

IN DIESEM KAPITEL

Die grundlegenden Bücher der Traditionellen Chinesischen Medizin

Das Prinzip des Dao und der Einheit

Warum gibt es Theorien?

Professor Leung Kok Yuen, Vater der modernen TCM

Kapitel 1

Die Ursprünge

Die grundlegenden Bücher

Die echte chinesische Medizin gibt es bereits seit Urzeiten. Wir haben dieses Thema bereits in der Einführung angesprochen, und dabei geht es bei Weitem nicht nur um die Akupunktur. Vielmehr ist TCM eine ganzheitliche Medizin, die sowohl vorbeugend als auch heilend eingesetzt wird und die sich auf alle Bereiche unseres Lebens erstreckt.

Das *Huang Di Nei Jing* oder *Buch des Gelben Kaisers zur inneren Medizin*

黄帝内经

Abbildung 1.1: *Huang Di Nei Jing -
Buch des Gelben Kaisers zur inneren Medizin*

Dieses Buch wird dem Gelben Kaiser zugeordnet (Huang, das heißt gelb; siehe das erste Zeichen links in Abbildung 1.1). Dies ist das älteste Lehrbuch der chinesischen Medizin, das als theoretische Grundlage für alle späteren Entwicklungen der TCM gedient hat. Es ist mehr als 2500 Jahre alt und besteht aus 19 Kapiteln in zwei Teilen, dem *Su Wen* und dem *Ling Shu*.

Das gesamte Werk ist in Form eines Dialogs zwischen dem Gelben Kaiser und seinem Minister Qi Bo dargestellt. Der Kaiser stellt Fragen, der Minister gibt Antworten, wobei es sich in Wirklichkeit jedoch um langwierige Entwicklungen handelt. Kosmologie, Philosophie und Moral werden in Zusammenhang mit der chinesischen Medizin gebracht.

In der Han-Dynastie wurden diese Schriften weiter ausgearbeitet. Wir werden sehen, dass die theoretischen Entwicklungen, die sich daraus ergeben haben, auf der Theorie des Yin (Struktur) und Yang (Funktion) basieren, den beiden einander entgegengesetzten Grundbegriffe, die wir alle kennen. Weiteren Einfluss hatte die berühmte Theorie der fünf Elemente und der ihnen entsprechenden Organe (Zang- und Fu-Organe). Wir werden noch darauf zurückkommen.

陰 陽

Abbildung 1.2: Die chinesischen Schriftzeichen Yin (links) und Yang (rechts)



Die ersten Spuren dieses ganzheitlichen Ansatzes im Hinblick auf den menschlichen Körper sind mehr als 5000 Jahre alt. Wir finden sie mit dem Erscheinen des *Yi Jing*, dem wahrscheinlich ersten grundlegenden Buch dieser Medizin. 2500 Jahre später erschien das *Nei Jing*, das in Wirklichkeit *Huang Di Nei Jing* oder »Buch des Gelben Kaisers zur inneren Medizin« heißt. Es besteht aus zwei Teilen, dem *Su Wen* und dem *Ling Shu*.

Die wichtigsten Orientierungspunkte

Um die nachfolgenden Dinge besser verstehen zu können, brauchen Sie ein paar Orientierungspunkte, um die Grundlagen der TCM besser einordnen zu können. Beginnen könnte man mit dem sehr bekannten Zitat aus dem *Dao De Jing*, geschrieben 600 v. Chr. von Lao Tseu, Gründer des Taoismus: »Aus dem Dao entsteht die Einheit. Aus der Einheit entstehen Zwei. Aus Zweien entstehen Drei. Aus Dreien entstehen 10.000.«

Das Dao

Oft wird behauptet, das Dao, das Symbol für das Nichts, sei eine neuere Erfindung der Mathematiker. Tatsächlich gab es dieses Konzept des Nichts schon immer, wenn auch auf informelle Weise. In einem Satz wurde es einfach durch eine Leerstelle dargestellt. Es handelt sich weder um ein Symbol noch um ein Konzept. Es stammt aus der reinen Metaphysik und kann nur durch Intuition erfasst werden, die alles umfasst, was zu seiner Definition dienen könnte. In der modernen Kosmologie befindet es sich vor der planckschen Mauer, der Grenze zwischen der physischen und der rein mathematischen Welt. Es befindet sich vor dem Beginn des Urknalls. Das Nichts heißt auch das *Wu Ji*, das »Nichtsein«. Kurz gesagt,

vielleicht zu kurz, sie ist der Ursprung der Einheit. Die Einheit wird durch das Symbol des Tai Ji dargestellt, das wir alle kennen, das aber nur zu oft falsch interpretiert wird.

Wir befinden uns noch in der reinen Metaphysik. Dies ist das Prinzip, ab dem alles entstehen kann, aber auch die Bestätigung des Nichts, des Wu Ji. In der Urknalltheorie stellt die Einheit (die Singularität) eine außergewöhnliche Konzentration von Energie dar, unendlich klein, die dennoch der Ursprung des gesamten Universums sein sollte, der »10.000 Dinge«, des Alls. Wenn übrigens der Ausdruck »10.000« verwendet wird, dann soll dies darauf hinweisen, dass es sich um etwas Unzählbares handelt, wie beispielsweise die »10.000 Sandkörner« am Strand. Möchte man eine Parallele zum Menschen ziehen, wäre das in etwa die Eizelle, die von einem Spermium durchdrungen wird: Das Programm ist noch nicht gestartet. Alles liegt in der Zukunft.

Dann kommt die Zwei: die erste Explosion, die erste Zellteilung, das Erscheinen der Dualität Yin-Yang (siehe Kapitel 3). Lassen wir für den Moment die Drei noch beiseite, die Trilogie Himmel-Mensch-Erde, das San Bao, die »drei Schätze«. Und je weiter wir uns von der Einheit entfernen, desto mehr nimmt die Aussage von Lao Tseu Form an. Man gelangt sehr schnell zu den acht Trigrammen, den 64 Hexagrammen des *Yi Jing*, und schließlich zu der symbolischen Zahl »10.000«. Der Urknall folgt derselben Symbolik. Nach einer anfänglichen Explosion dehnt sich das Universum mit dem Erscheinen von »10.000 Galaxien« aus, die sich immer schneller und schneller von der Einheit entfernen.



Es ist wichtig, diese Grundkonzepte zu verstehen, weil wir uns gewissermaßen in der Phase der »Explosion des Yang« befinden. Wir haben die globale Sicht auf den Organismus verloren, die Einheit, die er bildet, in Symbiose mit seiner Umgebung. Je weiter unser Fortschritt geht, desto mehr verlieren wir uns in den »10.000 Details« und desto mehr unterteilt sich die Medizin in »10.000« Disziplinen. Und für das Thema, das uns hier interessiert, die TCM, gilt dasselbe. Wir verlieren uns angesichts einer unglaublichen Menge an Techniken, die Schritt für Schritt entstehen, und die sich irgendwann alle widersprechen.

Die Tradition

Denken Sie daran, dass der Taoismus, eine der Tradition entstammende Denkströmung, die am Ursprung der TCM steht, eine rein metaphysische Basis ist, und nicht, wie man oft hört, eine Philosophie. Die Metaphysik ist einzigartig, wie alle Traditionen. Sie kann nicht hinterfragt werden, sondern wird verinnerlicht, während sich unsere Seele entwickelt. Es ist so und nicht anders. Sie lässt sich naturgemäß kaum in Worte fassen. Vielleicht durch Ideogramme. Diese Darstellungen sind notwendigerweise reduziert und in gewisser Weise nur »Segmente«, um nicht zu sagen Krümel reiner Metaphysik.



Die Metaphysik entwickelt sich aus dem, was man vielleicht als Intuition bezeichnen könnte, die »vertiefte Vision«. Wir werden sehen, dass Intuition und innere Wahrnehmung die wichtigste Rolle spielen, wenn ein Praktizierender bestimmte Techniken anwendet, wie beispielsweise die Akupressur oder die Akupunktur.

Aber mit der Explosion des Yang, der Multiplizität der »Egos«, dem schrittweisen Verlust der mündlichen Leere, die letztlich zum Vorherrschen der Anonymität führt, sind die »Philosophien« entstanden. Eine offenbar reduzierende Definition dieses Worts: anfänglich eine Metaphysik, der wir einen Hauch Sentimentalität hinzufügen, vielleicht sogar etwas mehr.

Der Unterschied zwischen Ideogramm und Schrift

Wenn Sie ein Wort lesen, fängt Ihr Gehirn an, die Buchstaben des Alphabets zu interpretieren. Befindet sich das Wort außerhalb eines bestimmten Kontexts oder ist es Ihnen unbekannt, wird es Ihnen nicht viel sagen. Ein Ideogramm dagegen ist ein Bild, ein intuitives Konzept. In unserer modernen Sprache könnten wir sagen, Schrift wird vor allem in unserer linken Hirnhälfte verarbeitet, der analytischen Hälfte, die zerlegt, aufbricht, herausarbeitet, auflistet. Im Gegensatz dazu aktiviert der Anblick eines Ideogramms eher unsere rechte Hirnhälfte, die Hälfte der Konzeptualisierung. Dort werden Ereignisse mit Abstand betrachtet und Informationen auf ganzheitliche Weise verarbeitet. Diese Hirnhälfte nimmt auf, aber zerlegt nicht. Ein Beispiel zeigt Abbildung 1.3: Das Ideogramm für Baum und Holz ist *mu*, mit Zweigen nach oben, Wurzeln nach unten und einem vertikalen Stamm. Die Wurzeln werden nach oben hin zu Zweigen. Und wissen Sie, welches Ideogramm ein Wäldchen darstellt? *Lin*. Und den Wald? *Senlin*. Wir lesen W.a.l.d. Das bedeutet nichts. Während mehrere Bäume sehr nachvollziehbar für einen ganzen Wald stehen.

木 林 森林

Abbildung 1.3: Von links nach rechts die Schriftzeichen *mu*, *lin* und *senlin*

Um Missverständnissen vorzubeugen: Wenn wir von mythischen Personen sprechen, wie Shen Nong, dem »göttlichen Landmann«, oder Huang Di, dem »Gelben Kaiser«, bewegen wir uns in der Metaphysik ohne jedes Ego, wir sind in der Einheit. Shen Non hat als Person als solche keine Bedeutung. Tatsächlich handelt es sich sehr oft um eine Strömung des Denkens, um eine Gruppe von Personen, die eine Offenbarung erlebt haben und zur gleichen Zeit über dasselbe Thema sprachen. Man muss die folgende Tatsache verinnerlichen: Sobald eine Idee, eine Theorie, ein Postulat von einem Individuum aus Fleisch und Blut stammt und womöglich unter seinem Namen bekannt ist, dann handelt es sich um eine Philosophie. Man könnte so weit gehen zu sagen, dass es nur eine Metaphysik gibt, aber ebenso viele Philosophen wie Menschen, die sich Fragen nach dem Sinn des Lebens stellen. Und wohin gelangt man, wenn man sich von der Einheit entfernt? Zu einer Vielfalt von Theorien, und wie oben bereits erwähnt, Techniken, die schließlich alle komplett widersprüchlich sind.

Die Multiplizität der Theorien

Betrachten wir beispielsweise die Theorie der Akupunktur. Im *Nei Jing* wird sie ganz einfach beschrieben ist. Vielleicht sogar zu einfach. Offenbar besteht die Möglichkeit, sie zu überarbeiten (siehe Kapitel 13). Es wird deutlich erklärt, dass man beispielsweise für eine Stärkung die Nadel langsam einführen muss. Dies muss geschehen, wenn der Patient ausatmet. Und das Herausziehen beim Einatmen muss schnell erfolgen. Es heißt auch, dass diese Punktur, unabhängig vom ausgewählten Punkt, senkrecht zur Hautebene erfolgen soll. Für eine Beruhigung gilt das Gegenteil: Das Einführen erfolgt schnell, das Herausziehen langsam, ebenfalls senkrecht zur Haut und im Atemrhythmus des Patienten.

Ein paar Hundert Jahre später ist das *Nan Jing* erschienen, ein Kommentar zum *Nei Jing*. Dieses Buch versuchte ebenfalls, einen Teil zum Ganzen beizutragen. Einige Passagen sind gleichlautend, während andere im völligen Widerspruch zu dem ursprünglichen Lehrbuch stehen. Vom 12. bis zum 16. Jahrhundert hat man die neuen Theorien nicht mehr gezählt. Ganz zu schweigen von der Moderne, wo wir in die Hypermultiplizität eingetreten sind. Wir stehen einer Pluralität der immer komplexer werdenden Theorien gegenüber, und selbst die Gelehrtesten verlieren am Ende den Überblick. In diesem Buch wenden wir das Prinzip des ockhamschen Rasiermessers an, das besagt, dass die einfache Erklärung einer Tatsache wahrscheinlicher zutrifft als eine komplizierte Erklärung.



Hier handelt es sich allerdings um eine nur scheinbare Einfachheit, zumal sie eine vollständige Änderung des Blickwinkels und des Verhaltens des Praktizierenden stillschweigend voraussetzt. Letztlich muss sich der Praktizierende ganz einbringen, sich aber auch selbst die Mittel dieser Investition verschaffen, um zu vermeiden, dass für ihn selbst ein Ungleichgewicht auf seinem Lebensweg entsteht. In der Trilogie Himmel-Mensch-Erde muss er schrittweise zu einem Vermittler werden und gleichzeitig Energie übertragen und regeln, um seinen Patienten behandeln zu können.

Es gibt noch eine weitere, nicht mindere Schwierigkeit, was die Akupunktur und im weiteren Sinne auch die Akupressur betrifft. Selbst wenn man sich ausschließlich auf das *Nei Jing* bezieht, muss man berücksichtigen, dass dieses von Kopisten abgeschrieben wurde, die der Materie unkundig sind und deshalb unbewusst Fehler eingeführt haben. Einige dieser Fehler waren für die Gelehrten offensichtlich, aber aus Respekt vor den Vorfahren wurden sie auch aufgrund des Konfuzianismus nur während der mündlichen Lehre korrigiert. Mein Meister, Professor Leung Kok Yuen, war einer dieser Meister, die zu Beginn einer Schulungssitzung immer auf die Fehler der Kopisten hinwiesen. Praktizierende aus dem Westen, die nicht auf diese Weise auf die Fehler aufmerksam gemacht wurden, haben diese Fehler letztendlich selbst zu Theorien gemacht und diesen falschen Theorien manchmal sogar ihren Namen gegeben. Wir entfernen uns also offensichtlich immer weiter von der ursprünglichen Wahrheit.

Und um das Ganze noch zu verschlimmern, befinden sich die meisten Ideogramme aus dem *Nei Jing* auf drei Leseebenen. Es gibt also eine horizontale Ebene für die Laien, eine mittlere Ebene und eine vertikale Ebene der reinen Metaphysik für den Fachmann. Kurz

gesagt, es ist alles ein bisschen kompliziert: Diejenigen, die Zugang zu der wahren mündlichen Tradition der Lehre der chinesischen Medizin hatten, bereitgestellt von den eigentlichen Besitzern dieser Medizin, nämlich den alten Chinesen, hatten einfach Glück.

In diesem Buch bemühen wir uns, auf das zurückzukommen, was wir als die Einheit bezeichnen, und zu den echten althergebrachten Techniken, die wir gegenüber denjenigen bevorzugen, die durch die Explosion des umgebenden Materialismus »verdorben« wurden.

In der reinen Tradition der mündlichen Überlieferung?

Eine Besonderheit der TCM ist, dass die Überlieferung auf mündlichem Wege erfolgt. Ursprünglich gab es hochheilige Texte, die auf sehr unterschiedlichen Medien transkribiert wurden (Schildkrötenpanzer, Seidenpapier, Baumbuslamellen, Stein, Jade und so weiter). Es waren Phrasen oder meistens Ideogramme, mit sehr knappen Bedeutungen, eher als Symbolik als mit einem erklärenden Text.

Die Texte der Begründer und ihre Lehren waren sehr hermetisch formuliert, und nur ein Meister konnte sie mündlich an seine Schüler überliefern. Im *Nei Jing* finden Sie beispielsweise den folgenden Satz: »Das Wasser der Niere nährt das Holz der Leber und beruhigt das Feuer des Herzens.« Allein anhand dieses konzentrierten Satzes kann ein Meister Ihnen ganze Tage lang über den metaphysischen Inhalt dieser Anleitung erzählen, und alles, was in der TCM-Praxis dann passiert.

Welchen Unterschied gibt es bei der Einführung zwischen Hören und Lesen?

In der TCM sind die Ohren die Öffnung der Niere, und die Energie der Niere (das »Meer des Marks«) hat eine direkte Verbindung zu unserem Hauptspeicher, dem Gehirn. Wenn Sie eine Vorlesung hören und sich konzentrieren, werden alle Daten in Ihrem Hauptspeicher abgelegt, auch unter der Mitwirkung des Geistes, dem Shen. Wir werden noch sehen, dass auch die Energie der Milz eine direkte Verbindung zur Konzentration hat, aber gleichzeitig ist sie das »Tor zur Auswahl der Informationen«. Die Augen sind die Öffnung der Leber, und die Leber ist der »Sitz des Hun«, der spirituellen Seele. Wenn Sie einen Text lesen, der Ihre tiefsten Gefühle anspricht, »nähren Sie letztlich Ihre Seele«. Natürlich gilt das nicht für irgendeine Zeitschrift, sondern für einen Text, der Ihnen etwas Wesentliches vermittelt, vielleicht sogar ein Konzept. Ein gutes Beispiel wäre es, ein Gedicht zu lesen, das einen direkten Trichter zwischen dem Bewusstsein und dem tiefsten Unterbewusstsein bildet! Für eine vollständige Unterweisung brauchen Sie das Gehör, aber auch schriftliche Unterlagen, damit Sie in Ihrer Freizeit noch einmal darin nachlesen können.

Wer war Professor Leung Kok Yuen?

Professor Leung Kok Yuen war einer der ersten Meister, der echte Traditionelle Chinesische Medizin im Westen lehrte. In den 1950er-Jahren war die chinesische Medizin im Westen nur über die Arbeiten von renommierten Ethnologen bekannt (zum Beispiel Referent Pater Claude Larre), aber mittlerweile hat sich das geändert. Professor Leung Kok Yuen war einer der ersten chinesischen Meister, der echte TCM von den Ursprüngen lehrte und der alle Fehler korrigierte, die sich aus etwaigen Unverständlichkeiten der zugrunde liegenden Texte ergeben hatten.

Porträt

Professor Leung Kok Yuen wurde 1922 in China geboren. Er entstammt einer Reihe von 13 Generationen von Ärzten, jeweils vom Vater auf die Söhne übergeben, und gehörte zu den größten Meistern der Traditionellen Chinesischen Medizin. Er trug den Titel »Shih I«, der chinesischen Ärzten verliehen wird, deren Familie eine Medizinertradition über mehrere Generationen aufweist. Er begann mit der Studie der traditionellen Medizin im Alter von fünf Jahren, als er seinen Vater bei seinen langen Visiten im Süden des Kantons begleitete. Während dieser Reisen lernte er unzählige Lieder auswendig, in denen er die Schlüsselbegriffe der Traditionellen Chinesischen Medizin unterbrachte (sehr effiziente mnemotechnische Methode: Lernen mit Vergnügen).

Später erklärte ihm sein Vater das, was diese Lieder und Reime bedeuteten, in medizinischer Hinsicht. Im Alter von elf Jahren konnte er aus zwei von Zhang Zongh Jing verfassten Büchern auswendig rezitieren: *Jin Kui Yao Lue* und *Shang Han Lung*. Er begann mit seinen ersten Behandlungen im Alter von 16! Er hatte alle Praktiken seines Vaters beobachtet, und wie dem Kranken und der Krankheit zu begegnen war. Später wandte er sich an einen anderen Meister, um seine medizinische Ausbildung zu perfektionieren. Von 1952 bis 1970 lehrte er Akupunktur am Modern Chinese Medical Research Institute sowie bei der Kowloon Association of Chinese Medical Practitioners in Hongkong. Von 1956 bis 1970 war er Präsident des Chinese Acupuncture Institute in Hongkong und der Chinese Acupuncture Association. 1970 wanderte er nach Kanada aus und gründete das North American College of Acupuncture in Vancouver. Von dort aus übermittelte er sein Wissen an der europäischen Universität für TCM an seine westlichen Schüler. Auch ich durfte an seinen Vorlesungen teilnehmen.

Werk

Sein pädagogisches Werk wird als das vollständigste betrachtet. Akupunktur, Moxibustion, Arzneimittellehre, Psychotherapie, Massage, vorbeugende Medizin, Qi Gong sind Disziplinen, die seine Schüler bei ihm erlernen und vertiefen konnten. Professor Leung Kok Yuen sagte von sich selbst, sein Wissen sei universell und er sei nur das Sprachrohr für ein Wissen von Jahrtausenden. Er beendete seine Lehrtätigkeiten, nachdem er sich 1992 aus dem Arbeitsleben zurückzog, und starb im hohen Alter von 90 Jahren am 11. Mai 2013. Die Grundlagen seiner Lehre orientierten sich streng an den schrittweisen Erklärungen des *Nei Jing*.

Aus diesem Grund bezeichnete er sie auch als orthodoxe Lehre. Und in all seinen Lehren vertrat er immer die Yang-Sheng-Fa-Methoden, als »kultivierend und nährend für das Leben«.

Er war einer der größten Exegeten des *Huang Di Nei Jing*. Seine anderen Referenzwerke waren:

- ✓ das *Nan Jing, Klassiker der Schwierigkeiten* (220–280), in dem es um die klassischen grundlegenden Theorien geht, und das die Hauptaspekte des *Nei Jing* erläutert
- ✓ *Jin Kui Yao: Wichtige Besonderheiten aus der goldenen Schatulle* von Zhang Zongh Jing (Anfang des 3. Jahrhunderts), in dem es hauptsächlich um verschiedene Krankheiten der inneren Medizin geht, mit einem Teil zur Chirurgie und zu Frauenkrankheiten. Es umfasst 25 Kapitel mit 262 Rezepten.
- ✓ *Shang Han Lun, Abhandlung über kälteinduzierte Erkrankungen* von Zhang Zongh Jing (Jahr 160): Dieses Buch erklärt, wie eine Krankheit die sechs energetischen Ebenen des Organismus durchlaufen kann.
- ✓ *Qian Jin Fang, Rezepte, die tausend Goldstücke wert sind*, von Sun Si Miao (Ende des 7. Jahrhunderts) in 30 Bänden, mit einer allgemeinen Einführung und verschiedenen Rezepten, darunter für Ernährung, Pulsmessung, Akupunktur und so weiter