

# Das Qigong der heilenden Hände oder Buddha – Palm Qigong

**Chi ist die Grundlage unserer Gesundheit und bildet auch das Fundament unserer spirituellen Entwicklung.**

„Wir Menschen verdanken unser Leben einer einzigartigen Kombination der Kräfte und Energien in unserer Umgebung und in unserem Innern. Die zwei Hauptkräfte sind Elektrizität und Magnetismus. Bioelektrischer Magnetismus ist der westliche Ausdruck für „Lebenskraft“ oder CHI (Qi).

Bio bedeutet Leben, elektro bezieht sich auf die universalen Energien.

Yang= Kraft der Sterne und Planeten.

Yin = Magnetismus, Kraft der Erde oder Gravitationskräfte, die auf allen Himmelskörpern vorherrschen.

Bio-elektrischer Magnetismus oder CHI (Qi) durchdringt alles im Himmel, auf der Erde und in der Natur.“ Nach Mantak Chia

In der TCM legt man grössten Wert darauf, den Organismus so zu harmonisieren und zu stärken, dass er sich selbst heilen kann. Um den Körper zu stärken und zu harmonisieren sind folgende Punkte wichtig:

Chi bewahren - Chi harmonisieren –  
Chi transformieren - Chi vermehren –  
Chi übertragen

Benutzt man Chi zu Heilzwecken, dann spricht man von kosmischem Heilen, das heisst, erst wenn wir Chi bewahren, harmonisieren, transformieren und vermehren können, können wir es auch übertragen, ohne sich selber zu schwächen.

## **Praxis:**

### **Qigong der Heilenden Hände**

Jeden ersten Freitag im Monat 20.15 h  
Eingeladen sind alle Schüler und  
Schülerinnen unserer Schule, die sich  
angesprochen fühlen.

Kosten: keine      Tel: 026 674 34 16

Im **Qigong der heilenden Hände** lernen wir unser Energiefeld aufzuladen, zu reinigen und zu harmonisieren. Mit Hilfe verschiedener Handpositionen lernen wir, die Heilkraft der Hände zu aktivieren und in verschiedene Organe, Akupunkturpunkte und Energiekanäle zu strahlen. Auf diese Weise können wir die Muster unserer Zellen verbessern und mit der Kraft des Kosmos in Kontakt kommen. .

Das Qigong der Heilenden Hände dient der Selbstheilung oder der gezielten Behandlung anderer Personen. Dieses Qigong öffnet zugleich den „**Kleinen Energiekreislauf**“. Der Kleine Energiekreislauf führt zu Vitalität, innerem Ausgleich, löst Blockaden und heilt aus chinesischer Sicht, die hundert Krankheiten. Dabei entwickeln und stärken wir das „Yi“, die höchste Harmonie.

### **Was ist das „Yi“ , die höchste Harmonie?**

Das Yi ist die Kraft von Geist – Auge – Herz verschmolzen mit unserer Intention.

Mit dem Geist kontrollieren wir unsere Denkmuster.

Mit den Augen kontrollieren wir die Sinne des Gesichts.

Mit dem Herzen kontrollieren wir alle Organe und die Emotionen..

### **Das Yi beherrscht und leitet das Chi.**

Wenn das Yi im ganzen Körper ankommen kann, dann kann Blut und Chi auch im ganzen Körper ankommen. Anders ausgedrückt: das Yi ist der Kaiser, der durch den ganzen Körper reist und überall hin bringt, was nötig ist. Wenn wir dieses Yi herausbilden und anwenden, haben wir Meisterschaft erlangt. Wir können Chi , die Lebenskraft lenken.

**Taichi- und Qigongschule Kranich  
Salvenach [www.kranich.ch.vu](http://www.kranich.ch.vu),**