

Newsletter 17. Mai 2022

Hallo liebe Qi Gong Interessierte

Hier einige aktuelle Informationen. **Bitte teilt sie auch mit anderen Interessierten und leitet sie gern weiter.**

1. Zurück zur Natur

Ab sofort findet der Kurs am Mittwoch, 18.45-20.00 Uhr im Großen Garten an unserem langjährigen Treffpunkt von der Stübelallee kommend auf der großen Wiese, links zwischen Stübelallee und Palais, statt.

Auf der Homepage findet Ihr auf der Startseite den Googlemaps Wegweiser-Link.

Bei Regen findet der Kurs im Prana Zentrum statt.

Der Kurs mittwochs 17.00-18.15 Uhr findet weiterhin im Prana Zentrum statt.

2. Happy-Holliday-Rabatt

Ab jetzt bis 31.6.22 gilt wieder der Happy-Holliday-Rabatt. Wer in dieser Zeit eine 10er Karte bucht, zahlt nur 100€, statt 120€.

Für alle anderen Kurse, die bis 30.6.2022 gebucht werden, gilt ein Nachlass von 10%.

Es finden noch folgende Kurse 2022 statt:

| | |
|-----------------|--|
| 24.-26.6.22 | Qi Gong für Lunge & Haut in Lauchhammer |
| 01.07.22 | Meditation mit Shaolin Großmeister Shi Xinggui, 18.00-20.30 Uhr im Prana Zentrum, Glashütter Str. 101a, 01277 Dresden |
| 02.-03.07.22 | Inneres Qi Gong zur Stärkung von Geist & Körper mit Shaolin Großmeister Shi Xinggui, 9.00-17.00 Uhr, Tres Tangos, Dornblühstr. 16, 01277 Dresden |
| 01.-07.08.22 | Work Life Balance Qi Gong in Lauchhammer - Aus- & Entspann-Urlaub |
| 02./03.09.22 | Einführungskurs Medizinisches Duft Qi Gong |
| ab 22./23.10.22 | Ausbildung Medizinisches Duft Qi Gong; Neues Konzept & geänderte Preise |
| ab 24.-25.09.22 | Qi Gong Ausbildung in 3 Stufen; Neues Konzept & geänderte Preise |

Ihr findet alles auch auf der Homepage direkt auf der Startseite.

Gerade die Ausbildung Duft Qi Gong lege ich allen sehr ans Herz.

Diese Ausbildung legt wirklich eine Basis, egal ob geimpft oder nicht geimpft, genau aus den beidseitig erwachsenen gesundheitlichen Risiken nicht nur schadlos raus zu kommen, sondern wirklich seine Gesundheit (positiv) mit nachhaltiger Wirkung stabil zu machen.

Damit stehen wir allen gewesenen und ggf noch vor uns stehenden Belastungen stabil gegenüber. Frau Dr. Li hat die Bitte an mich herangetragen, diese Ausbildung durchzuführen und zugesagt, diese Ausbildung zu begleiten,

Es ist ihr und mir ein wichtiges Anliegen, unser Wissen hier auch weiterzugeben und zu vervielfältigen, solange wir dies noch können.
Uns geht es auch darum, hier eine Basis des gegenseitigen Austausches zu schaffen.

Aus dem gleichen Grunde möchten wir, Frau Li, die für ihre Unterstützung und Begleitung kein Geld nimmt, und ich 2 weitere Methoden des Medizinischen Qi Gong einer breiten Gruppe von Menschen zugänglich machen und Pflänzchen wachsen und sich vervielfältigen lassen.
Dies ist das Sheng Zhen Healing Qi Gong und das Guolin Qi Gong.

Das Healing Qi Gong wird angewendet bei schweren pathogenen Lebervergiftungen und bei tiefgreifenden seelischen Erschütterungen.

Das Guolin Qi Gong wird angewendet bei Tumor-Erkrankungen und ebenso wie Duft Qi Gong sehr gut wissenschaftlich belegt.

Wer Interesse hat an einer Healing und / oder Guolin Ausbildung, um dieses dann auch weiter zu geben, gibt mir bitte bis Ende Mai Bescheid, um diese Ausbildung zeitlich zu planen und vorzubereiten.

Alle 3 Ausbildungen werden im Präsenzunterricht gelehrt, aber parallel online übertragen und auch aufgezeichnet und den Teilnehmern anschliessend zur Verfügung gestellt.

Hier noch eine kurze Geschichte zum Schluss, mit dem Hinweis, dass ich nicht christlich oder sonst religiös gebunden bin.

Zu Ostern habe ich einer sehr lieben Freundin, zu der ich eine tiefe Verbindung habe, geschrieben, dass ich nicht glaube, dass Jesus wieder auferstanden ist, denn dann dürfte das, was auf der Welt gerade passiert und seit seiner Kreuzigung geschehen ist, nicht sein.

Dies hat lange in ihr gearbeitet.
Gestern sagte sie mir, die Frage ist doch eigentlich, warum Jesus überhaupt gestorben ist.

Und da fragte sie mich, wofür eigentlich die Punkte stehen an denen der Körper von Jesus durchbohrt wurde und welche Bedeutung denn die letzten Worte von Jesus „Vater, warum hast Du mich verlassen“ haben.

Ich habe kurz darüber nachgedacht und mir wurde auf einmal der weltanschaulich übergreifende Symbolgehalt hiervon deutlich.

Folgende Dinge, die viel mit Qi Gong und Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) in Analogie und mit Bewusstheit, einem Grundziel des Qi Gong zu tun haben und ein universelles Wissen verdeutlichen, wurden mir auf einmal bewusst.

Ich möchte dies gern mit Euch teilen. Bitte habt Nachsicht mit mir, wenn es nicht Eurem Verständnis von der Kreuzigung Jesus entspricht.

Es ist eben meine Sichtweise und meine innere Stimme.

1.

Jesus sagte „ Vater, warum hast Du mich verlassen“. Danach starb er.

Er hat den Glauben verloren.

Er hat über das negative körperliche Erleben die spirituelle Anbindung an das Universum, an das höhere Geistige verloren.

Ohne geistig, spirituelle Anbindung, ohne höhere geistige Ziele wird der Körper leiden.

Nicht der Körper wird als erstes krank, sondern erst wird der Geist, unser Qi krank und dann wird es pathogen und es zeigen sich die Disbalancen auf körperlicher Ebene.

Wenn Gott, Geist, Lebens Qi uns verläßt, geht der Körper zugrunde.

Was wäre vielleicht geschehen, wenn Jesus nicht seinen Glauben in dieser schweren Zeit verloren hätte?!

Wenn er sagte, Gott hat ihn verlassen; sind wir nicht auch Gott und Teil von Gott; Teil des Universums!?

Hat er nicht eigentlich den Glauben an sich selbst verloren?!

2.

Jesus wurde an 2 Stellen mit Nägeln durchbohrt.

Die Nägel durchbohrten die Handflächen.

Nach der TCM befinden sich dort die Laogong Punkte, die dem Pericard, also dem Herz-Funktionskreis zugeordnet sind. Dem Herz ist die Liebe zugeordnet.

Im Qi Gong entspricht der Laogong energetisch der Menschenpforte, also dem verbindenden energetischen Kanal zwischen den Menschen.

Beim Hände geben, berühren sich darüber unsere Herzen.

Mit den Handflächen erspüren wir die Natur.

Mit den Nägeln wurde die Verbindung zu den Menschen und zur Menschlichkeit, zum Glauben an den Menschen unterbrochen, zerstört.

Die Nägel durchbohrten die Fußsohlen.

Nach der TCM befinden sich dort die Anfangspunkte des Nieren-Funktionskreises. Der Nierenfunktionskreis steht für Willenskraft, vorgeburtlichem Qi (DNA), Immunsystem und Gehirn , aber auch für abgrundtiefe existentielle Angst.

Im Qi Gong entspricht dieser Punkt der Erdpforte, also dem verbindenden Kanal zur Mutter Erde, unserer Erdverbundenheit, unserer existentielle Basis.

Die Erde steht für Umwandlung, für Transformation (aus dem Schlamm wächst die Lotusblume; aus dem Komposthaufe der leckere Kürbis)

Mit den Nägeln wurde die Verbindung zu Mutter Erde und damit der Glaube an die Wandelbarkeit von Geschehnissen unterbrochen.

Daher die Zweifel an Gott.

Jesus wurde die Lanze in die Milz gestoßen.

In der TCM steht die Milz für das nachgeburtliche, im Leben erworbene Qi, für die Mitte, die Erde und die Transformation.

Mit der Lanze wurde der Weg zur Transformation, zu einem besseren, anderen Weg zerstört.

Jesus wurde eine Dornenkrone ins Haupt gedrückt.

Sein Baihui, sein Kronenchakra wurde verletzt und verdeckt.

Der Baihui wird in der TCM als das „Echo des Himmels“, also als die eine Kraft der 3 Kräfte Himmel, Erde, Mensch bezeichnet.

Er ist einer der wichtigsten Punkte in der klinischen TCM-Anwendung.

Im Qi Gong wird er als Himmelpforte, als spirituelle Anbindung an das Universum und dessen geistige Kraft verstanden.

Ist dort eine Störung, fehlt dem Menschen die geistige Orientierung.

Mit der Dornenkrone wurde die spirituelle Anbindung, der Glaube an etwas höheres, was uns bestimmt, unterbrochen.

Für mich hat auf einmal dieses Bild der Kreuzigung Jesus einen völlig neuen Sinngehalt bekommen.

Nämlich, dass es existentiell für uns, für jeden einzelnen ist,

1. „Gott, warum hast Du mich verlassen“

dass keiner von uns jemals den Glauben an positive Veränderungen und an sich selbst verliert.

Ich sehe hier die Tigerübung mit den zu Krallen gebogenen Fingern mit vorgestreckten Armen, auf einem Bein stehend und weit geöffneten Augen. Mit der Affirmation „ICH bestimme über MEIN Schicksal“

oder

Die Übung „Den Buddha begrüßen“ in stehender Haltung auf einem Bein, in waagerechter Körperhaltung, die Hände nach vorn gefaltet und mit den Augen den Buddha suchen, um ihn zu begrüßen. Aber; kein Buddha da?!

Bis die Erkenntnis kommt, ich bin der Buddha und niemand anders und ich muss zu mir stehen und ehrlich zu mir sein (Übung „Den Geist hinter der Himmelstür begrüßen“)

2. „Durchbohren der Laogong Punkte“

dass es wichtig ist, nie seine Menschlichkeit, seine Empathie und seinen Glauben an das Gute im Menschen aufzugeben.

Die wahre Seele und deren Suche nach Erkenntnis zu erkennen.

Hier hilft das buddhistische Mantra „Frieden beginnt in mir“. Dabei eine Hand auf Bauchnabel und die andere Hand aufs Herzchakra legen.

Wie will ich Frieden von meinem Gegenüber erwarten, wenn kein Frieden in mir ist.

Gerade jetzt in einer Zeit der Kriegshetze ist diese Haltung existentiell für uns.

3. „Durchbohren der Fußpunkte“ und „Stechen der Lanze in die Milz“

dass es wichtig ist, immer bodenständig, verwurzelt und einfach zu bleiben. Und an die Veränderung zu glauben.

Aber insbesondere Veränderung und Teil der Veränderung selbst zu sein.

Im Qi Gong nennen wir dies „innere Kultivierung“.

Dies erfordert viel Ehrlichkeit zu sich selbst.

4. „Mit der Dornenkrone das Himmelstor verdecken“

dass es wichtig, stets klar im Geist zu sein und Dinge so klar zu sehen, wie sie wirklich sind.

Hier kann Qi Gong und Meditation sehr helfen, in die Ruhe des Geistes zu kommen.

Sind unsere „wilden Affen“ im Gehirn gezähmt und ruhig, attackieren sie nicht das Herz und vernebeln den Blick (den Shen; den Geist).

Sind wir ruhig, erkennen wir Dinge besser als dass, was sie wirklich sind und können danach auch richtig handeln.

Hier fällt mir der Spruch aus dem Dao De King ein:
"Bringe die Dinge in Ordnung, bevor sie entstehen.
Heile die Dinge, bevor sie sich manifestieren."

Ich wünsche mir, dass ihr von dem, was ich geschrieben habe, einiges annehmen könnt und wünsche allen, in diesen nicht leichten Zeit hilft, mit Kraft und Vertrauen eine gute Gesellschaft, eine gute Welt zu gestalten und zu erhalten.

Qi Gong kann hier viel bewirken.

Übt bitte.

Schreibt, wenn ihr Hilfe braucht.

Mit herzlichen Grüßen

Horst-Rainer Rust
Qi Gong Zentrum Dresden
Großenhainer Str. 61
01468 Moritzburg / OT Friedewald
rainer.rust@gmx.com