

Qi

Qi ist die Wurzel menschlichen Lebens. Qi ist mehr als die Begriffe "Energie", "Atem", "Lebensenergie". Alles, was existiert, ist eine Manifestation des Qi, Yin und Yang drücken nur die verschiedenen Qualitäten des Qi aus. Qi ist das, worum sich alles dreht, es ist die vitale Kraft, ohne die nichts funktioniert. Qi steckt in allem und bedingt alles.

Im menschlichen Körper ermöglicht das Qi die Funktionen der einzelnen Organe, dadurch fühlt sich der Mensch gesund und leistungsfähig. Er hat genügend Kraft und Ausdauer, entsprechend seinem Alter und Geschlecht. Fehlt es hingegen an Qi, fühlen wir uns antriebslos und müde, haben keine Kraft für körperliche oder für geistige Aktivität.

Ein Mangel an Qi kann sowohl zu Depressionen und Ängsten als auch zu Appetitlosigkeit und Verdauungsstörungen führen.

Mit Nadeln bei der Akupunktur oder mit Massage kann der Fluss des Qi gefördert und können Qi-Blockaden gelöst werden. Ziel ist es stets, das Gleichgewicht und die innere Harmonie zu finden, die Gesundheit und damit das Wohlbefinden wieder herzustellen.

