

ZWEITER TEIL

DEAN QIGONG

alphabetisch zum Nachschlagen

Erläuterung

Linke Spalte: alphabetisch geordnete Stichwörter.

Rechte Spalte: Texte zu den Stichwörtern der linken Spalte.

Hinter jeder Textstelle habe ich die Quelle angegeben bzw. einen Hinweis hinzugefügt auf die entsprechende Seitenzahl in meinen anderen Büchern:

v = „DEAN QIGONG die Lebensenergie-Pflege“ (violett Buch, Auflagen 2016+2018)

g = „DEAN QIGONG Seminare 2011 – 2014“ (grünes Buch)

o = „DEAN METHODE Seminare 2014 – 2016“ (orangefarbenes Buch)

b = „DEAN QIGONG für Körper, Seele und Geist“ (kleines blaues Buch)

r = „DEAN QIGONG Leben und Spiritualität“ (kleines rotes Buch)

Der Hinweis „B&H“ bedeutet „Bildung & Heilung“ und ist die Bezeichnung für Seminare und Retreats des Sifu-Centers (www.sifu-center.com)

Der Hinweis „Dean-Life-Talk“ abgekürzt „DLT“ hinter einigen Textstellen bezieht sich auf den regelmäßigen online life-talk mit Meister Dean Li, der anlässlich der Corona-Virus-Krise 2020 von Jianyong Yang und seiner Frau Xiaobao ins Leben gerufen wurde.

INHALT von TEIL II

„Abhängigkeit“ bis „Besetzungen“	64
„Beziehungen“ bis „Frieden“	81
„Fünf Elemente“ / Fünf Organe“	120
„FuQi“ bis „Grundausbildung“	133
„Gruppe“ bis „Langeweile“	149
„Leben“ bis „Menschen“	187
<u>Meridiane</u>	
„Meridiane allgemein“	204
„Meridiane – Punktedrücken“	209
„Meridiane – 1. Lunge“	217
„Meridiane – 2. Dickdarm“	221
„Meridiane – 3. Magen“	227
„Meridiane – 4. Milz“	234
„Meridiane – 5. Herz“	241
„Meridiane – 6. Dünndarm“	250
„Meridiane – 7. Blase“	258
„Meridiane – 8. Nieren“	266
„Meridiane – 9. Herzbeutel“	272
„Meridiane – 10. Dreifacher Erwärmer“	280
„Meridiane – 11. Gallenblase“	289
„Meridiane – 12. Leber“	298
„Methode“ bis „Ort“	305
„Paradies“ bis „Punkt finden“	314
„Qi“ bis „symbolische Bedeutung“	329
„Talent“ bis „Träume“	353
<u>Übungen</u>	
„Übungen allgemein“	360
„Grundübungen“	147
„Lautübungen“	185
„Bewegungsübungen“	74
„Meridiane – Punktedrücken“	209
„Übelkeit“ bis „Vorstellungen“	373
„Wachsen“ bis „Wut“	385
„Yang“ bis „Z...“	396

TEIL II – „Abhängigkeit“ bis „Besetzungen“

Abhängigkeit	Siehe „Team“ (o38f), „Hilfe – hat nichts mit Abhängigkeit zu tun“ (o179), „Kontakt – ist nicht Abhängigkeit“ (o48)
Ahnen	Siehe „Vorfahren“
Allein	Wenn die Blätter die Verbindung mit der Wurzel vergessen, denken sie vielleicht, ach ich bin so allein. (g114) – Allein bedeutet, das FuQi ist nicht stark genug. (o132) – s.a. „Symbol Baum“
Allergien	Allergien sind ein eigenes Problem von Schwäche (Immunsystem), nicht das Problem der Welt. Unser Weg ist, mit der komplizierten Welt unkompliziert umzugehen. (v189)
Allergien, Heuschnupfen	Es gibt auch Menschen, die Karma mit der Natur haben. Die Natur ist stärker als wir, deshalb müssen wir uns an die Natur anpassen. Allergien, wie z.B. Heuschnupfen, haben zu tun mit: Trainieren der Lungen, Erfahrungen sammeln. Das hat mit Heilung zu tun. Heilung bedeutet Karma-Lösung. Irgendwann lernen wir, mit der Natur umzugehen. Zum Beispiel, wenn es kühl oder warm ist, wissen wir, was wir machen müssen, nämlich uns warm oder nicht so warm anzuziehen. (v189)
Alte Leben sehen	Je nachdem wie tief wir sehen, hilft das diesem Leben, der Lebensqualität in diesem Leben. Wenn ich weiß, was los ist, wird es leichter. Mit dem Herzen sehen. (g95) Wenn der Geist so frei ist, dass er viele Leben zurück gehen kann, kann er Karma lösen. Da sind so viele Erfahrungen von damals gespeichert, die der Geist, wenn er frei ist, zurückholen kann. All die vielen Erfahrungen sind geistige Nahrung für dieses Leben. (g104)
Alte Leute	Mit alten Leuten ist es so, wenn sie selber nichts machen und nur sagen, ich bin alt, das bringt nichts. Dann kann ihnen auch keiner helfen. (g178)
Alte Menschen	Im Alter geht oft die Erinnerung an hier verloren. Die Erinnerung besteht nur nach oben. Man hat hier genug Informationen gesammelt, erst mal geht es dann um Transformation. (g68) Früher hatte man, je älter die Menschen waren, umso mehr Respekt ihnen gegenüber. Kinder sind toll, aber Alte sind noch wertvoller (Altersweisheit). (g174) – s.a. „Meridiane – 6. Dünndarm“
Altersflecken	Altersflecken auf der Haut hängen mit den Nieren zusammen. (g149)
Alzheimer	Die Nierenenergie ist schwach. (v189) – siehe auch „Demenz“
Angst	Angst hat mit den Nieren zu tun, mit vorgeburtlicher Energie.

TEIL II – „Abhängigkeit“ bis „Besetzungen“

Angst – vor dem Tod	Angst vor dem Tod hat damit zu tun, ob wir vorbereitet sind oder nicht. (g97)
Angst – haben ist teuer	Wegen ihrer Angst um die Gesundheit zahlen die Menschen unendlich viel Geld, genauso wegen ihrer Angst um Sicherheit oder für die Ausbildung ihrer Kinder wegen der Angst um deren Zukunft. Wir wollen selbst für Schutz sorgen, indem wir Energie aufbauen. (g108)
Angst – die uns andere machen	Es gibt Leute, die machen Angst, die drücken andere, indem sie ihnen Angst machen. So machen sie Geschäfte. Druck von außen durch Angebote, die besondere Sicherheit versprechen zum Beispiel, das ist Verkaufspsychologie. Wenn die Angst nur von uns selbst kommt, also alte Angst, die können wir Stück für Stück lösen. Aber vor der Angst, die andere uns machen wollen, müssen wir uns schützen, indem wir selber stärker werden. (g156f)
Angst – ist ein Geist	Angst ist ein Geist. Wo kann ich mich vor dem Geist verstecken? Er kommt immer mit. Er ist immer hinter mir. Mit dem Geist zu arbeiten, ist ganz wichtig. (g274)
Angst	Angst verhindert Verbindung zwischen den Menschen. (g276)
Angst – wenn der Kontakt abbricht	Warum haben Menschen so viel Angst? Wenn der Kontakt, die Verbindung zum Geist, abbricht (das kommt ganz plötzlich), dann unberechenbar ist die (alte) Angst wieder da. (g320f)
Angst – und Karmalösung	Wenn die Angst zu groß ist, kann man alleine nicht tiefer gehen. Dann braucht man Hilfe, um das Karma zu lösen. Wenn das Karma gelöst ist, ist das toll für alle. (o36)
Antibiotika	Bei akuten Problemen müssen Antibiotika manchmal sein, aber sie helfen natürlich nur auf der körperlichen Ebene und nicht auf der oberen. (g188)
Arbeit – Energiearbeit	Mit Arbeit ist immer Energie-Arbeit gemeint, sonst ist sie sinnlos (v161)
Arbeiten – von Herz zu Herz	Die Art, wie wir arbeiten, zeigt was? Sie zeigt unser Herz – von Geist zu Geist, von Herz zu Herz arbeiten. (g59)
Arbeiten – macht glücklich	Viel zu arbeiten ist schön. Warum? Arbeiten macht glücklich und zufrieden. (g101)
Arbeiten – mit der Energie	Wenn in der Übung Gedanken kommen, was gibt es nächste Woche im Büro zu tun? Das hat auch mit Arbeiten zu tun. Aber nicht selbst denken, die Gedanken von selbst kommen lassen. (g118)
Arbeiten – bedeutet	So viel Arbeiten bedeutet so viel Verantwortung. Was heißt für uns

TEIL II – „Abhängigkeit“ bis „Besetzungen“

Verantwortung	Arbeiten, Behandlung? Was heißt Verantwortung? Erst mal Kontakt. Kontakt, das fühlt sich an wie nicht mehr zwei Menschen. Das ist wie ein Mensch, eine Einheit. (g322)
Arbeiten – alles ist für das Universum	Je nachdem wie viel wir arbeiten, ist die Größe der Karriere. Arbeiten bedeutet nicht, man muss unbedingt etwas zum Zeigen haben. Ob für sich selbst oder für andere – alles ist für das Universum. (g331)
Arbeit – der Körper	Eigentlich arbeitet der Körper permanent. Aber wenn es gerade eine Störung gibt, arbeitet er nicht so gut. (o22)
Arbeit – viel zu tun, das ist das Leben	Was heißt "viel zu tun"? Hauptsache die Energie fließt. Viel zu tun, aber kein Problem, es fließt alles. Das ist das Ideal. (o27)
Arbeiten – bedeutet Verantwortung	Alles Arbeiten hat mit Verantwortung zu tun. Ohne Verantwortung kein Arbeiten. Auf dem Boot (s. „Symbol Boot“) gibt es zum Beispiel einen Kapitän, der die Verantwortung hat. Schlau ist dafür nicht genug, ein gutes Herz gehört auch dazu. Ein gutes Herz ist auch nicht genug, ein bisschen schlau gehört auch dazu. (o117)
Arbeiten – und FuQi	Arbeiten bedeutet, zusammen zu arbeiten. Arbeiten hat immer mit FuQi zu tun. (o118)
Arbeit	Siehe Seite 482f „Die Bedeutung von Arbeit – der Herzbeutelmeridian“
Asthma	<p>Asthma hängt mit Angst zusammen: Auf den Brustkorb boxen! Das macht den Brustkorb frei. Angst kommt vom Karma: Karma lösen! Lungenlaut und Nierenlaut helfen. Asthma kann mit allen Organen zusammenhängen, wie z.B. Lunge, Nieren, Herz, Leber, Magen. (v189)</p> <p>Die Menschen mit Asthma atmen (Lunge) fleißig, aber speichern (Nieren) die Energie nicht. Was bedeutet Asthma? Asthma bedeutet: vergessen. Das hat auch mit Angst zu tun, mit den Nieren. Mit Angst, wie kann man da speichern? (g336f)</p>
Atmung schwer	Schwere Atmung entsteht durch zu viel Schleim oben im Hals. Dann muss man dafür sorgen, dass der Schleim erst mal nach unten transportiert wird, denn unten im Magen ist viel Platz. Das ist kein Problem für den Magen, aber oben im Lungenbereich bewirkt der Schleim Entzündungen. Deshalb den Lungenpunkt „Tor der Wolken“ drücken – siehe Seite 52. (v189)
Aufgabe	Was ist die Aufgabe für uns? Eine Aufgabe besteht immer für den Moment. Das hat nicht mit Denken zu tun. Wenn ich gerade etwas sehe, dann mache ich das. Nicht so viel denken! (g27) Jeder Auftrag kommt von der Kraft. Jede Aufgabe ist von Gott gegeben. (g87)

	<p>Jeder ist ein bestimmter Typ. Jemand ist ein Nierentyp, hat die Bedeutung, von Gott gibt es eine große Aufgabe von den Nieren. Wenn man seinen Weg geht, die Aufgaben schafft, die jeweils vor einem liegen, zeigt sich nach und nach die große Aufgabe. Ich schaffe die Aufgabe nicht, heißt, ich bin schwach. (o32) – Viele sagen, warum gibt mir Gott keine (große) Aufgabe? Andere sagen, warum habe ich eine so schwere Aufgabe? Für jeden Menschen gibt es von Gott eine Aufgabe, jeder hat ein Talent. (o33) – Was ist der Unterschied zwischen Talent und Aufgabe? Talente gibt es Tausende, es gibt tausend Möglichkeiten, aber Aufgaben gibt es für jeden nur eine in dem Moment. Darauf konzentrieren, auf deine Aufgabe konzentrieren. (DLT 18.10.2020)</p>
Augendiagnose	<p>Siehe auch „Teil V – Diagnose und Behandlung“ Seite 606</p> <p>Muster und Punkte in der Iris bedeuten Stau. Augapfel gelb bedeutet Probleme mit der Gallenblase. Rote Äderchen im Augapfel bedeuten Probleme mit dem Herzen. Wenn die Augenlider beim Schlafen nicht ganz geschlossen sind – das ist bei Kindern häufiger zu beobachten, ist das ein Zeichen für ein Milzproblem. Kinder haben es oft am Anfang ihres Lebens noch schwer mit der nachgeburtlichen Energie (in der Gebärmutter war es so schön). (v190)</p>
Augenprobleme	<p>Bei Augenproblemen Leberpunkte drücken. Wenn das nicht hilft, gucken, ob es noch andere Ursachen gibt. Die Hauptsache ist immer, die Energie muss fließen. In der nächsten Sekunde kann es sich schon ändern. Probleme können so schnell wie Gedanken verschwinden. (v190)</p>
Augen – tränende	<p>Bei alten Leuten tränen oft die Augen. Das bedeutet, die Lunge ist schwach. Dann kann die Lunge nicht ordnungsgemäß ihrer Aufgabe als „oberer Quell des Wassers“ nachkommen und das Wasser läuft stattdessen aus den Augen raus. (v190)</p>
Augenlider – Milz	<p>Muskelzittern der Augenlider bedeutet, die Milz ist schwach. (g161)</p>
Augen rot – Leberhitze	<p>Rote Augen = totale Leberhitze. (g209)</p>
Augenränder rot – Neurodermitis	<p>Rote Augenränder deutet auf Neurodermitis = zu viel Feuer (Lunge, Leber, manchmal auch Herz). (g209)</p>
Augenprobleme – Leber	<p>Frage: Wenn man nach der Übung ganz schlecht sehen kann, welche Bedeutung hat das, was kann man machen? Antwort: Zuhause Leberübungen machen. Alles muss zusammen arbeiten. Augenprobleme können verschiedene Ursachen haben. Hier ist es so: Durch die Übung (Milzmeridianpunkt) arbeitet die Milz. Im Verhältnis ist die Leber aber schwach und dadurch kommen die Augenprobleme. Die Augen gehören</p>

TEIL II – „Abhängigkeit“ bis „Besetzungen“

	zur Leber. (g288)
Ausgleich	Egal was wir machen, wir müssen für Ausgleich sorgen. (o153)
Ausgleich – in jedem Moment	Wir haben alles gelernt. Aber wenn man das Gelernte nicht nutzt, das ist schade, das ist kein Ausgleich. Immer nur zu lernen, das ist kein Ausgleich. Ausgleich zu machen, ist wichtig. In unserem Leben gibt es viel Quatsch, zum Beispiel kein Ausgleich, zu wenig Pause ... Ausgleich ist in jedem Moment wichtig. – Bei sich selber anfangen. Nicht so viel denken „wie kann ich?“. Sonst bekommt man Kopfschmerzen. Wenn man denkt, ich muss für die ganze Welt machen, das ist auch verkehrt. Immer ausgleichen. (o161f) s.a. „Harmonie“ u. „Yin + Yang ausgleichen“
Ausgleich – Körper angucken	Was ist die Bedeutung unserer Leben? Sie sind nur Beispiele. Egal wie die Beispiele sind, man muss ausgleichen können. Wie machen wir das? Unseren Körper angucken. Selbst verantworten, selber gucken, spüren, sonst ist kein Kontakt mit der Energie. (o163)
Ausgleich – und Entwicklung	Ausgleichen! Wenn es langweilig wird, wieder einen Punkt finden, um Spaß zu haben, vielleicht sogar ein bisschen Theater machen, aber Theater mit Sinn. Wieder ausgleichen. So Stück für Stück höher. So entwickeln wir uns Stück für Stück weiter. (o172)
Autoimmun-Krankheit	Frage: Welche Bedeutung hat Autoimmunkrankheit? Antwort: Autoimmunkrankheit ist ein modernes Wort. Das ist ein anderes System als die TCM. Das sind verschiedene Ebenen. (o140)
Baby – ist Meister	Was bedeutet, ein Baby ist ein Meister? Antwort: Das Baby weiß, was es braucht. Wenn zum Beispiel Weinen dran ist, weint es, wie eine Übung für Verbindung. Das Baby hat noch die Kosmos-Verbindung. Der Kosmos-Prozess läuft von selbst. Mitmachen! (g18)
Baby – ist Buddha	Was bedeutet der Satz: „Ein Baby ist ein Buddha“? Bei einem Baby ist das seelische Theater der Emotionen nicht dazwischen. Ganz klar sind Körper und Geist in direkter Verbindung. (g26)
Baby – Aufgabe zeigt sich von selbst	Was heißt „ein Baby ist ein Buddha“? So einfach, keine Emotionen die sich stauen, keine Erwartungen, keine Gedanken welche Lebensaufgabe. Die Aufgabe zeigt sich von selbst, wenn sich das Baby entwickelt. (g28)
Baby – ist Sifu	Was bedeutet „ein Baby ist ein Sifu“? Es zeigt, was es braucht. Sifu zu sein, heißt auch zu wissen, wann man Hilfe braucht und das zu äußern. (g38)
Baby – spirituell	Babys sind spirituell. Sie kommen vom Dao. Wenn Menschen alt werden, kehren sie zum Dao zurück. (g110)