



Michael G. Hammes Roya Schwarz

Das Geheimnis der Goldenen Nadel

Die Entwicklung wahrer therapeutischer Kräfte
aus den antiken Lehren der Chinesischen Medizin

Leseprobe

金針秘要

中國古典醫學真靈入門

Inhaltsverzeichnis

1	Die Besonderheiten der Unterweisung in Altchinesischer Medizin (ACM) – ein persönlicher Weg 殊	5	10	Übungen zur Kultivierung der Grundwesenheiten 行	37
2	Grundeinsichten einer erweiterten Medizin 本	7	11	Übungen zur Kultivierung der therapeutischen Fähigkeiten 治	47
3	Geist und Leib aus daoistischer Sicht 心	11	12	Übungen zur Kultivierung des Geistes 智	59
4	Die Allgegenwart des Dao 道	15	13	Überlieferungen aus der klassischen chinesischen Kultur 文	71
5	Prinzipien der Einwirkung auf das Qi 法	17	14	Der verwandelte Therapeut 化	85
6	Die sieben Grundsätze der Therapie 原	21	15	Schlusswort 結	89
7	Praktische Umsetzung der Grundsätze 實	25		Anhang	93
8	Notwendigkeit der Achtsamkeit 必	27		Kleines Glossar chinesischer Ausdrücke	94
9	Übungen zur Kultivierung von Qi 氣	31		Literatur	95
				Abbildungsnachweis	95
				Register	97

Einleitung 序

序

Was bedeutet es, Therapeut zu sein? Welchen Herausforderungen muss man sich stellen, und wie kann man ihnen begegnen? Der berühmte chinesische Gelehrte Xú Dàchūn 徐大椿 äußerte sich im Vorwort seines 1757 veröffentlichten Werkes „Über Ursprung und Entwicklung der Medizin“ (*Yīxué yuánliú lùn* 醫學源流論) in der folgenden Weise zu diesem Thema:

Die Medizin ist ein kleiner Beruf. Ihre Konzepte sind feinsinnig. Sie birgt große Verantwortung. Sie wird als niedere Beschäftigung erachtet.

Das Lernen der großen Menschen des Altertums war darauf ausgerichtet, die Ordnung in der Welt und im Reich aufrecht zu erhalten, und sie stellten sicher, dass niemand von ihrem Wohlwollen ausgeschlossen war. Ja weiter noch, sie sorgten dafür, dass Himmel und Erde ihre rechte Stellung beibehielten, und sich die Zehntausend Dinge ihrem Wesen entsprechend entwickeln konnten. Dies waren die erhabenen Verdienste dieser Gelehrten. Und wenn man nun jeden Tag einen Menschen rettet, jeden Monat hunderte Erkrankungen heilt, sich um dieses kümmert und jenes vernachlässigt, und trotzdem auch in einem Umkreis von zehn Meilen nicht jeder Aufgabe gerecht wird; und wenn die Umstände sich so gestalten, dass eine Heilung nicht möglich ist, dass man nicht über die Fähigkeit verfügt, die Toten ins Leben zurückzuholen; muss man einen solchen Beruf nicht als klein betrachten?!

Dennoch verbanden sich die Weisen des Altertums im Heilen mit allen Dingen zwischen Himmel und Erde und ergründeten die Quellen des Lebens. Die Leitbahnen und Netzgefäße, die Zàng- und Fǔ-Eingeweide, Qi und Blut, die Knochen und den Fluss in den Gefäßen, all dies betrachteten sie wie Erscheinungen in einem gläsernen Leib. Auf dieser Grundlage machten sie den Ausgangspunkt der Erkrankung ausfindig und benutzten Arzneien, um das Kranke auszutreiben und einen Ausgleich herzustellen. Hier kommen wunderbare Mächte und Einsichten in verborgene Geheimnisse zur Wirkung, die sich nicht mit Worten beschreiben lassen, und bei denen Handeln und Wandeln untrennbar miteinander verknüpft sind. Sind solche Konzepte nicht sehr feinsinnig?!

Ein kleiner Beruf wird von einem Gelehrten nicht der Ausübung wert erachtet werden. Aber wie sollen feinsinnige Konzepte von Unwissenden durchdrungen werden?

In der Alten Chinesischen Medizin war die Unterweisung des Schülers wesentlich reicher an Inhalten, als es die heutige Ausbildung in Akupunktur und Chinesischer Medizin vorsieht. Der moderne Unterricht ist reduziert auf Aspekte, die in Bezug zur materiellen Welt stehen, und er verläuft in der Regel in monologischer Form, selbst wenn viele neue Medien eingesetzt werden. Die klassische Unterweisung war der Dialog zwischen Meister und Schüler, und der Meister prüfte in der ersten Phase den Adepten auf seine Eignung. Der Wunsch nach Unterweisung reichte als Voraussetzung nicht aus.

Die Ausbildung in Altchinesischer Medizin zielte darauf ab, den Heilkundigen in die Lage zu versetzen, seinen Patienten zu durchschauen, so dass sich ihm das Leiden des Betroffenen unmittelbar offenbarte. Die Entwicklung dieser Fähigkeiten setzte voraus, dass der Heilkundige sich selbst vollständig durchschauen konnte, sich also jederzeit seiner inneren Vorgänge vollständig bewusst wurde, und die Wege kannte, diese inneren Regungen – wie etwa Gedanken und Emotionen – zu transformieren. Diese Herausforderungen anzunehmen, sich einem solchen Entwicklungsgang hinzugeben, geht über das hinaus, was aus der Alltagserfahrung angeleitet werden kann und in den konventionellen Ausbildungen zum Therapeuten unterrichtet wird. Im Sinne des Zen-Buddhismus kann man die sich stellende Aufgabe wie folgt beschreiben:



Dein Geist gleicht einem Auge, das alles sieht, nur nicht sich selbst. In jeden Winkel dringt sein Licht; was hindert ihn, sich selbst zu erkennen?

Meister Foyan (Fóyǎn Qīngyuǎn 佛眼清遠,
1067–1120) [1] [O1065]

Eine angemessene Ausbildung in Altchinesischer Medizin beruht darauf, nicht nur die in den modernen Curricula weitgehend ausgeblendeten kosmologischen, spirituellen und psychischen Phänomene in der Behandlung von Patienten ausreichend zu würdigen, sondern auch die Methode des Lernens über die reine Wissensvermittlung hinaus auf die Anleitung in der konkreten Anwendung mit direkt erfahrbaren Wirkungen zu erweitern. Auf diese Weise können die Vernachlässigung dieser ursprünglichen Elemente in der jetzigen chinesischen Kultur und die Reduktion auf physisch fixierte Symptome in dem aktuellen Verständnis der Traditionellen Chinesischen Medizin überwunden werden.

Um diesem Ansinnen gerecht zu werden, müssen wir uns als Therapeuten auf den Weg der inneren Reife und Wandlung begeben und durch Hingabe an den inneren Prozess das Qi erfahren und lenken lernen. Xú Dàchūn 徐大椿 schrieb über den „idealen Arzt“:



Daher sollten nur Menschen mit einem kritischen Geist und einem Interesse an dem ursprünglichen Wissen Medizin studieren. Folglich sollte jeder, der die Medizin zu seinem Beruf macht, andere in seinen natürlichen Gaben übertreffen und mit seinem Wissen hinter sich lassen. Er sollte in der Lage sein, alle Alltagsangelegenheiten ruhen zu lassen und sich viele Jahre auf das Studieren zu konzentrieren. Wenn er dann noch von einem kundigen Lehrer unterrichtet wird, so ist er fähig, eine geheime Durchdringung der Wahrheit und ein erschöpfendes Verständnis der Absichten der alten Weisen zu erlangen.

Xú Dàchūn (徐大椿) [W1027]

5

Prinzipien der Einwirkung auf das Qi 法

法

Welches sind die Besonderheiten in der Anwendung der Altchinesischen Medizin und worauf baut dabei die Heilung auf? Dreh- und Angelpunkt der therapeutischen Arbeit ist das Nähren und Bewegen des Qi. Das Konzept des Qi ist der Schlüssel zum tieferen Verständnis der letztlich heilenden Prozesse in der Altchinesischen Medizin, die es in Gang zu setzen gilt. Dabei ist die Vorstellung der Allgegenwart einer Lebenskraft – genannt Qi – für die chinesische Kultur so prägend, dass alle Bereiche des Lebens davon durchdrungen sind. Es handelt sich also nicht um einen Ausdruck, der nur in der Medizin Anwendung findet, sondern der ebenso in den Künsten, der Philosophie, der Psychologie, der Politik und im Alltagsleben anzutreffen ist.

Ursprünglich hat Qi die Bedeutung von Wolken (Cirrocumulus floccus) (> Abb. 5.1). Es gibt zahlreiche davon abgeleitete Bedeutungen wie etwa

- Hauch
- Gas
- Atmosphäre/Luft
- Wetter
- Anzeichen
- Atem
- Geruch
- kosmische Urkraft
- Lebenskraft allgemein
- in den Leitbahnen zirkulierende, von Akupunkturnadeln stimulierte Lebenskraft
- Dynamik und Manifestationen einer Krankheit
- Gemütszustand
- Kraft
- Ausprägung
- Absicht
- Art und Weise
- Sitte

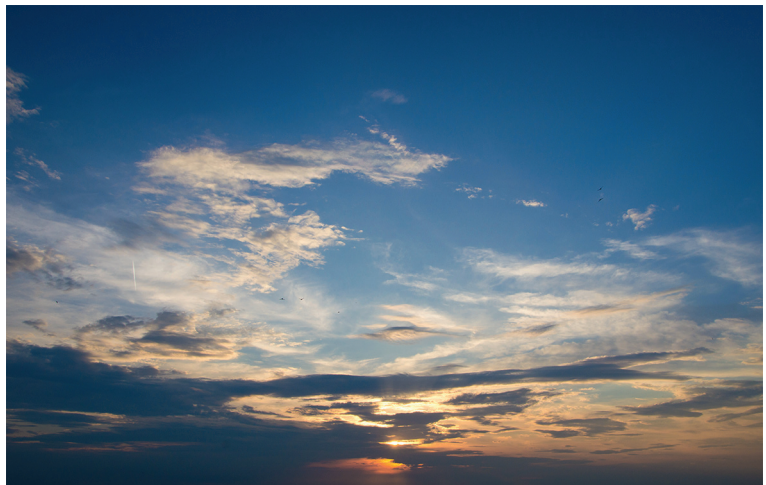


Abb. 5.1 Wolken [J787]

- Schicksal
- Wesen
- Gestank
- Antlitz/Anblick
- Ärger
- Unterdrückung
- Verbrühen
- Wutausbruch
- Stil
- Gerätschaft.

Aus der Zusammenstellung wird ersichtlich, dass in der chinesischen Sprache das konnotative Feld eines Ausdrucks sehr weit gefasst sein kann. Die einzelnen Bereiche des konnotativen Feldes sind assoziativ miteinander verknüpft. Die genannten Bedeutungen des Ausdrucks Qi weisen bestimmte Ähnlichkeiten („kosmische Urkraft“, „Lebenskraft“) miteinander auf oder stehen in einem Zusammenhang der Entsprechung („Wesen“, „Art und Weise“, „Gemütszustand“). Die chinesische Sprache regt eher zu analogem, assoziativem und metaphorischem Betrachten denn zum analytischen Denken an, wie dies für indoeuropäische Sprachen typisch ist. Die Bedeutung der Worte in klassischen chinesischen Texten ist nicht definiert, sondern muss aus dem Kontext abgeleitet werden. Auch die Gegebenheiten beim Leser haben Einfluss auf die Bedeutungsattribution. Daher kann man altchinesische Texte nicht übersetzen, sondern nur übertragen.

Das Konzept des Qi ist der Schlüssel zum tieferen Verständnis der letztlich heilenden Prozesse in der Altchinesischen Medizin, die es in Gang zu setzen gilt.

In dem Bemühen um ein höheres Maß an Gesundheit sind zwei das Qi betreffende Prinzipien zu beachten, die sich in ihrer Wirkung gegenseitig ergänzen:

1. Die Reinigung von pathogenem Qi („schrägläufiges Qi“, *xiéqì* 邪氣)
2. Das Vermehren von gesundem/vitalem Qi („aufrechtes Qi“, *zhēnqì* 真氣)

Beide Aspekte müssen in der Therapie berücksichtigt werden. Zunächst wird die bioplasmatische Materie von pathogenem Qi gereinigt, damit die Absorption von gesundem Qi erfolgen kann. Das pathogene Qi verstopft nahezu vollständig die Drei *jiāo* (Erwärmer), die Leitbahnen (oder Qi-transportierenden Kanäle) und Netzgefäße sowie die energetischen Pforten (oder Qi-transportierenden Pforten). Prozesse der Heilung werden dadurch verzögert oder blockiert. Vitale Energie muss ungehindert und in ausreichendem Maße den Leib durchströmen und sich in einem ungehinderten Fluss befinden. Dies repräsentiert die Vitalität der Seele, des Geistes und des Leibes. Beim Einsatz der unterstützenden therapeutischen Mittel wie Nadeln, Moxa und Schröpfen oder bei therapeutischen Interventionen wie Tuina sollten diese Grundsätze unbedingt Beachtung finden.

Die Kultivierung des Qi in den Manifestationen von Yin und Yang

In der ersten Stufe der Kultivierung des Qi benutzen wir die vier Grundübungen der Praxis von Qigong:

- Kontaktaufnahme mit dem kosmischen Qi
- Yin und Yang erspüren
- Yin und Yang verstärken
- Yin und Yang ausgleichen

Eine Grundlage der Behandlung ist es, das Qi des Patienten zu reinigen, auszurichten und zu bewegen. Um dies zu bewirken, muss der Therapeut mit der Natur und den Eigenschaften des Qi vertraut sein. So ist das Qi der allgemeinen Dualität von Yin und Yang unterworfen, was in der Arbeit mit dem Qi zu berücksichtigen ist. Die Übungen dienen dazu, Qi wahrnehmen und verteilen zu können. Bei allen Übungen werden die Augen geschlossen gehalten und die Zunge zum Gaumen gehoben. Jede Übung umschließt 72 Zyklen der Ein- und Ausatmung. Die Zahl 72 repräsentiert die Verbindung der höchsten einstelligen Yang-Ziffer 8 mit der höchsten einstelligen Yin-Ziffer 9 als magisches Produkt $8 \times 9 = 72$.

Kontaktaufnahme mit dem kosmischen Qi

Durchführung der Übung: Wende die Handflächen zum Himmel und nimm über die Pforte Hh 8 *láoogōng* 勞宮 Kontakt mit dem kosmischen Qi auf (> Abb. 9.1).

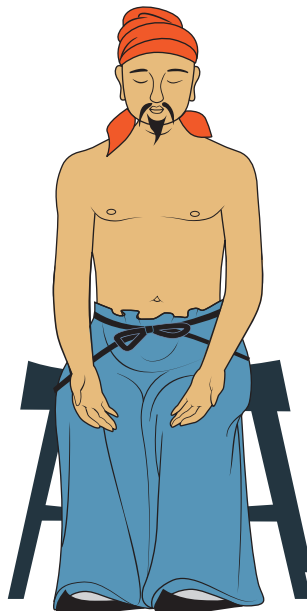


Abb. 9.1 Kontaktaufnahme mit dem kosmischen Qi [L255]

Yin und Yang erspüren

Durchführung der Übung: Halte die Handflächen einander gegenüber, während die Finger zum Himmel zeigen, und nimm den Übertritt des Qi von der rechten und linken Seite wahr (> Abb. 9.2).

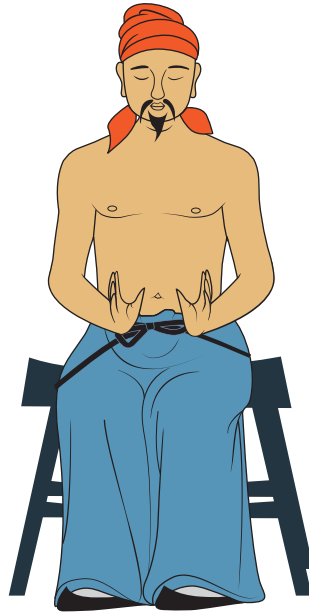


Abb. 9.2 Yin und Yang erspüren
[L255]

Yin und Yang verstärken

Durchführung der Übung: Halte die Handfläche der rechten Hand vor den Bauchnabel und die Rückseite der linken Hand vor die korrespondierende Stelle am Rücken. Hierdurch stehen sich die Pforten Hh 8 *láo gōng* 勞宮 und Ren 8 *shén què* 神闕 und die Pforten Du 4 *mìng mén* 命門 und Sj 3 *zhōng zhǔ* 中渚 jeweils gegenüber. Die rechte Hand repräsentiert das Yin und verbindet Yin-Pforten miteinander; die linke Hand repräsentiert das Yang und verbindet Yang-Pforten miteinander (➤ Abb. 9.3).

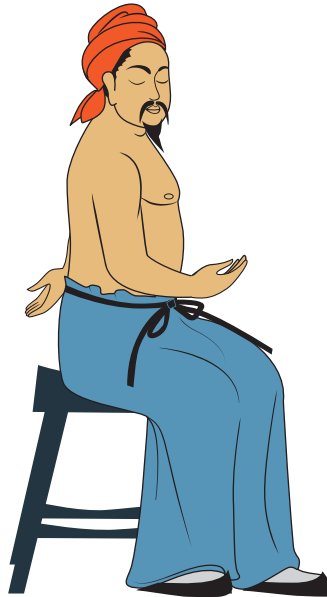


Abb. 9.3 Yin und Yang verstärken
[L255]

Yin und Yang ausgleichen

Durchführung der Übung: Die linke Hand wird in die rechte gelegt, ohne dass sich die Hände berühren. Die Daumen stehen sich ohne Berührung einander gegenüber. Die Pfoten Hh 8 *láoōng* 勞宮 sind auf das untere Zinnoberfeld (*dāntián* 丹田) gerichtet (> Abb. 9.4).

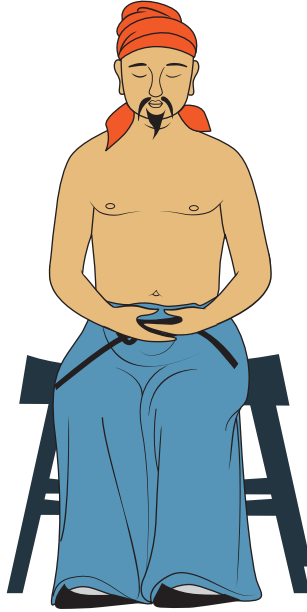


Abb. 9.4 Yin und Yang ausgleichen
[L255]

Während der Durchführung der oben beschriebenen Übungen zur inneren spirituellen Wandlung und Entwicklung der Meister-Tugenden (> Kap. 11) wird sich der Verstand wiederholt mit Zweifeln und Fragen zur Logik zu Wort melden. Um den Geist stets offen und bereit für die anstehenden Offenbarungen zu halten, können Unterweisungen des Zen (chin. *chán* 禪) herangezogen werden.

Die überlieferten Worte der Meister der Altchinesischen Medizin besitzen stets einen tiefgründigen Sinn. Diesen zu erfassen, erfordert eine Spontaneität und Kreativität der Geisteshaltung, die über unseren alltäglichen Geisteszustand weit hinausgeht. Diese Offenheit des Geistes hervorzubringen, ist die Spezialität der Schulen des Zen-Buddhismus, deren Lehren wir für unsere Selbstentwicklung nutzen wollen. Um auf den Grund der Unterweisungen der alten Meister zu dringen, muss der Therapeut sich mit ihrem energetischen Zustand verbinden, der alles Potenzial sämtlicher Meister und göttlicher Wesenheiten umfasst. Aus diesem Zustand, der in den klassischen Werken als „*tōng shénmíng* 通神明“ bezeichnet wird, erwächst die wahre Kraft der Heilung.

Wir haben hier eine Auswahl geeigneter Zen-Unterweisungen aus berühmten chinesischen Überlieferungen getroffen, die auch Grundlage für die Traditionen des Zen-Buddhismus in Japan geworden sind. Sie können unterstützend auf dem Weg wirken, in den Zustand des freien und empfänglichen Geistes zu gelangen.

Die klassischen Sammlungen bestehen aus dem Koan selbst, dem Kommentar und der Erläuterung. Die Autoren haben zu jedem Koan Hinweise ergänzt, die den Bezug zum Weg des Therapeuten verdeutlichen sollen.

Die Koans (*gōngàn* 公案) aus dem Mumonkan (*Wúménguān* 無門關) und dem Hekigan Roku (*Biyán lù* 碧巖錄)

Mumonkan Nr. 15: Tozans drei Hiebe [7]

Tozan begab sich zu Ummon. Ummon fragte ihn, woher er gekommen sei. Tozan sagte: „Aus dem Dorfe Sato.“ Ummon fragte: „In welchem Tempel hieltest du dich den Sommer über auf?“ Tozan antwortete: „Im Tempel von Hogi, südlich des Sees.“ „Wann bist du von dort weggegangen?“ fragte Ummon und war neugierig, wie lange Tozan wohl damit fortfahren mochte, sachliche Antworten zu geben. „Am 25. August“, antwortete Tozan. Ummon sagte: „Ich sollte dir drei Hiebe mit dem Stock geben, aber heute verzeihe ich dir.“ Am nächsten Tag verneigte sich Tozan vor Ummon und fragte: „Gestern habt ihr mir drei Hiebe vergeben. Ich weiß nicht, warum ihr glaubtet, ich sei im Unrecht.“ Ummon sagte, indem er Tozans geistlose Antworten tadelte: „Du taugst zu gar nichts. Du wanderst einfach von einem Kloster zum anderen.“ Bevor Ummon zu Ende gesprochen hatte, wurde Tozan erleuchtet. (> Abb. 12.1)



Abb. 12.1 Tozans drei Hiebe [L255]

Mumonkan Nr. 5: Kyogen besteigt den Baum [7]

Kyogen sagte: „Zen ist, wie wenn ein Mann mit seinen Zähnen an einem Baum über einem Abgrund hängt. Seine Hände erfassen keinen Zweig, seine Füße ruhen auf keinem Ast, und unter dem Baum fragt ihn ein anderer: ‚Warum kam Bodhidharma von Indien nach China?‘ Wenn der Mann an dem Baum nicht antwortet, versagt er; und wenn er antwortet, fällt er und verliert sein Leben. Was soll er also tun?“ (> Abb. 12.2)



Abb. 12.2 Kyogen besteigt den Baum [L255]

Mumonkan Nr. 38: Eine Eiche im Garten [7]

Ein Mönch fragte Joshu, warum Bodhidharma nach China gekommen war. Joshu sagte: „Eine Eiche im Garten.“ (> Abb. 12.3)

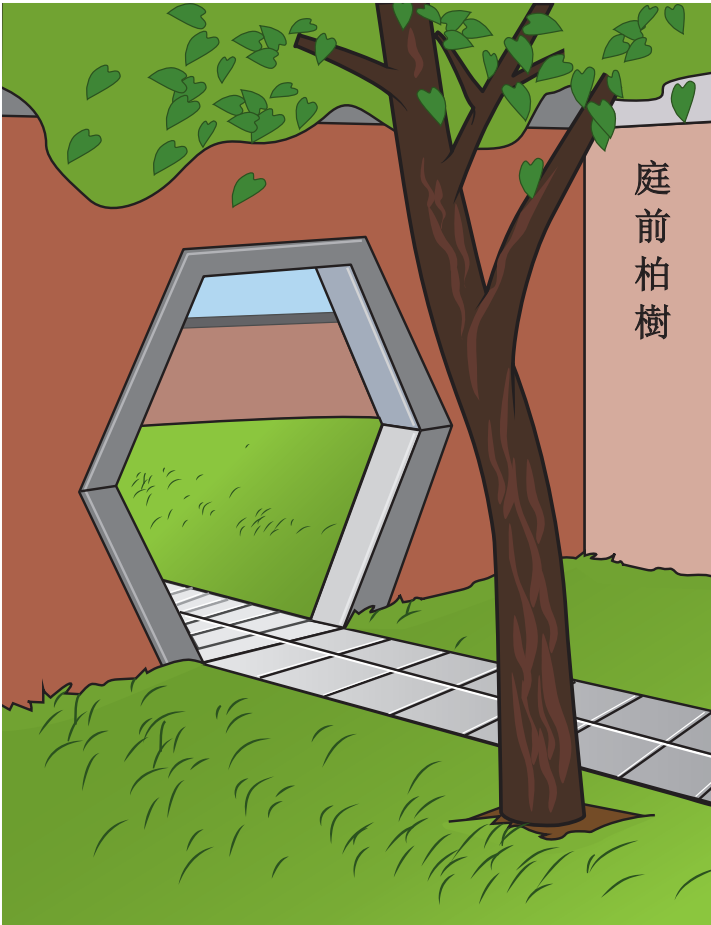
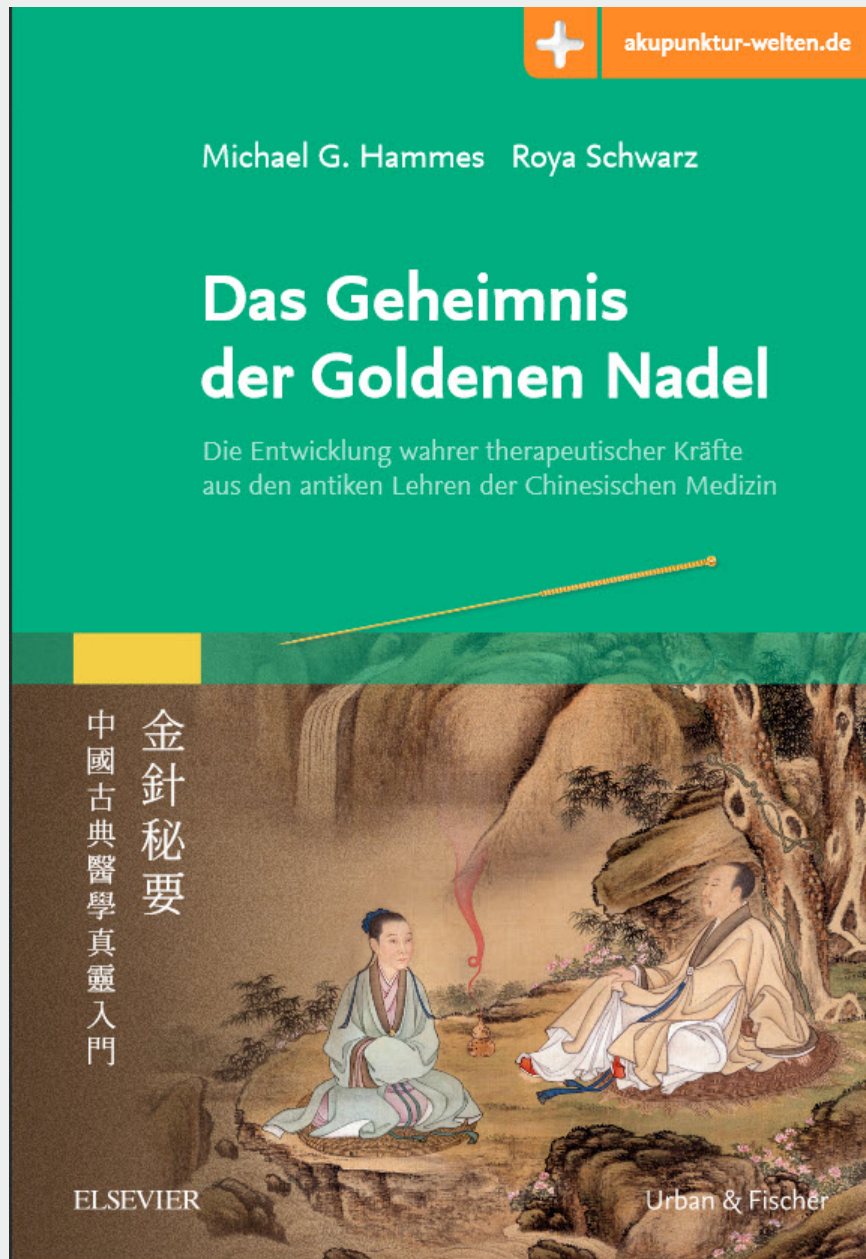


Abb. 12.3 Eine Eiche im Garten [L255]

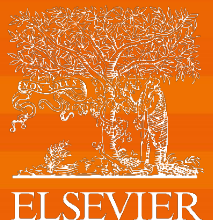
Erhältlich in jeder Buchhandlung oder im Elsevier Webshop



Irrtümer und Preisänderungen vorbehalten. 03/2018

Das Geheimnis der Goldenen Nadel
2018. 104 S., 33 farb. Abb., geb.
ISBN: 978-3-437-56801-5
€ [D] 19,99 / € [A] 20,60

Empowering Knowledge



ELSEVIER