



## **Warum Shaolin Kampfmönche keine künstlichen Gelenke und keinen Psychiater brauchen Ein Ausflug in das Verständnis von Qi und Harmonie in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)**

Aus schulmedizinischer Sicht werden Teile des Körpers krank und müssen auf der Grundlage labormäßiger und anderer gerätebasierter Feststellungen behandelt werden, bis diese Werte wieder im definierten Normbereich liegen.

Sportmedizinisch werden erschöpfte Muskeln gelockert, Sehnen wieder gedehnt und Knochen mit Mineralien gestärkt. Und los geht es wieder.

Bei einer guten Betreuung kommt noch Meditation zur nervlich-emotionalen Entspannung dazu.

Anders die Sichtweise und Herangehensweise der TCM.

Wenn ein Mensch gesundheitliche Befindlichkeiten aus sich heraus hat, die ihn seelisch-emotional oder körperlich beeinträchtigen, liegt zuerst eine energetische Disharmonie vor, die dann zu einer Disharmonie auf körperlicher Ebene führt.

Wenn die energetische Disharmonie die Ursache für die körperliche Disharmonie ist, muss die Ursache, also die energetische Disharmonie aufgelöst, also die Harmonie wieder hergestellt werden.

Wird nicht die Ursache, also die energetische Disharmonie aufgelöst, wird der Körper nicht wirklich gesunden.

Das hat nichts mit „Esoterik“ oder „Glaubenssätzen“ zu tun, sondern ist handfeste Medizin und unverbildete, einfache Logik.

Stellen Sie sich einen Menschen vor; kraftstrotzend, mit vor Schalk und Neugier leuchtenden Augen, einer wohlklingend klaren Stimme und einem angenehmen Duft.

Tage später treffen Sie den selben Menschen wieder.

Er liegt da und während Sie ihn betrachten, bemerken Sie; er wirkt spannungslos, er spricht nicht, seine Augen sind geschlossen und so wirklich gut riecht er nicht mehr.

Er befindet sich in einem Zustand, der im allgemeinen als tot bezeichnet wird.

Aber; es ist materiell der identisch selbe Mensch.

Was unterscheidet seinen Zustand?

Er hat im Vergleich zu vorher keine Energie, kein Qi mehr.

### **Ein weiteres Bild zur Verdeutlichung.**

Stellen Sie sich eine Fahne vor.

Diese bewegt sich nicht von allein.

Es muss Wind hinzutreten, um sie zu bewegen.

Wind ist nicht sichtbar. Ebensovienig wie die Energie des Menschen, die ihn vom identisch lebendigen und toten Menschen unterscheidet.

Aber nur diese Energie, Qi genannt, kann Mensch und Fahne bewegen, ist also ursächlich dafür, ob diese „lebendig“ sind oder nicht.

### **Ergebnis:**

- Es wirkt also eine Kraft
- Diese ist nicht sichtbar

- Aber sie ist in der Lage, stoffliches zu bewegen
- Diese Kraft nennt man Qi, Prana, Ki, Odem oder Lebensenergie
- Im Yin-Yang-Symbol ist diese Kraft / Energie hell und das materielle / Saft, Blut dunkel dargestellt.

Diese Kraft, das Qi bewegt, bewegt Blut und Körpersäfte

Kraft bewegt also Saft.

Wenn keine Kraft, also kein Qi, keine Lebens“energie“ da ist, werden auch Blut & Körperflüssigkeit nicht, oder nicht ausreichend bewegt.

Die Folge ist eine Unterversorgung unserer Zellen, unserer Körperorgane mit Blut und Säften.

Die weitere Folge ist, dass unser Körper immer anfälliger wird gegen bösartige Zellmutationen und gegen Virusangriffe und pathogene Faktoren von außen.

Dies ist deshalb so, weil ein optimaler Blutfluss Grundvoraussetzung jedes menschlichen Lebens ist. Denn, wie heißt es in Goethes Faust „Blut ist ein ganz besonderer Saft“.

Aber damit dieser besondere Saft fließt, benötigt es Kraft, Qi.

Wenn diese Kraft fehlt, trifft eben gerade Sie und gerade jetzt Sie, diese oder jene „Krankheit“.

Wenn Qi aber die Grundlage von „Saft“fluss ist, muss man zur Behandlung von „Krankheiten“, die Ausdruck energetischer Disharmonien sind, doch nicht an Symptomen arbeiten und auf Körperebene herum hantieren.

Die Diagnostik auf Körperebene ist natürlich wichtig, um den Grad einer körperlichen, pathologischen Veränderung festzustellen.

Unsere schulmedizinischen Verfahren sind auch unerlässlich in der Akutbehandlung und Chirurgie. Aber die Ursachen dieser Veränderungen auf Körperebene liegen in der Erkrankung des Qi und sind schon lange vorher auf Qi Ebene feststellbar.

Dies nennt man „Zukunftskrankheit“.

Wird bereits auf dieser Ebene behandelt, kommt es nicht zu Disharmonien auf pathologischer Ebene.

Ich fasse dazu nochmal zusammen:

Fehlendes, blockiertes Qi ist die Ursache dafür, dass Blut und Körpersäfte nicht oder nicht optimal fließen, denn Qi ist Kraft.

Wenn diese Kraft fehlt, führt das durch mangelhafte Blutzirkulation zu einer Unterversorgung von Körperorganen und Körperzellen.

Dies führt zu Krankheit.

Das heisst also,

- zuerst wird Qi, Kraft krank
- dann wird der Körper krank.
- deshalb muss das Qi gekräftigt werden, damit Körperorgane & Zellen wieder optimal arbeiten können.

Beim Auto repariert man ja auch nicht den Motor, nur weil kein Treibstoff im Tank ist, sondern man füllt Treibstoff, Energie, Qi nach und das Symptom „Auto startet nicht“ verschwindet ohne Reparatur des Motors.

**Jetzt stellt sich die Frage, warum wird Qi, Energie krank?!**

Die Antwort ist einfach:           Durch unsere Emotionen

Denn Emotionen sind Stress  
Was hat Stress zur Folge? > Zellblockaden

Schlechte Ernährung + Umweltgifte tun dann noch den Rest dazu.

Das Qi fließt durch spezielle Funktionskreise, denen jeweils Organe zugeordnet sind.  
Das Qi der einzelnen Funktionskreise versorgt jeweils konkrete Körperteile.  
Das Qi von jedem Funktionskreis reagiert auf jeweilige positive oder negative Emotionen.

**Folgende Emotionen beeinflussen folgende Funktionskreise, die wieder verantwortlich sind für die Versorgung bestimmter Körperteile.**

<b>Emotion</b>	<b>Funktionskreis</b>	<b>Verantwortlich für mit Qi zu versorgendes Körperteil</b>
Wut	Leber	Augen, Sehnen, Muskeln
Angst	Niere	Knochen, Gehirn, Immunsystem, Schilddrüse, Hormone
Sorgen	Milz	Muskeln, Blutbildung, Verdauung
Trauer	Lunge	Haut, Atemsystem, Herz (O2)
Fanatismus Begierde	Herz	Versorgung aller Organe mit Blut, Nervensystem

Halten die negativen Emotionen zu lange an, werden die zu versorgenden Körperteile und das Körperorgan, der Funktionskreis bis hin zu Krebs krank.

**Das heisst:** Ohne Heilung der Emotionen, keine Heilung des Körpers

Ohne stabiles Qi in den Organen und Funktionskreisen, keine Versorgung der dem jeweiligen Funktionskreis zugeordneten Körperteile und der Organe selbst.

Im Ergebnis kommt es zu Befindlichkeiten und Störungen in den betreffenden Organen und Körperteilen, die dann als Krankheit bezeichnet werden.

**Wie funktioniert jetzt Heilung und schädigungsfreier Sport selbst bei härtesten Kampftechniken?**

**Beispiel Covid-Erkrankung und Erkältungen**

Bei Erkältungen dringen pathogene Faktoren wie Wind, Feuchtigkeit und Kälte über die Haut in Ihren Körper ein.

Bei Covid und anderen Virusinfektionen dringt ein Virus über Nase und Mund in ihren Körper ein.

Aber die Frage ist:  
Warum gerade bei Ihnen?

Die Antwort könnte sein:  
Weil irgendein Schutz bei Ihnen fehlt

Aber:

Warum fehlt GERADE BEI IHNEN ein Schutz?

Die Antwort könnte sein:

Weil gerade ihr Immunsystem herunter gefahren, erschöpft ist

Aber

Warum ist GERADE JETZT das Immunsystem erschöpft und fehlt deshalb bei Ihnen ein Schutz?

Schauen Sie sich rückwirkend ihr Leben der letzten zwei Jahre unter den obigen 5 Emotionsmustern an!

Dann finden Sie die grundsätzliche Antwort.

Ihre negativen Emotionen und Verhaltensweisen, oft hervorgerufen durch äußere Ereignisse haben ihr Nieren Qi (zuständig für das Immunsystem) und ihr Lungen Qi (zuständig dafür, dass keine pathogenen Faktoren und keine Viren in den Körper eindringen) krank und damit anfällig gemacht.

### **Warum treten bei Covid derart unterschiedliche Symptome auf?**

Auch hier ist die Antwort einfach:

Bei einem Atemwegsvirus ist es, als wenn eine Kugel abgefeuert wird.

Wen sie trifft ist Zufall.

Aber, wie tief sie in den Körper, also in welchen Organ-/Funktionsbereich eindringt und ob und in welchem Ausmass es zu Organschädigungen kommt, das hängt von der energetisch-funktionalen Stärke der Organ-/Funktionsbereiche ab.

Für die Behandlung von Covid muss also nach in der TCM klar definierten Symptomen festgestellt werden, in welchen Funktionskreis, in welches Organ der Virus eingedrungen ist.

Je nach Beeinträchtigung des jeweiligen Organbereiches können dann auch die Behandlungsmethoden dem jeweiligen Organbereich entsprechend erfolgreich zur Anwendung kommen.

Hierfür bietet das Medizinische Qi Gong, wie ich es seit mehr als 25 Jahren vermittel, sehr effektive Methoden.

### **Nun zu der Frage, warum Shaolin Kampfmönche keine künstlichen Gelenke und keinen Psychiater brauchen.**

Die Antwort ist simpel.

Ein Fluss versorgt die Felder mit Wasser. Dadurch wachsen dort Früchte, die uns ernähren.

Ein Qi-Meridian ist auch ein Fluss. Dieser versorgt Organe, Muskeln, Sehnen, Knochen und Gehirn mit Qi.

Wenn der Fluss nicht mehr genug Wasser, der Meridian nicht ausreichend Qi führt, trocknet er aus. Muskeln werden schlaff, Sehnen sind angespannt und unflexibel, Knochen und Gelenke werden brüchig.

Am Fluss, am Meridian zu manipulieren bringt kein Ergebnis.

Physiotherapie und Medikamente bringen deshalb wenig Erfolg.

Die Quelle des Flusses muss bearbeitet, aktiviert und Stauseen zur zusätzlichen Zuführung aktiviert werden.

Nur dann sind Organe, Muskeln, Sehnen, Knochen und Gehirn mit Qi ausreichend und über einen nicht endenden Zustrom von Qi versorgt.

Dies nutzen die Shaolin Kampfmönche.

Durch spezielle Qi Gong Übungen z.B. des Inneren Shaolin Qi Gong wird das Organ-Qi so optimiert, dass es wie eine unversiegbare Quelle Muskeln, Sehnen, Knochen und Gehirn mit Qi und dadurch mit einem optimalen Blutfluss versorgt.  
Dadurch können diese in einem sehr hohen Maß belastet werden, ohne Schaden zu nehmen, trotz extremer Belastung.  
Durch ihre zutiefst humanistische buddhistische Praxis behalten Shaolin Kampfmönche ihre Emotionen auch unter schwierigen Umständen in Harmonie.  
Dadurch bleibt ihr Qi in Balance und bewegt Blut und Körpersäfte optimal, was Qi- und Blut- und Flüssigkeitsstau verhindert.  
Deshalb benötigen sie keinen Psychiater und keine künstlichen Gelenke.

Dieses Wissen können auch wir nutzen.

Bei unseren heutigen täglichen Anforderungen sind dies wirksame Übungen, um den Körper wieder flexibel in den Gelenken und Muskeln zu machen und seelisch den Konflikten unseres sozialen und gesellschaftlichen Umfeldes in Harmonie und stabil begegnen zu können.

Auch Sie können von diesem Wissen profitieren.

**Der nächste Kurs mit diesen speziellen, hocheffektiven Übungen findet am 11./12.2.2023 in Radebeul statt.**



Horst-Rainer Rust  
Qi Gong Meister