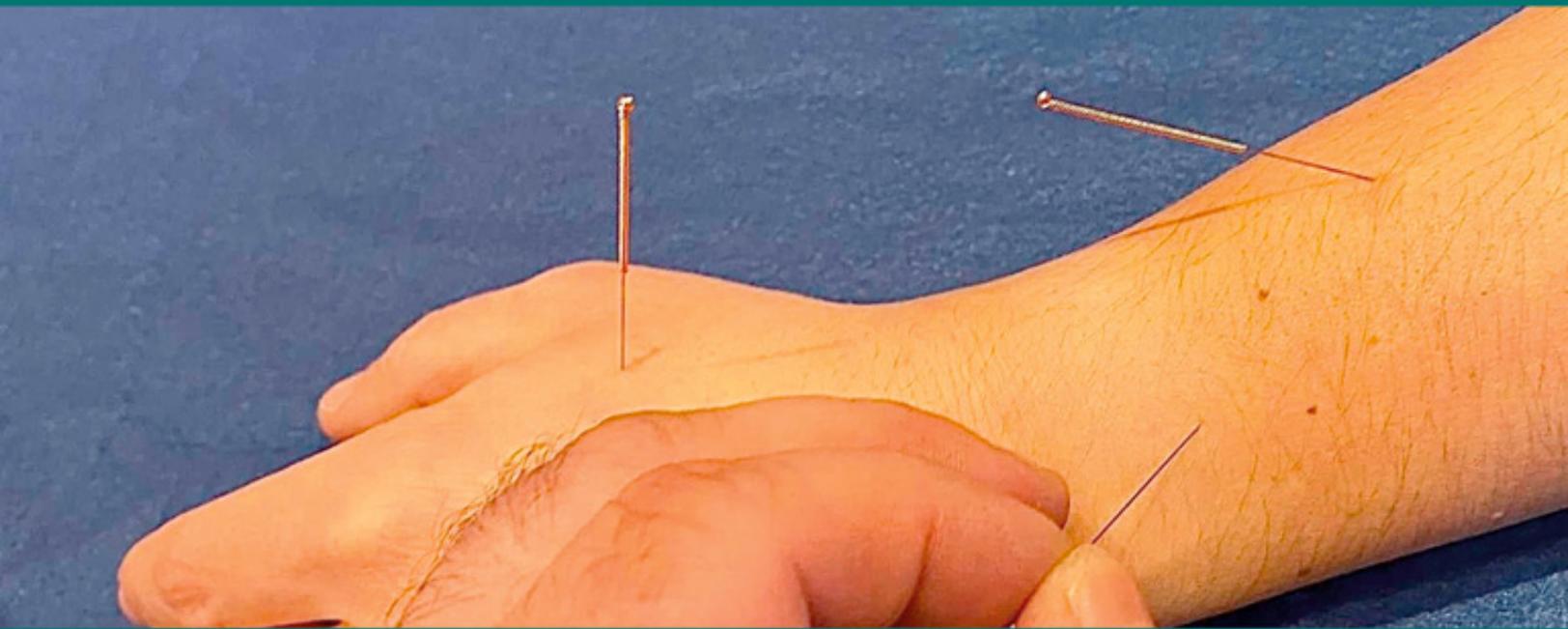


Christian Kronmüller



Akupunktur

Ein Lehrbuch für Praktiker



inkl. Differentialdiagnose, Zungen- und Pulsdiagnose

Hinweise

Alle Informationen, Verfahren und Techniken in diesem Buch wurden nach bestem Wissen und Gewissen niedergeschrieben und erklärt. Dennoch übernimmt der Autor keine Verantwortung und keine Haftung, wenn durch das Ausüben und Anwenden der im Buch gezeigten heilkundlichen Techniken und Verfahren Schäden entstehen. Das Buch ist kein Ersatz für eine medizinische Ausbildung oder Akupunkturunterricht, der von gut ausgebildeten Lehrkräften abgehalten wird, sondern lediglich als Ergänzung zu sehen bzw. als Begleitlektüre zu Kursen und Seminaren.

Da sich die Medizin wie jede Wissenschaft stetig weiterentwickelt, hat der verantwortungsbewusste Leser dieses Buches selbstständig Sorge zu tragen, dass sein Wissen immer auf dem neuesten Stand ist.

Akupunktur ist ein Gebiet der Naturheilkunde. Diese ist in Deutschland nur bestimmten Berufsgruppen (z.B. Ärzten, Heilpraktikern) vorbehalten.

Für Kritik, Anregungen und Diskussionen finden Sie im Anhang die Kontaktadresse des Autors.

Inhaltsverzeichnis

Die Ursprünge der Traditionellen Chinesischen Medizin

Die Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin

Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin

Qi

Weitere Substanzen

Yin und Yang

Aspekte der Yin und Yang Lehre beim Menschen

Jingluo - Das Meridiansystem

ZangFu - Das Organsystem

Wichtige Beziehungen zwischen den Zang-Organen

Wuxing - die fünf Wandlungsphasen

Zangfu - Funktionskreise nach den Wuxing

Gesundheit in der TCM

Krankmachende Faktoren und Vorgänge im Körper

Die sechs Klimafaktoren

Die sieben Emotionen

Bagang - die acht diagnostischen Leitkriterien

Innen oder Außen

Fülle oder Leere

Hitze oder Kälte

Yin oder Yang

Zang-Fu-Diagnostik in Kombination mit den acht
diagn. Leitkriterien

Diagnostik in der Traditionellen Chinesischen Medizin

Sehen, hören und fühlen: Einfache-Kopf-bis-Fuß-
Diagnostik

Anamnese

Zungendiagnose

Pulsdiagnose

Beispiele: Wie man zu einer Diagnose kommt

Beispiel 1: Bauchweh und Durchfall

Beispiel 2: Schon lange erkältet...

Beispiel 3: Hexenschuss bei der Gartenarbeit

Kurzbeschreibung der Krankheitsbilder in der TCM

Herz (Xin)

Lunge (Fei)...

Milz (Pi)

Leber (Gan)

Niere (Shen)...

Wichtige Fu-Syndrome

Häufige kombinierte Syndrome

Kurzbeschreibung der Krankheitsbilder in der TCM

Akupunkturpunkte aufsuchen

Das individuelle Körpermaß Cun...

In drei Schritten zum Punkt

Die Akupunkturpunkte

Wichtige Akupunkturpunkte

Funktionen der Akupunkturpunkte

Antike Punkte, traditionell bedeutsame Punkte

Die antiken Punkte

Die antiken Punkte und ihr Bezug zu den Wandlungsphasen

Yuan-Qi- oder Yuan-Quellpunkte

Luo-Passage-Punkte

Mu- oder Alarmpunkte

Xi-Punkte: Grenz- oder Spaltenpunkte

Einflußreiche (Hui-)Punkte

Der Lungenmeridian

Der Dickdarmmeridian

Der Milzmeridian

Der Magenmeridian

Der Herzmeridian

Der Dünndarmmeridian

Der Nierenmeridian

Der Blasenmeridian

Der Perikardmeridian

Der Sanjiaomeridian (Dreifacher Erwärmer)

Der Lebermeridian

Der Gallenblasenmeridian

Renmai und Dumai

Extrapunkte

Akupunkturpunkte und ihre Funktionen in Kürze –
das Punktealphabet

Häufige Punktekombinationen für die Praxis

Richtig kombiniert!

Die Auswahl der Akupunkturpunkte ihre
Kombination untereinander

Meridiankopplungen

Lokal-, Regional- und Fernpunkte

Links und Rechts

Yin und Yang

Körpervorderseite und Körperrückseite

Harmonie

Fazit

Tonisieren, sedieren und neutrale Akupunktur

Praxisexkurs: Das Stechen

Materialkunde

Wirtschaftlichkeit

Vorüberlegungen

Kontraindikationen

Komplikationen

Aufklärung des Patienten

Lagerung und äußere Umstände

Stichtechnik: Übungssache und Geschick

Die vier Grundstichtechniken

De Qi und das zweizeitige Stechen

Verstärkung über Kompass oder Kreiseffekt

Ah Shi Akupunktur

Moxibustion

Zusammenfassung: Stechen und Stichtechnik

Wirkung und Effekt: Was spürt der Patient?

Therapieplanung

Therapieeffekt möglichst nah am
Krankheitsgeschehen und Compliance

Moderne Auslegungen der Akupunktur

Zusammenfassung

Anhang

Danksagung

Die Ursprünge der Traditionellen Chinesischen Medizin

Bereits 300 Jahre vor unserer Zeitrechnung entstand das Buch Huangdi Neijing („Der Klassiker des gelben Kaisers zur inneren Medizin“). Bis Heute ist dieses Buch die Grundlage der traditionellen Heilkundeausbildung. Die Ursprünge der Traditionellen Chinesischen Medizin reichen jedoch bis noch viele hundert Jahre vor der Entstehung dieses Buches. Bei Ausgrabungen fand man Tontafeln und Tongefäße mit Aufzeichnungen heilgymnastischer Übungen und Schriften über Gesunderhaltung und Krankheitsentstehung.

Die Entwicklung der Traditionellen Chinesischen Medizin kann man durch die gesamte chinesische Geschichte verfolgen. Jede Kaiserdynastie trug ihren Teil zur Entstehung und Perfektionierung dieser ganzheitlichen Lehre und Wissenschaft bei. So wurde die Traditionelle Chinesische Medizin auch Unterrichtsfach an den kaiserlichen Akademien und erlangte nicht nur hohes Ansehen in der chinesischen Bevölkerung sondern verbreitete sich auch über Japan und Korea auf den gesamten südostasiatischen Raum.

Durch die Entstehung der Volksrepublik China im letzten Jahrhundert wurde die chinesische Medizin dann politisch und gesellschaftlich an die moderne Zeit angepasst und für den Unterricht an Universitäten und Hochschulen weitestgehend vereinheitlicht. Heute findet die Traditionelle Chinesische Medizin weltweit Anerkennung und wird von der chinesischen Regierung als wichtiges Kulturgut für die

Menschheit gefördert. Sie wird in der Volksrepublik China mit der modernen Schulmedizin gleichberechtigt gelehrt und praktiziert.

Viele Krankenhäuser haben heute eigene Abteilungen für Traditionelle Chinesische Medizin, in denen Patienten nach der Akutbehandlung ihrer Krankheiten und Verletzungen mittels moderner Schulmedizin mit großen Erfolg im weiteren Verlauf durch traditionell arbeitende Ärzte und Therapeuten mit Verfahren der Chinesischer Medizin therapiert werden.

Die Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin

Bei uns im Westen ist die Akupunktur das bekannteste Verfahren der chinesischen Medizin. Neben der Akupunktur, die übrigens das invasivste Verfahren darstellt, gibt es weitere teils bei uns recht unbekannte Methoden der Diagnose und Therapie, die allesamt zur Traditionellen Chinesischen Medizin gehören.

Die Diagnostik erfolgt über eine umfangreiche Anamnese, die nicht nur den momentanen Gesundheitszustand des Patienten genauestens unter die Lupe nimmt, sondern vergangene Krankheiten, Verletzungen und Besonderheiten im Leben zurück bis zur Geburt und die Schwangerschaft einschließt.

Die Ergebnisse der Anamnese werden untermauert über die Zungendiagnose, bei der das Aussehen und die Beschaffenheit der Zunge begutachtet werden. Hieraus lassen sich konkrete Schlüsse auf den energetischen Gesundheitszustand der inneren Organe ziehen.

Mit Hilfe der Pulsdiagnose können diese Ergebnisse nochmals überprüft beziehungsweise exakter definiert werden. Bei der Pulsdiagnose werden an jedem Handgelenk drei Pulsstellen ertastet, die jeweils ganz exakt für ein Organ stehen. Bei der Pulstastung werden unter anderem die Geschwindigkeit des Pulses, die Schlagstärke aber auch die Form der Pulswelle sowie andere Eigenschaften des Pulses bewertet und fließen somit in die Diagnose mit ein.

Nach der Anamnese und den Untersuchungen erstellt der Therapeut eine chinesische Differentialdiagnose, auf der dann die Therapie aufbaut. Er formuliert ein Behandlungskonzept und wählt aus den Therapiemethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin das geeignetste Verfahren oder die geeignetsten Verfahren heraus.

An Therapieverfahren stehen dem Therapeut verschiedene Verfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin zur Verfügung:

Ernährungslehre

Alle Nahrungsmittel werden in der chinesischen Medizin jeweils einem Funktionskreis zugeordnet und haben eine konkrete energetische Wirkung auf die dem Funktionskreis zugehörigen Organe. Der Therapeut kann also einen Ernährungsplan exakt auf die Problematik des Patienten abstimmen.

Kräutermedizin

Ähnlich wie die Ernährungslehre werden auch die Kräuter, zu der neben pflanzlichen Produkten auch tierische und mineralische Stoffe zählen, den Funktionskreisen und damit den Organen zugeordnet. Die Kräuter werden aber speziell zubereitet (z.B. als Dekokt, Tee oder medizinischer Alkohol) und dann zusätzlich zur Ernährung eingenommen.

Tuina

Unter dem Begriff Tuina sind alle manuellen Techniken, Massagen und Akupressur zusammengefasst, für die man keine Hilfsmittel benötigt. Die meisten Techniken sind sehr sanft sowie wohltuend und können daher auch schon bei Babys und Kleinkinder aber auch bei sehr alten Menschen

angewendet werden. Ein Spezialgebiet der chinesischen Manualtherapie ist eine sanfte Form der Chiropraktik.

Qi Gong

Qi Gong beinhaltet spezielle Gymnastik, Atemtechniken und meditatивsuggestive Übungen, mit denen man den Körper anregt, ausreichend Lebensenergie zu produzieren und diese dann frei im Körper zum Fließen bringt. Die Qi Gong Übungen müssen vom Patienten selbst geübt werden und sind daher eine gute Möglichkeit, dem Patienten die Verantwortung für seine eigene Gesundheit zu übertragen. Qi Gong ist ein wichtiger Aspekt der Gesunderhaltung und Prävention, wirkt aber auch sehr gut bei Beschwerden des Bewegungsapparates, bei vielen chronischen Erkrankungen, funktionellen Störungen sowie psycho-vegetativen Syndromen.

Akupunktur und Moxibustion

Die Akupunktur ist das invasivste Verfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin. Mit dünnen Nadeln werden Punkte des Energiesystems angestochen und damit Energie im Körper umgeleitet oder ausgeleitet. Mit Hilfe von glühendem Beifußkraut auf der Nadel oder nahe der Haut, man nennt diese Anwendung Moxibustion, kann man auch Energie in das Energiesystem des Patienten einbringen.

Aufgrund der starken Wirkung auf den Patienten und durchaus ernst zu nehmenden Komplikationen und Nebenwirkungen muss man die Indikation für die Akupunktur sehr streng stellen und die Therapie gegebenenfalls zunächst eher auf sanftere Methoden aufbauen.

Schröpfen, Guasha und andere Behandlungsmethoden

Neben den fünf Hauptsäulen Ernährung, Kräuter, Tuina, Akupunktur und Qi Gong gibt es noch weitere Behandlungsverfahren, die in der Traditionellen Chinesischen Medizin Anwendung finden. Dazu gehören das unblutige und blutige Schröpfen, Guasha (Schaben) oder z.B. der Pflaumenblütenhammer. Im weiteren Sinne könnte man auch Tai Ji Quan als gesundheitsfördernde Übungen zur Traditionellen Chinesischen Medizin zählen, obwohl dies ursprünglich als Kampf- und Selbstverteidigungskunst entwickelt wurde.

Merke: Die meisten Patienten in China werden nicht mit Akupunktur behandelt, denn Akupunktur ist das invasivste Therapieinstrument der Traditionellen Chinesischen Medizin!!!

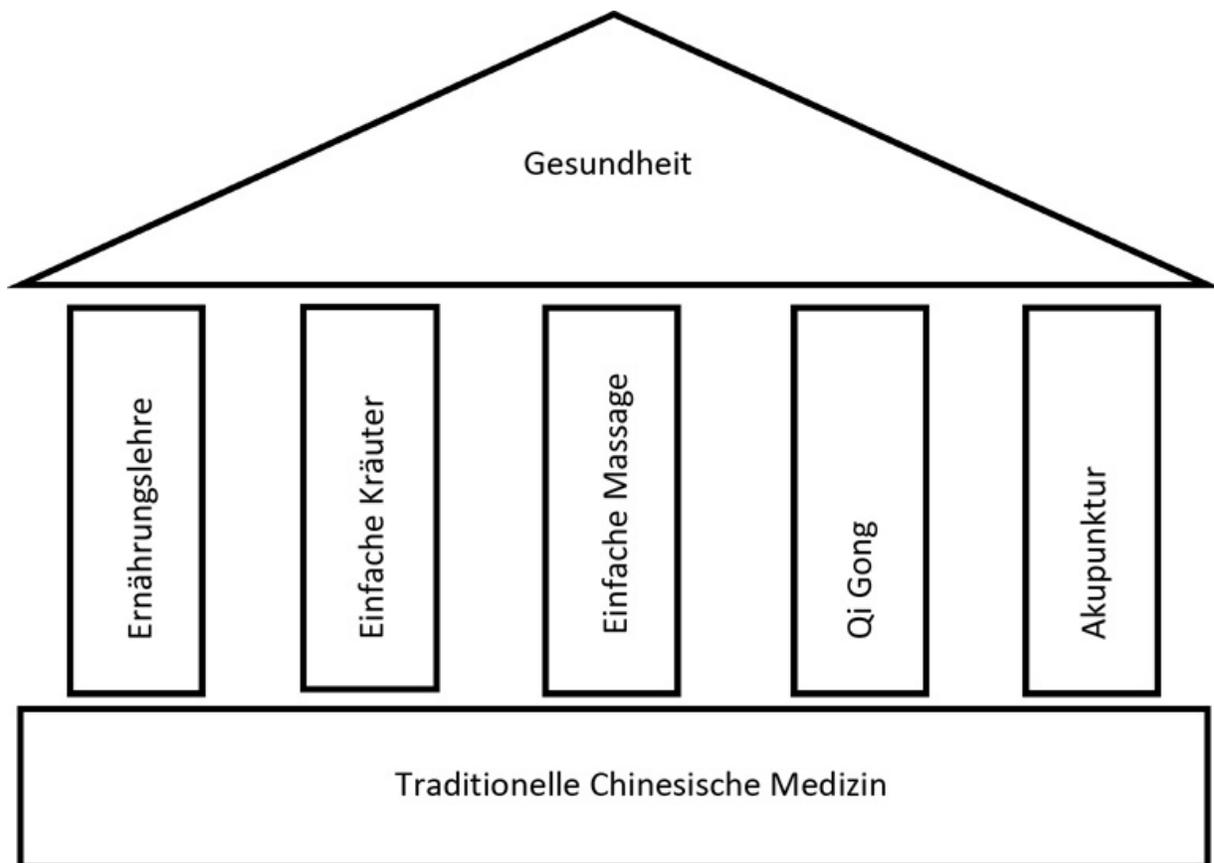


Abbildung 1:

Die Chinesen nennen dieses Schema „yangsheng“ - das Leben pflegen. Wobei der Hauptaugenmerk auf der Prävention liegt bzw. die Verantwortung für die Gesundheit dem Patienten übertragen wird: Vier der fünf Säulen, also Ernährung, einfache Kräuter, einfache Massage und Qi Gong kann der Patient eigenverantwortlich durchführen. Nur für die Akupunktur und andere therapeutische Methoden braucht er professionelle Hilfe.

Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin

Die Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin wie wir sie heute praktizieren und lehren stammen aus der taoistischen Weltanschauung und gehen zurück auf das vierte Jahrhundert vor Christus.

Laotse, der Begründer des Taoismus, hat in dieser Zeit das Buch Daodejing geschrieben, was sowohl philosophische, politische und auch naturwissenschaftliche Ideen und Lehren beinhaltet.

Der Taoismus beschäftigt sich tiefgründig mit der Natur, dem Universum, der Entstehung des Lebens sowie auch dem richtigen Verhalten in Einklang und Harmonie mit der Umwelt und seinen Mitmenschen.

Aus dieser makrokosmischen Betrachtung wurden die Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin abgeleitet und auf den Organismus des Menschen übertragen.

Qi

Das zentrale Thema in der Traditionellen Chinesischen Medizin ist die universelle Lebensenergie Qi. Sowohl die unbelebten Dinge als auch die Lebewesen, prinzipiell also alles im Universum was wir wahrnehmen können, ist eine Form von Energie. Alle Lebewesen müssen ständig Energie

von außen aufnehmen, um die Körpervorgänge aufrecht zu erhalten und somit am Leben zu bleiben. Man könnte dies auch als Energiestoffwechsel bezeichnen: Der Mensch nimmt Energie von außen auf, wandelt diese für sich brauchbar um, verwendet die Energie für Körperprozesse und Funktionen und gibt die verbrauchte Energie wieder an die Umwelt nach außen ab.

Die Lebensenergie Qi ist für den Körper so essentiell wie das Grundnahrungsmittel Chinas, der Reis. Dennoch ist es etwas, was man nicht „greifen“ „halten“ oder „messen“ kann. Es ist flüchtig wie z.B. Rauch oder Dampf. Daher setzt sich das chinesische Schriftzeichen für Lebensenergie Qi aus den beiden Teilzeichen „Reis“ und „Dampf“ zusammen: Ein Stoff, so wertvoll und notwendig wie Reis aber gleichzeitig so wenig greif- und haltbar wie eben Dampf!

The image shows a large, bold, black Chinese character, '氣' (Qi), centered on the page. The character is composed of two parts: the top part is '禾' (rice) and the bottom part is '气' (steam/vapor). The stroke is thick and expressive, with a slight shadow effect behind it.

**Abbildung 2:
Das Schriftzeichen für universelle Lebensenergie „Qi“.**

Der Organismus nimmt Zong Qi (Atmungs- oder Sammelenergie) über die Atmung und Gu Qi (Nahrungsenergie) über die Ernährung auf und wandelt

diese Energie um, so dass sie für den Organismus brauchbar wird. Dazu wird die Energie mit Hilfe von Yuan Qi (vorgeburtlicher Energie) veredelt. Es entsteht die sogenannte brauchbare oder aufrechte Energie, die in China als Zheng Qi bezeichnet wird.

Die vorgeburtliche Energie entsteht bei der Zeugung eines neuen Lebens. Die Vater- und Mutterseite gibt jeweils einen Teil seiner reinsten und edelsten Energie ab und erschafft somit die Basis für das neue Leben. Das ist die sogenannte vorgeburtliche Energie oder auch Yuan Qi genannt. Sie ist von perfekter Qualität, aber durch die unmittelbare Entstehung bei der Zeugung von der Menge her klar definiert, begrenzt und nicht wieder aufladbar. Das Yuan Qi wird in den Nieren gespeichert und von diesen auch verwaltet. Eine gesunde und starke Niere hält das Yuan Qi fest und schützt es vor unsinnigem Verbrauch. Man muss sich die vorgeburtliche Energie wie einen chemischen Katalysator vorstellen, der erst die Umwandlung der Atmungs- und Nahrungsenergie in brauchbare Energie möglich macht. Ohne vorgeburtliche Energie kann der Körper keine brauchbare Energie herstellen. Daraus folgt, dass wenn die vorgeburtliche Energie aufgebraucht ist, der Organismus keine brauchbare Energie herstellen kann und aufgrund von Energiemangel letztendlich stirbt.

Während das Yuan Qi immer eine optimale Qualität hat, ist die Qualität der Nahrungs- und Atmungsenergie von unterschiedlicher Ausprägung.

So gibt es Nahrungsmittel, die dem Organismus weniger brauchbare Energie liefern und andere Nahrungsmittel wiederum, die einen hohen Energiegehalt haben. Gesunde Berg- oder Waldluft hat einen höheren Gehalt an Atmungsenergie während die abgasverpestete Luft nahe einer Autobahn oder eines Bahnhofs eher weniger Energie liefern kann.

Ist die Ernährung oder die Atmung eines Menschen unzureichend, weil die aufgenommene Menge an Nahrungsenergie oder Atmungsenergie nicht ausreicht oder eben nicht von guter Qualität ist, so wird der Mangel bzw. der Qualitätsmangel kompensiert durch eine größere Zugabe an vorgeburtlicher Energie.

Da diese Energie aber nicht wieder aufgefüllt werden kann, bedeutet dies, dass sie durch schlechte Ernährung, schlechte Atmung und allgemein ungesunden Lebenswandel schneller verbraucht wird. Geht die vorgeburtliche Energie zu Neige baut der Gesundheitszustand des Menschen rapide ab, ist die vorgeburtliche Energie aufgebraucht, stirbt der Mensch.

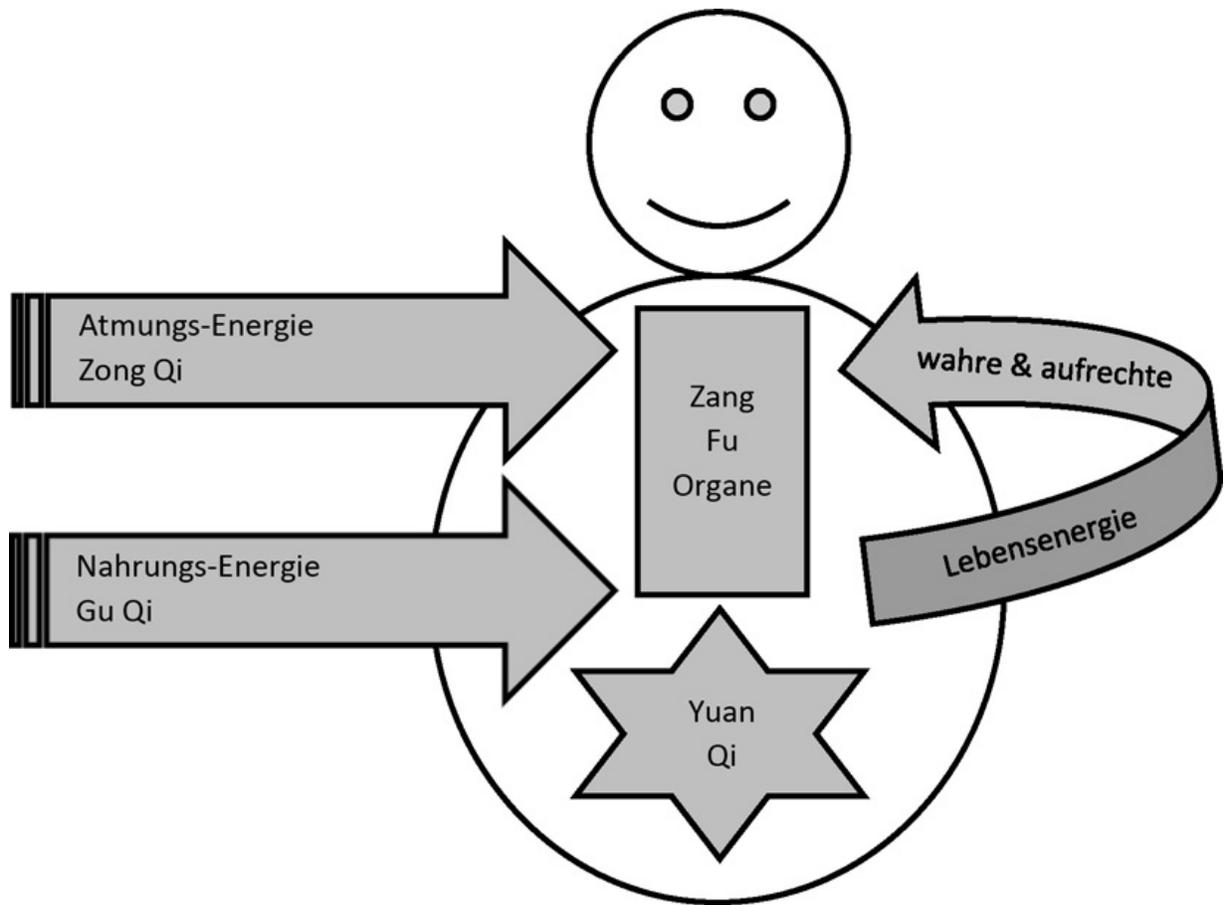


Abbildung 3:
Der Körper produziert aus Atmungs-Energie, Nahrungs-Energie unter Zuhilfenahme der vorgeburtlichen Energie in seinen Zang-Fu-Organen die wahre und aufrechte Lebensenergie, die dann im gesamten Körper zirkuliert.

Vor diesem Hintergrund ist es für den Menschen wichtig, den Körper optimal mit Energie zu versorgen. Hier zeigt sich nochmal der Stellenwert der Ernährung, denn eine gute Ernährung bedeutet die Aufnahme von ausreichend Nahrungsenergie und auch die Bedeutung des Qi Gong: Richtige Atemtechniken, Entspannung und ein sinnvoller Umgang mit dem Körper sorgen für eine optimale Aufnahme der Atmungsenergie.

Ein weiterer nicht zu verachtender Punkt, und hier setzen die meisten unserer Therapieverfahren an, ist der Zustand unseres Organsystems. Neben den uns bekannten Funktionen der Organe (Atmung, Kreislauf, Stoffwechsel...) ist die Hauptaufgabe der Organe in der Traditionellen Chinesischen Medizin die Umwandlung und Bereitstellung der aufrechten und brauchbaren Lebensenergie Zheng Qi. Wenn unser Organsystem gesund ist und optimal funktioniert, ist der Verbrauch an vorgeburtlicher Energie minimal und wir können auf ein langes erfülltes Leben hoffen. Ist die Funktion unserer Organe gestört oder Zusammenarbeit der Organe nicht koordiniert, ist automatisch der Energiegewinn geringer. Der entstehende Mangel wiederum wird durch vorgeburtliche Energie ausgeglichen, was in Folge zu einem höheren und schnelleren Verbrauch führt. Die Folgen sollten mittlerweile klar sein.

Neben der ausreichenden Menge an Lebensenergie Qi ist es natürlich genauso wichtig, dass die Energie im Körper auch frei fließen kann. Nur durch einen freien und ungehemmten Fluss kann die Lebensenergie auch tatsächlich ihre Funktionen im Körper erfüllen.

Man kann also vereinfacht sagen: Ist im Körper ausreichend Lebensenergie vorhanden und diese ist der Lage durch einen freien und ungehinderten Fluss in alle Körperbereiche, Gliedmaßen, Gewebe und Organe - letztendlich in jede einzelne Zelle - einzudringen, dann versorgt diese Energie den Menschen optimal.

Die Lebensenergie Qi hat folglich sieben klar definierte Funktionen:

- Lebensenergie Qi fließt frei und ungehindert im gesamten Körper, in den Leitbahnen und Geweben bis hin zu jeder einzelnen Zelle.
- Sie nährt jede einzelne Körperzelle energetisch und ermöglicht deren ordnungsgemäße Funktion.
- Das Qi verteilt die Wärme und sorgt für einen ausgeglichenen Wärmehaushalt im gesamten Körper.
- Mit der Lebensenergie Qi werden Stoffe im Körper, durch den Körper und aus dem Körper transportiert.
- Durch das Qi werden Stoffe im Körper umgewandelt, z.B. Nahrung in Energie, Speicherstoffe in nutzbare Stoffe und andersrum, Stoffwechselprodukte in Abfallstoffe usw.
- Die Lebensenergie Qi kontrolliert die Lage der Organe, die Funktionen des Körpers, sowie die richtige Verwendung von Stoffen und Flüssigkeiten usw.
- Ein Teilaspekt der Energie, Wei Qi genannt, entspricht als Abwehrenenergie unserem Immunsystem und schützt vor allen krankmachenden Einflüssen.

Ist die Lebensenergie nicht in ausreichender Menge vorhanden oder kann nicht frei zirkulieren, dann können diese sieben Funktionen oder Teile dieser Funktionen im

gesamten Körper oder in Teilen des Körpers nicht ausgeführt werden: Dies wiederum ist einfach gesagt die Grundlage dafür, dass Krankheiten oder Verletzungen entstehen können.

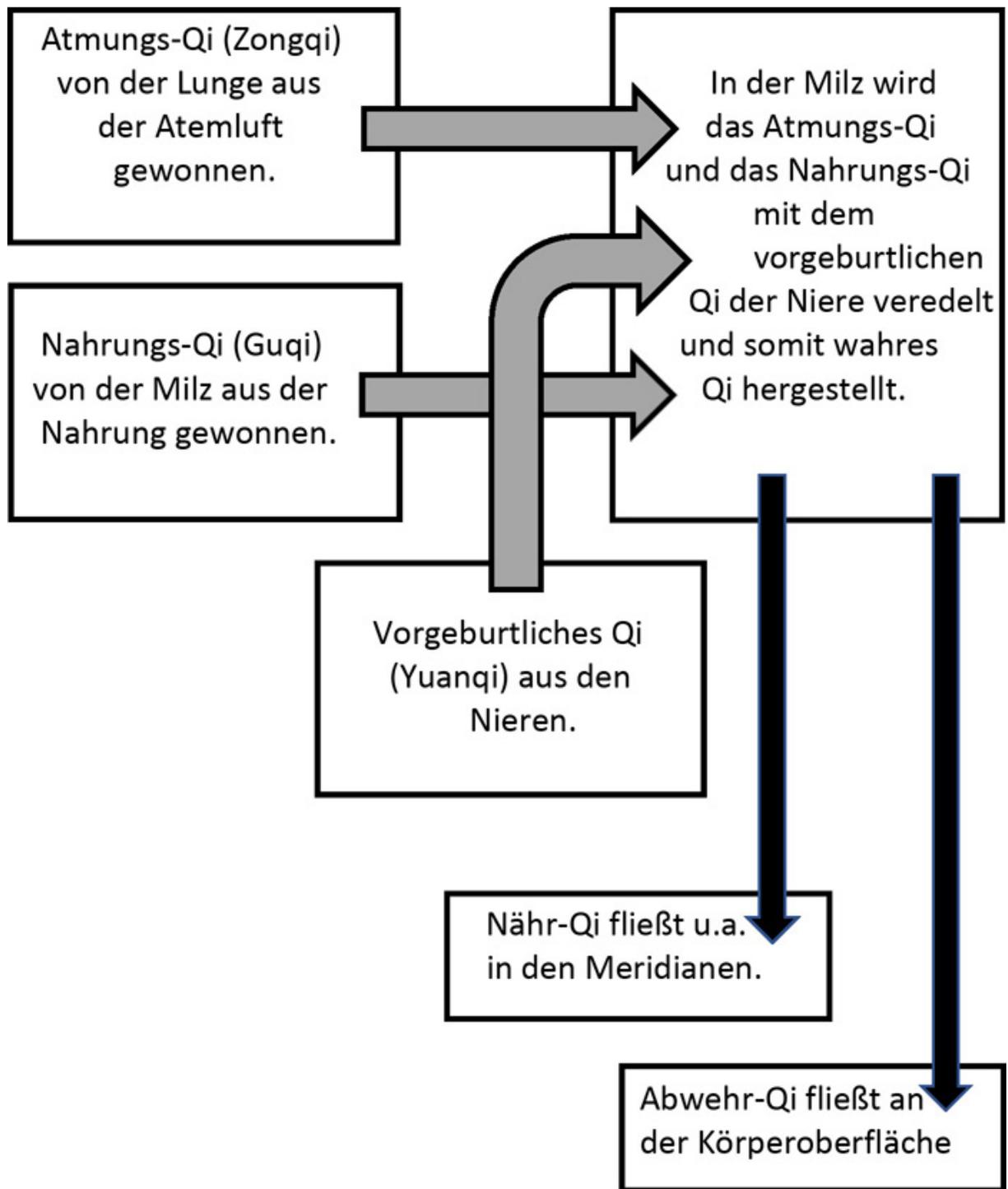


Abbildung 4:
Die Produktion der Lebensenergie Qi und die direkt daran beteiligten Organe in einem einfachen Schaubild. Die Milz wird auch als die Mutter

der nachgeburtlichen Energie bezeichnet, da in ihr die einzelnen Bestandteile zur wahren Lebensenergie zusammengesetzt werden.

Weitere Substanzen

Die Lebensenergie Qi ist nicht die einzige Form von Energie in unserem Körper. Vielmehr stellt unser Organsystem mehrere Formen von Energie her, die jeweils spezielle Eigenschaften und Aufgaben im Organismus erfüllen.

So gibt es neben der Lebensenergie Qi das Blut Xue, also den flüssigen Aspekt der Lebensenergie. Überall wo Blut fließt, ist folglich Energie und überall wo Energie im Körper ist, fließt auch Blut Xue. Es wird genauso wie auch die Lebensenergie Qi von der Milz Pi aus Nahrungsenergie, Atmungsenergie und vorgeburtlicher Energie hergestellt. Das Blut Xue nährt den Körper genau wie es auch die Lebensenergie Qi macht, doch zusätzlich ist das Blut Xue auch für die Befeuchtung des Körpers verantwortlich. Durch den starken Bezug zum Herz Xin nennt man das Blut Xue auch die materielle Form des Geistes Shen.

Die feinstofflichste Variante unserer Lebensenergie ist unser Geist, den die Chinesen Shen nennen. Unser Geist sitzt im Herz Xin und entspricht in etwa dem, was wir als Bewusstsein kennen. Das gesamte Denken, Fühlen, die Merkfähigkeit, die Persönlichkeit sowie das Schlafen und Träumen wird von unserem Geist Shen gesteuert.

Eine besondere Form von Energie ist die Essenz Jing. Sie ist die Speicherform unserer Lebensenergie und fließt ebenfalls im gesamten Körper, aber deutlich zäher und langsamer. Diese Form der Energie ist für langfristige Prozesse des Lebens wie z.B. Wachstum und Entwicklung, aber auch Fortpflanzung, Alterung, Reifung aber auch für Heilungsprozesse verantwortlich. Sie hat einen starken Bezug zum Mark (Knochen- und Rückenmark). Auch sie

besteht aus einem vorgeburtlichen Anteil (dem eigentlichen Jing) und einem nachgeburtlichen Anteil.

Weitere Formen von Energie finden wir in den reinen und trüben Körperflüssigkeiten Jinye. Dabei sieht man als reine Flüssigkeiten, die Flüssigkeiten, die im Körper verbleiben wie z.B. Gelenkflüssigkeit und Liquor. Als trübe Flüssigkeiten bezeichnet man die Flüssigkeiten, die physiologisch Kontakt zur Außenwelt bekommen: Tränen, Speichel, Schweiß usw.

Wichtig ist anzumerken, dass es sich bei all den genannten Flüssigkeiten um energiereiche Substanzen handelt! Energiearme Flüssigkeiten, z.B. Urin werden regulär als Abfallprodukte ausgeschieden.

In manchen Lehrbüchern wird Mingmen als Energie beschrieben und bezeichnet. Mingmen ist das Tor des Lebens. Es ist das Feuer, das die Nierenfunktion erhält und kann daher sowohl als Organ als auch als Energieform betrachtet werden.

Die weiterführenden Ideen, Theorien und Konzepte der Traditionellen Chinesischen Medizin haben das Ziel, die Energieformen zu systematisieren und sie nach ihren Eigenschaften und Funktionen aufzuteilen, damit man sie in Diagnose und Therapie anwenden kann.

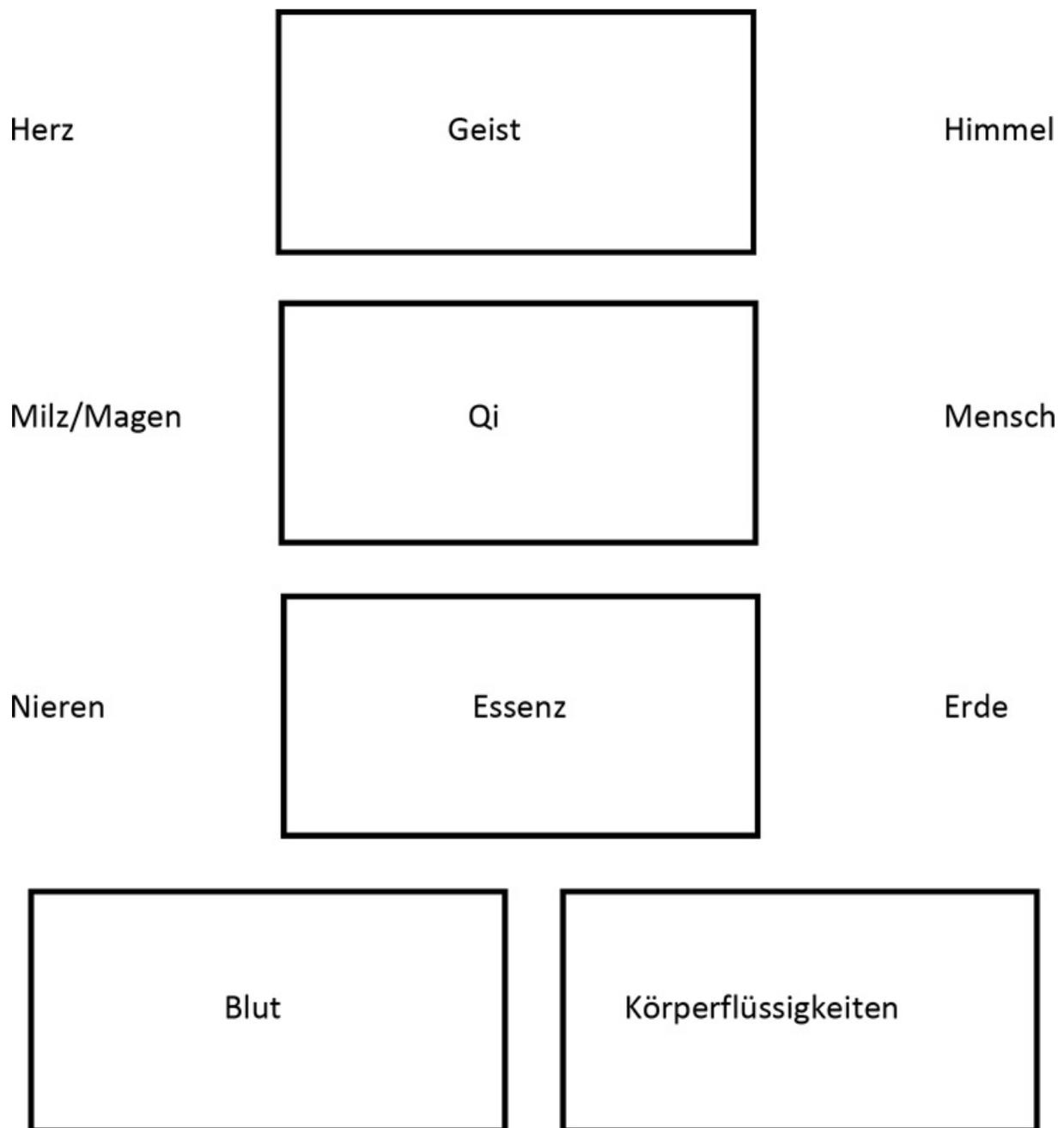


Abbildung 4:
Die Zuordnung der drei Schätze Qi, Jing (Essenz) und Shen (Geist) zu den Zang-Fu-Organen und zur Himmel-Mensch-Erde (Tian-Ren-Di) - Idee.

Yin und Yang

Der wichtigste Grundsatz der Traditionellen Chinesischen Medizin ist die Lehre von Yin und Yang. Sie entstammt wie alle Grundlagen der taoistischen Weltanschauung und ist ein allgemeingültiger Grundsatz, der nicht nur im menschlichen Organismus sondern auch bei der Betrachtung der Zusammenhänge des Universums gilt. Naturerscheinungen, Wetterphänomene, Zusammenleben von Pflanzen und Tieren, die Zeit, der dreidimensionale Raum - einfach alles ist dem Grundsatz von Yin und Yang unterstellt.

Die Yin und Yang Lehre beinhaltet vier klare Aussagen. Möchte man die Yin und Yang Lehre nutzen, muss man alle vier Aussagen beachten, wobei für die Anwendung in der Heilkunde die vierte Aussage einen großen Stellenwert besitzt!



**Abbildung 5:
Eines der bekanntesten Symbole weltweit: Yin und Yang.**

Zunächst besagt die Yin und Yang Lehre, dass es zwei Extreme oder gegenübergestellte Pole gibt. Man nennt dies auch das Gesetz der Dualität. Dies wird durch die zwei Farben Weiß und Schwarz dargestellt.

Die beiden zueinander gehörenden Extreme oder Pole ergeben zusammen betrachtet eine Einheit. So gehört der Tag zur Nacht und die Nacht zum Tag, der Sommer zum Winter und der Winter zum Sommer. Man nennt dies das Gesetz der Einheit.

Allerdings sind diese Extreme wandelbar, denn der Tag geht über in die Dämmerung bevor die Nacht hererinbricht und die Nacht geht über in das Morgengrauen bevor der Tag letztendlich beginnt. Auch der Sommer geht über den Herbst in den Winter über und dieser wiederum über das Frühjahr erst zurück zum Sommer. Das sogenannte Gesetz der Wandlung sagt also aus, dass sich das eine Extrem in das andere Extrem wandeln kann oder es durch Wachstum verbrauchen kann.

Der letzte Punkt der Yin und Yang Lehre ist das Gesetz der Abhängigkeit oder die Betrachtung über einen klar definierten Bezugspunkt bzw. auf genau eine Eigenschaft bezogen. Yin und Yang können nur praktisch angewendet werden, wenn jeweils auf einen Bezugspunkt betrachtet beide Extreme bekannt sind. Nur so ist eine Zuordnung möglich.

Zur Veranschaulichung hier ein kleines Beispiel. Man betrachtet zwei Tassen mit Tee. Der eine Tee ist frisch und heiß. Seine Temperatur beträgt 60 Grad Celsius. Daneben steht eine Tasse Tee, die schon länger steht und auf 30 Grad abgekühlt ist. Aufgrund der Kenntnis von Yin und Yang und der vier damit verbundenen Aussagen, können wir einfach