

Diplomarbeit

im Rahmen der dreijährigen Ausbildung in

Klassischer Akupunktur und Traditioneller Chinesischer Medizin

am Centrum für Chinesische Medizin Nord, Hamburg,
2007 bis 2010

Seelen-Leben



Verfasst von Wenke Wagner

für meine Hertel
(1918-2009)

Barmstedt, im April 2010

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	S. 4
Einleitung	S. 6
Hauptteil	
1. Wo kommt das Sein her, wo geht es hin	S. 9
2. Die Entstehung des Geistes und der Seele	S. 9
3. Die drei Schätze	S. 11
4. Das Herz als Herrscher	S. 11
5. Der Geist-Shen der im Herzen wohnt	S. 13
5.1 Das Perikard und der Geist-Shen	S. 14
5.1.1 Das Herz, der Geist und die Wahrnehmungen und Gefühle	S. 14
5.1.2 Das Herz und der Geist-Shen im Ungleichgewicht	S. 15
5.1.3 Das Perikard im Ungleichgewicht	S. 16
5.2 Zusammenfassung	S. 16
5.3 Einige wichtige Akupunkturpunkte für das Herz und den Geist-Shen	S. 17
6. Zhi – die Willenskraft die in der Niere wohnt	S. 18
6.1 Die Niere und die Willenskraft - Zhi im Ungleichgewicht	S. 19
6.2 Zusammenfassung	S. 20
6.3 Einige wichtige Akupunkturpunkte für die Niere und der Willenskraft-Zhi	S. 21
7. Yi – der Intellekt der in der Erde wohnt	S. 22
7.1 Die Milz und der Intellekt - Yi im Ungleichgewicht	S. 23
7.2 Zusammenfassung	S. 24
7.3 Gegenüberstellung der Gedächtnisse und dem Denken von Herz, Niere und Milz	S. 25
7.4 Einige wichtige Akupunkturpunkte für die Milz und den Intellekt Yi	S. 26
8. Po – die Körperseele die in der Lunge wohnt	S. 27
8.1 Die Lunge und die Körperseele - Po im Ungleichgewicht	S. 29
8.2 Zusammenfassung	S. 31
8.3 Einige wichtige Akupunkturpunkte für die Lunge und der Körperseele Po	S. 32
9. Hun – die Wanderseele die in der Leber wohnt	S. 33
9.1 Die Leber und die Wanderseele - Hun im Ungleichgewicht	S. 34
9.2 Zusammenfassung	S. 36
9.3 Einige wichtige Akupunkturpunkte für die Leber und der Körperseele Hun	S. 37

9.4 Kurze Gegenüberstellung von Hun und Po	S. 38
10. Die Emotionen	S. 39
11. Der Weise richtet sein Leben nach dem Dao	S. 41
11.1 Die Betrachtung des Lebens der Menschen in der westlichen Welt	S. 42
Schlussbetrachtung	S. 44
Literaturverzeichnis	S. 46
Abbildungsverzeichnis	S. 47
Bildbeschreibung	S. 48

Vorwort

“Heilung heißt, der zu werden, der du bist.”

Als ich vor 10 Jahren angefangen habe eine Ausbildung zur Körpertherapeutin zu machen, wurde mir noch einmal mehr bewusst, wie sehr der Geist, der Körper und die Seelen zusammengehören. Ich hatte bis dahin Yoga, Tai Chi, Qi Gong und Meditationen geübt und in Supervisionen versucht, mein Leben zu verstehen.

Ich stellte immer wieder fest, wie wichtig es war und ist, zu mir selber zurückzukehren und wahrzunehmen, was mein Wesen braucht und was es am freien Fluss des Lebens hindert. Später habe ich Yoga und Qi Gong unterrichtet und Shiatsu-Behandlungen gegeben.

Die Menschen, die am Unterricht teilnahmen oder behandelt wurden, fingen wieder an, sich selbst zu begegnen. Es war und ist spannend zu beobachten, wie die Menschen darauf reagieren. Einige Menschen waren glücklich, sich wieder gefunden zu haben und ihr Leben und die Krankheiten veränderten sich. Sie fingen an, ganz konsequent an sich zu arbeiten und fühlten z.B. den Schmerz, die Wut oder die Angst, die sie jahrelang unterdrückt hatten.

Diese Menschen wurden freier und glücklicher und entwickelten ein Bewusstsein, wie wichtig es ist, in sich hineinzuhören, sich wahrzunehmen und auch dazu zu stehen, wer sie sind und was sie für sich brauchen. Andere Menschen hatten Angst und konnten die Begegnung mit sich gar nicht aushalten und mit dem Unbekannten umgehen. Sie haben nicht mehr am Unterricht teilgenommen oder die Behandlungen abgebrochen.

Instinktiv wussten aber einige, dass etwas Wahres “dahinter” sein muss und kamen in Abständen wieder, um es noch einmal auszuprobieren. Andere haben es ganz aufgegeben und es als “Humbug” abgetan.

Neben meinen Kursen und Behandlungen fing ich an, eine Ausbildung zum staatlich geprüften Heilpraktiker zu machen. Ich erhoffte mir dadurch noch mehr verstehen zu können. Es wurden Krankheiten, Organe, Zellen, Chromosomen und Gene unterrichtet. Wir versuchten die Krankheiten zu

ergründen und betrachteten sie im kleinsten Detail. Wir lernten analytisch und separierend zu denken. Im letzten Jahr der Ausbildung bemerkte ich, wie unglücklich ich über diese Denkweise wurde und das ich mit dieser Herangehensweise an den Menschen gar nicht zu recht kam.

Ich hatte in der Shiatsu-Ausbildung meines Erachtens viel Wertvolleres gelernt und wollte es vertiefen.

Es musste doch etwas noch Allumfassenderes geben!

Ich machte mich auf die Suche und fand CCM-Nord in Hamburg. Ich meldete mich zu einer 3-jährigen Ausbildung an, die jetzt zu Ende geht. Hier lernte ich ein anderes noch tieferes Verständnis. Mir wurde vermittelt, dass im chinesischen Denken das "Ganze" erfasst wird.

Das Denken ist integrativ, induktiv-synthetisch. Es wird der Mensch in seinem Umfeld betrachtet um ihn im "größeren Ganzen" zu sehen. Es wird die Frage nach den Zusammenhängen und Verbindungsmöglichkeiten zwischen dem Sein und Bewusstsein in der Existenz des Menschen gestellt.

In diesem Denken hat alles seinen Platz. Der Mensch in seinem Leben, mit seinem Körper, seinem Geist und seiner Seele gehört mit der Natur, mit ihren Elementen, in ihrem Wandel zusammen. So ist alles EINS.

Meines Erachtens ist die Wahrscheinlichkeit der Heilung eines Menschen mit diesem Denken größer, da es der Natürlichkeit entspricht.

Einleitung

Geistige und körperliche Krankheiten werden erforscht. Die Erforschung von Krankheiten, die Entwicklung von Operationstechniken und der Pharmaindustrie befindet sich auf einem hohen Niveau und trotzdem treten verstärkt Krankheiten auf. Sicher ist diese Forschung und Entwicklung wichtig, doch frage ich mich, wie Heilung entstehen soll, wenn die Seele außer Acht gelassen wird, dem tiefsten und innersten Teil des Menschen.

Die Menschen sind in der heutigen Zeit hohen Anforderungen ausgesetzt, die sie von ihrem eigentlichen Sein wegbringen. Die Aufmerksamkeit ist nach außen und nicht mehr nach innen gerichtet. Das Leben des eigenen Wesens mit all seinen Facetten ist kaum noch möglich und macht den Menschen krank.

Mein Eindruck ist, dass die Forschung sich zwar auf einem hohen Niveau befindet und dennoch in ihrer Komplexität einen ganz wichtigen Teil außer Acht lässt. Es wird nicht der Menschen in seiner Einzigartigkeit und dem gesamten Ablauf seiner körperlichen, geistigen und seelischen Funktionen erforscht, sondern es werden nur Teilbereiche (Krankheiten, Organe, Zellen, Gene, Psyche) unabhängig von den ganzen Auswirkungen im Menschen gesehen. Es ist bei mir der Eindruck entstanden, dass der Mensch langsam vergisst, dass wir ein Teil der Natur sind und uns davon nicht absetzen (trennen) können, dass alles eine Berechtigung in und um uns hat.

In meiner Praxis beobachte ich seit längerem, dass die Menschen die Zusammenhänge zwischen ihrem seelischen Wohlbefinden und ihrem Körper verstehen wollen. Ich habe lange keine wirklichen Antworten darauf geben können. Durch die Ausbildung in der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) und meinem Verstehen der östlichen Medizin kann ich diesen Menschen die Zusammenhänge immer mehr erläutern. Dies hat dazu geführt, dass es mir ein großes Anliegen ist, diese Arbeit zu schreiben. Ich möchte noch einmal anhand des Daos den Ursprung der Schöpfung, die Entstehung des Geistes und der Seele darstellen. Es scheint mir wichtig,

ganz an den Anfang zurückzugehen, damit die Gesamtheit bzw. die Sicht das alles "Eins" ist, besser verstanden wird.

Gleichzeitig möchte ich die fünf Elemente-Lehre darstellen, um eine bessere Übersicht über die enge Verbindung von Körper und Seele sowie die dynamischen Abläufe im Menschen zu geben. Die chinesische Medizin sieht das Funktionieren von Körper und Seele als das Ergebnis der Interaktionen bestimmter vitaler Substanzen, z.B. Essenz und Qi, sowie auch dem Substanzlosen, z.B. Geist-Shen.

In meiner Arbeit werden wir immer wieder darauf treffen. Für das tiefere Verständnis ist es wichtig, die Verbundenheit zwischen den Substanzen und dem Substanzlosen zu verstehen. Ich möchte in meiner Arbeit die Substanzen erklären, die in den Zusammenhängen wichtig sind und werde die weglassen, die für diese Arbeit keine Bedeutung haben.

Der Hauptteil meiner Arbeit bezieht sich auf das, was wir im Westen Seele nennen. Ich möchte die östliche Sicht der Seele beschreiben, weil sie mir näher ist und in ihrem ganzen Zusammenhang schlüssiger erscheint. Im Osten benutzt man das Wort 'Seele' für die Gesamtheit der fünf psychisch-spirituellen Aspekte des menschlichen Wesens. Es gibt die Wanderseele HUN, die Körperseele PO, der Intellekt YI, die Willenskraft ZHI und den Geist SHEN.

Ich möchte die wichtigsten Punkte der psychischen und der spirituellen Aspekte der einzelnen Seelen in dieser Arbeit darstellen. Den fünf psychisch-spirituellen Aspekten kann man anhand der jeweiligen Wandlungsphasen alles zuordnen. Zum tieferen Verständnis ergänze ich die jeweilige Seele um das dazugehörige Element, Yin-Organ, die Jahreszeit (Lebenszeit), die körperliche Ausdrucksform und die jeweilige Emotion. Anhand der oben genannten Kriterien beschreibe ich die Seelen noch einmal in ihrem Ungleichgewicht. Das soll betonen, dass alles miteinander verbunden ist und sich auch gegenseitig bedingt. Jeder Aspekt in seiner Einzigartigkeit gehört zur Gesamtheit des menschlichen Wesens. Hieraus entstehen Gesundheit und Krankheit.

Zum Abschluss meiner Arbeit werde ich noch einmal die Lebensformen nach dem Dao beschreiben und die westliche Lebensform nach der daoistischen Lebensform betrachten. Ich möchte aufzeigen wie sich die Lebensformen unterscheiden und welche Auswirkungen diese Unterschiede haben.

Hauptteil

1. Wo kommt das Sein her, wo geht es hin

Das Sein ist nur schwer in Worte und vom Verstand zu erfassen. Die Chinesen nennen es Dao.

Es ist immer und ewig und besitzt keinen Raum und keine Zeit. Es ist schwer, sich dem Dao oder überhaupt dem Göttlichen zu nähern, es zu umkreisen oder zu benennen.

Es ist nicht wirklich vom Verstand erfassbar und wirkt wie ein ewiges Geheimnis.

Dao heißt eigentlich "Weg" und das chinesische Schriftzeichen besteht aus dem Zeichen für Kopf und Fuß. Benutzt man zum Gehen nicht nur seine Füße sondern auch seinen Kopf, so wird das Gehen bewusst. (K.-D. Platsch, S.1)

Es geht um das Bewusstsein, woher ich komme und wohin ich gehe.

Dao kann als ein spiritueller Weg betrachtet werden. Es ist ein Weg, den man gehen kann und in dem das Ziel in jedem Schritt enthalten ist. Weg und Ziel sind eins.

Dao ist der Ursprung der Schöpfung. Alles kommt aus dem Dao und kehrt auch zu ihm zurück.

2. Die Entstehung des Geistes und der Seele

Das Leben entspringt jenseits aller Vorstellungen. Es kommt aus dem Nichts und geht mit dem Tod wieder in das Nichts. Die Chinesen sprechen beim Nichts vom Wu Ji. Sie symbolisieren das Wu Ji mit einem leeren Kreis der die Leere, die die Schöpfung gebietet darstellt.

Wenn sich aus dem Wu Ji (der Leere) etwas in die Welt manifestiert, sprechen die Chinesen vom Tai Ji. Sie symbolisieren es mit dem Yin und Yang. Durch die Wechselwirkung von Yin und Yang entsteht Energie.

Energie (Qi) ist die Form, die alles Leben erschafft. (Abb. 1)

Yin steht für Mutter und Yang steht für Vater. Wenn sich Mutter und Vater mit

ihrer Essenz vereinigen bilden sie Leben (Qi) und somit eine Seele. Giovanni Maciocia beschreibt in den Grundlagen der chinesischen Medizin (vgl.:2), die neu entstandene Seele mit dem Geist.

Ich möchte der Sichtweise von Maciocia in meiner Arbeit folgen. Ich übersetzte den Geist als Bewusstsein des Wesens, das unabhängig von der Seele besteht: sich seiner selbst bewusst zu sein und sich wahrzunehmen. Der Geist stammt aus der vorgeburtlichen Essenz der Eltern. Sie bestimmt seine Konstitution. Diese Essenz wird in der Niere gespeichert und ist die biologische Grundlage des Geistes. Die nachgeburtliche Essenz entsteht durch die Ernährung und Atmung und wird ebenfalls in der Niere gespeichert. Das, was wir im Westen Seele nennen, wird im Osten mit der Gesamtheit der fünf psychisch-spirituellen Aspekte des Menschlichen Wesens übersetzt. Man verwendet den Begriff 'Seele' für die Gesamtheit von Wanderseele (Hun), der Körperseele (Po), des Intellektes (Yi), der Willenskraft (Zhi) und des Geistes (Shen).

Die daoistische Theorie zur Naturbeschreibung der fünf Wandlungsphasen-Lehre untersucht die Gesetzmäßigkeit, nach denen dynamische Prozesse (Wandlungen) im Lebendigen ablaufen. Es betont Werden, Wandlung und Vergehen. Hun, Po, Yi, Zhi und Shen können den 5 Yin Organen und 5 Wandlungsphasen zugeordnet werden.

Die 5 Yin Organe sind die physiologischen Grundlagen für die Seele. Sie beeinflussen den Geist und die Seele auf verschiedene Weise. Das zeigt die enge Verbindung von Körper und Seele. Die fünf psychisch-spirituellen Aspekte umfassen die Aspekte, die das menschliche Wesen im Lebensfluss sein lässt oder in diesem beeinflusst. In jedem der 5 Elemente sind alle Elemente in ihrer Entsprechung enthalten. (Abb.2)

Dieses entspricht, wie unter Punkt 1 beschrieben, dass alles eins ist.

3. Die drei Schätze

Charakteristisch für die chinesische Medizin ist die enge Verbindung von Körper und Geist-Shen. Die Verbundenheit zwischen Essenz, Qi und Geist-Shen nennt man "die 3 Schätze". (Abb. 2)

Sobald neues Leben entsteht, entsteht Qi. Qi ist das Potenzial, was bewegt und aktiviert. Es gibt verschiedene Qi-Arten. In dieser Arbeit möchte ich mich nur auf die Genannten beziehen. Wie unter Punkt 2 beschrieben, gibt es das vorgeburtliche Qi, das als Essenz (Jing) in der Niere gespeichert wird. Das nachgeburtliche Qi wird durch die Nahrung vom Magen und der Milz aufgenommen. Der Geist (Shen), als feinste und immateriellste Art von Qi, wohnt im Herzen.

Ein gesunder Geist hängt von der Essenz ab. Die Essenz ist die Quelle des Lebens für instinktive und organische Prozesse. Das vorgeburtliche Qi ist die Grundlage des Geistes. Das nachgeburtliche Qi ernährt den Geist. Die Essenz und das Qi bilden die physische Grundlage für den Geist. (Abb. 3)

4. Das Herz als Herrscher

Es heißt, dass das Herz der Herrscher der fünf Yin und der sechs Yang Organe und die Residenz des Geistes (Shen) ist. (Abb 2) (Maciocia, S. 72)

Das Wort Shen wird in der chinesischen Medizin in zwei verschiedenen Zusammenhängen benutzt: Shen gehört einerseits zum Herzen und wird als Geist übersetzt.

Die zweite Zuordnung des Shen gehört zu allen Yin-Organen und umfasst Hun, Po, Yi, Zhi, und Shen das Herz selbst. Es wird als Seele übersetzt. Shen ist die Vitalität im Wesen und steht hinter Qi und Jing.

Das Perikard umhüllt das Herz und wird als „Anhängsel“ des Herzens betrachtet. Es hat eine enge Beziehung zum Herzen und ist funktionell kaum vom Herzen zu unterscheiden. Es hat keinen eigenen geistigen Aspekt und ist dem Shen zugeordnet. Somit wird von 5 und nicht von 6 Yin-Organen in der Literatur gesprochen. (vgl.:2)

Wenn das Herz sich dem Dao öffnet und leer ist, ist ein Leben in Harmonie und im Einssein mit sich möglich. Das Herz kann Energien des Himmels aufnehmen und abgeben. Die Daoistische Lehre wirkt darauf hin, sich von äußeren Einflüssen und Zwängen zu befreien. (vgl.:1)



5. Der Geist-Shen, der im Herzen wohnt

Das Feuer ist das Element des Herzens. Wie unter Punkt 4 beschrieben ist das Herz die Residenz des Geistes-Shen. Der Shen, der im Herzen wohnt, und mit dem Geist (Bewusstsein) korrespondiert, ist der psychisch/spirituelle Aspekt des Menschen im Herzen. (s.o)

Der Geist-Shen macht das Erkennen von Gedanken, Wahrnehmungen und Gefühlen möglich. Wenn der Geist stark ist, ist das Denken klar und unser Gedächtnis aufnahmefähig. Das Erinnerungsvermögen aus der Vergangenheit ist aktiv. Wir ziehen Erkenntnisse aus den emotionalen Reizen, Sinneseindrücken und Gefühlen und speichern sie im Herzen ab. Ein starker Geist verleiht uns Intelligenz, Ideen, Aufgewecktheit, Wissen. Er vermittelt uns die Klugheit, das Wissen kritisch und weise anzuwenden. (vgl.:2)

Nachts stellt der Geist-Shen seine Aktivität ein und zieht sich in das Herz zurück. Das Bewusstsein ist nach innen gerichtet und der Mensch schläft tief und träumt. Geist-Shen reguliert den Wach- und Schlafzustand und ist der Hüter der Träume.

Der seelische Anteil des Feuers führt in die Tiefe des Herzens wo der Shen wohnt. Es umfasst die Ebene des Unbewussten. Einen Zugang hat man durch Träume die uns Bilder aus der unbewussten Welt an die Oberfläche und somit in das Bewusstsein bringen. Aus der Tiefe des Herzens bezieht man seine Intuition und die Kraft der Inspiration. Mit dem Shen denkt man mit dem Herzen oder spricht auch aus dem Herzen. Es ist jenseits von Verstand und Logik. Shen bestimmt die Einstellung zum Leben unsere Begeisterungs- und Liebesfähigkeit.

Geist-Shen manifestiert sich auch auf körperlicher Ebene. Das Gesicht ist die Ausdrucksform des Herzens. Ein gesundes Gesicht hat einen schönen und gesunden Teint, die Augen glänzen und der Blick ist klar.

Das Herz öffnet sich über die Zunge. Mit der Sprache artikuliert sich das Herz nach außen.

Auf der emotionalen Ebene vermittelt der Shen eine Wärme, bei der man sich wohl und aufgehoben fühlt. Er hat die Fähigkeit, mit anderen in Beziehung zu treten und gute Beziehungen aufzubauen. Shen ist fröhlich und lacht. Ihm wird die Emotion Freude zugeordnet. Die Freude ist die Kraft des Herzens, die das Herz nährt und wachsen lässt. (vgl.:3)

5.1 Das Perikard und der Geist-Shen

Das Perikard ist eng mit dem Herzen verbunden. (siehe Punkt 4) Es umhüllt das Herz und schützt es. Das Perikard beherbergt, wie das Herz, den Geist-Shen. Es hat großen Einfluss auf die psychisch-emotionalen Zustände. Es ist für eine gesunde Verbindung mit anderen Wesen in sozialen, Liebes- und Familienbeziehungen verantwortlich *“Das Perikard ist der Botschafter und von ihm kommen Freude und Glück.”*(Maciocia, S.168)

5.1.1 Das Herz, der Geist und die Wahrnehmungen und Gefühle

Der Zustand des Herzens beeinflusst alle psychisch-emotionalen Aktivitäten. Nur der Geist-Shen kann alle Sinne, Empfindungen, Emotionen wahrnehmen. Indirekt haben dadurch auch alle Emotionen eine Wirkung auf das Herz, weil das Herz sie fühlen kann.

5.1.2 Das Herz und der Geist-Shen im Ungleichgewicht

Ursachen für das Ungleichgewicht können zum Beispiel Unruhe, Angst, Überarbeitung, Schock oder übermäßige sexuelle Aktivität sein. Bei Erschöpfung von Qi und Essenz leidet der Geist-Shen. Er kann unglücklich, depressiv, ängstlich und verwirrt werden.

Umgekehrt kann der Geist-Shen, der z.B. durch emotionalen Stress gestört ist, instabil werden und somit auch Qi und Essenz schwächen.

Wenn der Geist schwach und erschöpft ist, verliert er das Bewusstsein, seine Willenskraft und das Selbstvertrauen. Das Gedächtnis und das Denken sind langsam und schwerfällig. Er verliert die Fähigkeit der Erkenntnis aus Wahrnehmungen und wird vergesslich. Es mangelt an Intelligenz, die Ideen sind verworren und seine Handlungen sind unklug. Der Verstand ist getrübt.

Der seelische Anteil des Feuers verliert die Liebe und Verbundenheit zu sich selbst und somit auch zu den anderen Wesen. Eigenliebe ist die Voraussetzung, andere lieben zu können. Einsamkeit, Verlassenheitsgefühle und Verzweiflung entstehen. Der gestörte Geist-Shen hat Ein- und Durchschlafstörungen, träumt viel und wacht durch das Träumen auf.

Auf körperlicher Ebene hat der gestörte Geist einen matten Teint, die Augen sind glanzlos und zeigen keine Klarheit und innere Vitalität. Es wird viel und schnell gesprochen oder es besteht eine Wortkargheit.

Wenn das Feuer aus dem Gleichgewicht gerät, fehlt es an emotionaler Wärme. Wirkliche Nähe ist durch ein verschlossenes Herz nicht möglich und schreckt eher ab. Übermäßige Freude, Begierde und Erregung verletzen das Herz. Exzessive Freude ist wie ohne Freude zu sein. Es ist eine tiefe Störung. (vgl.:3)

5.1.3 Das Perikard im Ungleichgewicht

Das Perikard beherbergt, wie das Herz, den Geist-Shen. Ist das Perikard auf psychisch-emotionaler Ebene gestört, ist man aufgeregt und unruhig. Es kann zu geistiger Verwirrung und Depressionen führen. Die Beziehungen in den sozialen Verbindungen sind gestört. (vgl.:2)

5.2 Zusammenfassung

Funktionen von Herz und Geist-Shen/Shen:

natürlicher Fluss

Ungleichgewicht

Erkennen von Gedanken; die Wahrnehmung; Gefühle	verliert sein Bewusstsein, Willenskraft, das Selbstvertrauen
aktives Gedächtnis, Erinnerungsvermögen	langsam und schwerfällig, vergesslich
klares Denken	unklares Denken
Erkenntnis aus Reizen, Gefühlen, Sinneseindrücken	verliert Fähigkeit der Erkenntnis
Ideen, Intelligenz, Wissen durch starken Geist	verworren und vergesslich, Verstand getrübt
Klugkeit, Weisheit kritisch anwendbar	unklug, Handlungen unklug
Schlaf, Bewusstsein nach innen	Ein-/Durchschlafstörungen
Hüter der Träume	träumt viel und wacht auf
aus der tiefe des Herzens Intuition, Kraft der Inspiration	verliert den Zugang, ist verzweifelt und einsam
spricht aus dem Herzen	spricht viel und schnell oder wird wortkarg, verschlossenes Herz

Begeisterungs- und Liebesfähigkeit	verliert Liebe und Verbundenheit zu sich und den Mitmenschen
Gesicht und Augen klar, mit Glanz	unklar, keinen Glanz
gute Beziehung, vermittelt Wärme	Rückzug, keine Wärme
Freude, Fröhlichkeit und Lachen	exzessive Freude ist, wie ohne Freude zu sein

5.3 Einige wichtige Akupunkturpunkte für das Herz und den Geist-Shen

1. äußerer Blasen-Leitbahnpunkt auf dem Rücken
Blase 44: Shentang den Geist (er beeinflusst den spirituellen Aspekt des Herzens)
2. Herz 5: Tong Li gibt die freie Verbindung in das Innere und die Darstellung des inneren nach Außen
3. Herz 7: Shen Men gibt dem Shen ein Zuhause und kann alle Shen-Störungen behandeln
4. Perikard 5: Jianshi therapiert geistige Verwirrung
5. Perikard 6: Neiguan hebt Stimmung an und befreit von Depressionen
6. Perikard 7: Daling beruhigt den Geist
7. Blase 15: Xinshu beeinflusst Zunge und Geschmackssinn



6. Zhi – die Willenskraft, die in der Niere wohnt

Das Wasser ist das Element der Nieren. Wie unter Punkt 2 und 3 beschrieben, speichert die Niere die vorgeburtliche und nachgeburtliche Essenz. Die Willenskraft (ZHI) wohnt in der Niere und korrespondiert mit dem Geist (Bewusstsein). Sie ist der “psychisch/spirituelle” Aspekt der Niere.

Die Niere ist die Wurzel der angeborenen Konstitution. Sie hat mit ihrer Essenz einen großen Einfluss auf das Denken und die intellektuellen Fähigkeiten, somit auch auf den Geist-Shen.

Die Nieren-Energie ist die Energie, die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft mit den kosmischen Kräften, den Geheimnissen und Mysterien des Universums verbindet. (vgl.:4) Sie steht am Beginn (siehe Punkt 2) und am Ende des Lebenszyklus. Die Niere steuert alle Lebensphasen bis hin zum Tod. In der Wandlungsphase Wasser stoßen wir wie in keiner anderen Wandlungsphase auf das Unsagbare, auf das Wirken des Dao. (siehe Punkt 1) Sie wird mit dem Bild von fließendem Wasser assoziiert.

Zhi (Willenskraft) ist die psychische Triebkraft die uns bei der Verfolgung unserer Ziele die Entschlossenheit und Konzentration gibt. Die Eigenschaft der “mystischen Seele” ist es, Zugang zur unbewussten, tiefen und verborgenen Wahrheit zu finden und die Wahrheit in das alltägliche Leben und in die Handlungen zu bringen.

Auf körperlicher Ebene gehören die Ohren und das Kopfhhaar zu den Nieren. Die Ohren sind das Organ, welches Tag und Nacht arbeitet. Man kann die Ohren im Schlaf nicht schließen. Die Ohren sind immer aufnahmebereit. Sie

sind die erste Sinnesfunktion im Mutterleib und die letzte Sinneswahrnehmung im Sterben. Man hört in bewussten und unbewussten Momenten. Eine gesunde Nierenkraft zeigt sich im Glanz des Kopfhaares.

Die Emotion der Niere ist die Angst. Die Angst ist die Sicherung des Lebens. Sie ist das Warnsystem wenn die Lebensgrundlage durch die Niere in Gefahr ist. Sie ist das existenziellste Gefühl überhaupt.

6.1 Die Niere und die Willenskraft - Zhi im Ungleichgewicht

Ursachen für ein Ungleichgewicht können zum Beispiel Verausgabung, schlechte Ernährung (nachgeburtliches Qi wird nicht aufgebaut), Exzesse jeglicher Art, Angst, oder Schock sein.

Bei Erschöpfung der Niere wird die Konstitution schwach und der Geist wird negativ beeinflusst. Ebenso können der Geist und die Emotionen die Essenz und das Qi schwächen. (siehe Punkt 5.2 1)

Durch die Schwäche ist der Zugang zur Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft getrübt. "Man fischt im Trüben und sucht nicht die Quelle." Die Verbindung zu den kosmischen Kräften und dem Universum ist gestört. Der Fluss des Wassers fließt an der Oberfläche.

Wenn die Willenskraft abnimmt fehlt die Motivation für die Verfolgung der Ziele. Zaudern und Konzentrationsschwierigkeiten bringen uns von der Triebkraft ab. Man schwimmt als Außenseiter gegen den Strom oder lässt sein Leben bestimmen, ohne die Verantwortung dafür zu übernehmen. Die Wahrheit, die das Wirken der Natur hervorbringt, ist getrübt oder wird nicht erkannt.

Das Hörvermögen und das Kopfhaar werden durch den Zustand der Essenz beeinflusst. Ist die Essenz geschwächt, nehmen das Hörvermögen und der Glanz im Kopfhaar ab.

Hat man massive Ängste, oder werden Ängste abgespalten und bleiben ungelöst, schädigen sie die Niere. Es gibt kein anderes Gefühl, was so "an die Nieren" geht. Die Angst setzt auf der einen Seite Grenzen und macht eng; Starre und Kälte entstehen. Auf der anderen Seite kann sie sich auch als Panik äußern. Dieser emotionale Ausbruch ist lebendiger, jedoch wurzellos. (vgl.:5)

6.2 Zusammenfassung

Funktionen der Niere und der Willenskraft-Zhi:

natürlicher Fluss

Ungleichgewicht

Essenz hat Einfluss auf Konstitution und Geist	der Geist wird negativ beeinflusst, Geist und Emotionen können Essenz schwächen
Zugang Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft	Zugang getrübt, „fischt im Trüben“
Verbindung kosmische Kräfte und Universum	Verbindung ist gestört
Beginn und Ende des Lebenszyklus, steuert Lebensphasen	ist begrenzt
Wirkung des Dao, assoziiert mit Wasser	Oberflächlich
psychische Triebkraft für Ziele, Entschlossenheit, Konzentration	Keine Motivation, keine Ziele, Außenseiter oder Verantwortung für das Leben
Zugang zur unbewussten Wahrheit	getrübt, wird nicht erkannt
Ohren, Hören immer bereit, erste und letzte Sinneswahrnehmung	Hörvermögen nimmt ab
Haarglanz	Ohne Glanz
Angst, existentiellstes Gefühl	schädigt Niere, „es geht an die Nieren“, Starre und Kälte, Panik

6.3 Einige wichtige Akupunkturpunkte für die Niere und die Willenskraft-Zhi

1. äußerer Blasen-Leitbahnpunkt auf dem Rücken
Blase 52: Zhishi die Willenskraft (beeinflusst den spirituellen Aspekt der Niere)
2. Niere 1: Yongquan fehlende Verankerung zwischen Wasser und Feuer, stellt Bewusstsein wieder her
3. Niere 3: Tai XI für Standfestigkeit, stärkt die Niere
4. Niere 4: Dazhong stärkt den Willen, vertreibt Angst
5. Niere 6: Zhaohai stellt Nieren-Herz Kommunikation wieder her
6. Blase 23: Shenshu beeinflusst die Ohren



7. Yi – der Intellekt, der in der Erde wohnt

Die Erde ist das Element der Milz. Wie unter Punkt 3 beschrieben bildet die Milz das nachgeburtliche Qi was in der Niere gespeichert wird. Der Intellekt ist der “psychisch-spirituelle” Aspekt der Milz.

Die Erde hat eine zentrale Bedeutung. Sie ist die Quelle des Qi. Es ist alles von ihrer Ernährung abhängig.

Das zentrale Thema der Milz ist die Verdauung, und zwar auf physischer, psychischer und metaphysischer Ebene. Die Nahrung, die wir zu uns nehmen, ist ein Geschenk der Erde, somit entspricht die Milz naturgemäß der Erde. Die Wirkkraft des Dao manifestiert sich auf die Erde durch die Nahrung die wir zu uns nehmen. Es erlangt dadurch seine irdische Manifestation und nimmt Form und Gestalt an. *Das Irdische ist eine Projektion des göttlichen Willens.* (K.-D.Platsch, S. 64)

Die Erde reift langsam im menschlichen Wesen heran. Sie ist der Grund und Boden, der das individuelle Stehvermögen gibt und uns im Hier und Jetzt sein lässt.

Sie steht für Reife, Fruchtbarkeit und mütterliche Fürsorge.

Ist die Erde reif, zeigt der Bauch den Weg mit Ruhe, Gelassenheit und Entspannung.

Yi (Intellekt) ist das geordnete, strukturierte, klassifizierte Denken. Es ist für das Gedächtnis und die Konzentration zum Lernen und Anwenden zuständig.

Ein Gedanke kann von außen kommen oder innen entstehen. Das Wesen

der Milz wandelt Impulse, Eindrücke und Gedanken um oder baut sie ein und lässt sie zu Eigenem werden, also zu einer Meinung oder Überzeugung. (K.-D.

Platsch, S. 66)

Auf körperlicher Ebene zeigt sich die Erde im Glanz der Lippen. Sind die Lippen voll, fest und durchblutet ist die Milz gesund. Eine gesunde Milzfunktion gibt einen guten Appetit und Mundgeschmack.

Auf der emotionalen Ebene vermittelt die Erde Harmonie und Frieden. Sie ist die treibende Kraft für die gemeinschaftliche Verbundenheit. (vgl.:6)

Die Milz ist mit der Gefühlsqualität 'Sorge' assoziiert, das heißt sich um etwas oder jemanden konstruktiv Gedanken machen, Ideen oder Lösungen zu suchen.

Die fürsorgliche Liebe einer Mutter, oder die zu einem Mitmenschen, ist die irdische und erdverbundene Form der Liebe. (vgl.:1)

7.1 Die Milz und der Intellekt - Yi im Ungleichgewicht

Ursachen für ein Ungleichgewicht können zu viel Sorge, Stress, Feuchtigkeit oder unregelmäßiges Essen sein.

Bei lang anhaltender Erschöpfung der Milz wird nicht genug nachgeburtliches Qi produziert und bei zusätzlicher negativer Energiebilanz kann es zu einem Verbrauch der vorgeburtlichen Essenz kommen.

Die Milz verdaut nicht mehr richtig und das Stehvermögen bzw. die ruhende Mitte gehen verloren. Man wird schwerfällig und schwermütig. Durch die Selbstzweifel und das Selbstmitleid braucht man viel Anerkennung von außen, die dann die treibende Kraft für jegliches Handeln ist.

Die Gedanken können nicht mehr fokussiert und geordnet werden. Sie wandern ziellos umher und quälen. Erfahrungen drehen sich im Kreis und werden nicht verdaut. Es herrscht ein ständiges und permanentes Grübeln über Dinge, die nicht zu ändern sind. Man verliert sich im Sumpf der fruchtlosen Betrachtungen. Eine Konzentration ist nicht mehr möglich. (vgl.:1)

Die Lippen haben keinen Glanz und sind schlecht durchblutet. Das Gewebe ist gestört. Der Appetit und der Mundgeschmack sind verändert.

Ist die emotionale Ebene im Ungleichgewicht sind ein Mitgefühl und eine konstruktive Sorge zum Mitmenschen nicht mehr möglich. Man klebt an der Person oder am Gegenstand der Sorge oder es kommt zu einer übersteigerten Fürsorge. (vgl.:1)

Ist die fürsorgliche Liebe der Mutter gestört, ist das Wesen im Erwachsenenalter immer hungrig nach Anerkennung oder entwickelt bei übermäßiger Liebe ein "Helfersyndrom". (vgl.:6)

7.2 Zusammenfassung

Funktionen der Milz und des Intellektes-YI:

natürlicher Fluss

Ungleichgewicht

Qi hat zentrale Bedeutung	Qi ernährt nicht richtig, Essenzverbrauch steigert sich
Verdauung physisch, psychisch, metaphysische Ebene	Verdauung schwerfällig und schwermütig
Manifestation des Göttlichen	Gestört
Grund und Boden, Stehvermögen	Stehvermögen und Mitte gehen verloren
Reife, Fruchtbarkeit aus der Mitte heraus	Selbstzweifel, Selbstmitleid, Anerkennung ist die treibende Kraft
geordnetes, strukturiertes, klassifiziertes Denken, Entwicklung Meinung, Überzeugung	Gedanken ungeordnet, ziellos, keine Verdauung, Grübeln, fruchtlose Betrachtung
Lippen voll, fest, durchblutet mit Glanz	Lippen schlecht durchblutet, Gewebe gestört ohne Glanz
guter Appetit und Mundgeschmack	Gestört
Harmonie und Frieden,	kein Mitgefühl und

gemeinschaftliche Verbundenheit	gemeinschaftliches Denken
konstruktive Sorge um Mitmenschen, Ideen und Lösungen	klebt an Personen oder Gegenstand, Überfürsorge
fürsorgliche Liebe der Mutter	hungrig nach Anerkennung, Entwicklung Helfersyndrom

7.3 Gegenüberstellung der Gedächtnisse und dem Denken von Herz, Niere und Milz

Yin Organ	Gedächtnis	Denken
Herz – Geist	Langzeitgedächtnis	Klarheit im Denken
Niere – Wille	Kurzzeitgedächtnis	Richtung des Denkens
Milz – Intellekt	Auswendiglernen	klassifiziertes Denken

Laut Lorenzen und Noll ist die Milz eher für das Kurzzeitgedächtnis verantwortlich. Sie assimiliert und speichert kurzfristiges Wissen. (vgl: 5, S.41)

7.4 Einige wichtige Akupunkturpunkte für die Milz und des Intellektes Yi

äußerer Blasen-Leitbahnpunkt auf dem Rücken

Blase 49: Yishe den Intellekt (beeinflusst den spirituellen Aspekt der Milz)

2. Magen 36: Zu San Li Heimatdorf des Qi
3. Blase 20: pishu beeinflusst Mund und Geschmackssinn
4. Milz 6: San Yin Jiao verbindet Mi, Le, Ni
5. Lunge 3: Tian Fu (an Geschichte hängen geblieben)
6. San Jiao 16: Tian You Verbindet Intellekt und Seele



8. Po – die Körperseele, die in der Lunge wohnt

Das Metall ist das Element der Lunge. Die Körperseele (Po) wohnt in der Lunge und ist der “psychisch/spirituelle” Aspekt der Lunge.

Die Körperseele ist eng mit der Essenz (siehe Punkt 2) verbunden. Sie wird als Ein- und Austritt der Essenz bezeichnet. *Die Essenz ist die Grundlage für einen gesunden Körper und die Körperseele ist für differenzierte und klare Empfindungen und Bewegungen zuständig.* (Maciocia, S.140) Die Körperseele spielt bei allen physiologischen Vorgängen und bei der Abwehr von äußeren Pathogenen eine Rolle. Die Atmung ist eine Manifestation der Körperseele. Es heißt, dass der erste Atemzug den Geist des Himmels in sich birgt, durch den ein Neugeborenes zum Menschen wird. (vgl.:4)

Die Körperseele (Po) wird bei der Empfängnis aus der Po-Seele der Mutter gebildet. Die embryonale Entwicklung ist von Po abhängig. Sie gestaltet und bestimmt das Körperliche auf der Grundlage der Essenz. Der Wille zu leben hängt von der Po-Seele ab. Ohne diese Kraft können wir nach der Geburt nicht leben. Nach der Geburt dreht sich in den ersten Monaten alles um die Körperseele des neuen Wesens. Das Wesen wird von der Körperseele der Mutter genährt.

Im Lebenszyklus gehört das Metall zum Lebensherbst. Die Zeit zwischen Lebensmitte und dem Übergang zum Tod. Man besinnt sich auf das, was wirklich Bestand hat und lebt die Früchte des Lebens. Es ist die Zeit, in der Wissen zur Weisheit wird. (vg.:1) Die Körperseele stirbt mit dem Tod des Wesens. Mit der letzten Ausatmung und dem Loslassen kehrt Po zur Erde zurück.

Po ist der Verwalter der Körperform, der Architekt des Körpers, der Lebensinstinkt. Er dient der Aufrechterhaltung der Lebensfunktionen. Der leibliche Ausdruck der Gefühle ist Aufgabe der Lunge. Alle ursprünglichen "primitiven", eng mit dem Körper zusammenhängenden Reaktionsweisen werden Po zugeschrieben. Po beherrscht alles Vegetative und Triebhafte. Die Lunge beherbergt die sieben Po-Seelen, die für die sieben Leidenschaften Freude, Ärger, Ängstlichkeit, Grübeln, Traurigkeit, Furcht und Schrecken stehen. Sie sind in enger Beziehung zu den Emotionen der 5 Wandlungsphasen. Es ist ein Kommen und Gehen, ein gleichmäßiger Wechsel der Gefühle und hat mit der Fähigkeiten des Loslassens zu tun. Wenn etwas geht, kann Neues kommen. (vgl.:8)

Von der Lunge geht ein geordneter Rhythmus aus. Die Lunge kontrolliert und beherrscht das Qi. (siehe Punkt 3) Der Eigenrhythmus ist die individuelle Entfaltung eines Menschen. Wenn man seinen Rhythmus gefunden hat, ist man ausgeglichen und lebt seine Individualität.

Auf der körperlichen Ebene zeigt Po sich im Glanz der Körperbehaarung. Ihre Erfüllung liegt in der Haut. Ist die Haut gut genährt, bringt sie ihren Glanz über die Körperbehaarung zum Ausdruck. Durch die Nase vollzieht sich die Atmung. Es ist im Leben der erste Kontakt mit dem himmlischen Qi. Ist die Lunge in Harmonie, kann sie den Wohlgeruch wahrnehmen. (vgl.:7)

Die Emotion 'Trauer' gehört zur Lunge. Es ist das Gefühl von Verlust und Abschied.

Trauer ist die normale und angemessene Reaktion auf einen Verlust. Sie ermöglicht durch den Abschied und die Tränen die Heilung und das Weitergehen mit der veränderten Situation im Leben. Ablösungsprozesse zwischen Mutter und Kind und zwischen heranwachsenden Kindern und den Eltern gehören auch dazu.

Sehnsucht ist die tiefste Form von Trauer. Es ist die Sehnsucht, die wir nicht beschreiben können weil, wir nicht wissen worauf sie gerichtet ist. *Die Daoisten nennen dies die Sehnsucht der Unsterblichkeit.* (K.-D.Platsch, S. 77)

Es ist die Frage nach dem Sinn des Lebens, nach der Dimension der Ewigkeit in der Endlichkeit irdischer Existenz.

Die Lunge öffnet die Tür und ist der Übergang und die Transzendierung zwischen den irdischen Erfahrungen und der Suche nach dem spirituellen Zuhause und dem Einssein mit dem Dao. Sie lädt dazu ein, dass sich alles im Hier und Jetzt verbinden kann. (vgl.:1)

8.1 Die Lunge und die Körperseele - Po im Ungleichgewicht

Ein Ungleichgewicht kann z.B. durch körperliche Belastungen, äußere pathogene Faktoren, schlechte Ernährung oder emotionale Belastungen (Trauer) entstehen.

Ist die Körperseele schwach, ist der Ein- und Austritt in die und aus der Essenz gestört. Empfindungen und Bewegungen werden nicht mehr differenziert wahrgenommen sind nicht im Einklang und klar. Die physiologischen Vorgänge sind nicht harmonisch und äußere Pathogene können in den Körper eindringen.

Sind die Essenz oder die Körperseele schwach oder krank, ist eine Empfängnis oder die embryonale Entwicklung nicht möglich. Der Lebenswille kann nicht entstehen und der erste Atemzug, der den Geist des Himmels in sich birgt, kann nicht empfangen werden.

Wer im natürlichen Lebensrhythmus lebt, zieht sich normalerweise in der Lebensphase Herbst zurück. Ist dieser Rhythmus gestört, fällt es schwer in diesem Lebensalter gelassen zu sein inmitten der umgebenen Aktivitäten. Es gelingt nicht, sich auf das zu konzentrieren, was wirklich Bestand hat. Es fällt schwer, das Wissen in die Weisheit zu bringen. (vgl.:1)

Ohne Po (Körperseele) wäre das Körperliche nur ein träger Haufen kostbarer Substanzen, die darauf warten, Gestalt anzunehmen. Die fehlende Struktur führt dazu, dass alles zwanghaft geordnet und strukturiert wird, oder man sich aufgrund der Grenzenlosigkeit im Chaos verliert.

Die Grenzenlosigkeit verursacht Unordnung. In Extremfällen wird man starr, steif - oder man wird schlaff, labil und wankelmütig.

Sind die Gefühle nicht mehr im Einklang mit den jeweiligen Situationen stagniert der Fluss der Wandlungsphasen. Der Wechsel der 7 Leidenschaften (7 Po-Seelen) ist gestört. (vgl.:8) Man ist nicht mehr in der Lage, wie bei der Atmung, es kommen und gehen zu lassen, Dinge einfach geschehen oder loszulassen. Erlebtem aus anderen Lebensphasen wird nachgetrauert und kann nicht freigegeben werden. (vgl.:1)

Gerät der geordnete Eigenrhythmus aus dem Takt, ist man Fremdeinflüssen hilflos ausgeliefert. Eine Abgrenzung und die Abwehrkraft werden geschwächt. Die Individualität kann nicht gelebt werden.

Ist Po auf der körperlichen Ebene gestört ist die Körperbehaarung spärlich oder üppig und ohne Glanz. Die Nase kann den Wohlgeruch von Gestank nicht mehr unterscheiden. (vgl.:7)

Jeder Verlust und jede Lebensphase ist ein Abschied. Abschied birgt immer einen Neubeginn, was für Wandel und Veränderungen steht. (siehe Punkt 2)

Nicht vollzogene Trauer hält in der Vergangenheit und entzieht dem Leben Saft und Kraft. Das Leben wird dürr und trocken. Ein Neubeginn, Wandel und Veränderungen können nicht vollzogen werden.

Es gibt Wesen, die ein Leben lang eine Sehnsucht in sich tragen und sich unterschwellig traurig fühlen. Sie sind von ihrem Ursprung von ihrem Dao getrennt.

Die Lunge ist nicht in der Lage, die Tür zwischen den Welten zu öffnen und eine Verbindung zwischen ihnen kann nicht entstehen. (vgl.:1)

8.2 Zusammenfassung

Funktionen der Lunge und der Körperseele Po:

natürlicher Fluss

Ungleichgewicht

Körperseele Ein- und Austritt der Essenz, gesunder Körper	der Ein- und Austritt ist gestört, kranker Körper
differenzierte, klare Empfindungen, Bewegungen	Empfindungen, Bewegungen nicht differenziert, unklar
Physiologische Vorgänge, Abwehr von Pathogenen	nicht harmonisch, Pathogene treten in den Körper ein
Atmung, die geschieht	gestörte Atmung, z.B. flach, oberflächlich, festhaltend
Körperseele entsteht bei Empfängnis	Körperseele stirbt, wenn Essenz krank, schwach ist
Lebenswille, embryonale Entwicklung	ohne diese Kraft keine Entwicklung und Leben
Körperseele der Mutter nährt Wesen	
Lebenszyklus ist der Herbst	
besinnen auf das, was Bestand hat	keine Gelassenheit und Konzentration auf das, was Bestand hat
Wissen, das zur Weisheit wird	kann Wissen nicht in Weisheit umsetzen
Po stirbt mit Wesen, kehrt zur Erde zurück	
Verwalter, Architekt Körperform, Lebensinstinkt, Lebensfunktionen Vegetative, Triebhafte	fehlende Struktur, zwanghaft, Grenzenlosigkeit, Chaos
7 Leidenschaften, gleichmäßiger Wechsel der Gefühle-Gesundheit	Stagnation der Wandlungsphasen, Wechsel der Gefühle gestört
Loslassen, Neues kann kommen	nachtrauern, nicht freigeben, kein Neubeginn

Eigenrhythmus, individuelle Entfaltung	schwache Abwehr und Abgrenzung, keine Individualität
Körperbehaarung mit Glanz	gestörte Körperbehaarung ohne Glanz
Nase und Wohlgeruch	kann nicht unterscheiden zwischen Wohlgeruch und Gestank
Verlust, Abschied, Trauer, Sehnsucht	keine Trauer mit Wandel, Veränderung, Neubeginn
Tür zwischen den Welten	bleibt geschlossen, keine Verbindung

8. 3 Einige wichtige Akupunkturpunkte für die Lunge und die Körperseele Po

1. äußerer Blasen-Leitbahnpunkt auf dem Rücken
Blase 42: Pohu die Körperseele (beeinflusst den spirituellen Aspekt der Lunge)
2. Blase 13: Feishu beeinflusst die Nase
3. Lunge 11: Gin xin Störung der Po Seele
4. Lunge 7: Lie Que aufhellenden Einfluss, bringt Emotionen in den Fluss
5. Lunge 3: Fian Fu harmonisiert Hun und Po



9. Hun – die Wanderseele, die in der Leber wohnt

Das Holz ist das Element der Leber. Die Wanderseele (Hun) wohnt in der Leber und ist der “psychisch/spirituelle” Aspekt der Leber.

Es gibt Shen-Hun (Lebensprinzip), Jiao Hun (Gefühle/Instinkte) und Ling Hun (Kraft, die erlaubt kreativ und schöpferisch zu sein, bewusst und planvoll Dinge zu verändern). Im nachfolgenden Text bezeichne ich die Wanderseele mit dem allgemeinen Begriff Hun.

Die Wanderseele ist das Speicherbewusstsein, in der alle vorgeburtlichen und nachgeburtlichen Eindrücke gespeichert werden. Hun wirft unsortierte und irrationale Eindrücke auf die Leinwand des Geistes (Shen) (siehe Punkt 5) Hun ist sehr emotional und kreativ. Geist-Shen kontrolliert Hun und kanalisiert die Eindrücke. Hun stellt das Ein- und Austreten von Qi in und aus dem Geist dar. (vgl.:2)

Hun betritt laut chinesischer Kultur drei Tage nach der Geburt den Körper des neuen Wesens. Sie wird vom Vater an das neue Wesen weitergegeben. Die Leber bringt das Wesen ins Leben und lässt es heranwachsen. Sie bestimmt die Zeit nach dem Säuglingsalter bis hin zur Pubertät. Es ist die Zeit in der die körperliche und psycho-mentale Entwicklung am rasantesten im ganzen Leben fortschreitet. Die Leber bewegt und setzt die Impulse, sorgt für den rechtzeitigen Ablauf der physiologischen Vorgänge. Sie lehrt Abgrenzung und damit den eigenen Raum zu bestimmen. (vgl.:1)

Hun ist die Seele, die nicht an den Körper gebunden ist und nach dem Tod überlebt. Sie fließt in den Himmel, in die Welt der feinen, immateriellen Energien zurück.

Sie ermöglicht die Fähigkeit, aus Erfahrungen die Zukunft zu planen und zu steuern. Hun ist immer aufnahmefähig, in jeder Lebenssituation. Sie ist der Aufbewahrungsort für Ideen, Träume, Projekte, Hoffnungen, Ideale und Inspirationen. Hun wandert im Schlaf und träumt für uns in anderen Welten und Wahrnehmungsebenen. Sie spiegelt das Unterbewusste wider. Im Wachzustand geht die Seele zu den Augen und nimmt durch die Visualisierung wahr. Sie speichert die Eindrücke und lässt sie nach ihrer Verarbeitung wieder in die Erinnerung und das Bewusstsein zurück fließen.

Hun holt aus allen Ebenen die Sehnsüchte und geheimen Wünsche des Wesens hervor. Die Sehnsüchte und Wünsche zeigen dem Wesen in der Lebensplanung den Weg zum ganz persönlichen Glück. Die göttliche Seele Shen realisiert das Streben und Verlangen des Hun.

Auf körperlicher Ebene zeigt sich die Leber im Glanz der Finger- und Fußnägel. Kräftige und feste Nägel, die schnell und gut wachsen. Die Leber öffnet sich über die Augen. Durch die Augen erschließt sich für das Innere die Außenwelt.

Der Leber wird die Emotion Wut zugeordnet. Kontrollierte Wut ist manchmal notwendig, um seine Interessen durchzusetzen. Sie entsteht bei fehlender Abgrenzung, Anpassung sowie das Überschreiten von Grenzen der Anderen. Sie befähigt uns zum Angriff, Kampf und zur Verteidigung. (vgl.:8)

9.1 Die Leber und die Wanderseele - Hun im Ungleichgewicht

Ein Ungleichgewicht kann z.B. durch Emotionen, Blutverluste, falsche Ernährung, Alkohol, Kälte und Hitze entstehen.

Eine gestörte Wanderseele nimmt alle Informationen auf und kann sie nicht voneinander trennen. Durch die Flut von Informationen kann der Geist nicht mehr kontrollieren und integrieren. Chaos entsteht.

Wird das Wesen in der Entwicklungszeit zu rigide und autoritär von den Erziehenden gelenkt, hat es ein Leben lang Probleme, den eigenen

Lebensraum einzunehmen und ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Eine zu lasche oder gleichgültige Erziehung führt dazu, dass die eigenen Grenzen im eigenen und in anderen Lebensräumen nicht wahrgenommen werden. Das führt zu Konflikten und zu Schwierigkeiten in der Identitätsfindung. (vgl.:1)

Bleibt Hun nach der Beendigung der somatischen Existenz mit dem Körper verhaftet kann sie nicht erfüllt und erlöst von Verlangen und Begehren, das an die Körperlichkeit gebunden ist, in den Himmel entschweben. Sie bleibt als ruheloser Geist wahrnehmbar und präsent auf Erden. Eine angemessene Trauerarbeit kann die Hun-Seele in ihrer Ruhelosigkeit bändigen und auflösen. (Siehe 8.2)

Bei Überforderung von Hun entsteht Chaos. (siehe Absatz 1) Die Fähigkeit, aus Erfahrungen die Zukunft zu planen und zu steuern, geht verloren. Ohne die in Punkt 9 genannten Aspekte ist der Geist-Shen unfruchtbar und hat die "andere" Dimension des Lebens nicht. (vgl.:2)

Ist Hun nicht verankert, macht sie sich selbständig, neigt dazu zuviel zu träumen. Nachts quälen Alpträume und am Tag schweift sie umher und verliert sich in Tagträumen.

Wenn Hun im Ungleichgewicht ist, hat es das Glück schwer. Sehnsüchte und Wünsche gehen nicht die gewünschten Wege und finden durch Shen keine Realisierung.

Die Finger- und Fußnägel sind ohne Glanz, brüchig, haben Rillen oder Flecken. Die Wahrnehmungen der Augen und der Blick sind gestört.

Gerät die Wut außer Kontrolle, zeigt sie sich in plötzlichen Reaktionen und wechselhaften Zuständen bzw. Böen, die aufbrausen und wieder abflauen. Eine Kontrolle der Emotionen ist nicht oder nur schwer möglich. Die Wut entsteht z.B. durch den selbst eingegengten Lebensraum oder durch gesellschaftliche Konditionierung. Es ist die Wut, die durch die Unterdrückung der eigenen Lebensimpulse oder durch Fremdbestimmung entsteht.

Die aufgestaute, unterdrückte Wut findet in unangebrachten Situationen ein

explosionsartiges Ventil. Die Wut richtet sich dann nicht gegen den eigentlichen Grund. Dem entgegen gibt es die Wut, bei der die Gefühlsentladung nicht im Vordergrund steht. Diese Wesen sind ständig aufbrausend, "grantig", intolerant und ungeduldig. Sie haben den Hang zur Dominanz. Durch die unterdrückte Wut fließt das Qi nicht und stagniert. Eine wertvolle Energie, die nicht fließen kann und brach liegt. (vgl.:1)

9.2 Zusammenfassung

Funktionen der Leber und der Wanderseele-Hun:

natürlicher Fluss

Ungleichgewicht

Speicherbewusstsein, kreativ, emotional, Ein- und Austritt Qi, Geist	Informationen nicht trennen können, Chaos, Geist überfordert
lässt Wesen heranwachsen, rechtzeitiger Ablauf der Entwicklung, Abgrenzung, eigener Raum	Probleme mit Lebensraum, selbstbestimmtes Leben, Identitätsfindung
überlebt nach Tod, geht in den Himmel zurück	bleibt verhaftet mit dem Körper, ruheloser Geist auf Erden, Trauerarbeit erlöst
Zukunft planen, steuern	bei Überforderung: Chaos
Aufbewahrungsort Ideen, Träume, Projekte, Hoffnungen, Ideale, Inspirationen	Geist kann nicht realisieren, integrieren, ist unfruchtbar
Träume, Unterbewusstsein, Visualisierung, Verarbeitung, Erinnerung für Bewusstsein	neigt dazu, zuviel zu träumen, Albträume, Tagträume, begrenzte Erinnerung, Bewusstsein
Weg persönliches Glück, Lebensplanung, Umsetzen von Wünschen, Sehnsüchten	Sehnsüchte, Wünsche gehen nicht den gewünschten Weg, keine Realisierung durch Shen
Glanz in Nägeln, kräftig, fest, Augen Innen- u. Außenwelt	Nägel keinen Glanz, brüchig, Rillen, Wahrnehmung und Blick gestört

angemessene Wut für das Durchsetzen von Interessen, Abgrenzungen	keine Kontrolle über Wut, Explodieren, Aufbrausen, intolerant, ungeduldig, Dominanz raubt Lebensenergie
--	---

9.3 Einige wichtige Akupunkturpunkte für die Leber und die Wanderseele Hun

1. äußerer Blasen-Leitbahnpunkt auf dem Rücken
Blase 47: Hunmen die Wanderseele (beeinflusst den spirituellen Aspekt der Leber)
2. Blase 18: Ganshu beeinflusst die Augen
3. Leber 1: Da Dun klärt Geist, öffnet Sinne
4. Leber 3: Tai Chong beruhigt Geist, entspannt (+ Di 4/ 4 Schranken bei Stress, Ärger, Kummer)

9.4 Kurze Gegenüberstellung von Hun und Po

Hun (Wanderseele)

Ein- und Austritt Geist

Bewusstheit, Persönlichkeit
nach außen repräsentativ

prägt Charakter

vom Vater weitergegeben

steigt im Tod zum Himmel

Präsenz, Phantasie, Kreativität

bewegt, agiert

Hun beherrscht das Geistige

Po (Körperseele)

Ein- und Austritt Essenz

Instinkte, Triebhaftigkeit,
lebenserhaltendes Prinzip im
Innern

prägt Emotionen, Leiden-
schaften, Temperament
Temperament

von Mutter genährt

sinkt im Tod zur Erde

Selbsterhaltungstrieb

ruhig, bewegungslos

Po beherrscht das
Körperliche

Zusammen geben die drei Hun-Seelen und die sieben Po-Seelen zehn Seelenanteile, die zu harmonisieren, die wichtigste Aufgabe im Menschenleben (der Daoisten) ist, um das eine – das Dao – zu erlangen.

(vgl.: 7, S.179)

10. Die Emotionen

Jedem Yin Organ wird eine bestimmte psychische Energie zugeordnet. Emotionen kommen von innen und haben von Natur aus eine positive Energie.

Die Energie wird von äußeren Umständen (emotionale Anspannung, Lebensumstände) in eine negative Energie umgewandelt. (vgl.:2)

Die 7 Leidenschaften:

Emotion	verletzt Yin-Organ	Qi-Reaktion
Zorn, Ärger	Leber	aufsteigendes Qi
Freude	Herz	verlangsamt Qi
Traurigkeit	Lunge und Herz	löst Qi auf
Sorge, Furcht	Lunge und Milz	verknotet Qi
Grübeln	Milz	verknotet Qi
Angst	Niere	absteigendes Qi
Schock, Schreck	Herz	zerstreut das Qi

Die 5 Emotionen der Wandlungsphasen:

Hervorbringungs- oder Fütterungszyklus:

In diesem Zyklus bringt das Wasser das Holz, das Holz das Feuer, das Feuer die Erde, die Erde das Metall und das Metall das Wasser und somit auch die jeweiligen Emotionen hervor. (Skript Einführung in chin. Medizin)

Angst - Niere - Wasser	führt zu	Zorn - Leber - Holz
Zorn - Leber - Holz	führt zu	keine Freude - Herz - Feuer
keine Freude - Herz - Feuer	führt zu	Grübeln - Milz - Erde
Grübeln - Milz - Erde	führt zu	Traurigkeit - Lunge - Metall
Traurigkeit - Lunge - Metall	führt zu	Angst - Niere - Wasser

Hier gibt es 2 Möglichkeiten:

1. die Mutter z.B. Wasser - Niere nährt mit der Angst das Kind Holz - Leber
es entsteht Zorn

oder

2. das Kind, Holz - Leber schwächt durch Zorn die Mutter, Wasser - Niere
und Angst entsteht

Kontrollzyklus:

Im Kontrollzyklus überspringt das Element das nächstgelegene Element und versucht es zu überwinden, zu kontrollieren, zu neutralisieren oder in Schach zu halten.

Angst - Niere - Wasser	kontrolliert	Freude - Herz - Feuer
Grübeln - Milz - Erde	kontrolliert	Angst - Niere - Wasser
Zorn - Leber - Holz	kontrolliert	Grübeln - Milz - Erde
Sorgen - Lunge - Metall	kontrolliert	Zorn - Leber - Holz
Freude - Herz - Feuer	kontrolliert	Sorgen - Lunge - Metall

Hier gibt es auch die Möglichkeit der Zurückweisung wie z.B. Feuer - Herz -
Freude weist das Wasser - Niere - Angst zurück.

11. Der Weise richtet sein Leben nach dem Dao

Die Lebensweise nach dem Dao richtet sich nach den Gesetzen der Natur. Im Mittelpunkt stehen die Beziehung des Menschen zur Welt und sein kooperativer Umgang mit der Natur. Jegliches Tun muss in Übereinstimmung mit den Naturgesetzen geschehen. Mit anderen Worten, der ganze Kosmos spiegelt sich wider in jedem seiner Teile, und jeder Ort kann als sein Mittelpunkt angesehen werden.

Der Weise lebt mit den naturgegebenen Rhythmen und Gesetzmäßigkeiten. Er lebt gelassen und ist mit allem zufrieden und hat sich seinen individuellen, einzigartigen Raum und seine Grenzen in seiner ureigensten Existenz geschaffen. Er zähmt seinen Ehrgeiz und seine Leidenschaften, seine Kleidung und sein Besitz genügen ihm. Der Weise verausgibt sich nicht bis zur Erschöpfung und sein Herz ist in Frieden und ohne Furcht. Er handelt aus seinen eigenen Intentionen und ist darin aufrichtig und gradlinig. Der Weise hat das Bewusstsein die geistigen, emotionalen und körperlichen Potentiale zu vervollkommen. Er konzentriert und fokussiert seinen Geist und lässt die Energien frei fließen, um Krankheiten zu vermeiden.

Er hat den Respekt und die Bescheidenheit in der Erkenntnis der Begrenztheit und in dem individuellen Wachstum eines jeden. Er begegnet jedem Menschen, ungeachtet dessen Intelligenz oder sozialem Status, in Liebe und Achtsamkeit. Er lebt mit allem, was ihn umgibt, ob schädlich oder gut und will die Außenwelt nicht verändern. Er weiß darum, das alles Bestandteil dieser Welt ist und das es gute und schlechte Situationen gibt, die dann zu überwinden sind. Ausdruck seiner inneren Disharmonie sind die Spiegelbilder der äußeren Welt, die sich in Störungen, Emotionen und Affekten ausdrücken. Sie führen zu eigenem Wandel und Wachstum. Er hat die Klarheit (Richtigkeit, Gerechtigkeit) in den Vorstellungen, die nicht nur ihn, sondern die Gemeinschaft, die Vor-, Um-, und Nachwelt betreffen. Er lebt die Liebe zu sich, zu anderen Menschen, zur Natur und zur Welt. Leib und Seele hält er mit einem geregelten Wach- und Schlafrythmus und

in der Mäßigung von Essen und Trinken zusammen. Der Weise pflegt sein Leben durch Meditation, Atemübungen und Qi Gong. Der Weg ist es die Essenz, das Qi und den Geist zu bewahren. (vgl.:5)

“Der Weise lebt für den Bauch und nicht für das Auge,
so vermeide er das Eine und wählt das Andere”

(Dao De Jing, Vers 12)

11.1 Die Betrachtung des Lebens der Menschen in der westlichen Welt

Die Menschen in der westlichen Welt verlieren die Beziehung zu ihrer eigenen Welt zu ihrem Sein. Die von der Gesellschaft vorgegebenen Anforderungen geben Menschen den Rhythmus vor. Sie können dabei schwer ihren eigenen Rhythmus und die eigene individuelle Entfaltung leben. Sie sind Fremdeinflüssen immer mehr hilflos ausgeliefert. Sie verlieren die Übersicht über “das Ganze” und leben ihre eigenen Interessen. Der Lebensinhalt beschränkt sich auf das materielle Wachstum und das Leben der Leidenschaften (z.B. Drogen, Alkohol, Sexualität).

Durch Rücksichtslosigkeit und unbegrenztes Wachstum zerstören sie sich, die Umwelt und beuten die Ressourcen der Welt und die Lebensräume aus. Sie wissen immer weniger, was wirklich gut für sie ist. Sie verlieren dabei die Liebe, die Verbundenheit und die Beziehung zu sich, zu anderen Menschen, zur Umwelt und dem Gefühl, ein Teil “eines Ganzen” zu sein. Das unbewusste, exzessive Verhalten macht den Körper, den Geist und die Seelen der Menschen krank. Sie leben nicht mehr im Gleichgewicht, in Harmonie und Frieden aus ihrer Mitte heraus. Sie verlernen, wie sie ihren Frieden leben und ihren Geist und Körper pflegen können. Die Menschen verlieren das Wissen aus früheren Zeiten. Die Weisheiten der Alten scheinen nicht mehr zeitgemäß und werden nicht mehr befolgt. Kinder, die im Sein zur

Welt kommen und eigentlich mit der Mutter in den ersten Jahren in Symbiose leben, werden früh konditioniert und auf das Leben der westlichen Welt vorbereitet. Sie haben nicht mehr die Möglichkeit der eigenen freien Entfaltung. Das Bild der Familie, mit Mutter, Vater, Kind und Großeltern, ist veraltet. Das intakte Leben von Beziehungen verliert sich immer mehr im Nichts. Ein normaler Tagesrhythmus, regelmäßige Nahrungsaufnahme, Bewegung und Ruhephasen, sowie ein gesunder Schlaf haben an Bedeutung verloren. Die Menschen sind nicht mehr im Stande, natürliche und spontane Emotionen wie z.B. Freude, Mitgefühl, Trauer, Angst, Verständnis und Vergebung zu leben. Sie beschneiden sich in der wahren Freude des Lebens und entfernen sich immer mehr von ihrem Wesenskern (Essenz). Sie leben nicht mehr mit den Gesetzen der Natur, mit dem Wissen dass wir ein Teil der Natur sind, aus dieser Natur kommen und mit ihr leben sollten. Sie vertrauen nicht mehr darauf, im Fluss des Lebens schwimmen zu können.

”Heimweh ist die Sehnsucht, in sich selber zuhause zu sein.

Heilung heißt Heimkehr in unser verlorenes Heim.

Alles Weh ist Heimweh, jede Heilung eine Heimkehr!”

(Dianne Connelly)

Schlussbetrachtung

Ziel dieser Arbeit war es, die Bedeutung und Auswirkung der Seele im Körper und in der Lebensqualität des Menschen im positivem wie im negativen Sinne zu untersuchen.

Mit Hilfe der östlichen Denkweise wurde der Ursprung der Schöpfung, die Entstehung des Geistes und der Seelen in ihren Zusammenhängen beschrieben um darzustellen, dass der Mensch in seinen Funktionen als „Ganzes“ betrachtet werden muss.

Die Beschreibung der einzelnen Seelen mit all ihren Facetten und Verbindungen macht deutlich, wie wichtig jeder Aspekt im Leben des Menschen ist. Die Untersuchung der Seele im Ungleichgewicht zeigt die Beeinträchtigung auf den Menschen und vermittelt einen Zusammenhang zu den heutigen Krankheiten.

Die Gegenüberstellung der Lebensweisen nach dem Dao und der westlichen Welt weist darauf hin, dass wir Menschen im Westen uns immer mehr von uns, der Natur und dem Sein entfernen. Die Seele erscheint nicht mehr zeitgemäß.

Es wird vergessen, dass die Seele unsterblich ist und uns zu einer positiven Lebensqualität verhilft.

Ein Problem sehe ich in der Umsetzung, dass die Seele wieder einen Stellenwert in der Gesellschaft bekommt. Meines Erachtens ist dieser Weg nur über Generationen und das Umdenken in den Generationen möglich.

Beschleunigt würde der Prozess durch das Annehmen und die Öffnung für die alternativen Behandlungsmethoden durch die westliche Schulmedizin. Ein weiterer Aspekt ist es sicherlich auch, dass die naturheilkundlichen Behandlungsmethoden finanziell stärker unterstützt werden müssten. Es sollte jedem Menschen ermöglicht werden, Behandlungsmethoden durch z.B. Akupunktur, Kräuter oder Ernährung zu bekommen. Die Menschen haben dadurch die Möglichkeit, einen Zugang zu diesen Methoden zu entwickeln und zu erleben, dass sich das Gesunde, Seelische, Natürliche im

Kern des Menschen durchsetzt. Sie werden wieder auf natürlichem Wege, mit der Heilung durch die eigenen Selbstheilungskräfte, Anregungen zum Umdenken bekommen.

WEG

Wer sich einmal auf den Weg macht – geht,
schaut zurück, vielleicht manchmal mit Sehnsucht,
aber kehrt nie mehr um.

Es gibt nur einen Weg – den eigenen.
Er kann beschwerlich sein, Angst bereiten,
doch offenbart er sich,
ist er klar, hell und kraftvoll,
wie eine lang vergessen geglaubte Erinnerung an sich selbst:
– an die Aufgabe der Seele.

(Ina Ruschinski)

Literaturverzeichnis

1. Psychosomatik in der chinesischen Medizin, K.-D. Platsch, 2005, 2. Auflage, München, Urban & Fischer
2. Grundlagen der chinesischen Medizin, G. Maciocia, 2008, 2. Auflage, München, Urban & Fischer
3. Wandlungsphasen der chinesischen Medizin, Band 4, Lorenzen und Noll, 2005, unveränderter Nachdruck, München, Müller & Steinicke
4. Psychologie & chinesische Medizin, Dr. med. L. Hammer, 2008, 5. Auflage, Oy-Mitteberg, Joy-Verlag
5. Wandlungsphasen der chinesischen Medizin, Band 5, Lorenzen und Noll, 2007, unveränderter Nachdruck, München, Müller & Steinicke
6. Wandlungsphasen der chinesischen Medizin, Band 3, Lorenzen und Noll, 2008, unveränderter Nachdruck, München, Müller & Steinicke
7. Wandlungsphasen der chinesischen Medizin, Band 2, Lorenzen und Noll, 2007, 2. erweiterte Auflage, München, Müller & Steinicke
8. Wandlungsphasen der chinesischen Medizin, Band 1, Lorenzen und Noll, 2005, unveränderter Nachdruck, 2. erweiterte Auflage, München, Müller & Steinicke

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1 Die Entstehung

Dao erzeugt eins (Wu Ji, leerer Kreis)
 Eins erzeugt zwei (Yin und Yang)
 Zwei erzeugt drei (Qi)
 Drei erzeugt alle Wesen (Leben)

Abb. 2 Zusammenfassung und Zuordnung von den 3 Schätzen, den 5 psychisch-spirituellen Aspekten, der 5 Wandlungsphasen und der 6 Yin Organe.

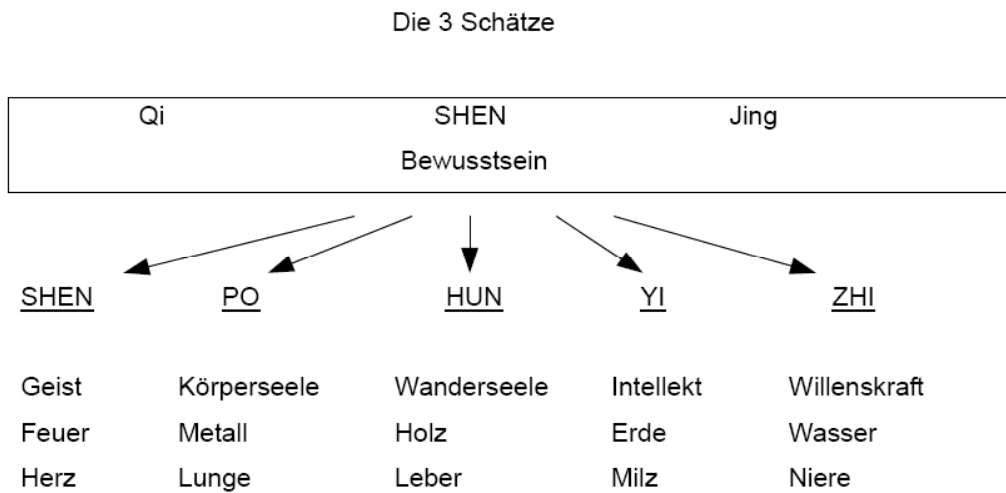
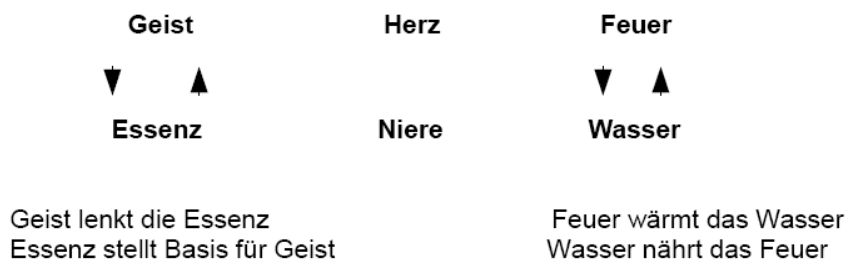


Abb. 3 Beziehung zwischen Herz und Niere, Geist und Essenz (2)



Bildbeschreibung:

Seelenbild gezeichnet von Colin Hall

Dieses Bild entstand im August 1995, anlässlich eines Aufenthaltes von Colin in Stansted. Colin erhielt dieses Bild in einer Meditation. Er zeichnete es auf, wusste aber nicht, was es sagen wollte oder für wen es bestimmt war. Rechts oben zeigt das Bild einen Teil des Drachen. Der Drache versinnbildlicht die stärksten Energien einer Menschenseele. Es kommt vor, dass Colin bei einer Begegnung mit einem Klienten einen Drachen sieht (Schwarz/Gold oder Rot). In der Mitte dieses Bildes sehen wir das Füllhorn, in welches mit der Drachenkralle ein Ei gelegt wird. Das Ei versinnbildlicht Erneuerungen welche kommen werden, aber noch nicht gereift sind. Der vielschichtige Stern daneben zeigt die verschiedenen Körper der verschiedenen Leben einer Seele. In diesem Bild ist es ein Schamane und ein Chinese. Untern im Bild sehen wir die Brücke, welche den Übergang in beide Ebenen ermöglicht.

Danken möchte ich meiner Lebensgefährtin Anke für die Unterstützung in der Ausbildungszeit und für ihre Liebe und ihr Licht.