



Johannes Hickelsberger

Das Dao der Balance Akupunktur

Grundlagen und
spezielle Behandlungs-
techniken

 Springer

Das Dao der Balance Akupunktur

Johannes Hickelsberger

Das Dao der Balance Akupunktur

Grundlagen und spezielle Behandlungstechniken
mit 154 Abbildungen

 Springer

Johannes Hickelsberger
Langenzersdorf, Österreich

ISBN 978-3-662-58119-3 ISBN 978-3-662-58120-9 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-58120-9>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Springer-Verlag GmbH Deutschland, ein Teil von Springer Nature 2019

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Fotonachweis Umschlag: © Sashkin/Adobe Stock
Umschlaggestaltung: deblik Berlin

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature
Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Vorwort

Die Akupunktur ist eine der ältesten Heilmethoden der Menschheit. Ihre Anfänge liegen im historischen Dunkel, die erste schriftliche Erwähnung stammt aus dem 2. vorchristlichen Jahrhundert (*Sima Qian*, ca. 145–90 v. Chr., Historiker der *Han*-Zeit). In der langen Zeit ihres Bestehens war diese Methode vielfältigen Veränderungen unterworfen, wobei eine Reihe hervorragender Ärzte für Weiterentwicklung gesorgt hat. Es ist mir ein Anliegen, über zwei dieser „Meister-Akupunkturärzte“ der jüngeren und jüngsten Vergangenheit zu berichten.

Den einen – **Master Tung** (1916–1975) – war es mir leider nicht vergönnt, persönlich kennenzulernen. Seine Errungenschaften kenne ich nur indirekt, aus Büchern und Kursen, u. a. bei einem seiner letzten Schüler, Dr. *Chuan-Min Wang*.

Den anderen – **Dr. Richard Tan** – möchte ich als meinen eigentlichen Lehrer in Sachen Akupunktur bezeichnen, obwohl ich keiner seiner persönlichen Schüler war. Leider ist auch er allzu früh verstorben (2016). Ich hatte aber das Glück, viele seiner Lehrveranstaltungen, Kurse, Seminare zu besuchen. Nach jahrelanger Anwendung seiner Strategien bei einer Vielzahl von Patienten bin ich von der enormen Effektivität der „Methode *Tan*“ überzeugt. Ich bin ihm dankbar dafür, dass er mir den Weg gewiesen hat, den ich zu gehen habe.

Die in diesem Buch geschilderten Strategien der Balanceakupunktur beruhen auf der Arbeit von **Master Tung** und **Dr. Richard Tan**. Ausgehend von einer gemeinsamen Grundlage – den im Universum allerorts und zu jeder Zeit präsenten und auch in der klassischen Medizinliteratur Chinas beschriebenen Prinzipien der Balance – hat jeder der beiden seine eigene Entwicklung genommen und Besonderheiten hervorgebracht.

Die Aufgabe dieses Buches ist es, einige Strategien der beiden genannten Persönlichkeiten zu beschreiben und, angereichert mit meinen eigenen Erfahrungen, weiterzugeben.

Es werden prinzipiell nur Behandlungsbeispiele geschildert, die ich persönlich in meiner Tätigkeit als Akupunkturarzt wiederholt durchgeführt habe.

Besonders interessante und lehrreiche Fälle werden ausführlich geschildert. Ich habe darauf verzichtet, die Dauer der einzelnen Sitzungen, die Frequenz der Behandlungen sowie den Therapieerfolg bei jedem Beispiel anzuführen. Dies deshalb, weil diese Größen individuell unterschiedlich und somit dem Individuum und der gegebenen Behandlungssituation entsprechend zu variieren sind. Generell jedoch gilt: Akute Situationen erfordern eine höhere

Behandlungsfrequenz (3–4 Sitzungen pro Woche), chronische Erkrankungen werden seltener (einmal pro Woche oder jede 2. Woche) behandelt. Bei Patienten mit akutem Beschwerdebild sind oft 2 oder 3 Sitzungen ausreichend. Chronische Erkrankungen erfordern einen Behandlungszeitraum von mehreren Wochen bis Monaten.

Die durchschnittliche Behandlungszeit pro Sitzung beträgt 45 min.

Die Effektivität einer Akupunkturbehandlung nach den Regeln der Balanceakupunktur ist grundsätzlich hervorragend. Es sind verblüffende Behandlungserfolge zu verzeichnen, oft innerhalb von wenigen Minuten. Dennoch sind uns Grenzen gesetzt. Akupunktur hilft dann, wenn sie richtig gemacht wird und wenn sie helfen kann. Sie kann nicht helfen – selbst nicht bei korrekter Durchführung – wenn sich unser Patient nicht an gewisse Vorgaben hält (z. B. körperliche Schonung bei bestimmten muskuloskelettalen Beschwerden) oder wenn anatomische Verhältnisse oder auch psychogene Blockademechanismen den Therapieerfolg unmöglich machen. So werden wir etwa bei radikulären Schmerzen, verursacht durch Bandscheibenvorfall, zwar zu einer gewissen Linderung der Beschwerden beitragen können, ein dauerhafter Erfolg kann jedoch ausbleiben. Auch bei einer Reihe von akuten inneren Erkrankungen müssen wir überlegen, ob nicht die Konsultation eines Chirurgen vorzuziehen wäre. Eine akute Appendizitis etwa erfordert ein chirurgisches Eingreifen, wohingegen eine schmerzhafte, durch ein Steinleiden verursachte Nierenkolik durchaus erfolgreich mit Akupunktur behandelt werden kann. Um hier die richtige Entscheidung treffen zu können, muss auch eine fundierte westlich orientierte medizinische Ausbildung gefordert werden. Wir sollten diese westliche Medizin nicht ablehnen, sondern das Wissen und die Erfahrung sowohl der westlichen als auch der östlichen Medizin zum Besten unserer Patienten nutzen.

Johannes Hickelsberger

Wien

im Winter 2018

Inhaltsverzeichnis

I Theorie

1	Grundlagen und zu klärende Begriffe	3
1.1	Die Begriffe <i>Dao</i> und Balance	4
1.2	Makrokosmos – Mikrokosmos	5
1.3	<i>Yin</i> und <i>Yang</i> und 5 Elemente	5
1.4	Meridiane	6
1.5	<i>BaGua</i> , <i>Yao</i> , Trigramme, Hexagramme	7
1.6	Exkurs in die chinesische Kosmologie	13
1.7	Master Tung und Dr. Tan	15
1.8	Arten von Balance	17
	Literatur	19
2	Lokale Balance	21
2.1	Balanceakupunktur, ein Standard in 3 Schritten	22
2.2	Balance zwischen Meridianen	22
2.2.1	3-schrittiges Vorgehen	22
2.2.2	Die 6 Systeme im Einzelnen	24
2.3	Balance zwischen Körperteilen	30
2.3.1	Spiegelung	30
2.3.2	Abbild	36
	Literatur	48

II Therapie

3	Therapie von Beschwerden an Wirbelsäule, Rücken und Nacken mittels lokaler Balance	51
3.1	Allgemeine Regeln zur Erstellung eines Therapieplans	52
3.2	Rückenschmerzen allgemein	53
3.3	Beziehung zwischen Schmerzgebiet, Meridianen und Muskeln	54
3.4	Master-Tung-Akupunktur	55
3.5	Die Regionen des Rückens	56
3.5.1	Der obere Rücken	57
3.5.2	Der mittlere Rücken	59
3.5.3	Der untere Rücken – das „Wetterloch“ des Rückens	60
3.6	Schmerzen im Bereich des Nackens	64
3.6.1	„Gabelstrategie“ zur Therapie von Nackenschmerzen	66
3.6.2	Schmerzen Nacken und Schulterhöhe	67
3.7	Radikuläre und pseudoradikuläre Symptome an der unteren Extremität	68
	Weiterführende Literatur	70

4	Therapie von Gelenkbeschwerden mittels lokaler Balance	71
4.1	Schultergelenk	72
4.2	Ellbogengelenk	74
4.3	Handgelenk und Hand	75
4.3.1	Handgelenk.....	75
4.3.2	Karpaltunnelsyndrom.....	75
4.3.3	Ulnarissyndrom.....	76
4.4	Hüftgelenk	77
4.5	Kniegelenk	80
4.5.1	Knieschmerz medial, betroffene Meridiane Le, Mi, (Ni).....	80
4.5.2	Knieschmerz, ganzes Knie betroffen.....	82
4.6	Sprunggelenk	83
4.6.1	Sprunggelenk, medial.....	83
4.6.2	Sprunggelenk, lateral.....	84
4.6.3	Sprunggelenk, anterior.....	84
4.7	Achillodynie	84
4.8	Fersenschmerz, Fersensporn	85
4.9	Fingergelenke, Zehengelenke	86
	Literatur	86
5	Therapeutische Optionen mittels globaler Balance, Einsatz der Strategien von Spiegelung und Abbild	87
5.1	Grundlagen und Prinzip	89
5.2	Das YangMing-Syndrom – Therapie von Allergien im Bereich von Augen, Nase, Rachen und Kehlkopf	90
5.2.1	TaiYin-YangMing-Muster.....	92
5.2.2	JueYin-YangMing-Muster.....	94
5.2.3	Pc/Ni-YangMing-Muster.....	94
5.3	Das TaiYang-Syndrom – Therapie von Symptomen an den dorsalen Arealen des Körpers	94
5.3.1	ShaoYin-TaiYang-Muster.....	95
5.3.2	TaiYin-TaiYang-Muster.....	95
5.3.3	Lu/Le-TaiYang-Muster.....	96
5.4	JueYin-ShaoYang-Muster – Therapie von Symptomen an den lateralen Arealen des Körpers	96
5.5	Die „4 Magischen Meridiane“ – Therapie von Symptomen frontal am Körperstamm im Bereich der Meridiane von Konzeptionsgefäß, Niere und Magen	99
5.5.1	Beschwerden oberhalb des Rippenbogens.....	100
5.5.2	Beschwerden unterhalb des Rippenbogens.....	100
5.5.3	Beschwerden in Nabelhöhe.....	101
5.5.4	Beschwerden im Unterbauch.....	102
5.6	Die „8 Magischen Punkte plus 1“ – Therapie von Symptomen frontal am gesamten Körperstamm	102
5.7	Die „4 Magischen Hormonmeridiane“ – Therapie von hormonellem Ungleichgewicht beim weiblichen Geschlecht	103

5.8	Die „8 Magischen Meridiane für jedes gynäkologische Problem“	104
	Weiterführende Literatur	105
6	Die „12 Magischen Punkte“	107
6.1	Ein Patient mit traumatisch bedingtem Knieschmerz	108
6.1.1	Dynamische Achsen	109
6.1.2	Areale und 4 Punktgruppen	109
6.1.3	Das Wesentliche im Überblick	114
6.2	Die 16 Muster	116
6.3	Farbcode als Hilfe bei der Verteilung der Punktgruppen auf die Extremitäten	116
6.4	Beispiele aus der Praxis	118
6.4.1	Nackenschmerzen	119
6.4.2	Herzbeschwerden	121
6.4.3	Lumbalgie im Bereich von L2–L5/S1	122
6.4.4	Schmerzen im mittleren Rücken, Th8–L2	123
6.4.5	Schulter Schmerz rechts, Lumbalgie rechts	124
6.4.6	Hüftschmerz links, Knieschmerz rechts	125
6.4.7	Schmerzen im oberen Rücken, Th1–Th9	125
6.4.8	Patientin mit Colitis ulcerosa und hormoneller Dysbalance	126
6.4.9	Ventrikuläre Tachykardie bei kardial metastasierendem Tumor	128
6.4.10	Gehirnerkrankungen	131
6.4.11	Durchblutungsstörungen	133
6.4.12	Kopfschmerz	133
	Literatur	135
7	BaGua-Balance durch Meridiankonversion	137
7.1	Grundlagen und Prinzip	138
7.1.1	Was bedeutet Meridiankonversion?	140
7.1.2	Vorgehen bei Meridiankonversion	140
7.2	YangMing-Syndrom, Therapie mit BaGua-Balance durch Meridiankonversion	142
7.2.1	TaiYin-YangMing-Muster	142
7.2.2	JueYin-YangMing-Muster	143
7.2.3	PC/Ni-YangMing-Muster	143
7.3	TaiYang-Syndrom, Therapie mit BaGua-Balance durch Meridiankonversion	144
7.3.1	ShaoYin-TaiYang-Muster	145
7.3.2	TaiYin-TaiYang-Muster	146
7.3.3	Lu/Le-TaiYang-Muster	146
7.4	JueYin-ShaoYang-Muster, Therapie mit BaGua-Balance durch Meridiankonversion	147
7.5	Die „4 Magischen Meridiane“, Therapie mit BaGua-Balance durch Meridiankonversion	147
7.6	Die „4 Magischen Hormonmeridiane“, Therapie mit BaGua-Balance durch Meridiankonversion	148

7.7	Huo-Mu-Muster, Therapie mit BaGua-Balance durch Meridiankonversion	148
	Weiterführende Literatur	149
8	Dysbalancen des Shen, Therapie mittels BaGua-Balance durch Meridiankonversion	151
8.1	Grundlagen und Prinzip	152
8.2	JueYin-ShaoYang-Muster	153
8.3	JueYin-YangMing-Muster	154
8.4	ShaoYin-ShaoYang-Muster	155
8.5	Huo-Mu-Muster für Hitze-Erkrankungen	156
8.6	Die „4 Magischen Hormonmeridiane“	157
	Weiterführende Literatur	158
9	BaGua-Balance nach den 5 Jahreszeiten	159
9.1	Vorbemerkung	160
9.2	Grundlagen der BaGua-Balance nach den 5 Jahreszeiten	160
9.3	Die schönsten Gua der Elementezeiten	165
9.4	BaGua-Balance nach den 5 Jahreszeiten, schematisches Vorgehen	168
9.5	BaGua-Balance nach den 5 Jahreszeiten, Behandlungsbeispiele	168
9.5.1	Schmerzen im Bereich des Bl-Meridians	168
9.5.2	Radikulärer oder pseudoradikulärer Schmerz C6/C7, Therapie in der Metallzeit bzw. in der Holzzeit	169
9.5.3	TaiYin-YangMing-Muster, Therapie in der Holzzeit	170
9.5.4	JueYin-YangMing-Muster, Therapie in der Feuerzeit	172
9.5.5	JueYin-ShaoYang-Muster, Therapie in der Erdezeit	172
9.5.6	Lu/Le-TaiYang-Muster, Therapie in der Holzzeit	172
9.5.7	Die „4 Magischen Hormonmeridiane“	175
9.5.8	Huo-Mu-Muster für Hitze-Erkrankungen	175
	Weiterführende Literatur	176
10	BaGua-Balance nach den 5 Elementen	177
10.1	Grundlagen der BaGua-Balance nach den 5 Elementen	178
10.2	Tonisierung des Wassers/der Nierenenergie	181
10.3	Tonisierung der Erde/der Milzenergie	182
10.4	Tonisierung der Lunge/der Metallenergie	183
10.5	Sedierung der Leber/der Holzenergie	184
10.6	Therapie des JueYin-ShaoYang-Musters zur Sedierung der Leber	185
10.7	Therapie des TaiYin-YangMing-Musters zur Tonisierung der Milz	186
10.8	Sedierung des Herzens/der Feuerenergie	187
10.9	Tonisierung des Herzens/der Feuerenergie	187
	Literatur	188
	Serviceteil	
	Stichwortverzeichnis	191

Über den Autor



Dr. med. Johannes Hickelsberger

ist seit 30 Jahren in allgemeinmedizinischer Praxis tätig, mit den Schwerpunkten Akupunktur und TCM. Seine Ausbildung bezüglich Akupunktur und TCM erhielt er bei verschiedenen Akupunktur- und TCM-Gesellschaften, insbesondere bei der größten österreichischen Gesellschaft OGKA. Hier ist er auch als Referent mit Unterrichtstätigkeit für Körper- und Ohrakupunktur sowie TCM-Kräutertherapie tätig. Zu erwähnen sind auch Studienaufenthalte an Akupunktur- und TCM-Kliniken in China, namentlich Nanjing und Chengdu. Ein Meilenstein in seiner Entwicklung ist der Kontakt zu einer hervorragenden Persönlichkeit der klassischen chinesischen Medizin, Dr. Richard Tan. Durch diese Begegnung wurde auch der Grundstein gelegt für ein intensives Studium der klassischen chinesischen Medizinliteratur. Es ist ihm ein besonderes Anliegen, eine Synthese zwischen den Systemen der modernen westlichen und der klassischen chinesischen Medizin zu finden.

Theorie

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 1 Grundlagen und zu klärende Begriffe – 1

Kapitel 2 Lokale Balance – 21



Grundlagen und zu klärende Begriffe

- 1.1 Die Begriffe *Dao* und Balance – 4
- 1.2 Makrokosmos – Mikrokosmos – 5
- 1.3 *Yin* und *Yang* und 5 Elemente – 5
- 1.4 Meridiane – 6
- 1.5 *BaGua*, *Yao*, Trigramme, Hexagramme – 7
- 1.6 Exkurs in die chinesische Kosmologie – 13
- 1.7 Master Tung und Dr. Tan – 15
- 1.8 Arten von Balance – 17
- Literatur – 19

1.1 Die Begriffe *Dao* und *Balance*

In der chinesischen Geschichte gibt es eine Periode, die als die „Zeit von Frühling und Herbst“ (*Chunqiu*-Zeit, 722–481 v. Chr.) bezeichnet wird. Dieser Name klingt sehr poetisch und legt nahe, es habe sich hier um eine ruhige, ausgeglichene und romantische Periode gehandelt. Diese Annahme ist jedoch weit gefehlt: In Wahrheit handelt es sich um eine der grausamsten, brutalsten und blutigsten Perioden der chinesischen Geschichte.

Dieselben Attribute gelten auch für die darauffolgende historische Periode Chinas, die „Zeit der Streitenden Reiche“ (*Zhanguo*-Zeit, 453–221 v. Chr.) – zusammengenommen ein halbes Jahrtausend, dominiert von Feuer und Schwert, ununterbrochenem Krieg, extremer persönlicher und politischer Unsicherheit, Folter, Unterdrückung, staatlicher Willkür, Naturkatastrophen, Missernten, Hungersnöten und wiederholten Epidemien.

Das damalige China – den Namen „China“ hatte es damals noch nicht gegeben – war alles andere als ein einheitliches staatliches Gebilde. Es war die Zeit des Niedergangs der *Zhou*-Dynastie. Ihre Könige hatten de facto die Macht eingebüßt. Geblieben war ihnen lediglich eine nominelle Oberhoheit über eine Vielzahl von kleineren und größeren einzelstaatlichen Gebilden, die sich in ständig wechselnden Koalitionen gegenseitig bekriegten.

Es war eine Zeit des staatlichen und moralischen Verfalls. Je größer die Not wurde, umso größer wurde auch das Verlangen, diese Not zu beenden. Je mehr alles aus dem Ruder lief, desto größer wurde der Wunsch, wieder zu erträglichen Verhältnissen, zu einer ausgeglichenen Balance der politischen Kräfte und der Beziehungen der Menschen untereinander – im Staat wie in der Familie – zurückzufinden.

Diese Bestrebungen kondensierten in den Bemühungen zweier Männer, die zu den Begründern der beiden großen philosophischen Richtungen Chinas werden sollten:

- **LaoZi** der Eine (6. Jh. v. Chr., Vaterfigur des Daoismus; *Zi* am Ende des Namens bedeutet „Meister“) und
- **KongZi** der Andere (551–479 v. Chr., heute bekannt unter dem Namen Konfuzius; die nach ihm benannte Philosophie ist der Konfuzianismus).

Es sollen hier nicht die Unterschiede zwischen den von diesen Männern begründeten Philosophien, dem Daoismus und dem Konfuzianismus, diskutiert werden. Vielmehr sei auf das letztendlich gemeinsame Ziel der beiden hingewiesen. Dieses bestand in der Beendigung von Unsicherheit und Schrecken, sowie Etablierung von Frieden und Sicherheit. Anders formuliert: Chaos beenden und Balance etablieren.

➤ **Das Bemühen um Balance und Ausgeglichenheit ist bis in unsere Zeit ein hervorstechendes Merkmal der chinesischen Kultur geblieben und auch eine Konstante in der chinesischen Medizin.**

Eine Erkrankung sowohl des Körpers als auch der Seele wird als Dysbalance angesehen. Im Falle einer solchen gilt es nun, durch therapeutisches Handeln wieder einen stabilen Zustand, d. h. ausbalancierte Verhältnisse, zu erreichen.

Wie aber ist dieses Ziel zu erreichen? Welcher Weg muss eingeschlagen werden? Die Antwort lautet: „Folge dem *Dao*“.

Dao ist nicht nur der zentrale, sondern auch der namensgebende Begriff des Daoismus. Es ließe sich lange über diesen Begriff nachdenken, diskutieren und versuchen, ihn zu erklären. An dieser Stelle sollte es jedoch genügen, ihn mit „Weg“ zu übersetzen, und zwar ist damit der **richtige** Weg und die **richtige** Methode gemeint, der bzw. die gewählt werden müssen, um zum erklärten Ziel zu kommen: der Wiederherstellung von Balance in Körper und Geist. Werkzeug zur Erlangung des Ziels ist die Akupunkturnadel.

1.2 Makrokosmos – Mikrokosmos

Ein Charakteristikum der chinesischen Philosophie und Medizin ist das Denken in den Kategorien von Makrokosmos und Mikrokosmos. Alles, was im Großen (Makrokosmos, Universum) vor sich geht, findet seine Entsprechung im Kleinen (Mikrokosmos, Erde, Mensch).

Dieses Denken in den Kategorien von Makrokosmos und Mikrokosmos ist auch die Grundlage für die Vorstellung von Mikrosystemen. So kann z. B. ein Abbild des gesamten Körpers (Makrosystem) auf das Ohr (Mikrosystem) projiziert werden. Das ist die Grundlage der Ohrakupunktur. Analoges gilt für diverse andere Mikrosysteme wie Bauchdeckenakupunktur, Mundakupunktur, YNSA (Yamamoto neue Schädelakupunktur).

Das allen diesen Mikrosystemen gemeinsame Grundprinzip ist darin zu sehen, dass es für jedes symptomatische Areal am Körper ein oder mehrere Areale gibt, welche das symptomatische Areal balancieren, ausgleichen, gesund machen, therapieren.

Bezogen auf eine Therapie mit Akupunktur ist dieser Satz folgendermaßen zu konkretisieren.

- ▶ **Für jeden symptomatischen Meridian gibt es andere Meridiane, die den symptomatischen Meridian ausgleichen oder balancieren. Für jedes symptomatische Areal gibt es andere Areale, die das symptomatische Areal ausgleichen oder balancieren.**

Das Wissen über diese Balancemechanismen ist Tausende von Jahren alt und seit jeher ein wesentlicher Faktor in der chinesischen Medizin.

Allen großen Akupunkturärzten – wie **Master Tung** und **Dr. Tan**, um nur einige besonders Herausragende der jüngeren und jüngsten Vergangenheit zu nennen – waren und sind diese naturgegebenen Mechanismen der Balance bekannt.

1.3 Yin und Yang und 5 Elemente

Die **Yin-Yang-Theorie** ist sehr alt. *Yin* und *Yang* sind zwei Pole. Ein genauer Zeitpunkt, an dem begonnen wurde, sich über diese beiden Pole Gedanken zu machen, kann nicht angegeben werden. Erste Hinweise finden sich in den Orakel-Inschriften der *Shang*-Zeit (1600–1100 v. Chr.).

Eine typische Frage, die an das Orakel gestellt wurde, ist die Folgende:

1. Innerhalb der nächsten 10 Tage wird kein Unglück geschehen.
2. Innerhalb der nächsten 10 Tage wird es zu einer Katastrophe kommen (Hertzer 2006, S. 115).

Das sind zwei gleichzeitig formulierte, sich widersprechende Aussagen. Vom Orakel wurde nun erwartet, sich für eine Aussage zu entscheiden.

Diese beiden sich widersprechenden Aussagen spiegeln eine Polarität wieder.

- **Man war sich also schon zur Zeit der *Shang* darüber bewusst, dass nichts im Universum rein weiß oder rein schwarz ist. Allerdings wird entweder das Weiße oder das Schwarze überwiegen. Ohne dass hier *Yin* oder *Yang* beim Namen genannt werden, ist dennoch das Bewusstsein über die grundlegende Polarität der *Yin-Yang*-Vorstellung vorhanden.**

Das früheste schriftliche Zeugnis, in welchem *Yin* und *Yang* explizit genannt werden bzw. in welchem Symbole dafür verwendet werden, ist das *Y Ging*, das „Buch der Wandlungen“. Die Urfassung dieses Buches geht zurück auf *Wen Wang* (König Wen), den Gründungsvater der *Zhou*-Dynastie (ca. 1122–256 v. Chr.). Er hat die Trigramme zu Hexagrammen (► Abschn. 1.5) kombiniert, mit der maximal möglichen Anzahl von 64 Hexagrammen. Zusammen mit kurzen aphorismenartigen Sprüchen, den sog. Urteilen, bilden diese die Urfassung, die erste ursprüngliche Fassung des *Y Ging*.

Chinesische Philosophie und chinesische Medizin sind voneinander nicht streng zu trennen. Beide basieren auf zwei Grundprinzipien,

- dem Dualitätsprinzip von *Yin* und *Yang* und
- der Theorie der 5 Elemente.

Das zweite Prinzip – die **Theorie der 5 Elemente** (Feuer, Erde, Metall, Wasser, Holz) – trat erst einige Jahrhunderte, nachdem die Theorie von *Yin* und *Yang* bereits entwickelt war, in Erscheinung. Diese Elemente sind nicht zu verstehen als in sich abgeschlossene, ruhende, stabile Entitäten ohne jede Bewegung. Vielmehr stehen sie miteinander in Verbindung und pflegen eine intensive Kommunikation, wobei es auch zum Übergang oder zur Wandlung eines Elements in ein anderes Element kommt. Um diese Interaktionen zwischen den 5 Elementen zum Ausdruck zu bringen, wird auch von den 5 Wandlungsphasen gesprochen. Die Interaktionen zwischen den Elementen erfolgen nicht regellos, sondern entlang von bestimmten Wegen (*Sheng*-Zyklus, *Ke*-Zyklus).

1.4 Meridiane

Die Bezeichnung „Meridian“ ist keineswegs ein Begriff, der im chinesischen Verständnis der Leitbahentheorie wurzelt. Vielmehr handelt es sich um einen Begriff, der im 17. Jh. von dem niederländischen Arzt **Wilhelm ten Rhyne** geprägt wurde. Wilhelm ten Rhyne war tätig als Arzt in Diensten der Ostindien-Kompanie. In Japan stieß sein Interesse auf eine bestimmte Art von Zeichnungen. Es handelte sich dabei um Darstellungen des menschlichen Körpers mit Punkten, welche miteinander verbunden waren durch Linien, die in longitudinaler Richtung über Körperstamm und

Extremitäten zogen. Diese Linien hatten Ähnlichkeit mit denen, die man zum Zwecke der Orientierung und Vermessung auf den Globus gezeichnet und „Meridiane“ genannt hatte, und so wählte Wilhelm ten Rhyne für die auf die menschliche Figur gezeichneten Linien ebenfalls den Begriff „Meridian“.

An dieser Stelle sei der verehrte Lehrer des Verfassers, **Dr. Tan**, zitiert:

- » Meridiane sind vom Menschen erdachte Linien, geschaffen mit dem Ziel, sich an der Oberfläche des Körpers orientieren zu können.

In der alten chinesischen Medizinliteratur ist der Begriff „Meridian“ nicht existent. Hier wird von *Mai* (*JingMai* und *LuoMai*) gesprochen, was am ehesten mit „Gefäß“ zu übersetzten ist. Vieles deutet darauf hin, dass man in früher Zeit darunter Blutgefäße verstanden hat. Im westlichen Kulturkreis ist diese Sicht allerdings nicht beliebt, führt sie doch zu einer gewissen Entzauberung und Entmystifizierung des Meridianbegriffs. Dieses ist bedauernswerterweise offensichtlich nicht gefragt. Es sei jedoch darauf hingewiesen, dass Generationen von Wissenschaftlern versucht haben und immer noch versuchen, das anatomische Substrat eines Meridians zu finden – bis zum heutigen Tage ohne Erfolg.

Anmerkung Da das vorliegende Buch kein Lehrbuch ist, welches sich mit den Grundlagen der Akupunktur beschäftigt, sei darauf verzichtet, den Verlauf der Meridiane und die darauf liegenden Punkte zu beschreiben. Dies wird als bekannt vorausgesetzt. Darüber hinaus soll an dem im westlichen Kulturkreis gebräuchlichen Begriff des Meridians festgehalten werden, denn er ist zur Konvention geworden, und das Wissen über die Meridianverläufe wird benötigt, um sich im Sinne des obigen Zitats von Dr. Tan am Körper orientieren zu können.

Es muss auch darauf hingewiesen werden, dass die Orientierung am Körper nicht nur anhand von Meridianen erfolgt, sondern auch anhand von Regionen. Dabei kann eine Region – ein Gebiet, welches von Schmerz oder einem anderen Symptom betroffen ist – dem Einflussgebiet entweder nur eines oder auch mehrerer benachbarter Meridiane entsprechen. Von eminenter Bedeutung ist die Tatsache, dass ein balancierendes und somit therapeutisch wirksames Areal in den allermeisten Fällen nur dann ermittelt werden kann, wenn die Verläufe der Meridiane bekannt sind.

1.5 BaGua, Yao, Trigramme, Hexagramme

Die Übersetzung von *BaGua* lautet „8 Zeichen“. Jedes dieser 8 Zeichen ist ein Strichcode, bestehend aus jeweils 3 Linien (3 *Yao*), einem „Trigramm“. Jede einzelne Linie (*Yao*) eines Trigramms ist entweder eine durchgezogene *Yang*-Linie oder eine unterbrochene *Yin*-Linie.

Ursprünglich hatte es nur 2 *Gua* gegeben, die *Yang*-Linie und die *Yin*-Linie (■ Abb. 1.1).

Es ist gut vorstellbar, dass diese beiden Zeichen z. B. zu Orakelzwecken verwendet wurden. Die durchgehende Linie mag „Ja“, die unterbrochene „Nein“ bedeutet haben. Es ließen sich damit auch schon einfache Phänomene und Vorgänge, wie sie in der



Abb. 1.1 Yang-Linie und Yin-Linie

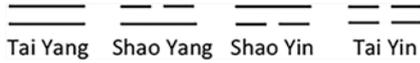


Abb. 1.2 Gua mit jeweils 2 Linien. TaiYang bedeutet größeres Yang, ShaoYin kleineres Yin, ShaoYang kleineres Yang, TaiYin größeres Yin

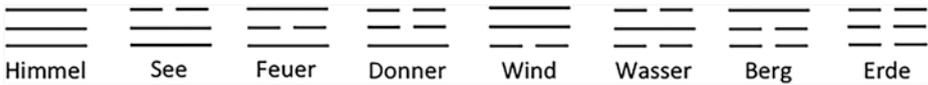


Abb. 1.3 8 Gua mit jeweils 3 Linien

Natur vorkommen, beschreiben, etwa polare Phänomene wie Tag–Nacht, hell–dunkel, heiß–kalt, Mann–Frau etc.

Der Wunsch nach einer detaillierteren Differenzierung führte dann dazu, dass man die Linien kombinierte. Die ersten Kombinationen waren solche aus 2 Linien. Dadurch ergaben sich 4 Gua mit jeweils 2 Linien: 2 Yang-Gua und 2 Yin-Gua (Abb. 1.2).

Die zusätzliche Erweiterung um eine Linie führte dann zu den 8 Zeichen, den BaGua (Abb. 1.3).

Damit konnte die Natur schon sehr differenziert beschrieben werden. Jedem Zeichen wurde eine Erscheinung, wie sie in der Natur vorkommt, zugeordnet.

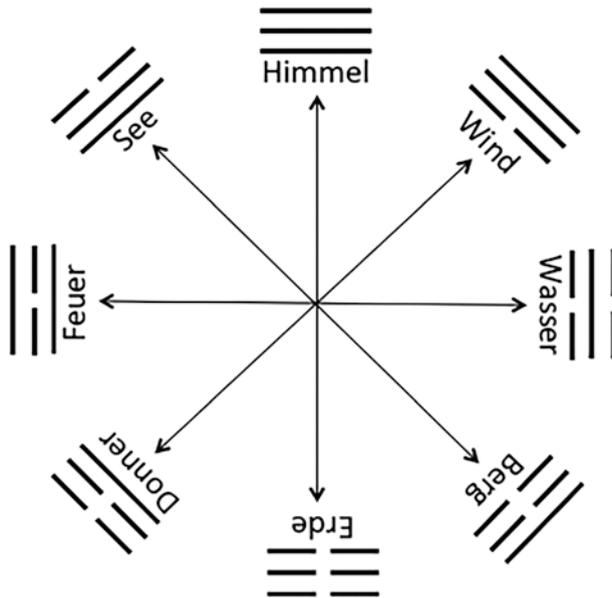
Der Ursprung dieser BaGua verliert sich im historischen Dunkel. Sie dürften aber schon ca. 2000 v. Chr. bekannt gewesen sein.

Die Legende bringt sie in Zusammenhang mit FuXi. Dieser ist einer der mythischen Ur-Kaiser. Obwohl er mit einiger Wahrscheinlichkeit tatsächlich nie gelebt hat, gibt es Vorschläge bezüglich seiner Lebensdaten. So hat der britische Sinologe James Legge (1815–1897) das Jahr 3322 v. Chr. als sein Geburtsjahr errechnet. Andere Berechnungen machen FuXi um einige Jahrhunderte jünger. Diese errechneten oder vermuteten Lebensdaten von FuXi geben einen brauchbaren Hinweis auf das mögliche Alter der Trigramme.

FuXi soll die Trigramme auf dem Rücken eines mythischen Tieres entdeckt haben. Von dieser Legende gibt es unterschiedliche Versionen:

Einmal ist es eine Schildkröte, die aus den Fluten des Gelben Flusses auftaucht. Auf ihrem Panzer habe FuXi durchgezogene und unterbrochene Linien gesehen und als die 8 Trigramme gedeutet.

Eine andere Version spricht von einem Drachenpferd, das den Fluten des Gelben Flusses entsteigt und auf dessen Rücken sich eine Jadeplatte befindet. Darauf habe FuXi eine Anordnung von dunklen und hellen Punkten erkannt, diese abgemalt und so die „Karte vom Gelben Fluss“ gezeichnet. Darüber hinaus habe er die Anordnung der Punkte als die BaGua, die 8 Zeichen, interpretiert.



■ **Abb. 1.4** Kreisförmige Anordnung der BaGua nach FuXi, „Früher Himmel“

FuXi ist nicht nur der „Erfinder“ der Trigramme, sondern er hat sie auch kreisförmig angeordnet (■ Abb. 1.4).

Diesem FuXi-BaGua-Kreis wurden später die Meridiane zugeordnet.

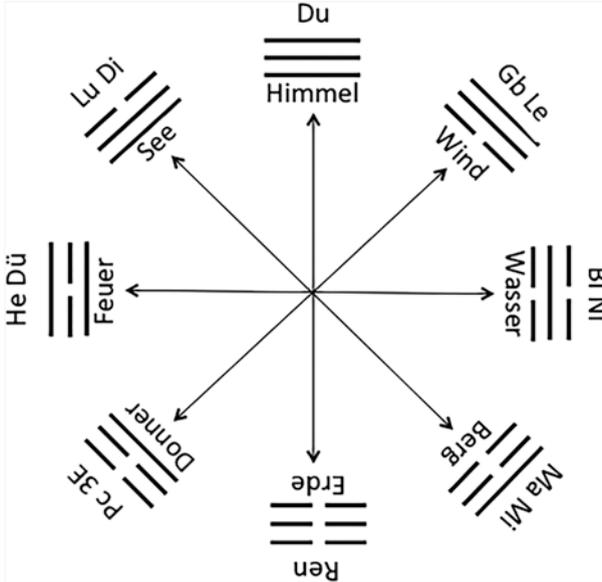
Die kreisförmige Anordnung der BaGua mit dieser ersten Meridianzuordnung – später wurden die Meridiane anders auf die BaGua verteilt – ist bekannt unter der Bezeichnung „FuXi-BaGua-Kreis vom Frühen Himmel mit Meridianzuordnung“ (■ Abb. 1.5).

Es steckt hier die Absicht dahinter, eine unwandelbare, ewig gültige, kosmologische Ordnung zum Ausdruck zu bringen. In dieser kosmologischen Ordnung kommt der sich zwischen Himmel und Erde ausdehnenden Achse besondere Bedeutung zu.

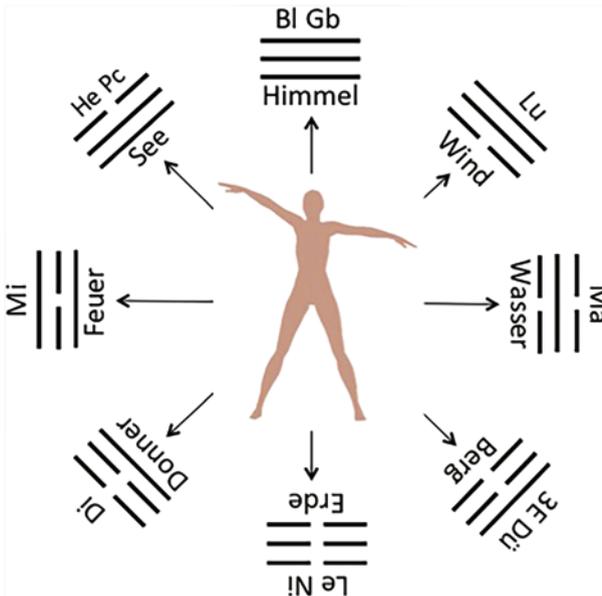
Die BaGua werden hier von innen nach außen gelesen. Die innerste Linie ist also die unterste Linie des Gua. Es balancieren sich hier nicht nur gegenüberliegende Gua, sondern auch die einzelnen Yao (Linien) der einander gegenüberliegenden Gua. Darüber hinaus balancieren sich auch gegenüberliegende Meridiane. Die Botschaft, die hier mitgeteilt wird, lautet: Die Lösung des Problems liegt auf der gegenüberliegenden Seite. Hierin liegt die Grundlage für das Balancesystem 1.

➤ **Balancesystem 1: Es balancieren sich Meridiane mit dem gleichen chinesischen Namen, die „korrespondierenden Meridiane“** (► Abschn. 2.2.1).

Zur Zeit der Song-Dynastie (960–1279 n. Chr.) hat der FuXi-BaGua-Kreis insofern eine Änderung erfahren, als die Meridiane anders auf die BaGua verteilt wurden. Dies ist der „FuXi-BaGua-Kreis vom Frühen Himmel mit später Meridianzuordnung“ (■ Abb. 1.6).



■ **Abb. 1.5** Kreisförmige Anordnung der BaGua nach FuXi, „Früher Himmel“, mit Meridianzuordnung



■ **Abb. 1.6** Kreisförmige Anordnung der BaGua nach FuXi, „Früher Himmel“, mit später (Song-Zeit) Meridianzuordnung