

Gabriel Stux Akupunktur - Einführung

Leseprobe

[Akupunktur - Einführung](#)

von [Gabriel Stux](#)

Herausgeber: Springer Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b11863>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Philosophischer und theoretischer Hintergrund

- 3.1 Die Wurzeln: Tao, Yin und Yang – 37
- 3.2 Die Lebensenergie Qi – 39
- 3.3 Das Entsprechungssystem der 5 Wandlungsphasen – 41
- 3.4 Pathogenese und Äthiologie in der chinesischen Medizin – 42
- 3.5 Diagnostik in der chinesischen Medizin – 48



3.1 Die Wurzeln: Tao, Yin und Yang

Die traditionelle chinesische Medizin hat ihre wesentlichen Wurzeln in den naturphilosophischen Vorstellungen des **Taoismus**, einer Philosophie, die Laotse 500 v. u. Z. in seinen Grundvorstellungen darstellt.

Die Grundlagen der chinesischen Medizin wurden dann 200 Jahre v. u. Z. in einer klassischen Schrift, dem **Huang Di Nei Jing**, ausführlich dargestellt. Dieses »Lehrbuch der inneren (physischen) Medizin des Gelben Kaisers« ist in Form eines Dialogs zwischen Huang Di, dem Gelben Kaiser, und seinem Arzt Chi Po abgefasst.

Der Wandel der Natur wurde von den Chinesen nicht als das Werk eines göttlichen Schöpfers betrachtet, sondern als Ausdruck der inneren Gesetzmäßigkeit der Natur, die »**Tao**« (Dao gelesen) genannt wurde. Das Tao, das oberste Naturprinzip, das Weltgesetz, wird von **Laotse** im »**Tao Te King**« beschrieben. In den zahlreichen Übersetzungen des Tao Te King wird Tao als »Sinn«, »Weg«, »Bahn«, »Das Eine« wiedergegeben.

Das Tao, die schöpferische Urkraft, erzeugt das polare Spannungsfeld der Kräfte in der Natur zwischen **Yin** und **Yang** (Yin wird In gelesen, Yang wie Jang).

Aus diesem Spannungsfeld der komplementären Yin- und Yang-Kräfte entstehen alle Dinge. Tao als das unmanifestierte schöpferische Urprinzip der Natur ist die Grundlage aller dynamischen Wandlung und aller Lebensvorgänge.

Neben der Vorstellung vom Tao spielt das polare und komplementäre **Yin-Yang-System** eine grundlegende Rolle in der chinesischen Naturbeschreibung der Antike. Die ursprüngliche Bedeutung von Yang, die sich im alten chinesischen Schriftzeichen spiegelt, ist die sonnige Seite des Hügels, während Yin die Schatten-seite symbolisiert. Der Himmel ist Yang, die Erde Yin; männlich ist Yang, weiblich Yin; warm ist Yang, kalt ist Yin; aktiv Yang, passiv Yin. Alle Gegensatzpaare der Natur werden so dieser Yin-Yang-Polarität zugeordnet.

Yin und Yang ergänzen sich im dynamischen Wechselspiel in unaufhörlichen Prozessen der Umwandlung und führen zur Harmonie der Ganzheit. Es gibt kein Yin ohne Yang, beide Kräfte ergänzen sich immer zur Ganzheit, das im Chinesischen Taiqi heißt.

Dieses polare System ist gerade in der Medizin bei der Beschreibung der Lebensvorgänge im menschlichen Körper und deren Störungen von großer Bedeutung.

■ **Tab. 3.1.** Polares Yin-Yang-Entsprechungssystem

Yin		Yang
Empfangende		Schöpferische
Erde		Himmel
Negativ		Positiv
Körper		
Ventral		Dorsal
Innen		Außen
Unten		Oben
Körperinnere		Oberfläche
Innere Organe		Haut
Funktionen		
Hypofunktion	Lebensenergie, Qi	Hyperfunktion
Schwäche		Fülle
Mangeldurchblutung		Hyperämie
Kälte		Hitze
Degeneration		Infektion

3.2 Die Lebensenergie Qi

Das Tao bringt im Wechselspiel der komplementären Yin- und Yang-Kräfte nach chinesischer Vorstellung die **Lebensenergie »Qi«** hervor. **Qi ist die Lebenskraft** der Natur, die Vitalität, die allem Lebendigen innewohnend, sie ist grundlegend für die chinesische Naturbeschreibung. Die chinesische Konzeption dieser Lebensenergie geht über die westliche physikalische Energievorstellung weit hinaus. Deshalb ist die Übersetzung von Qi als »Lebensenergie« nicht befriedigend. Qi ist nach der alten Wade-Giles-Transkription der chinesischen Sprache als »Chi« zu finden, im Japanischen »Ki«.

Die Lebensenergie Qi kann aus ihren Wirkungen erfasst werden. Qi fließt ständig. Jede Stagnation bedeutet Störung der Lebensvorgänge und schließlich vollständiger Stillstand, den Tod. Das **kosmische Qi** fließt nach chinesischer Auffassung überall in der Natur, im Wasser der Flüsse, in der Luft, im Wind.

Im menschlichen Körper sammelt sich Qi in den Organen, die auch Speicher genannt werden, und fließt in Bahnen, die chinesisch **Jing** und **Luo** heißen. Jing bedeutet durchfließen oder Kanal, Luo bedeutet Verbindung. Sensible Menschen spüren während der Akupunkturbehandlung das Fließen des Qi, oft verbunden mit einem Gefühl des Kribbelns und der daraus erwachsenden Lebendigkeit. Häufig sagen Patienten, dass sie sich aufgeladen fühlen, vitaler und aktiver. Die »Qi-Kanäle« oder **Leitbahnen** wurden aufgrund ihrer polaren Anordnung mit dem Meridiansystem der Erde verglichen und folglich **Meridiane** genannt.

Nach chinesischer Vorstellung fließen im Körper **Qi** und **Blut** gemeinsam im Körper. Wenn das Fließen von Qi gestört ist, fließt auch das Blut nicht harmonisch und umgekehrt. In diesem Zusammenhang wird Qi der Yang-Polarität und das Blut, chinesisch **Xue**, dem Yin zugeordnet.

Im menschlichen Körper gibt es nach chinesischer Vorstellung verschiedene Formen von Qi:

- In der Lunge wird das Qi aus der Atemluft aufgenommen. Dieses **Qi des Atems** wird »**Zong Qi**«, »Da-Qi«, »Yang-Qi« oder »Kong-Qi« genannt, weil es von oben, vom Himmel, Yang, kommt. Durch Beachtung der entspannten Atmung mit der Verlängerung des Ausatmung während der Akupunktur kann man das Fließen des Qi unterstützen.
- Aus der Nahrung wird durch die Verdauung »**Nähr-Qi**«, chinesisch »**Ying-Qi**«. Eine ausgeglichene Nahrung bzw. wärmende Nahrungsmittel können die Lebenskräfte bei geschwächten Patienten stärken.
- Die 3. wichtige Quelle der Lebensenergie im Körper ist das »**Erb-Qi**«, »**Yuan Qi**«, das von den Eltern ererbt wird, das das Wachstum und die Entwicklung des Menschen bewirkt. Dieses Ursprungs- oder Anzestrals Qi wird im Nierensystem gespeichert.

Die **Funktionen der Organe** und deren verschiedene Leistungen werden von der Lebensenergie, die den Organen innewohnt, hervorgebracht. Die Atmung als Funktion der Lungen, die Verdauung der Nahrung als Funktion des Magens und Darmes sind Ausdruck des Wirkens vom Qi dieser Organe. Die Lebensenergie Qi reguliert auch die Quantität der Funktionen. Ist das Qi eines Organs schwach, ist die Funktion dieses Organs nur unvollständig. Ist die Lebensenergie Qi jedoch in Fülle, so ist die Funktion überschießend.

Nach chinesischer Vorstellung durchfließt Qi den ganzen Körper, ähnlich wie die Flüsse die Kontinente durchlaufen. Die Meridiane, auch **Leitbahnen** genannt, die »Energieflüsse« des Körpers, führen das »**Meridian-Qi**«, das sog. »**Jing-Qi**«, das durchfließende Qi.

Die Lebensenergie Qi hat im Körper vielfältige Funktionen zu erfüllen:

- Sie ist die **Quelle der Bewegungen**, nicht nur der willkürlichen Bewegungen, sondern auch der Bewegungsvorgänge der Atmung und der unwillkürlichen Darmbewegung.
- Die Funktionen von inneren Organen wie Atmung oder Verdauung sind vom Qi dieser Organe abhängig.
- Auch die psychische Aktivität und Vitalität ist Ausdruck der Qi-Kräfte und wird »**Shen**« genannt.
- Eine weitere Funktion von Qi ist die Verdauung, d. h. die Umwandlung von Nahrung in Blut und andere Körpersäfte.
- Auch die Erzeugung von Wärme im Körper ist eine der Aufgaben von Qi.
- Mit Hilfe von Qi sondert der Körper die giftigen Abfallprodukte aus. Diese Funktion schließt aber auch die Speicherung von wichtigen Nährstoffen ein.
- Die Lebensenergie Qi hat außerdem die Aufgabe, den Körper vor schädlichen Einflüssen von außen, z. B. vor krankmachenden Wettereinflüssen, zu schützen. Diese **Schutzfunktion von Qi** ist besonders wichtig in der Prophylaxe von Krankheiten. Dieses »**Abwehr-Qi**« wird »**Wei-Qi**« genannt und konzentriert sich hauptsächlich auf der Oberfläche des Körpers.

Das Qi ist ein erfahrbares Phänomen. Im Qi Gong, einer prophylaktischen Atem- und Meditationsmethode, lernt man das Qi wahrzunehmen, meist als ein Fließen im Körper oder einer Art Ladung oder einem Gefühl erhöhter Präsenz. Qi Gong das »Üben des Qi« ist eine wesentliche Methode zum Kultivieren der Wahrnehmung des Qi-Phänomens. Methoden, wie das japanische Reiki sind in den 90er Jahren in Mode gekommen und werden zunehmend von Laientherapeuten angewendet.

Nach dem Setzen der Akupunkturnadeln treten Empfindungen wie Schwere, Druck, Wärme, Kribbeln oder Fließen auf, die als Ausdruck der Bewegung und Veränderung des Qi gewertet werden. Sie werden De-Qi-Sensation genannt und sind eine wichtige Voraussetzung für eine wirksame Akupunktur. De Qi wird

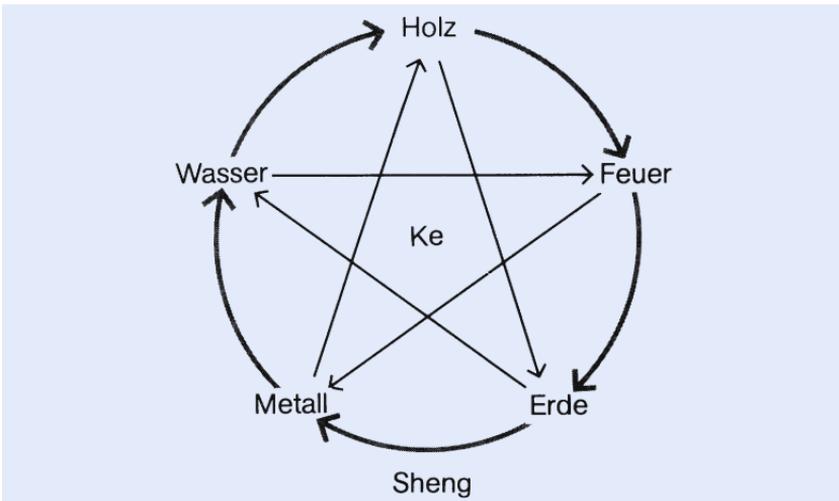
durch das Drehen, d. h. der manuellen Nadelstimulation verstärkt und fördern die Wirksamkeit der Akupunkturbehandlung.

3.3 Das Entsprechungssystem der 5 Wandlungsphasen

Neben dem Yin-Yang-System, das dem Verständnis polarer Vorgänge diene, wurde im 3. vorchristlichen Jahrhundert das System der »fünf Wandlungsphasen«, chinesisch **Wu Xing**, zur Kategorisierung von phasisch ablaufenden Vorgängen schon eingeführt. Bei diesem System handelt es sich um ein **Entsprechungssystem**, in dem physische Abläufe oder Phänomene in 5 Wandlungsphasen eingeordnet werden. Dieses

■ Tab. 3.2. Entsprechungssystem der 5 Wandlungsphasen

Elemente	Jahreszeiten	Farben	Entwicklungsstufen	Richtungen
Holz	Frühling	Grün	Geburt	Osten
Feuer	Sommer	Rot	Wachstum	Süden
Erde	Spätsommer	Gelb	Wandlung	Mitte
Metall	Herbst	Weiß	Ernte	Westen
Wasser	Winter	Schwarz	Sammlung	Norden



■ Abb. 3.1. Fünf Wandlungsphasen. Sheng und Ke-Zyklus

■ Tab. 3.3. Klassifizierung nach den 5 Wandlungsphasen

Elemente	Innere Organe	Hohlorgan	Sinnesorgan	Körperschicht	Gefühl	Klimatische Faktoren
Holz	Leber	Galle	Auge	Muskel	Zorn	Wind
Feuer	Herz	Dünndarm	Zunge	Blutgefäße	Freude	Hitze
Erde	Milz	Magen	Mund	Bindegewebe	Besorgnis	Feuchtigkeit
Metall	Lunge	Dickdarm	Nase	Haut	Traurigkeit	Trockenheit
Wasser	Niere	Harnblase	Ohr	Knochen, Gelenke	Angst	Kälte

System trug zur Vereinheitlichung des antiken naturphilosophischen Weltbildes bei. Von der traditionellen chinesischen Medizin wurden verschiedenste Naturvorgänge und prozesshafte Abläufe in dieses System von 5 abstrakten Grundfaktoren eingeordnet. Die 5 Wandlungsphasen sind **Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser**. Diese 5 Grundfaktoren stehen in einer innigen wechselseitigen Beziehung der gegenseitigen Hervorbringung oder Förderung, wie auch der Hemmung bzw. Kontrolle zueinander.

Bei den 5 Wandlungsphasen handelt es sich um abstrakte Symbole, vergleichbar mit algebraischen Symbolen, wie A, B, C oder x und y, die zu einem logischen Entsprechungssystem angeordnet sind. So lassen sich mit diesem System empirisch gewonnene Beobachtungen systematisieren (■ Tab. 3.2).

Viele Gegebenheiten und Vorgänge in der Medizin, z. B. die Funktion von inneren Organen, Geweben, Sinnesorganen usw., lassen sich in die 5 Wandlungsphasen einordnen (■ Tab. 3.3).

3.4 Pathogenese und Ätiologie in der chinesischen Medizin

Nach traditioneller chinesischer Vorstellung beruhen die meisten Erkrankungen auf Störungen im harmonischen Fließen der Lebensenergie Qi. Entweder liegt eine **Fülle** oder eine **Schwäche** der Lebensenergie in den Organsystemen und Meridianen vor. Auch eine **Stagnation** bzw. **Blockade** des Qi in den Meridianen und in einigen Organen ist möglich.

Eine **Schwäche von Qi** nennt man Schwächestörungen oder auch Leerestörung, chinesisch **Xu**. Sie ist durch unzureichende Funktion der entsprechenden Organe gekennzeichnet. Dann ist z. B. die Verdauungstätigkeit des Darms unvoll-



Gabriel Stux

[Akupunktur - Einführung](#)

340 Seiten, kart.



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und
gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de