Klaus-Dieter Platsch
Psychosomatik in der Chinesischen Medizin

Reading excerpt

Psychosomatik in der Chinesischen Medizin
of Klaus-Dieter Platsch
Publisher: Elsevier Urban&Fischer Verlag

http://www.narayana-verlag.com/b13021

In the Narayana webshop you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
http://www.narayana-verlag.com

Narayana Verlag

Milz - die Gedankenkraft *yi* 意

Yi wird mit „Denken" übersetzt und entspricht der höheren Denkfunktion. Es hat einen Bezug zum *zang-Organ* Milz. Die Milz ist das Organ, das vor allem für die Aufnahme und Transformation der Nahrung im Verdauungsprozess zuständig ist. Essen und Trinken werden von außen aufgenommen. Körperfremde Stoffe müssen zunächst aufgespalten und analysiert werden, bevor sie vom Darm resorbiert und anschließend weiterverarbeitet werden können. Einiges dient der Energiegewinnung, anderes wird zu körpereigenen Substanzen um- und aufgebaut, Reststoffe werden eliminiert. Feste und flüssige Nahrung wird also von außen einverleibt, abgebaut und transformiert, um letztendlich zu einem Teil von uns selbst zu werden: ein alchemistischer Wandlungsprozess der Assimilation fremder, exogener Stoffe.

Was für die materielle Ebene der Verdauung gilt, gilt ebenso für den mentalen Bereich. Auch Eindrücke, Werte, Gedanken und Informationen werden durch den Verstand und die Sinneswahrnehmungen von außen aufgenommen und wollen „verdaut" werden. Auch sie müssen in „verdauliche" Teilaspekte zerlegt und analysiert werden. Sie werden mit dem Verstand aufgenommen und kritisch abgewogen. Was brauchbar ist, wird angenommen und integriert, indem man z. B. einen Gedanken in ein Verstandeskonzept einbaut. Was nicht gebraucht wird, wird im günstigsten Fall verworfen oder, was leider oft geschieht, als mentaler Ballast und Abfall ein Leben lang mit sich herumgeschleppt. Das sind die auf Dauer belastenden Gedankenkreise, die zu keinem Ziel führen, sowie Konzepte und Gefühle, in denen man sich festgefahren hat.

Das Denken ist wie die Verdauung ein Prozess der Aufnahme, der Analyse, der Transformation und Verarbeitung exogener Informationen in verstandeseigene Abläufe. Deshalb steht die Milz in der Verantwortung und Zuständigkeit für das Denken.

Der Denkvorgang ist sehr komplex und bezieht neben der Milz auch weitere *zang-Organe* mit ein. Die Milz nimmt in erster Linie die Gedanken wahr und spielt gern mit den gedanklichen Möglichkeiten. Sie schöpft aus einem Reservoir von Gedanken, die sie in Beziehung setzt, neu arrangiert und gedanklich ausprobiert. Sie allein kann die Gedanken noch nicht zielgerecht ordnen, geschweige denn ihre Umsetzung bewirken. Dazu braucht die Milz Unterstützung vonseiten der Leber, die ihr Entschlusskraft und Unterscheidungsvermögen verleiht, und von der Niere, die die Willenskraft *zhi* zur Durchsetzung und Verwirklichung birgt.[6]

Niere – die Willenskraft *zhi* 志

Zhi ist der *shen-Aspekt* der Niere und bedeutet Willenskraft. Für die Manifestation stofflicher und gedanklicher Formen bedarf es des *zhi*. Formen benötigen eine Basis, einen Grund, auf dem sie aufbauen. Die Niere ist das *zang-Organ*, das die irdische Manifestation gleichsam zur Welt bringt. Ein Bewusstseinsimpuls ist flüchtig, sodass

Leseprobe von Klaus-Dieter Platsch „Psychosomatik in der chinesischen Medizin“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

er schnell verfliegt oder kaum wahrgenommen wird. Fängt man ihn auf, so kann sich daraus ein Gedanke formen, der zunächst aber ebenso wie die Wolken am Himmel dahinzieht und wurzellos bleibt. Ein flüchtiger Gedanke kann erst dann klare Formen annehmen, vielleicht einen ganzen Gedankengang bewirken oder ein Konzept entwerfen, wenn *zhi*, die Beharrlichkeit der Niere, assistiert, die dem flüchtigen Gedanken Ausdauer und Boden verleiht und so zur Manifestation bringt.

Yang-Wille

Die Willenskraft erstreckt sich auf alle Wesensbereiche: auf die körperliche, mentale, psychische und spirituelle Ebene. Sie kann eine Änderung von Verhalten bewirken, z.B. dass man sich von einer Sucht löst, oder den Menschen darin unterstützen, sich in der Meditation innerlich zu sammeln und konzentriert den Verstand leer zu machen.

Diese Art des Willens ist seiner Natur nach ein Yang-Aspekt des Willens, da er sich auf ein Ziel ausrichtet. Es geht um aktives Wollen und Umsetzen. Der Wille ist an einem gewünschten Ergebnis orientiert. Es ist dieser Aspekt des Willens, der hilft, sich im Leben zurechtzufinden und das Leben zu gestalten. Er hilft, sich auszurichten und Ziele zu verfolgen. Natürlicherweise ist er oft mit den eigenen Interessen verknüpft und dient so dem Ich-bezogenen Bewusstsein, dem, was die Psychologie und die spirituellen Traditionen als Ego bezeichnen.

Yin-Wille

Die Willenskraft *zhi* hat auch einen Yin-Aspekt: Er ist der Wille, der nicht gewollt wird. Es ist eine Form des Willens, der absichtslos ist, wie die Zen-Buddhisten sagen. Die Daoisten sprechen ebenfalls davon und nennen es das Nicht-Tun *wu wei* und das Nicht-Wollen. Es ist der Wille, der nicht der Ich-Bezogenheit, dem Ego, entspringt. Er offenbart sich, wenn man sich dem höheren, den Verstand transzendierenden Bewusstsein, zuwendet. Die Ziele des Ego und die der höchsten inneren Führung sind oft sehr verschieden. Das Ego kann jemanden dazu bringen, sich ausschließlich seiner Karriere zu widmen und darüber alle anderen Lebensbezüge zu vernachlässigen. Er arbeitet pausenlos, jettet von Kontinent zu Kontinent, isst nur noch in Restaurants, schläft wenig und ist ständig im Jetlag. Er vernachlässigt seine Familie. Wahrscheinlich fühlt er sich oberflächlich betrachtet sogar recht gut dabei, denn er hat Erfolg, Ansehen und Geld - die Triebfedern dieser Lebensführung. Aber die Bedürfnisse seiner Seele hat er wahrscheinlich nicht wahrgenommen und konnte ihnen nicht gerecht werden. Die Seele ist nicht sehr an diesen äußeren Dingen interessiert. Tief im Herzen weiß er es auch: er brauchte einmal eine Pause, Urlaub, gesunde Ernährung und Zeit für seine Familie, wenn sie nicht auseinanderbrechen soll, und v. a. Zeit für die eigene Seele. In einer solchen Situation kommt es dann meist zum Zusammenbruch: wenn es glimpflich abgeht, zum Beinbruch, der ihn für eine Weile zur Ruhe zwingt, oder dramatischer zum Herzinfarkt. Das höhere Bewusstsein hat jetzt für das überfällige Innehalten und die Ruhe gesorgt, die so dringend notwendig waren. Das seelische Bedürfnis ist stark und setzt sich letztendlich immer durch.

Der Yin-Aspekt des Willens ist mit einem inneren Lauschen verbunden. Hätte der Akteur des kleinen Beispiels nach innen lauschen und die Bedürfnisse seiner Seele

Leseprobe von Klaus-Dieter Platsch „Psychosomatik in der chinesischen Medizin“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

wahrnehmen können, wäre ihm die dramatische Lektion, krank zu werden, erspart geblieben. Er hätte seine inneren Impulse spüren und dem Willen seiner inneren Stimme folgen können. Es gibt diese Stimme in jedem Menschen, eine Stimme, die ihn führen will. Man kann sie hören, wenn man sich immer wieder Raum und Zeit lässt, still zu sein, nichts zu tun, nichts zu wollen. Es sind jene Momente, die so oft als unangenehmer Leerlauf oder Langeweile empfunden werden und die dann schnell mit der nächsten Ablenkung und Aktivität überdeckt werden.

Die Daoisten drücken mit Nicht-Tun *wu wei* und Nicht-Wollen genau das aus: Stille und Leere entstehen lassen, um in Einklang mit Dao zu sein, mit dem höheren Selbst, der Seele, dem schöpferischen Ursprung. In der Stille kann man sich bewusst mit Dao verbinden. Der Stimme der Seele folgen heißt, dem Willen, der nicht gewollt wird, folgen.

Leber – die „ätherische“ Seele *hun* 魂

Hun ist der *sben-Aspekt* der Leber. Das chinesische Schriftzeichen setzt sich aus den Zeichen für Wolke und Geist zusammen - der wirbelnde Geist aus mythologischen Zeiten. *Hun* wird oft als „ätherische" oder als Wanderseele übersetzt. Der Begriff „Seele" muss hier allerdings mit Vorsicht verwendet werden. Unsere christliche Vorstellung von der Seele war den Chinesen unbekannt. Und ich selbst möchte nicht wagen, dieses geheimnisvolle Juwel, das im Herzen der Menschen wohnt, zu definieren. Bei *hun* handelt es sich im engeren Sinne um einen Teilaspekt des individuellen Bewusstseins - um einen Teilaspekt vom Geist *shen.*

Die Vorstellung von den *hun* stammt aus der mythologischen Vorzeit, in der Inhalte der menschlichen Psyche personifiziert wurden, so wie auch in unserer westlichen, antiken Kultur die Welt des Olymps und der Götter Seiten der menschlichen Psyche und menschlichen Verhaltens repräsentierten.[7] *Hun* ist als Teil des Bewusstseins seiner Natur nach Yang. Man sagt, dass *hun* nach dem physischen Tod noch für eine Weile den Körper überlebt, bevor er wieder eins mit dem universellen Bewusstsein wird und zu seinem Ursprung zurückkehrt.

Hun als Bewusstseinsaspekt der Leber kommt und geht, kann sich nach außen wie nach innen richten. Er nimmt Kontakt auf, wendet sich zu etwas hin. Die Wolke im Zeichen deutet auf das Ziehen und Wandern des Bewusstseins.

Nach außen nimmt man über die Augen, über das Sehen, Kontakt auf. Die Augen nehmen die Dinge der äußeren Welt wahr, die Manifestationen des universellen Bewusstseins sind, das sich mit *hun,* dem individuellen Bewusstsein, verbindet. Das Sehen als Sinneswahrnehmung gehört mit den Augen ebenso wie *hun* zum Funktionskreis Leber. Jeder Mensch kann aber auch nach innen schauen, Kontakt zu seinen inneren Bildern aufnehmen. Die Introspektion führt in die Innenwelt, ins Unbewusste, zu den archetypischen Bildern und Träumen. *Hun* ist also auch ein Führer nach innen.

Beide Wirkrichtungen von *hun,* nach außen wie nach innen, sind von großer Bedeutung. *Hun* ist wie ein Tor, ein Schwellenhüter, der Kontakt und Verbindung zwischen unserer Innen- und Außenwelt herstellt. Die Kommunikation zwischen

Leseprobe von Klaus – Dieter Platsch „Psychosomatik in der chinesischen Medizin“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

innen und außen erfordert einen ständigen Abgleich der beiden Welten. Sie ermöglicht, zu unterscheiden, zu trennen, Grenzen zu ziehen und entschlossen zu sein. Der stete Abgleich zwischen innen und außen gewährleistet die störungsfreie Koordination aller körperlichen, psychischen und intellektuellen Funktionen.

Nach den klassischen Texten -wohnt *hun* im Leber-Blut. Demnach ist das individuelle Bewusstsein mit dem Blut assoziiert. Erfahrungen, die das Bewusstsein des Individuums macht, werden im Blut gespeichert. In Religionen wie dem Buddhismus gibt es die Lehre vom Zyklus der Wiedergeburten und des Karma. Karma ist das Gesetz von Ursache und Wirkung. Der Mensch sammelt in seinem jeweiligen Leben Karma an. Gute und böse Taten werden quasi bilanziert. Durch gute Taten erwirbt man sich ein besseres Leben in der nächsten irdischen Existenz oder ein Leben einer höheren Evolutionsstufe. Das Karma, sagt man, ist dem Blut eingeprägt. Alle Erfahrungen früherer Leben hinterlassen einen Abdruck im Blut. So gibt es eine Parallele zwischen Karma und *hun,* die beide mit dem Blut assoziiert und mit den Erfahrungen des individuellen Bewusstseins verknüpft sind. In der konfuzianischen Tradition nährt ein tugendhaftes Leben *hun.* Der gute Ruf eines Menschen, den er sich zu Lebzeiten erworben hat, wird als ein Überleben des *hun* über das physische Leben hinaus betrachtet. So gesehen könnte man *hun* auch als einen Teil karmischen Imprints und Bewusstseins interpretieren.

Da *hun* luftig und ätherisch ist, zeigt sich in ihm ein Yang-Aspekt von *shen.* Wegen seiner Neigung zur Flüchtigkeit braucht *hun* eine feste Verwurzelung im Yin, die durch seine Beziehung zur Leber als Yin-Organ und seine Verankerung im Blut gewährleistet ist. Gerät die Leber in Disharmonie oder leidet ein Patient unter Blut-Leere, so fehlt *hun* die sichere Verankerung. Seine flüchtige Natur findet kein erdendes Gegengewicht mehr, sodass es zu einer wurzellosen Unruhe und Unstetigkeit des Bewusstseins, zu Störungen der körperlichen und psychomentalen Koordination und zu Alterationen des Schlafes und der Träume kommt. Die fließende Verbindung und Kommunikation zwischen der Außen- und der Innenwelt ist eingeschränkt.

Lunge – die „Körperseele“ *po* 魄

Die *po*[8] gehören zur Lunge und sind ein Yin-Aspekt und der leibliche Bezug des Geistes *shen,* weshalb sie oft mit dem Begriff „Körperseele" übersetzt werden. Sie repräsentieren die psychischen, emotionalen und instinktiven Kräfte im Menschen, die eng mit dem Körper verbunden sind. Diese Eigenschaften entsprechen mehr einer animalischen Ebene, auf der der Mensch noch kein Bewusstsein hat. Mit den *po* reagiert man instinktiv und eher reflektorisch, ohne darüber nachzudenken. Sie haben mit dem leiblichen Aspekt, dem körperlichen Ausdruck der sieben Emotionen in der chinesischen Medizin zu tun. Die Emotionen zählen zu den inneren Krankheitsfaktoren, die eine Affinität und Spezifität zu den einzelnen *zangfu* besitzen. Natürlich sind Gefühle primär nicht krankheitsverursachend. Sie sind zunächst unbewusste, nicht steuerbare Regungen auf bestimmte Ereignisse und Wahrnehmungen. Eigentlich sind Gefühle und Instinkte Garanten der Überlebensfähigkeit aller Lebewesen. Gefahr ruft das Gefühl der Angst hervor. Angst seinerseits induziert Flucht,

Leseprobe von Klaus-Dieter Platsch „Psychosomatik in der chinesischen Medizin“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

um sich in Sicherheit zu bringen, was je nach Situation sinnvoll sein und das Leben und den Fortbestand der Spezies retten kann. Dringt ein Fremder in den eigenen Lebensbereich oder beim Tier ins Revier ein, so steigt Wut auf - ein Gefühl, das die Fäuste ballen lässt und zum Angriff ruft, um den Eindringling wieder aus dem eigenen Lebensraum zu vertreiben. So sind die Gefühle und Instinkte am stärksten von allen fünf Teilaspekten von *shen* mit körperlichen Äußerungen und Reaktionen verknüpft, woraus sich die direkte Wirkung der Emotionen auf die *zangfu* erklärt. Deshalb zeigen Disharmonien der emotionalen Ebene eigentlich immer körperliche Auswirkungen und auch umgekehrt, weshalb es so leicht zu Reaktionskomplexen im Sinne einer psychosomatischen oder somatopsychischen Störung kommt. Ein Überleben der *po*, d.h. der Gefühle und Instinkte, über den Tod des physischen Körpers hinaus ist wegen dieser engen Verknüpfung undenkbar. Die *po* sterben mit dem Körper. Als Yin-Aspekt von *shen* sind sie schwer und versinken in der Erde, wo sie sich auflösen. Damit die *po* nicht schon zu Lebzeiten wegen ihrer Yin-Schwere zur Erde sinken und sich auflösen, sind sie im leichtesten, ätherischsten *zang-Organ*, in der Lunge, zu Hause. Die Lunge ist das Meister-Organ des Qi. Das Qi als leichter Aspekt hält und bewahrt die schweren *po*.

Das Herz als Organ des Mitgefühls und der Liebe

Die *wu shen* umfassen sowohl die „primitiven", ursprünglichen Anteile der Psyche als auch die höheren intellektuellen und verstandesmäßigen Funktionen. Das Herz als Sitz von *shen* ist das zentrale Bindeglied zwischen den körperlichen, instinktiven und emotionalen Kräften und den subtileren intellektuellen, intuitiven und inspirierenden Aspekten der Psyche.

Analog wird die zentrale Rolle des Herzens auch im System der Chakren sichtbar. Die sieben Chakren sind yogische Energiezentren, die vom Wurzelchakra am unteren Ende der Wirbelsäule bis zum Kronenchakra am Vertex des Kopfes in der Mittellinie des Körpers übereinander angeordnet sind. Das Herzchakra ist dasjenige in der Mitte, nimmt also auch hier eine zentrale Stellung ein. Die drei unteren Chakren haben mit der Entwicklung der gröberen, animalischen Energien zu tun, die mit den sexuellen, instinktiven und emotionalen Funktionen im Zusammenhang stehen.

Die oberen Chakren, Hals-, Stirn- und Kronenchakra, sind höhere Energiezentren, die vor allem mit der Entwicklung des Bewusstseins zusammenhängen. In den yogischen Traditionen wird mit den Energien der Chakren gearbeitet, um sie voll bewusst und verfügbar zu machen. Ziel ist es, die Chakrenenergien für einen spirituellen Entwicklungsprozess, der letztendlich zur Erleuchtung führen soll, zu verfeinern. Auch hier gibt es eine Parallele zur chinesischen Tradition: Das höchste Ziel erreichen die Daoisten durch Kultivieren oder Verfeinern der Energien.

Die drei Schätze, Essenz, Qi und *sben*, werden auf der jeweiligen Stufe der spirituellen Entwicklung gesammelt, verfeinert und transzendiert, um letztendlich in die Leere des Dao einzutauchen. Die innere Arbeit, die die unteren Chakren betrifft, ent-

Leseprobe von Klaus-Dieter Platsch „Psychosomatik in der chinesischen Medizin“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

spricht der Transzendierung der nierenabhängigen Essenz, die der oberen Chakren der Kultivierung von Qi und seiner Umwandlung in feines Qi sowie des ruhigen und *stillen Geistes shen* in feines *shen.* Das Herzchakra liegt zwischen den emotional-instinktiven und den intellektuell-geistigen Zentren. Man kann auch sagen, das Herzchakra macht einen Menschen erst zum Menschen. Die „menschlichen" Qualitäten, die das Herz offenbart, sind Mitgefühl und Liebe. Ein Herz, das sich seinen Mitmenschen öffnet, fühlt mit, ist mitmenschlich, teilt Freud und Leid und liebt.

Liebe, die nicht die eigene Bedürftigkeit und nur sich selbst meint, ist bedingungslos und sagt uneingeschränkt ja. Liebe ist die Kraft der Helden, die eigentlich gar nicht heldenhaft sind, weil sie keine andere Wahl haben, denn sie sind für nichts, was sie vom Gegenstand ihrer Liebe abbringen könnte, empfänglich. Wer liebt, den interessiert nur der Geliebte oder die Geliebte. In dieser Absolutheit liegt die ungeheure Kraft der Liebe — Liebe, die als Energie im Herzen fließt. Deshalb sagen auch die mystischen Traditionen: Liebe ist die größte Kraft des Universums; Liebe vermag alles zu wandeln.

Die Liebe des Herzens kann den Menschen transzendieren, ihn Dao verwirklichen und eins mit dem Absoluten Nichts werden lassen.

Liebe und Mitgefühl brauchen auch ihren Platz in der Medizin und im Heilungsprozess. Sie sind in tradierten Medizinsystemen wie in der chinesischen Medizin, der tibetischen oder ayurvedischen Medizin immer Grundlage ärztlichen Handelns gewesen, indem der kranke Mensch - nicht die Krankheit - mitfühlend und mit der Kraft der Liebe in den Mittelpunkt der ärztlichen Betrachtung gestellt wurde. Auch in unserer Kultur gab es immer die liebende Seite des ärztlichen Handelns. Paracelsus sagte: „Der Arzneien Höchste aber ist die Liebe."

Die folgende Krankengeschichte ist eine Geschichte von der Sehnsucht nach Liebe, deren Unerfülltheit ein nicht zu füllendes Loch in der Mitte hervorrief, den Geist *shen* in all seinen Aspekten erschütterte und so einen Menschen bis an den Rand des Wahnsinns brachte.

Leseprobe von Klaus-Dieter Platsch „Psychosomatik in der chinesischen Medizin“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Klaus-Dieter Platsch

[Psychosomatik in der Chinesischen Medizin]

440 pages, hb
publication 2012

order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com