

Guolin Qi Gong gegen Krebs

Qi Gong ist uralte und wird in China seit mehr als 5000 Jahren - vor allem in Klöstern - praktiziert. Es wird zur Erhaltung der Gesundheit, als auch bei Erkrankungen eingesetzt. Krebs gibt es schon ewig. Schon um 400 v. Ch. wurde die Krebserkrankung in den medizinischen Schriften erwähnt. Aber die Möglichkeit einer Heilung von Krebs war äußerst gering. Das chin. Schriftzeichen für Krebs bedeutet „giftiger Körper“.

Das medizinische Qi Gong, das heute gezielt bei Erkrankungen eingesetzt wird, besteht seit ca. 2.000 Jahren. Es wurde in China auch in größeren Gruppen im Freien praktiziert. Während der Kulturrevolution wurde es wieder verboten. Aber Ende der 70er Jahre änderte sich das schlagartig.

Qi Gong wurde in China zur Massenbewegung. Es kam auch nach Europa, da sich einzelne Meister nicht mehr an die alte Tradition der Verheimlichung hielten und ihr Wissen auch im Westen veröffentlichten. Es entstanden nun viele Übungen für Erkrankungen, jeder Meister hatte seine eigene Methode. Auch bei Krebserkrankungen wurde Qi Gong eingesetzt, ohne aber viel Erfolg zu haben. Viele Qi Gong Institute wurden gegründet und Gelder zur wissenschaftlichen Erforschung der Qi Phänomene und des Qi Gong zur Verfügung gestellt. Alle medizinischen Qi Gong Formen müssen auch heute noch ihre Wirksamkeit bei der Internationalen Qi Gong Gesellschaft nachweisen.

Eines der bekanntesten medizinischen Qi Gong Formen ist das Duft Qi Gong, dessen Bezeichnung von der Fähigkeit des Meisters herrührte, Düfte mit den Händen zu erzeugen. Das Duft Qi Gong wurde in den 60er Jahren bekannt, und ich setze es gern bei fast allen Erkrankungen ein, denn es ist leicht zu lernen, hat aber eine große Wirkung. Für die Behandlung von Krebserkrankungen ist es aber zu schwach. Dafür setze ich das Guolin Qi Gong ein.

Guolin Qi Gong

Guolin Qi Gong wurde von der Künstlerin Frau Guo Lin, geb. 1909, entwickelt, die selbst, als sie Mitte 40 Jahre alt war, unheilbar an Gebärmutterkrebs und später nach 10 Jahren noch an Blasenkrebs erkrankte. Nach 6 Operationen wurde sie von den Ärzten aufgegeben. Als sie ihre Ärzte fragte, wie lange sie noch leben würde, antwortete man ihr: 3 Monate

Sie resignierte nicht und überlegte, was sie tun könnte, um ihr Leben zu verlängern. Sie las viel über ihre Erkrankung und erfuhr, dass Krebserkrankte unter massivem Sauerstoffmangel leiden, mit der Folge, dass ihr Immunsystem ganz schwach und ihr Körper total vergiftet ist. Sie entschloss sich daher, sich viel in der Natur aufzuhalten, um ihren Sauerstoffmangel zu beheben.

Guolin Qi-Gong
Guolin gegen Krebs
Christiane Köppe

Tumorstadium hängt mit der Sauerstoffversorgung des Organismus zusammen. Je weniger der Körper mit Sauerstoff versorgt wird, umso saurer wird das Stoffwechsellmilieu. Dadurch wird das Wachstum der Tumorzellen begünstigt. Frau Guo Lin entschloss sich daher, ihren Sauerstoffspiegel mit Qi-Gong-Übungen zu erhöhen.

Sie erinnerte sich an ihre Kindheit und an Qi Gong Übungen mit ihrem Großvater. Für sie stand fest: Mein Schicksal nehme ich selber in die Hand, nur im Bett liegen und auf den Tod warten kam für sie nicht in Frage. Ich mache Qi Gong!

Forschungen in China haben inzwischen ergeben, dass durch die Ausübung von Guolin-Qi-Gong der Sauerstoffspiegel im Körper massiv erhöht wird und die Heilungschancen sich enorm verbessern. Frau Guo Lin hat mit ihrer Methode 25 Jahre tumorfrei überlebt und starb im 75. Lebensjahr an einem Schlaganfall.

Mit 60 Jahren hatte sie ihren ersten Schüler. Damals nannte sie die Übungen „Neues Qi Gong“. Zu der damaligen Zeit war es sehr schwierig, zusammen mit anderen in der Öffentlichkeit zu üben, da „Gruppenansammlungen“ verboten waren. Was nun? Frau Guo Lin musste ja an der frischen Luft üben. Also nahm sie es in Kauf, mehrmals verhaftet zu werden. Erst nach ihrem Tod 1984 wurde ihre Methode anerkannt und in „Guolin-Qi Gong“ umbenannt.

Da sie aus einer Familie stammte, in der Qi Gong trainiert wurde, war ihr auch die Qi Gong Form „Das Spiel der fünf Tiere“ bekannt. Sie wählte den Bär für die Schritte ihrer Übungen, weil er dem Element Erde zugeordnet wird und sehr viel Kraft hat. Er steht fest auf der Erde, seine Bewegungen sind geschmeidig, Yin und Yang sind ausgeglichen.

Frau Guo Lin entwickelte nun ein Qi-Gong-System mit insgesamt 7 Übungen und zwar:

3 Laufübungen mit verschiedenen Geschwindigkeiten, 3 Punktübungen, die später noch erklärt werden, und die Stimmansatzübung. Bei den Lauf- und Punktübungen setzte sie auch die Windatmung ein.

Bei der Windatmung atmet man 2 x kräftig bis in den Bauch hinein ein, und einmal lang aus. Die lange Ausatmung ist sehr wichtig, da sonst eine Hyperventilation oder Schwindelgefühle entstehen können. Die Atmung ist also hörbar, es klingt so, als ob der Wind bläst. Mit dieser Atemtechnik wird mindestens doppelt so viel Sauerstoff als mit normaler Atmung eingeatmet. Der Krebs hasst Sauerstoff, weil er diesen nicht verträgt.

Durch die erhöhte Sauerstoffzufuhr setzt der Stoffwechsel wieder ein und das Immunsystem wird gestärkt. Dies hat zur Folge, dass die Chemo- und Strahlentherapie besser vertragen werden, da eine bessere Verstoffwechslung stattfindet, auch geringere Nebenwirkungen treten auf.

Guolin Qi-Gong
Guolin gegen Krebs
Christiane Köppe

Außerdem erfolgt durch diese Spezialatmung eine sanfte Massage der Organe. Da die Windatmung die Lungenfunktion verstärkt und das Blut auch flüssiger wird, verteilen sich Blut und Qi wieder besser im Körper.

Der Kapillarkreislauf wird beim Laufen angeregt, die Fingerspitzen fangen an zu kribbeln, weil sie mit Energie versorgt werden. Man könnte sagen, es ist eine Energieaufnahme.

Was an dieser Stelle noch gesagt werden muss, ist Folgendes: Patienten mit Herzproblemen, die oft durch die Chemo entstehen, können Schwierigkeiten mit der Windatmung bekommen, weil diese für ein geschwächtes Herz zu stark ist. Man muss also hier auch sehr auf sich selbst achten, d. h. dass in diesem Fall normal geatmet wird.

Nun werde ich die erste Laufübung zeigen.

Sie beginnt auf der linken Seite des Körpers, der linke Arm streckt sich seitlich auf der linken Seite und der rechte Arm wird vor dem Körper gehalten, und zwar vor dem „mittleren Dantian“. Die Atmung: 2 x kurz ein und beim Setzen des rechten Fußes wird wieder ausgeatmet. Der Kopf und Oberkörper bewegen sich nach rechts, der linke Arm geht zum Dantian, der rechte Arm zur Ausatemungsseite.

Beim Bewegen des Kopfes zur Ausatemungsseite wird der Blasenpunkt 10 ernerviert, der auch dafür zuständig ist, alles was an Gedanken, Gefühlen im Kopf festsetzt, nach unten ins Dantian zu bringen, wo es dann verarbeitet wird.

Diese Übung wird jede Seite 15 – 20 Minuten gemacht. Durch die Bewegung und die Atmung wird das Blut verdünnt, es kommt wieder überall hin, was auch durch das Kribbeln in den Fingern gespürt wird.. Die Arme sind dabei ca 30 cm vom Körper entfernt, die Handflächen zeigen zum Boden und entgiften durch die Laogong-Punkte an der Handinnenfläche sehr stark. Deshalb sollen Krebspatienten bei den Laufübungen niemals die Handinnenflächen auf den Bauch legen.

Sollten aber die Leukozyten sehr stark sinken, was bei Chemotherapie ja oft der Fall ist, werden die Handflächen nach oben gehalten. Das ist die sogenannte steigende Methode, meistens sind nach einer Woche die Blutwerte wieder normal.

Bei Leukämie, bei der die Lymphozyten sehr stark erhöht sind, werden die Hände senkrecht zur Erde gehalten, das ist besonders stark sinkend, dadurch wird stark entgiftet und die Zahl der Lymphozyten geht zurück.

Auch die Füße müssen in die Krebstherapie einbezogen werden. Von der Ferse aus wird der Fuß abgerollt. Dadurch wird der Nierenmeridian aktiviert, was auch eine stark entgiftende Wirkung hat.

Guolin Qi-Gong
Guolin gegen Krebs
Christiane Köppe

Die zweite Laufübung zeichnet sich dadurch aus, dass sich Ein- und Ausatmung noch einmal verändern. Der Kopf dreht sich ständig mit der Atmung. Die Sauerstoffaufnahme wird nochmals verstärkt. Die Übung ist ein bisschen kompliziert zu erklären, ich zeige sie noch.

Die Laufübung ist besonders für geschwächte Patienten und auch während der Chemotherapie sehr wichtig, da sie die Nebenwirkungen vermindert. Die Patienten fühlen sich nicht so schlecht. Diese Übung wird pro Seite 10 – 15 Minuten gelaufen

Die dritte Laufübung heißt „Rettungsübung“. Sie wird sehr schnell gelaufen, pro Minute 60 Schritte. Wenn der Patient aber noch zu schwach ist, läuft er eben so schnell wie er kann. Der Kopf wird nur jedes 3. Mal zur Ausatemungsseite gedreht, da sonst Schwindelgefühle auftreten können. Durch das schnelle Laufen wird das Qi enorm angeregt, um den Tumor zu zerschlagen. Bei dieser Übung wird nur einmal links eingeatmet und rechts ausgeatmet. Die Zeit wie bei der zweiten Übung: 10 – 15 Minuten jede Seite.

Die Punktübungen werden normalerweise nachmittags ausgeführt. Sie stärken auch das Immunsystem. Durch das Drücken der Zehen werden die Fuß-Meridiane angeregt und vor allem der Milzmeridian, der ja auch für unser nachgeburtliches Qi zuständig ist. Die Punktübung 1 sollte man immer laufen, da sie Metastasen oder Rezidive verhindert. Wenn aber am Nachmittag aus Zeitmangel nicht geübt werden kann, dann wird sie vormittags statt Laufübung 2 gelaufen.

Weitere Punktübungen möchte ich jetzt nicht erklären, da es leicht zu Verwirrungen kommen könnte.

In der TCM werden auch heilende Laute praktiziert, Frau Guo Lin hat diese auch eingesetzt, die je nach Organ verschieden sind. Es gibt auch da verschiedene Formen, nur die Anzahl der gesungenen Laute ist gleich.

Aber das Üben der üblichen Heilenden Laute brachte keinen Erfolg. Von daher entschließt sich Frau Guo Lin zu schreien. Denn durch Schreien entsteht ein starkes Vibrieren im Körper, das sich wiederum sehr positiv auf die Organe auswirkt. Deshalb entwickelte sie die so genannte Stimmansatzübung, die auch eine stark entgiftende Wirkung hat

Durch das Schreien wird die Organfunktion verstärkt und der Qi- und Blutfluss gefördert. Dadurch lösen sich Staus im Körper auf. Es wirkt wie eine Massage von innen, und stimuliert das Immunsystem.

Bevor mit dem Schreien begonnen wird, wird eine sogenannte Entspannungsübung als Vorübung praktiziert. Diese Vorübung ist deswegen nötig, weil das laute Tönen sehr stark ableitet. Diese Übung ist uralte und wird zur Entspannung und Beruhigung eingesetzt. Die Übung setzt den Qi-Blut-Kreislauf in Gang und zwar von unten nach oben und von oben nach unten, von innen nach außen und außen nach innen.

Guolin Qi-Gong
Guolin gegen Krebs
Christiane Köppe

Das Schreien wird im Park oder im Wald ausgeübt. Begonnen wird mit dem heilenden Laut Ha, bei Gehirntumor mit dem Wort Huo, da sonst der Druck im Kopf zu stark wird. Dabei ist die totale Entspannung, auch im Herz sehr wichtig. Man soll sich so locker wie möglich fühlen. Die Stimme ist gleichmäßig, man beginnt langsam und steigert sich dann. Die Stimme soll fließen wie Wasser und zum Schluss lässt man langsam ausklingen. Je nach Erkrankung ist die Zahl der Ha-Laute verschieden. Bei Brustkrebs hormonabhängig, der der Niere zugeordnet wird, tönt man z.B. 3 x 6 Laute, immer zwischendurch eine kurze Pause.

Es ist schwer, die heilenden Laute hier zu probieren, da sie sehr laut praktiziert werden müssen.

Das Immunsystem wird nach der TCM vor allem durch negative Emotionen und Stress geschwächt und das wirkt sich fatal auf den ganzen Körper aus. Das körperliche

Abwehrsystem ist bei der Krebserkrankung so schwach, dass es die Krebszelle nicht als krank erkennt und sie vernichtet. Besonders Dauerstress schwächt das Immunsystem und zwar dadurch, dass der Körper erst einmal den Stress bewältigen muss, dazu werden alle nicht so wichtigen Körperfunktionen auf Sparflamme geschaltet. Leider gehört das Immunsystem auch dazu. Es kommt beinahe zu einer Stilllegung des Immunsystems. Das Wichtigste ist also, das Immunsystem zu stärken und das passiert vor allem durch Bewegung in der Natur, und zwar täglich 1,5 – 2,5 Stunden. Energiearbeit und gesunde Ernährung sind auch sehr wichtig, um die vollkommene Gesundheit wieder zu erlangen.

Guolin Qi Gong soll mit der sogenannten „Windatmung“ praktiziert werden, dadurch wird das Zwerchfell mit jeder Atmung gehoben und gesenkt und die Organe in Bewegung gebracht. Die Arme werden in unterschiedlichem Rhythmus in einer bestimmten Weise bewegt. Dadurch wird der Sauerstoffgehalt des Blutes verbessert, das Immunsystem entgiftet sehr stark, die Organe werden auf fast 39° erhitzt, ohne dass wir es merken. Denn Krebszellen entwickeln sich im kalten Körper, bei Höchsttemperaturen sterben sie ab. Leider geht der Krebs erst bei 41° zugrunde. In der Schulmedizin versucht man das durch die Fiebertherapie und Hyperthermie zu erreichen. 1931 hat ein Mediziner den Nobelpreis für Medizin bekommen, als er nachwies, dass Krebszellen bei 41° zugrunde gehen.

Guolin Qi Gong hat eine starke physische und psychische Wirkung. Sie verringert die Angst, beruhigt und im Laufe der Zeit verschwinden auch ältere Symptome wie die Erkrankungen der Haut, Migräne, chron. Erkältungen, Gelenksbeschwerden. Selbst Diabetes kann verschwinden oder es muss nicht mehr so viel Insulin gespritzt werden. Außerdem verschwinden Schlafstörungen und Appetitmangel, unter denen Krebspatienten häufig leiden.

Guolin Qi Gong setze ich auch bei einigen chron. Krankheiten ein, also nicht nur bei Krebs, da es eine sehr stark beeinflussende Wirkung hat

Guolin Qi-Gong
Guolin gegen Krebs
Christiane Köppe

Guolin Qi Gong wird meistens in Gruppen gelernt, da dort eine entspannte Atmosphäre herrscht. Es ist auch wichtig, dass die Patienten Erfahrungen untereinander austauschen, die sie z.B. mit Medikamenten, Therapeuten und Kliniken gemacht haben.

Die Methode schadet dem Körper nicht, die Nebenwirkung der Chemotherapie lassen rapide nach und die Lebensqualität steigt. Das mit der vollkommenen Gesundheit meine ich ernst, aber wie Sie nach dem eben Vorgetragenen ahnen werden, handelt es sich hierbei um einen langfristigen Prozess. und langfristig heißt, dass täglich ca. 2 – 3 Stunden geübt werden sollen. Nach ca. 7 Jahren können die Übungszeiten verkürzt werden.

Guolin Qi Gong ist natürlich keine Wundermethode und die Patienten müssen sehr viel Geduld mitbringen. Die Blutwerte verbessern sich zwar immer sehr schnell, aber die Wirkung auf den Tumor oder die Metastasen dauert zumeist Monate. Aber da in den Gruppen immer Menschen dabei sind, die mit der Heilung Fortschritte gemacht haben, dienen sie auch als Vorbilder. Es hat also keinen Sinn, es mal so vier Wochen zu versuchen, da geht es einem besser, aber eine Heilung dauert eben länger.

Dann gibt es seit Jahren auch ein Abkommen mit dem Botanischen Garten, dass die Krebspatienten morgens früh vor der allgemeinen Öffnung in den Garten gehen können, um ungestört üben zu können. Wir sind darüber sehr glücklich, jeden Morgengeht es bei uns um 7.30 los.

Es gibt auch sehr schöne Erlebnisse mit Menschen. Z. B. rief ein kleines Mädchen, als sie eine Patientin üben sah: Guck mal Mama, die zaubert! Ich meinte, ja sie zaubert Gesundheit. Ein ca. 16 jähriger Junge fragte eine andere Patientin, was sie denn mache, als sie es ihm erklärte, meinte er, er wolle das auch machen und lief immer hinter ihr. Dann meinte er, nun könne er es und wolle allein üben. Nach einer Weile kam er zurück und sagte: ich habe auf der Wiese geübt, da ist die Energie viel besser. Seitdem übt die Patientin auch immer auf der Wiese.

Christiane Köppe, 2019