



**Medizinische Gesellschaft  
für Qigong Yangsheng e.V.**

Colmantstr. 9 | 53115 Bonn  
Tel 0228 696004 | Fax – 696006  
info@qigong-yangsheng.de  
www.qigong-yangsheng.de

## **Tiere und Tiersymbolik im Qigong und in chinesischer Kultur**



**Online-Vortrag von  
PD Dr. med. Gisela Hildenbrand  
am Freitag, 11. April 2025, 18:30 Uhr**



In den Traditionen des Qìgōng und Yǎngshēng, in den chinesischen Übungen zur Pflege des Lebens, spielen Tiere eine wichtige Rolle – ihre Eigenschaften und Fähigkeiten werden nachgeahmt und in stilisierter Form zum Ausdruck gebracht. Zum einen ganz offensichtlich in Übungen, die nach Tieren benannt sind: „Sich recken wie ein Bär und strecken wie ein Vogel“. Zum anderen eher verborgen, durch Legenden und Mythen und die darin den Tieren zugesprochenen Fähigkeiten und Eigenschaften, die in den Übungen wirksam werden können. Die Bedeutung der Tiere beruht auf einem vielfältigen, auch ambivalenten und spannungsreichen Verhältnis von Mensch und Tier in der chinesischen Kultur. Das Buch *Zhuangzi* aus dem 4. Jh. v. Chr. versammelt hierzu eine große Vielfalt von Tieren, die als Dialogpartner, als Spiegel für menschliches Verhalten, als kundige und feinfühlende Wesen, als Vorbilder und Symbole, als Weise und Einfältige auftreten, und dabei den menschlichen Geist auf überaus erfrischende und poetische Weise nähren.

**Anmeldungen und weitere Informationen:  
Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.  
www.qigong-yangsheng.de, info@qigong-yangsheng.de  
Wir freuen uns über Spenden!**

**Bankverbindung: IBAN 96 3701 0050 0417 9805 09, BIC: PBNKDEFF, Postbank**