

Qi Gong

Was ist Qi Gong? Was ist Qi Gong wirklich?

*Auf der Grundlage von
Jian-min Wang
„Qigong - Neue Harmonie für Seele und Körper“
Düsseldorf 1996 (Econ)*

*Li Wu und Prof. Fene
„Gesund und ausgeglichen durch Tai Chi und Qi Gong“
Augsburg 1998*

*Paul Brecher: „Energiströme des Körpers“
Köln 2004*

Vorbemerkung

Wer in dieser Welt mit offenen Augen lebt und ein kritisch-distanziertes Verhältnis zum Zeitgeist hat, dem kann nicht verborgen bleiben, dass wir einer systematischen Gehirnwäsche unterzogen werden. In allen Medien wird uns Qi Gong empfohlen. Möglichst alle Menschen, ob jung oder alt, sollen Qi Gong oder eine andere Entspannungsmethode lernen. Vor allem Frauen-, Fernseh-, Gesundheits- und Schulzeitschriften preisen Qi Gong als effektive Entspannungsmethode und probates Mittel gegen Stress. Apothekenzeitung und „Focus Schule“ (Januar 2006) verweisen immer wieder auf die vermeintlich entspannenden oder gar heilsamen Wirkungen des Qi Gong. Vor jeder Ausgabe kann man eine Wette abschließen, dass wieder einmal mehr Qi Gong oder eine andere „Entspannungsmethode“ (Meditation, Yoga, autogenes Training, progressive Muskelentspannung) als Mittel gegen Stress und zur Heilung und Vermeidung diverser Krankheiten empfohlen wird. Doch was ist Qi Gong eigentlich? Ist Qi Gong wirklich eine harmlose Entspannungsmethode, wie immer wieder behauptet wird, oder ist Qi Gong in Wahrheit etwas ganz anderes?

I. Ziele und Versprechungen

Nach Auffassung des Chinesen Wang ist Qi Gong ein multifunktionales Wunderprogramm. Angeblich ist Qi Gong eine Heil- und eine Therapiemethode; angeblich kann es Krankheiten heilen und vorbeugen, Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht bringen, innere Harmonie herstellen, zur Selbsterkenntnis und zur Erkenntnis der Natur führen, unbekannte Kräfte und Energien mobilisieren, die Gesundheit erhalten, das Leben verlängern (um ca. 20 Jahre!?), die „Kräfte des Gehirns“ steigern (Wang S. 37) und den Weg zur Unsterblichkeit (!?) weisen (S. 42).

II. Grundlehren und Grundannahmen, Grundkonzept

Qi Gong basiert im Wesentlichen auf folgenden Grundlehren und Grundannahmen:

- a) Es gibt eine unsichtbare Kraft und (Lebens-)Energie, das Qi, das alles durchdringt und durchströmt
- b) Es gibt definierte Leitungsbahnen oder Meridiane, durch die Qi fließt
- c) Auf den Meridianen gibt es bestimmte Energiezentren (Energiesammelstellen oder Akupunkturpunkte). Das sind die bekannten sieben Chakren und vor allem der Punkt unter dem Bauchnabel (Solarplexus, Körpermitte).
- c) Der Fluss der Lebensenergie oder Lebenskraft kann gestört oder blockiert sein
- d) Ungleichgewichte oder Blockaden der Lebensenergie sind die Ursachen von Krankheiten
- e) Die Lebensenergie kann durch langsame und fließende Bewegungen mobilisiert und genutzt werden.

Weitere Grundlehren des Qi Gong, wie z. B. die Lehre vom Tao, vom Yin und Yang, von den fünf Elementen und den Verbindungen zu Körperorganen, sollen hier nicht beachtet werden; es handelt sich ohnehin um folgenlose Irrlehren der chinesischen Philosophie.

Grundkonzept

Qi Gong will unsichtbare Kräfte und Energien „zum Fließen“ bringen, den Energiefluss anregen, das Qi mobilisieren, stärken und zur Heilung oder Prävention von Krankheiten, zur Gesunderhaltung und Lebensverlängerung nutzen. Diese Kräfte und Energien kann man spüren, durch Wärme, Zittern, Kribbeln, Pulsieren, Vibrationen u. v. m.

III. Spirituelle Grundtechniken des Qi Gong

Tranceinduktion

Die Grundtechniken des Qi Gong sind Techniken der Tranceinduktion. Nach einiger Übung führen sie in einen Zustand der TRANCE. Die Grundtechniken des Qi Gong sind:

- 1. Rituelle Arrangements und rituelle Körperhaltungen:** bequem machen, besondere Körperhaltungen einnehmen (Rückenlage, Schneidersitz usw.) aufrecht und kerzengerade sitzen oder stehen, die Handflächen nach oben offen halten, die Beine parallel stellen, die Füße fest auf den Boden pressen („verwurzeln“), die Zunge an den Gaumen legen ...
- 2. Sensorische Deprivation:** das Abschalten der Sinneswahrnehmung der Außenwelt (Augen schließen usw.)
- 3. Entspannungstechniken:** die Kontrolle des Körpers, die Entspannung von Körper, Geist, Seele und Muskulatur (durch An- und Entspannen), bis hin zur Entspannung der Gesichtsmuskulatur durch Lächeln

4. Atemtechniken: die Kontrolle des Atems, mehrmals (langsam und) tief ein- und ausatmen, den Atem anhalten, durch die Nase atmen, tief in den Bauch atmen, den Atem verlangsamen, Stoßatmung, den Atem mit einem lauten „Ha“ ausstoßen u.v.m.

5. Punkt-Konzentration: Die Kontrolle des Bewusstseins, die volle Konzentration der Aufmerksamkeit auf einen einzigen „Punkt“: den Atem, das Dritte Auge (Li Wu, s. 80), die Meridiane, Speicher und Akupunkturpunkte, Körperteile, den Datian (Punkt unterhalb des Bauchnabels), Bilder und Visionen, Wortwiederholungen, Naturgeräusche, „Wärme- und Energieströme“, imaginierte Gegenstände (Bälle usw.)

6. Gedanken-Stille oder Geistesruhe: die Kontrolle des Geistes, den Geist zur Ruhe bringen, die Gedankentätigkeit abschalten, den Geist leer machen (vgl. Wang; 34, 36, 45, 59, 63, 65, Brecher, S.91).

7. Visualisierung: Schulung und Anwendung der Vorstellungskraft, die bildhafte Vorstellung von Energieströmen, Energieblockaden und Energiesammelpunkten, farbigem Licht, guter und schlechter Energien, die ein- und ausströmen u. v. m.

8. Imitation: die Nachahmung von Tieren und anderem

Zu den Grundtechniken des Qi Gong gehören vor allem die üblichen spirituellen Techniken: besondere (rituelle) Körperhaltungen, die sensorische Deprivation, besondere Entspannungs- und Atemtechniken, Gedanken-Stille bzw. Ruhe und Leere des Geistes, die volle Konzentration der Aufmerksamkeit auf einen „Punkt“, die Visualisierung und die Imitation. Geübt werden müssen vor allem besondere Körperhaltungen und Bewegungsabläufe, besondere Atemtechniken (Atemübungen), die anhaltende Konzentration der Aufmerksamkeit (Konzentrationsübungen) und die Visualisierung, die Wahrnehmung „innerer Bilder“ vor dem inneren oder geistigen Auge (Visualisierungsübungen).

Qi Gong ist eine Doorwaytechnik. Nach einiger Übung öffnen die genannten Grundtechniken des Qi Gong die Tür (door) zu spirituellen Welten, Mächten, Kräften und Energien. Sie ermöglichen Ein-Blicke in die andere (geistige) Welt oder Wirklichkeit („Innensehen“, Wang, S. 56), und sie öffnen unbekannte Energiekanäle.

Weitere Grundtechniken sind das Erden (vgl. Li Wu, S. 59) und die „Punktmassagen“ (vgl. Li Wu, S. 71).

Operative Praktiken

a) Qi Gong ist eine Technik der medialen Transkommunikation. Qi Gong vermittelt mediale Fähigkeiten, Inspirationen (Wang, 36) und Instruktionen (Handlungsanweisungen) aus der unsichtbaren Welt (vgl. Brecher, S. 98).

b) Qi Gong ist eine Technik der Astralprojektion. Nach einiger Zeit können die Übenden ihren Körper verlassen und außerkörperliche Seelenreisen unternehmen (vgl. Brecher, S. 33, 74, 206 -215)

c) Qi Gong ist eine paranormale Praktik. Qi Gong vermittelt übernatürliche Fähigkeiten und Kräfte: z.B. Hellsichtigkeit, magische Heilungskräfte (durch Handauflegen),

die Fähigkeit „mit allen Dingen kommunizieren“ zu können (68). Ferner gibt es merkwürdige Wärmeempfindungen, unsichtbare Widerstände, unsichtbare Kraftwirkungen; man kann Wärme, Energien, Kräfte, „Stromstöße“, (kleine und große) Energiekreisläufe spüren (86, 87, 93, 98, 102, 103, 115).

IV. Kritische Würdigung

a) Qi Gong ist unwissenschaftlich und vernunftwidrig. Aus naturwissenschaftlicher Sicht gibt es keine unsichtbare Lebensenergie oder Lebenskraft, keine Meridiane und auch keine Energieungleichgewichte oder Energieblockaden. Die „feinstofflichen Kräfte“ des Qi haben nichts, aber auch gar nichts mit den unsichtbaren Kräften und Energien auf mikrophysikalischer Ebene zu tun.

Die Lehren und Praktiken des Qi Gong sind mystisch-spirituelleres Wissen; sie stammen aus Quellen, die nur im Zustand der Trance oder Meditation erschlossen werden können. Wie der Autor (Wang) selbst mitteilt, sind die Grundlehren des Qi Gong wissenschaftlich nicht nachweisbar (vgl. auch Prof. Fene, S. 12). Nach seiner Aussage stammen die Grundideen und Grundlehren des Qi Gong aus übernatürlichen Quellen (Wang, S. 55 f.) hellseherischer Menschen (!). Noch schlimmer ist der stets wiederkehrende Hinweis, eine der wichtigsten Quellen des Qi Gong sei das fast 5000 Jahre alte chinesische Orakel- und Wahrsagebuch „I Ging“. Qi Gong gilt als jahrtausendealtes und besonders vertrauenswürdige Wissen. Nichts ist schon deshalb gut und vertrauenswürdig, weil es viele Tausend Jahre alt ist. Vor vielen Hundert oder gar Tausend Jahren gab es keine moderne Wissenschaft. Die Menschen, vor allem in China, bedienten sich mangels Alternativen in erster Linie schamanischer und magischer Heilkünste.

Aus wissenschaftlicher und logisch-systematischer Sicht ist das Lehrgebäude des Qi Gong ein Lügengebäude. Es ist keine ganzheitliche Methode; „ganzheitliche Methoden“ sind in Wahrheit (fast immer) spirituelle oder okkulte Methoden, die mit geheimnisvollen Mächten und Kräften operieren. Unfug ist auch die Lehre vom Tao, vom Yin und Yang, von den fünf Elementen sowie die Lehre von der Harmonisierung von Körper, Geist und Seele, von der Körpermitte und (erforderlichen) Zentrierung in der Mitte („zur Mitte kommen“), die Lehre, die Welt sei ein Teil von uns und wir seien Teil der Welt oder gar des Kosmos. Diese fernöstliche (Irr-)Lehre, einer Grundlehre der Bhagavad-Gita, der Heiligen Schrift des Hinduismus, wird gewärtig in ganz Deutschland in dem Werbespot „Du bist Deutschland“ verbreitet. Kurz, ganz Deutschland wird einer systematischen Gehirnwäsche unterzogen, wonach uns täglich die religiösen Lehren des Fernen Ostens eingehämmert werden, während die Lehren der Bibel kaum noch verbreitet werden.

b) Qi Gong ist eine hypnotische Praktik. Konzentrierte Übungen führen früher oder später in einen Zustand der Trance.

c) Qi Gong ist eine spirituelle Praktik. Qi Gong vermittelt spirituelle Erfahrungen (vgl. Brecher, S. 33). Nach kurzer Zeit öffnen die Übungen die Tür zu unsichtbaren geistigen Welten, Mächten und Kräften. Man unternimmt außerkörperliche Reisen, man spürt unsichtbare Kräfte und Energien, man fühlt sich schwerelos, Körperteile werden von einer fremden Kraft bewegt (vgl. Brecher, 33), und schließlich bekommt man Auf-

träge und Befehle (!) vom spirituellen Führer (!), die man zu befolgen hat (vgl. Brecher, S.98).

d) Qi Gong ist eine magische Disziplin. Qi Gong ist eine verschleierte Form der Magie. Mit Hilfe der mentalen Konzentration und Vorstellungskraft, mit der Kraft der Gedanken und der Vorstellung (oder Fantasie), sollen und können unbekannte Kräfte und Energien innerhalb und außerhalb des eigenen Körpers bewegt werden (vgl. Brecher, 64). Qi Gong vermittelt magische, mediale und paranormale Fähigkeiten und Kräfte. Qi Gong will die Außenwelt und vor allem die Gesundheit des Menschen mit magischen oder mentalen Mitteln beeinflussen. Dazu werden unbekannte Energien mobilisiert und durch Handauflegen auf andere Personen übertragen (vgl. Wang, Einleitung; vgl. Brecher, 85).

Zu den magischen Praktiken des Qi Gong gehören Praktiken der Sexualmagie, bei der sexuelle Energien mobilisiert und für magische Zwecke genutzt werden (vgl. Brecher, S. 140 ff.). Wie Kenner mitteilen kommt es hierbei zu völlig perversen sexualmagischen Ritualen, bei denen Frauen und junge Mädchen missbraucht und vielfach auch geopfert werden (vgl. www.Trimondie.de). Zu den sexualmagischen Praktiken gehört offensichtlich auch das weit verbreitete „Beckenbodentraining“, das angeblich bei Inkontinenz helfen soll (vgl. Brecher, S. 142).

e) Qi Gong kann krank machen. Wie alle spirituellen, esoterischen und magischen Praktiken kann auch Qi Gong das körperliche, das seelische und geistige Wohlbefinden massiv beeinträchtigen; es kann die Gesundheit schädigen und den Geist verwirren. Bei Fehlern kann es zu Migräne, Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit und unkontrollierten Gefühlsausbrüchen kommen (vgl. Brecher, S. 88).

f) Qi Gong hat antichristlichen und okkulten Charakter. Qi Gong ist mit dem christlichen Glauben und dem Wort Gottes vollkommen unvereinbar. Aus biblischer Sicht öffnet Qi Gong die Tür zum Reich und zu den Mächten der Finsternis. Aus christlich-biblischer Sicht stammen die Inspirationen, Kräfte und Energien von unsichtbaren geistigen Mächten, den Mächten der Finsternis; aus christlich-biblischer Sicht kommen die medialen Botschaften nicht von Gott, sondern von „anderen Göttern“. Gläubige Christen sollen sich vom Wort Gottes inspirieren und führen lassen; sie sollen auf die Kraft Gottes vertrauen, und nicht mit den Kräften geistiger Mächte spielen.

g) Unter Zwang und Gruppendruck ist Qi Gong rechts- und verfassungswidrig. Die Übungen verstoßen gegen das Hypnoseverbot, gegen das Heil- und Therapieverbot, und sie verstoßen gegen das Grundrecht auf Glaubensfreiheit.

h) Unter Zwang und Gruppendruck ist Qi Gong eine moralisch verwerfliche Form der religiösen Indoktrination (in die Glaubenslehren und Praktiken des Fernen Ostens) und antichristlichen Zwangsmissionierung. Qi Gong vermittelt immer auch die völlig absurden Irrlehren des Fernen Ostens, die Lehre vom Tao, von Yin und Yang, von den fünf Elementen, von den Meridianen, den Chakren und Akupunkturpunkten u.v.m., die vielfach das gerade Gegenteil von dem lehren, was die Bibel sagt. Aus christlich-biblischer Sicht sind Qi Gong und alle anderen vergleichbaren Lehrgebäude Lügengebäude, die uns vom christlichen Glauben fernhalten und/oder wegführen sollen.

Fazit: Qi Gong ist keine Entspannungsmethode; „Entspannung“ ist ein Türöffner: In Verbindung mit anderen spirituellen Grundtechniken (siehe oben) öffnet Entspannung die Tür zu geistigen Mächten und Kräften. Qi Gong ist auch keine seriöse Heil- und Therapiemethode; Qi Gong „heilt“ und „therapiert“ mit den Mitteln der Magie.

In Wahrheit ist Qi Gong eine okkult-magische Praktik. Qi Gong öffnet die Tür zu Jenseitswelten und Jenseitsmächten. Qi-Gong-Übende hantieren mit höchst dubiosen Kräften und Energien aus dunklen Quellen. Die Frage ist nur, ob es sich um unbekannte und verborgene Kräfte des menschlichen Geistes oder um die Kräfte unsichtbarer Geister handelt. Vor diesem Hintergrund sollten sich Vernunftmenschen und gläubige Christen fragen, ob sie diesen höchst zweifelhaften spirituellen Weg gehen wollen.

Refra, Juli 2009