunst können!

Kursorte Zürich und Aarau
Homöopathie
Ernährungsberatung

Bachblüten-Therapie
Farbtherapie
Schulmedizinische Grundlagen

TERRA International

Kapellenweg 13
5722 Gränichen
Tel. 062 842 78 01
www.terra-india.ch
info@terra-india.ch



TERRA Zimtsohlen sind ein hochwertiges Markenprodukt. Sie sind mit viel Zimt gefüllt und eng genäht. Damit erleben Sie ein angenehmes Traggefühl. Schweißfüsse sind Vergangenheit!

TERRA Zimtsohlen werden in einem Ashram in Indien hergestellt. Die Mitarbeiter profitieren von fairen Arbeitsbedingungen. Es gibt keine Kinderarbeit. Schulbildung und garantierte Ernährung sind Programm.