

## Das Existentielle Qigong

Leitung: Prof. Dr. Wilfried Belschner (Univ. Oldenburg, Departm. für Psychologie)

Assistenz: Dipl.-Biol. Susanne Sander

Das im März 2020 unterbrochene Weiterbildungsangebot wird nach der Corona-bedingten Pause fortgesetzt. Es wird entsprechend den dann jeweils gültigen Präventionsauflagen hinsichtlich der Kursdauer und des Kursortes angepasst werden. Es werden deshalb hierzu noch keine fixierten Angaben genannt.

### Zum Inhalt

Wir möchten gesund sein. Und wenn wir einmal krank geworden sind, möchten wir möglichst schnell wieder gesund werden. Wir möchten in Alltag und Beruf Freude erleben und in unserem Tun Zufriedenheit, Wirksamkeit und Sinn finden. Wir möchten mit unserem Leben einverstanden sein und es so, wie es verläuft, bejahen können. Aber all solche Erwartungen und Hoffnungen erfüllen sich oft nicht. Wenn wir nach den Gründen dafür suchen, dann gibt es viele äußere Gründe, - und wir stoßen auch auf persönliche Muster, die uns oft schon von Kindesbeinen an >ein Bein stellen<, ohne dass wir es bemerken.

Das Existentielle Qigong (EQ) ist eine leiborientierte Methode, um diese Muster auf eine sanfte und wirksame Weise kennenzulernen und frei zu werden für ein Leben, in dem wir nicht nur >gesund<, sondern >ganz< und >heil< werden und dadurch – für uns selbst und für unser jeweiliges Klientel – die alltäglichen und beruflichen Herausforderungen besser, produktiver und effektiver meistern werden. Das EQ kann vielfältig in professionellen Settings eingesetzt werden und ermöglicht auch und gerade in schwierigen Situationen eine fruchtbare und konstruktive Beziehung.

Die Weiterbildung verweist auf eine notwendige Um-Orientierung. Qigong wird gemeinhin angeboten und vermarktet als eine effektive Methode, der die positiv bewerteten Merkmale >naturheilkundlich<, >alternativ<, >in der TCM fundiert<, >ganz anders als die „herkömmliche Medizin“< zuzuschreiben sind. Betrachtet man jedoch die Qigong-Ausbildungen, die Vermittlung und Anwendung des Qigong, dann wird deutlich, dass sie oft/ meist auf die Behandlung bzw. die Prävention von Krankheit ausgerichtet sind. Qigong wird dann verstanden als „Medizinisches Qigong“ (MQ) und die Professionellen und die Lernenden bleiben eingesperrt im semantischen Gefängnis von „Krankheit“ und „Gesundheit“, d.h. der Mensch wird dann reduktionistisch hinsichtlich seiner Brauchbarkeit und Verwertbarkeit, seiner Funktionsfähigkeit für das derzeitige marktwirtschaftlich-kapitalistische System auch mittels Qigong sozialisiert.

Um dem eine andere Position entgegenzustellen, habe ich einen neuen Begriff erfunden, das „Existentielle Qigong“ (EQ). Dieses ist mit Vorrang an den „Existentiellen Grundsituationen“ des Mensch-seins ausgerichtet („Bin ich willkommen?“, „Werde ich geschützt?“, ...). Denn ihre Meisterung oder das Scheitern an einer Meisterung bestimmt das „Werden“ eines Menschen, d.h. den weiteren Verlauf der Biografie. – In der Weiterbildung werden die Grundlagen und zwei bereits erprobte Methoden für die Praxis des EQ vorgestellt. – Damit wird die Verbindung zur Werdens-Begleitung (W-B) hergestellt. Denn das EQ kann – wie es der Autor bereits für lange Zeit erfolgreich getan hat - als eine nonverbale Methode hervorragend in der W-B eingesetzt werden, und es kann die W-B zu einer erfüllten kreativen professionellen Tätigkeit werden.

### Weitere Informationen

Für weitere Informationen zum EQ: Belschner, W. (2020). Die Feier des Lebens. Eine heilsame Sinnperspektive entdecken. Edewecht: DRC. (Bezug über die QFG-Geschäftsstelle, € 8,00).

### Anmeldung:

Wenn Sie Interesse haben, teilen Sie dies bitte der QFG-Geschäftsstelle mit. Sie werden dann über die aktuellen Entwicklungen informiert werden.

Qigong Fachgesellschaft e.V.

Geschäftsstelle: Sonnenkampstraße 19

26123 Oldenburg

Email: [kontakt@qigong-fachgesellschaft.de](mailto:kontakt@qigong-fachgesellschaft.de)

[www.qigong-fachgesellschaft.de](http://www.qigong-fachgesellschaft.de)