

**Belschner, W.; Bölts, J.; Fischer, P.
Authentisch und achtsam werden
Qigong als Methode der Bewusstseinsforschung
Oldenburg, 2008**

Auszug: Seite 8 und 9

Die Rezeption des Qigong im Westen

In der Qigong-Gemeinde braucht man niemanden zu überzeugen, dass das konsequente Üben von Qigong wirksam ist. Es hat - so werden deren Mitglieder zustimmen – Auswirkungen auf das Fühlen und Denken und Handeln des Menschen. Und: Es wirkt sich auf die Gestaltung des Alltags aus.

Zu fragen ist also eher:

In welcher Weise wirkt sich eine systematische, mehrjährige Übepaxis aus?

Bevor wir uns dieser Frage zuwenden, will ich drei Aspekte unterscheiden, unter denen das Qigong im Westen vor allem aufgefasst und wahrgenommen wird (Abb. 1).

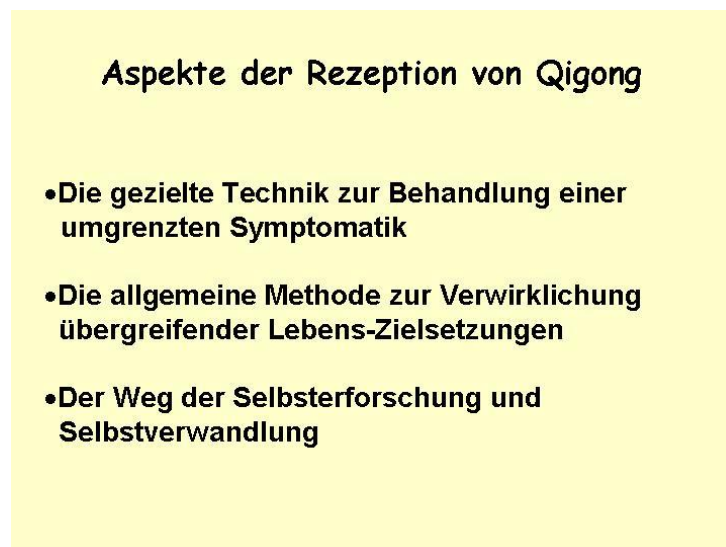


Abb. 1: Aspekte der Rezeption des Qigong

Je nach der spezifischen Absicht, unter der Qigong betrieben wird, werden auch spezifische Wirkungen zu beobachten sein.

(1) Die Rezeption des Qigong als Behandlungstechnik

Qigong kann gemäß dieser Auffassung eingesetzt werden, um eine umschriebene Symptomatik zu behandeln. Es wurden spezifische Formen des Qigong entwickelt, die im Westen dann beispielsweise unter der Bezeichnung „Herz-Qigong“ (Bölts 1992), „Lungen-Qigong“ (Bölts 1993) oder „Nieren-Qigong“ (Bölts, Belschner & Zhang 1996) angeboten werden. Damit werden bei kranken Menschen starke Hoffnungen geweckt, dass sie mit dieser spezifischen Methode des Qigong aus einer anderen Kultur ihre begrenzte Symptomatik oder ihre spezifische Erkrankung effektiv behandeln könnten (vergleiche dazu den Buchtitel „China und die Hoffnung auf Glück“, Bauer 1989). Qigong wird somit in einem klinischen Kontext rezipiert.

(2) Die Rezeption des Qigong als Methode der Gesundheitsförderung

Davon können wir eine zweite Rezeption des Qigong unterscheiden, in der es als Methode der allgemeinen Gesundheitsförderung aufgefasst wird:

- Man möchte länger leben, möchte also die Lebensspanne ausweiten,
- man möchte länger vital bleiben,
- man möchte für eine längere Zeitspanne in der Lage bleiben, ein gutes Leben führen und die Sehnsüchte des Lebens verwirklichen zu können (Gronemeyer 1993),
- man möchte die Jahre der statistischen Lebenserwartung auch als „sicher“ verfügbare Jahre in das Kalkül der Lebensplanung einbringen können (Imhof 1984).

Auch für diese allgemeinen Zielsetzungen der Lebenspflege wird das Qigong in westlichen Kulturen eingesetzt.

(3) Die Rezeption des Qigong als spiritueller Weg

Schließlich finden wir eine dritte Variante der Rezeption des Qigong:

- Menschen wollen den tiefsten Sinn ihres Lebens erkunden,
- sie wollen die wahre Natur der Wirklichkeit erforschen,
- sie wollen eine Lebensform finden und erfinden, in der sie in einem größtmöglichen Einklang mit ihrem Wesen leben (Dürckheim 1972).

Diese dritte Variante der Rezeption wird häufig als „spirituellen Weg“ bezeichnet. Nicht die ergebnisorientierte Behebung einer Krankheit oder die – angstbesetzte - Gesundheitspflege stehen im Vordergrund. Man lässt sich vielmehr auf ein lebenslanges Experiment ein, in dem die Grenzen des eigenen Bewusstseins immer neu erkundet werden (Belschner 2007, Jäger 2007). Auf diesem ergebnisoffenen Weg der Erfahrung erforscht man sich selbst und setzt sich den Risiken und Gefahren der Selbstverwandlung aus – es ist eine ungewisse Reise, die den von Homer beschriebenen „Irrfahrten“ des Odysseus mit ihren Verlockungen und existentiellen Gefährdungen ähnelt.