

Heilen mit Qi

Lebenspflege und geistig-energetisches Heilen

von Enrico Kosmus

Haben Sie sich nach einem Gespräch mit einem Menschen etwas ausgelaugt gefühlt? Haben Sie sich nach einem längeren Aufenthalt in einer Gruppe von Menschen (z.B. Einkaufszentrum) kraftlos gefühlt? Haben Sie sich als energetischer Heiler nach einer Energiearbeit mit einem Klienten schon einmal leer gefühlt? Alle Lebewesen benötigen Energie zum Leben. Besteht bei einem ein Defizit an Energie, so trachtet dieses Lebewesen danach diesen Mangel wieder auszugleichen. Vielfach wurde hier schon der Begriff der Energie-Vampire strapaziert, aber warum sollte man hier jemandem gleich die schlimmsten Absichten unterstellen? Nach dem Motto: „Ein Schelm, der Übles dabei denkt“, sollte jeder zunächst dabei bedenken, dass er a) auf seine eigene Energie selbst zu schauen hat, und dass b) dieser Vorgang einfach ein Energieaustausch im systemischen Sinne ist. Für den Menschen mit dem Energiemangel ist dies ein Versuch der Heilung. Er versucht so universales Qi aufzunehmen.

Jedes Lebewesen verfügt über Selbstheilungskräfte. Tiere benutzen in ihrer Weisheit bestimmte Pflanzen, um die Verdauung zu fördern oder auch um Erbrechen hervorzurufen (z.B. Katzen fressen Gras, um die durch die Reinigung aufgenommenen Haare zu erbrechen). Mehr noch aber können Lebewesen ihre körpereigene Energie an bestimmte Stellen leiten. Blieben diese energetischen Schwachpunkte unbehandelt, würden sich im Laufe der Zeit Krankheiten einstellen.

Auch wir Menschen können unser so genanntes Wahres Qi (= aufrechtes bzw. geradläufiges Qi) kultivieren, durch den Körper strömen lassen und damit sowohl uns selbst als auch andere heilen. Als menschliche Wesen müssen wir es nur wieder erlernen. Dabei wird zunächst das eigene Energiesystem versorgt, und wie bei einem übervollen Gefäß kann dann die überschüssige Energie an andere abgegeben werden.

Vor- und nachgeburtliche Energie

Unseren Körper haben wir vom nachgeburtlichen Himmel. Durch die Übungen der Lebenspflege gelangen wir in den vorgeburtlichen Himmel wieder zurück.

Energie ist der Antrieb für alle Lebewesen. Diese Energie kann feinstofflich wie auch grobstofflich sein. Die grobstoffliche Energie wird über Atmung und Nahrung aufgenommen. Diese wird durch die Leitbahnen befördert. Bereits im medizinischen Klassiker des Lingshu, einem Teil des „Inneren Klassikers des Gelben Kaisers“, wird darauf hingewiesen. „Nach der Geburt setzt der Magen des Kleinkindes mit der Aufnahme der Nahrung ein und die Meridiane beginnen mit der Übernahme ihrer Aufgabe, so dass nun der Kreislauf von Qi und Blut im Körper einsetzt.“ Die Essenz der grobstofflichen Nahrung wird von den Organen extrahiert und über die Leitbahnen im Körper verteilt. Dennoch kommen wir als Menschen mit einer vorgeburtlichen Energie, einem vorgeburtlichen Geist und einer vorgeburtlichen Essenz in diese Welt. Diese vorgeburtlichen Kräfte wollen in diesem Leben dann aber gepflegt und bewahrt werden. Nur dadurch sind auch Gesundheit, Wohlbefinden und langes Leben möglich. Sind diese drei Schätze in Fülle, kann man infolge dessen auch andere mit dieser Kraft heilen.

Geistig-energetisches Heilen

Ein altes chinesisches Sprichwort sagt: „Wenn dein Patient nicht in dieser Zeit geheilt ist, die er benötigt, um von der Türe zu deinem Tisch zu kommen, dann bist du kein Heiler.“ ...höchstens Mediziner. Als geistig-energetische Heiler sind wir keine Menschen, die ihre Heilungsqualitäten weder im Verschreiben von Tabletten oder Hineinstecken von Nadeln noch im Drücken bestimmter Punkte sehen. Sicher, diese Methoden wirken und sind auch sehr hilfreich in bestimmten Fällen. Doch der wesentliche Aspekt ist jener der kultivierten Energie im Heiler selbst. Wie in diesem Ausspruch oben klar wird, benötigt man für's Heilen zunächst einmal nicht eine bestimmte Handlung. Der Heilungsimpuls erfolgt über die Gelassenheit und Achtsamkeit des Heilers. Erst in weiterer Folge können bestimmte Methoden angewandt werden. Diese dienen dann dem besseren Leiten der Energie.

Heilung tritt dadurch ein, dass der Geist im ganzen Körper aktiviert wird. D.h. der gesamte Körper wird in Achtsamkeit wahrgenommen. Dies ermöglicht das Anwachsen und den freien Fluss des Wahren Qi. Das aufrechte Qi wandert dort hin, wo der Geist es hinführt. Dies kann eine schmerzhaft Stelle sein. Doch sollte man das Qi nicht allzu angestrengt führen, weil ansonsten der Geist seine Gelassenheit verliert. Dies wäre eindeutig kontraproduktiv. Zusätzlich lässt sich das pathogene Qi auch noch über verschiedene Visualisationen behandeln.

Pflege der Energie

Die Pflege der drei vorgeburtlichen Schätze von Geist, Energie und Essenz erfolgt vor allem über deren Nicht-Aufbrauchen. Die Fähigkeit, den Geist nach innen zu wenden und so von äußeren Reizen mehr und mehr Abstand zu gewinnen, ist eine wesentliche Voraussetzung für die Pflege des vorgeburtlichen Geistes. Werden die Räuber der Begierde, des absichtsvollen bzw. sorgenvollen Denkens, des Abstumpfens von Augen und Ohren fern gehalten, dann kann sich Geistesruhe einstellen. Diese Gelassenheit entspricht dann dem Wu-Wei, dem absichtslosen Handeln bzw. Nicht-Handeln und regeneriert den Geist.

Methoden der inneren Künste des Taijiquan, des Baguazhang oder des Xingyiquan wie auch des Qigong stärken die vorgeburtliche Energie. Dabei wird besonderer Wert auf entspannte Bewegungen und auf die Atemführung gelegt.

Ein Bewahren der vorgeburtlichen Essenz geschieht durch einen bewussten Umgang mit Sexualität und Zeugungskraft. Bei Männern wird diese Essenz durch die Ejakulation verbraucht, während bei Frauen dies durch die Menstruation bzw. durch die Geburt eines Kindes erfolgt. Die Kunst liegt nun im Zurückhalten des Samens, wie auch in einem Verwandeln der Menstruation in einen reinigenden Prozess und nicht in einen „Blutausfluss“.

Innere Übungen

Durch die Pflege des Wahren Qi im Zuge von inneren Übungen (Neigong) werden manchmal Krankheitssymptome aktualisiert. Dies geschieht, weil das aufrechte Qi mehr und mehr gestärkt wird und über die Leitbahnen im Körper zu zirkulieren beginnt. Dabei trifft es auf Reste von pathogenem Qi, welches sich im Laufe der Zeit im Körper eingenistet hat. So entsteht zunächst ein reinigender Effekt. Schmerzen, die im Zuge der Qi-Pflege auftauchen, sind Anzeichen für diesen reinigenden Kampf zwischen Wahren Qi und Pathogen.

In den inneren Übungen nimmt der Geist eine führende Position ein. Ohne seine Mitwirkung sind die gymnastischen Übungen nur von äußerem Wert. Sie wirken lediglich grobstofflich, was für manche zwar schon von großem Wert ist, aber die vorgeburtliche Energie nicht berührt. Der Geist wird daher über Übungen langsam nach innen geholt. Z.B. durch die Anrufung bestimmter Wesenheiten oder Qualitäten Gottes (ev. einige der 99 schönsten Namen Gottes) wird der Geist wieder zurück nach innen geführt. Danach ist es wichtig, dass der Geist mit allen Bereichen des Körpers verbunden wird.

Bleibt der Geist zu sehr im Außen hängen, kann er seine Aufgabe in der Qi-Kultivierung und –Führung nicht wahrnehmen. Durch seine Wünsche und Begierden richtet der Mensch seinen Geist auf Äußeres. Dies führt zu einem Austreten des Geistes. Die führende, lenkende und schützende Funktion des Geistes geht so verloren. Werden Wünsche und Begierden auf ein natürliches Maß reduziert, dann erkennt man in ihnen eine natürliche Antriebskraft für eine Entwicklung.

Paranormale Fähigkeiten

Das Pflegen der vorgeburtlichen Energie fördert die Ausbildung paranormaler Fähigkeiten. Damit sind nicht Tischerlrücken oder Löffelverbiegen gemeint. Vielmehr sind darunter z. B. schamanische Fähigkeiten der Gedankenübertragung und der Energieheilung zu verstehen. Aber auch schwarz-magische Handlungen sind möglich. Damit ergibt sich auch gleich eine Verantwortung, die durch die Kultivierung von Körper, Herz und Geist erlangt wird.

Herzensbildung

Daher ist eine tugendhafte Entwicklung wichtig. Diese geschieht durch ständiges Regulieren des individuellen Zustandes in Verbindung mit einem Feedback von der Umwelt. Wie kann diese Entwicklung nun aussehen? Jede Handlung hat als Ursache ein Motiv. Jeder Beweggrund ist das Ergebnis einer Weltsicht und somit einer Geisteshaltung.

Schwarz-magische Handlungen haben ihren Ursprung in einem mangelnden Verständnis von den Zusammenhängen des Daseins. Diese Unwissenheit ist die Grundlage, aus der anhaftende (Begierde) und ablehnende (Haß) Handlungen entstehen. Unwissenheit beginnt man durch Beobachten und Ergründen aufzulösen. Die fundamentale Unwissenheit im Leben des Menschen ist die Annahme einer eigenständigen, von anderen unabhängigen Existenz. Durch Untersuchung des Daseins entstehen Verstehen und Gewissheit. Weisheit ist das Ergebnis dieses Untersuchens. Kraft der unterscheidenden Weisheit erkennt man die wechselseitige Abhängigkeit der Dinge. Letztendlich erfasst man die Dinge nicht mehr in ihrer inhärenten Existenz, sondern sieht sie als einen im Fluß begriffenen Prozess von Anfängen und Einmünden in einen neuen Zyklus der Wandlung.

Liebe und Mitgefühl heilen

Eine Qi-Heilung benötigt daher auch keine spezielle mentale Ausrichtung, wenn das Körper/Geist-Verhältnis stimmt. Man muss sich nicht vorstellen, wie das Qi vom Dantian zu Händen fließt und bei Laogong in der Handmitte austritt. Je mehr körperlich gedacht wird, umso stärker wird der natürliche Fluss des Qi behindert. Das einzige Gefühl, das man dabei benötigt, ist jenes des Mitgefühls: das Wissen, dass wir alle lebende und damit auch fühlende Wesen im selben Raum sind. Mit der „Tatkraft, die aus Weisheit und Mitgefühl kommt...“ kann dann eine Heilung erfolgen.

Handlungen können auch vorgenommen werden, aber ohne das Verwurzel-Sein in der eigenen Wesensmitte (körperlich z.B. Dantian) und ohne den AUFRICHTIGEN WUNSCH, das Leiden des Klienten zu lindern, wird alles nur Technik sein.