

# Praxis für bewusstes Leben und natürliche Heilweisen



- Traditionelle Chinesische Medizin
- Medizinisches Qi Gong
- Spagyrik
- Numerologie
- Ernährungsmedizin

**Wie gelingt es uns, die von uns allen erschaffenen Herausforderungen der Zeit, der Gesellschaft und der Natur mit ihren zahlreichen Auswirkungen auf Körper und Seele zu meistern?**

*„Sei Du selbst die Veränderung, die Du Dir wünschst für diese Welt.“ Mahatma Gandhi*

Unsere Vorfahren verstanden den Kosmos mit seinen Gestirnen und Gesetzmäßigkeiten als ein Lebewesen, welches ihr und unser Leben auf der Erde entscheidend bestimmt. Ebenso wirken sich alle unsere Handlungen auf das Umgebende aus, da es ein miteinander verbundenes und voneinander abhängiges System ist.

Alle Lebewesen haben einen gemeinsamen Ursprung und alle Formen sind nach einheitlichen Prinzipien geordnet. In jeder Zelle, jedem naturwissenschaftlichen Phänomen und auch in der Funktionsweise unseres Körpers spiegelt sich diese Ordnung wieder. Dieses Wissen war vor vielen tausend Jahren den Gelehrten in Indien oder China noch bekannt und natürlich in die Lebensweise der Menschen integriert. In der europäischen Antike waren Heilkundige Arzt, Astrologe und Priester zugleich.

**Es ist von elementarer Bedeutung für uns Menschen, anzuerkennen, dass es mehr gibt, als unser begrenzter Verstand erfassen kann. Nur mit dieser demütigen Haltung ist es uns möglich, einen Platz einzunehmen, der von unserem Ursprung her stimmig ist und im Einklang mit allem zu sein.**

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) betrachtet den Menschen als Verbindung zwischen Erde und Kosmos mit all seinen Wirkprinzipien.

Der Ansatz der Energiemedizin beruht auf der Annahme, dass jede Befindlichkeitsstörung eine seelisch-geistige Ursache hat, und Symptome eine Folge nicht verstandener Botschaften im Unterbewussten sind.

Die Spagyrik lehrt uns die Rolle der Pflanzen in der universalen Ordnung und welche Möglichkeiten zur Unterstützung sie für uns haben.

*Es geht darum, zu erkennen, wer wir wirklich sind und welchen Sinn das menschliche Leben hat.*

*Der Weg ist die Bewusstwerdung, was wir mit unseren alltäglichen Redens-, Denk- und Handlungsweisen erschaffen, und das Erkennen und Annehmen, dass jeder in jedem Moment die Wahl hat, Opfer, Täter oder ein Teil der Lösung der Situation zu sein.*

**In folgenden Bereichen biete ich meine Begleitung an:**

- Traditionelle Chinesische Medizin  
- Medizinisches Qi Gong und Farblichtakupunktur
- Energiemedizinische Anwendungen (Twister)
- Beratung zu Themen der Zähne im ganzheitlichen Zusammenhang als Ergänzung zur zahnheilkundlichen Therapie
- Energiekörper- und Vitalstoffhaushaltsanalyse mit Hilfe des etascans
- Spagyrik – Ganzheitliche Pflanzenheilkunde zur Selbsterkenntnis und gezielten körperlichen, geistigen und seelischen Unterstützung
- Ernährungsberatung: - Ernährungstypbestimmung  
- Nahrung als Medizin
- Numerologie – Analyse des Geburtsdatums, der Adresse und des Namens zum Erkennen von Lebensaufgaben, Blockaden und Potentialen
- Bewusstwerdung und Klärung der seelisch-geistigen Ursachen von Befindlichkeitsstörungen
- Begleitung zur spirituellen Weiterentwicklung



Twister

Außerdem biete ich im Rahmen meiner systemischen Arbeit ganzheitliche Unterstützung für Haustiere (z. B. Hunde) als Ergänzung zur tierärztlichen Therapie an.

Hunde sind Spiegel des Menschen und übernehmen aus bedingungsloser Liebe Probleme ihrer zweibeinigen Familienmitglieder, die sich bei ihnen dann auf der körperlichen Ebene oder im Verhalten zeigen können.

Da Hunde nur rein instinktiv handeln, ist die Energiemedizin wunderbar für ihre Unterstützung geeignet. Das seelische Defizit wird genährt, der Körper hat die Möglichkeit zu regulieren, und auch Dinge im Umfeld können sich wandeln, wenn die Beteiligten es zulassen.

**Dr. med. dent. Franka Engel**  
Heilpraktikerin

Franzosenweg 17 • 19061 Schwerin  
Telefon 0385-5932108

[www.bio-ostsee.de](http://www.bio-ostsee.de) • [www.spirit-netzwerk.de](http://www.spirit-netzwerk.de)

**Telefonprechzeit:** Di. von 13.30 –15.00 Uhr  
Termine nur nach telefonischer Vereinbarung



**Persönliche Vorstellung**

- 1970 in Wismar geboren
- 11 Jahre Ballettunterricht und 7 Jahre Übungsleiterin im Jazz Dance
- 1995 zahnmedizinisches Staatsexamen in Rostock und Promotion zum Dr. med. dent.
- 1995 –1997 zahnärztliche Assistenzzeit in Duisburg und Schwerin
- 1998 –2006 eigene Zahnarztpraxis in Schwerin
- 2006 –2009 Tätigkeit in zahnärztlicher Gemeinschaftspraxis
- 2009 Studium zur Heilpraktikerin und erfolgreiche Prüfung beim Gesundheitsamt Rostock
- seit 2010 spezifische Weiterbildungen und als Heilpraktikerin tätig

2006 habe ich das Medizinische Qi Gong für meine persönliche Unterstützung entdeckt und übe fast täglich. Durch meinen Weg habe ich zahlreiche ganzheitliche Erfahrungen gemacht, woraus das Bedürfnis entstanden ist, mich beruflich zu verändern.

Ich bin sehr dankbar, dass ich von wunderbaren Ärzten, Komplementärmedizinern und Geistlehrern begleitet wurde und werde, und sich so ein Mosaikbaustein nach dem nächsten zu einem sinnvollen Gesamtbild fügt. Auch ich habe weiter einen kontinuierlichen Prozess von Erfahrungen, Erkenntnissen und Entwicklungen. Dabei bin ich Mentorin und Lernende zugleich.



# Medizinisches Qi Gong

**Qi = universelle Lebensenergie**  
**Gong = Kraft durch Energie**

Wir bestehen aus mehr, als dem physischen Körper, der sich vor unseren Augen darstellt. Wir haben auch einen Energiekörper.

Seit über 5000 Jahren praktizieren chinesische Menschen Qi Gong Übungen. Durch diese pflegen sie ständig ihre Lebensenergie und unterstützen die Selbstheilung. Darüber hinaus erhalten sie auch eine feinere Wahrnehmung für sich und alles, was sie umgibt. Durch die Erkenntnisse aus Qi Gong wurden die Energieleitbahnen (Meridiane) entdeckt und auch die Punkte, die heute für die Akupunktur genutzt werden.

Viele Chinesen haben erfahren, dass sie ihr „täglich Brot“ nicht aus dem Backofen erhalten, sondern von der freien Energie im Universum (Qi).

Die bewusste Wahrnehmung des Körpers und der Seele bezüglich dessen, was uns begegnet, ist in unserer sehr reizüberfluteten Zeit vielen Menschen verloren gegangen. Qi Gong ermöglicht es, sich selbst wieder und auf eine neue Art zu spüren.

**Die medizinischen Qi Gong Übungen sind eine große Hilfe, um:**

- gezielt Befindlichkeitsstörungen und chronische Prozesse zu regulieren
- eine stabile Lebensenergiebasis zu schaffen
- den Körper mit einer erweiterten Wahrnehmung zu spüren
- die Gedanken zur Ruhe kommen zu lassen
- ungesunde Emotionen zu wandeln
- die innere Stimme zu hören
- loszulassen, zu reinigen und zu entgiften
- dankbar zu sein und zu vergeben
- die bedingungslose Liebe fließen zu lassen.

**Ich biete Ihnen an, folgende medizinische Qi Gong Übungen bei mir zu erlernen:**

## Guo Lin Qi Gong

Erleichterung und Unterstützung bei Krebserkrankungen

Seit vielen Jahren gibt es in China große Erfolge mit Hilfe dieser Übungen. Die Übungen sind vom chinesischen

Gesundheitsministerium anerkannt. Krebs ist in China seit dieser Zeit kein Todesurteil mehr. Seit 20 Jahren gibt es sehr gute Erfahrungen in Deutschland.



Guo Lin Qi Gong

## Duft Qi Gong

Einfach erlernbare Übungen mit sehr großer Bandbreite für Menschen zwischen 6 und 90 Jahren.

Duft Qi Gong unterstützt die Regeneration bei:

- allergischen Geschehen – Asthma, Heuschnupfen, Tierhaarallergien – sehr günstig auch bei Kindern
- Neurodermitis, Schuppenflechte
- Migräne, Schlafstörungen, allgemeiner Müdigkeit
- Schilddrüsenüber-/unterfunktion
- Gynäkologischen Themen, z. B. Endometriose, Kinderwunsch
- Übermäßigem Schwitzen, auch bei Wechseljahresbeschwerden
- Inkontinenz, chronischem Durchfall oder Verstopfung
- Bluthochdruck im 1. und 2. Stadium, Herzrhythmusstörungen
- Hüft-, Schulter-, Kniebeschwerden
- Rheuma, Multipler Sklerose im Anfangsstadium
- Sehschwäche



Duft Qi Gong

## Fünf Elemente Qi Gong

In der chinesischen Medizin sind jedem Element (Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser) Organbereiche zugeordnet. Leber/Galle = Holzelement, Herz/Dünndarm = Feuer-element, Magen/Milz = Erdelement, Lunge/Dickdarm = Metallelement, Niere/Blase = Wasserelement.

Zu jedem Organbereich gehört eine Übung, die eine sehr schöne Form hat.

Die besondere Qualität der Fünf Elemente Übungen besteht darin, dass zum einen gezielt Befindlichkeitsstörungen reguliert werden können, sowohl im akuten als auch im chronischen Stadium. Zum anderen sind sie so aufgebaut, dass alle Hauptenergieleitbahnen gleichermaßen angesprochen werden, so dass das lebensspendende Qi ausgewogen den Körper und die Seele unterstützt und eine stabile Lebensenergiebasis geschaffen wird. Daher sind diese Übungen auch zur Prävention sehr empfehlenswert.



Fünf Elemente – Lungenübung

## Stilles Qi Gong (Meditation)

„Ich tue, nicht zu tun.“ (Laotse)

Dieses Zitat beschreibt den klaren Unterschied zu den zuvor aufgeführten Bewegungsübungen. Die Bewegungsübungen sind immer noch mit Aktivität verbunden, wobei Qi verbraucht wird. Bei den stillen Übungen ist das Verhältnis von Qi Aufnahme zu Qi Verbrauch optimal.

**Da Tong Gong** ist eine stille medizinische Qi Gong Übung, die im Stehen praktiziert wird. Stehübungen haben den Vorteil, dass das Qi sich ungehinderter im Körper bewegen kann als bei sitzenden Positionen. Außerdem unterstützt das Stehen das Lösen von energetischen Staus

im Körper. Im Stehen sind wir Menschen Verbindung zwischen Himmel- und Erdenergie und erhalten somit doppelte Energie.



Stilles Qi Gong

**Da Tong Gong ist besonders hilfreich bei:**

- Unterleibsbeschwerden, besonders für Prostata und Hoden
- Problemen beim Wasserlassen
- Bandscheibenvorfall, Rheuma
- Bluthochdruck, Nervosität
- Müdigkeit, Schlafstörungen
- Frieren, Energiemangel

Nur durch das stille Qi Gong kann es uns gelingen, den Verstand wirklich leer von allen belastenden Gedanken, alten Erfahrungen, Vorstellungen und Erwartungen zu bekommen.

In diesem Zustand ist der Weg zur Stimme unseres Herzens frei, um diese wieder zu hören. Es ist ein Zustand ähnlich dem eines neugeborenen Babys, das auch noch frei von Erfahrungen, die der Verstand speichert, ist. Wir fühlen einen tiefen Frieden und eine Verbundenheit mit allem, was ist und sind getragen von der bedingungslosen Liebe.

Das stille Qi Gong ist langfristig eine wichtige Ergänzung zu den Bewegungsübungen und auch als Einzelübung sehr unterstützend.

**Für wen welche Übung zu welchem Zeitpunkt hilfreich ist, ist individuell.**

**Hierzu berate ich Sie gern.**

**Telefon 0385-59 32 108**

Fotos: Tillmann Engel