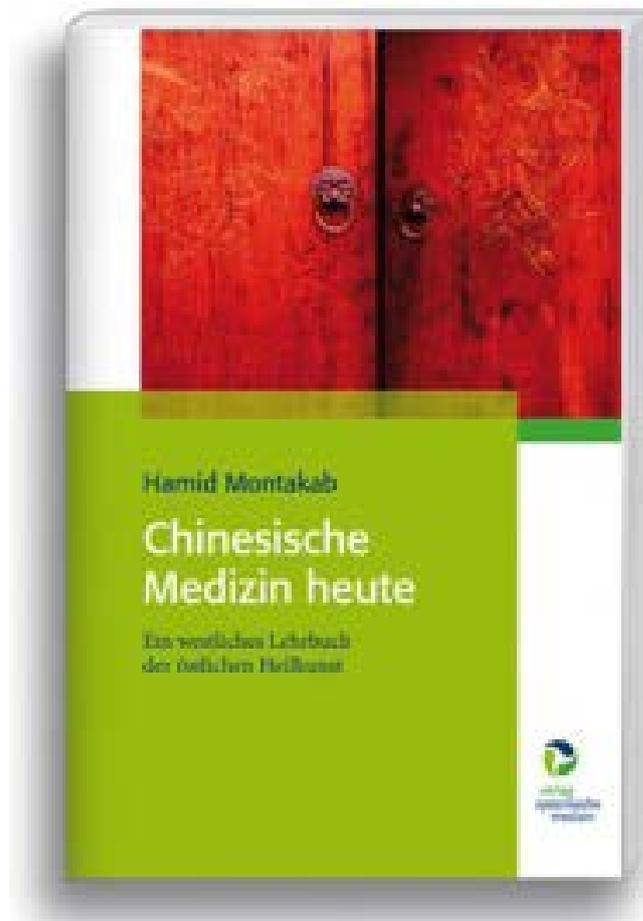




## Montakab, H. Chinesische Medizin heute



*zum Bestellen [hier klicken](#)*

**by naturmed Fachbuchvertrieb**

Aidenbachstr. 78, 81379 München

Tel.: + 49 89 7499-156, Fax: + 49 89 7499-157

Email: [info@naturmed.de](mailto:info@naturmed.de), Web: <http://www.naturmed.de>

Hamid Montakab

## **Chinesische Medizin heute**



Hamid Montakab

# Chinesische Medizin heute

Ein westliches Lehrbuch der  
östlichen Heilkunst

Deutsche Übersetzung von  
Petra Zimmermann

**Mit Beiträgen von**

Simon Becker, Winterthur

Dr. Bartosz Chmielnicki , Katowice

Christine Dam, Winterthur

Dr. Stefan Englert, Winterthur

Peter Firebrace, London

Phillip Haas, Effretikon

Solange Montakab-Pont, Savièse

Bernhard Nessensohn, Nieuw-Bruinen

Christine Reist, Marthalen

## **Zuschriften, Verbesserungsvorschläge und Kritik**

Verlag Systemische Medizin AG, Müllerstraße 7 – 93444 Bad Kötzing  
info@verlag-systemische-medicin.de

## **Wichtiger Hinweis für den Leser**

Durch Forschung und klinische Erfahrungen unterliegen die Erkenntnisse in Medizin und Naturwissenschaften einem beständigen Wandel. Die Autoren haben sorgfältig geprüft, dass die in diesem Werk getroffenen therapierelevanten Aussagen und Angaben dem derzeitigen Wissensstand entsprechen. Hierdurch wird der Leser dieses Werkes jedoch nicht von der Verpflichtung entbunden, ggf. auch anhand anderer Werke zu diesem Thema zu prüfen, ob die dort getroffenen Aussagen und Angaben von denen in diesem Werk abweichen. Der Leser trifft seine Therapieentscheidung in eigener Verantwortung. Ggf. erwähnte Produktnamen sind geschützte Marken oder eingetragene Markenzeichen der jeweiligen Eigentümer, Unternehmen oder Organisationen, auch wenn sie im Einzelnen nicht ausdrücklich als solche gekennzeichnet wurden.

## **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten

1. Auflage 2016

© Verlag Systemische Medizin AG, Bad Kötzing

Das Werk ist, einschließlich aller seiner Teile, urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der durch das Urheberrechtsgesetz gesetzten Grenzen ist ohne ausdrückliche und schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in digitalen On- und Offlinemedien bzw. -systemen.

Planung und Lektorat: Lisa Lorz, Bayreuth

Deutsche Übersetzung: Dr. Petra Zimmermann, Braunschweig

Herstellung und Produktion: SZ Publishing Support, München

Vorstufe: inmedialo UG, Plankstadt bei Heidelberg

Druck und Bindung: aprinta Druck GmbH, Wemding

Grafiken: Stefan Dangl, München; Gerda Raichle, Ulm

Umschlaggestaltung: Stefan Dangl, München

Coverfoto: Gang Yao @ gettyimages

ISBN 978-3-86401-043-9

Aktuelle Informationen finden Sie im Internet unter [www.verlag-systemische-medicin.de](http://www.verlag-systemische-medicin.de)

# Inhalt

<b>Über die Autoren</b>	VII
<b>Vorwort</b>	XI
<b>Vorbemerkung</b>	XIV
<b>Einführung</b>	XVII
<b>Teil I   Prinzipien der Chinesischen Medizin</b>	1
Kapitel 1   Die Sicht vom Universum	3
Kapitel 2   Dialektische Systeme	9
<b>Teil II   Physische und energetische Struktur des Körpers</b>	49
Kapitel 3   Die chinesische Auffassung vom Körper und von den Organen	51
Kapitel 4   Der Dreifache Erwärmer (San Jiao)	89
<b>Teil III   Das Konzept von Gesundheit und Krankheit in der Chinesischen Medizin</b>	119
Kapitel 5   Krankheitsursachen	121
Kapitel 6   Äußere Krankheitsursachen	125
Kapitel 7   Innere Krankheitsursachen	135
Kapitel 8   Andere Krankheitsursachen (halb innen, halb außen)	143
<b>Teil IV   Diagnose in der Chinesischen Medizin</b>	153
Kapitel 9   Ziel und Zweck der chinesischen Diagnose	155
Kapitel 10   Betrachten	161
Kapitel 11   Riechen	239
Kapitel 12   Hören	243
Kapitel 13   Muster-Bestimmung	263
Kapitel 14   Tasten	311
Kapitel 15   Ein ganzheitlicher Diagnoseansatz	351
<b>Teil V   Werkzeuge und Therapiemethoden der Chinesischen Medizin</b>	357
Kapitel 16   Bandbreite der Therapien	359
Kapitel 17   Äußerliche Therapien	361
Kapitel 18   Massage (Tui Na, An Mo 推拿, 按摩)	379
Kapitel 19   Chinesische Arzneimedizin	387
Kapitel 20   Chinesische Ernährungslehre – Heilen mit Nahrungsmitteln	403
Kapitel 21   Qi Gong – Kultivierung der Heilungsenergien	413
Kapitel 22   Kultivierung des Geistes (Psychoenergetik)	431
Kapitel 23   Welche Medizin, welche Methode?	453

<b>Teil</b>	<b>VI   Zusätzliche Methoden der Chinesischen Medizin</b>	461
<b>Kapitel</b>	<b>24   Yi Jing (I Ching, Buch der Wandlungen) und seine Anwendung in der Chinesischen Medizin</b>	463
<b>Kapitel</b>	<b>25   Chinesische Astrologie (Ba Zi) 八字</b>	475
<b>Kapitel</b>	<b>26   Akupunktur der Stämme und Zweige</b>	487
<b>Kapitel</b>	<b>27   Feng Shui (風 水) in der medizinischen Praxis</b>	503
<b>Anhang</b>		513
	Evidenzbasierte Akupunktur	515
	Historischer Hintergrund der chinesischen und europäischen Akupunktur	559
	Glossar chinesischer Begriffe	565
	Literaturverzeichnis	577
	Hinweise zur Pinyin-Aussprache	588
	Stichwortverzeichnis	589

# Einführung

## Historischer Hintergrund

Die theoretischen Konzepte der Chinesischen Medizin sind ein integraler Bestandteil der chinesischen Geschichte und können nicht von den 5000 Jahre alten Mythen und Legenden, die um ihre Ursprünge kreisen, getrennt werden. Historisch betrachtet existiert kein schriftliches Dokument, das mit Sicherheit in die Zeit vor dem 12. Jahrhundert v.Chr. datiert werden konnte. Man kann sagen, dass die Chinesische Medizin, wie wir sie heute kennen, auf drei Ursprünge zurückgeht: die historischen Belege, die sich teilweise im Nebel der Legenden verlieren, die schriftliche Tradition sowie die mündliche Überlieferung.

Auf der einen Seite finden wir die Legenden der drei Kaiser Fu Xi, Shen Nong und Huang Di. Fu Xi (ca. 2900 v.Chr.) gilt als der Erfinder der „Trigramme“ und einer rudimentären Schrift sowie als Initiator der Hochzeitsriten. Ihm folgte Shen Nong (ca. 2800 v.Chr.), der als „Göttlicher Arbeiter“ bezeichnet wurde. Er lehrte den Gebrauch von Pflug und Hacke in der Landwirtschaft. Ihm wird auch das Wissen über Pflanzen und Arzneimedizin zugeschrieben.

Der dritte Kaiser ist Huang Di (ca. 2600 v.Chr.), der Organisator des Staates und der Regierung, der die Schrift verfeinerte und als Autor des ältesten Mediziniklassikers *Huang Di Nei Jing* gilt (► Abb. 1).

Auf der anderen Seite liegen uns die klassischen Werke vor – das älteste ist das *Huang Di Nei Jing* (Innerer Klassiker des Gelben Kaisers). Historiker sind sich noch immer uneins darüber, wann das *Nei Jing*

verfasst wurde. Jedwede Datierung zwischen 1000 und 200 v.Chr. scheint möglich zu sein. Die Legende besagt, dass das *Nei Jing* sich aus vier Bänden zusammensetzte: *Su Wen* (Reine Fragen), das die allgemeinen Konzepte der Chinesischen Medizin beinhaltet, und *Ling Shu* (Zentrum des Wirkvermögens), das die primären und sekundären Leitbahnen der Akupunktur beschreibt. Zwei weitere Bände sind verloren gegangen: *Tai Su* (Große Grundlage) und *Ming Tang* (Halle des Lichts). Das *Nei Jing* bildet zusammen mit dem *Nan Jing* (Klassiker der Schwierigkeiten) aus dem 2. Jahrhundert v.Chr. sowie dem *Shang Han Lun* (Abhandlung über fieberhafte, durch Kälte verursachte Erkrankungen) aus dem 1. Jahrhundert n.Chr. das Rückgrat von Schrifttum und Gedankenwelt der Chinesischen Medizin.

Zwischen diesen beiden Polen ist die mündliche Überlieferung angesiedelt, die vom Meister an den Schüler weitergegeben wurde und auf diese Weise bis in die heutige Zeit überlebt hat. Sie wird von Sinologen häufig in Frage gestellt, da sie keine schriftlichen Belege vorzuweisen hat.

Um die Dinge noch komplizierter zu machen, wurden die älteren Konzepte aus Ehrerbietung gegenüber den Klassikern nicht ausgelöscht, als sich die Chinesische Medizin weiterentwickelte und sich neue Theorien und Konzepte herausbildeten. In der Folge haben die heutigen Schüler und Therapeuten damit zu kämpfen, dass sich Konzepte überlappen, unterscheiden und sich manchmal sogar zu widersprechen scheinen.



Abb. 1 Die drei mythischen Kaiser: Huang Di (links), Fu Xi (Mitte), Shen Nong (rechts).

### Die fernöstliche Sichtweise – Westen versus Osten

Als die westliche wissenschaftliche Medizin auf die alte chinesische Heiltradition stieß, hatte sie keine andere Wahl, als sie „empirisch“ zu nennen. Man ging sogar so weit,

die Entdeckung der Akupunktur und der komplexen Leitbahn-Verläufe als reinen Zufall abzutun.

Ich bin der Auffassung, dass es zwischen den mystischen und mythischen Ursprüngen, die gottähnlichen Persönlichkeiten zu-

geschrieben wurden, und der zufälligen Entdeckung eines sehr komplexen Systems noch eine weitere mögliche Erklärung gibt.

Was könnte der Grund dafür sein, dass die Chinesen Jahrhunderte, bevor dies im Westen geschah, zahlreiche Technologien entdeckten und entwickelten, beispielsweise

- Landwirtschaftliche Technologien mehr als 2000 Jahre, bevor die gleichen Methoden im Westen angewendet wurden.
- Die Verarbeitung von Eisen und Stahl, die Druckerpresse und der Kompass fast 1400 Jahre vor dem Westen.
- Die Entdeckung des Blutkreislaufsystems 1800 Jahre vor Harvey.
- Die verschiedenen Konzepte über die menschliche Physiologie und die Interaktionen zwischen Psyche und Soma sowie das tiefe Verständnis für die Ursachen, Prognose und Therapie von Krankheiten.
- Die Betonung der Prävention, mit dem Versuch, Impfungen durchzuführen (bereits im 2. Jahrhundert).
- Und am wichtigsten die Entdeckung der Binärsprache 27 Jahrhunderte, bevor der Westen die Computersprache erfand.

Ich glaube wirklich nicht, dass die obigen Entdeckungen auf übermenschliche Eigenschaften zurückzuführen sind. Vielmehr spielt eine andere Art, die Welt zu betrachten, in der wir leben, eine Rolle – eine gänzlich andere Wahrnehmung der Realität.

Im „Oxford Dictionary“ wird Realität als „Zustand der Dinge, wie sie tatsächlich existieren“ definiert. In einem sehr weit gefassten Sinne beinhaltet dies alles, was ist, ob man es nun beobachten bzw. begreifen

kann oder nicht. Auf einer breiteren und subjektiveren Ebene formen persönliche Erfahrungen und die persönliche Deutung von Ereignissen die Realität, wie sie von einem Individuum wahrgenommen wird. Dies bezeichnet man als phänomenologische Realität.

In der Geschichte wurde im Westen die Realität auf Tatsachen gegründet. Eine Tatsache ist ein beobachtetes Phänomen in der natürlichen Welt, das als elementares Prinzip wahrgenommen wird. Sie kann eigentlich nicht der persönlichen Deutung unterliegen. Und doch dominierten Aussagen wie „die Erde ist eine Scheibe“ oder „die Sonne bildet das Zentrum des Universums“ jahrhundertlang die Wahrnehmungen und Definitionen dessen, was real ist. Heutzutage könnte man die „feste“ Eigenschaft von Materie als gängigste „Tatsache“ anführen. Obwohl wir heute wissen, dass der kleinste Bestandteil von Materie, das Atom, vor allem aus leerem Raum besteht, erlaubt es unsere jahrhundertalte Konditionierung nicht, Materie anders als „fest“ anzusehen. Physiker haben berechnet, dass wenn man den leeren Raum aus dem größten Gebäude der Welt entfernen würde, die verbleibende Materie nicht größer als eine Nuss wäre, die Milliarden von Tonnen wiegen würde!

Die jahrhundertalte fernöstliche und speziell chinesische Sichtweise vom Menschen und der Welt gründet auf einem einenden und globalisierenden Prinzip, nach dem man sich Phänomenen durch Analogien nähert, während die westliche Herangehensweise darauf basiert, die sich auf gleicher Ebene befindenden Phänomene zu trennen und zu analysieren. Der fernöstliche Ansatz, in dem Symbole eine wichtige

Rolle spielen, ist daher viel intellektueller und intuitiver. Selbst die chinesische Sprache und Schrift, die „Ideogramme“, spiegeln diesen Gedanken wider. Dem gegenüber ist die westliche Sichtweise viel wissenschaftlicher und technologischer und stützt sich mehr auf das Sichtbare statt auf das Verborgene.

*Es geht oft tiefer zu wissen, warum etwas wahr ist, als einen Beweis dafür zu haben, dass es wahr ist.*

#### A. Zee

In der Quantenphysik brachte Heisenbergs Unschärferelation den Kernphysiker Amit Goswami zu der Annahme, dass keine Realität unabhängig von unserem eigenen Bewusstsein als Beobachter existiert. Ob dies nun wahr ist oder nicht, bringt uns dieser Gedankengang zurück zu den antiken philosophischen Systemen wie Buddhismus oder Daoismus, in denen behauptet wird, dass das Leben, wie wir es wahrnehmen, nur eine Illusion sei. Diese Illusion wird vom Geist erschaffen, der die natürlichen Phänomene wahrnimmt und sie gemäß der soziokulturellen Konditionierung deutet. Dieses soziale Gefüge erweckt den Anschein von Zusammenhang und bewahrt

die geistige Gesundheit, aber dafür hindert sie uns daran, das „Unmögliche“ wahrzunehmen.

Im Westen konnten die großen Durchbrüche in der Wissenschaft nur gelingen, wenn ein Individuum es schaffte, aus den etablierten Denksystemen auszubrechen, wie es etwa bei Galilei, Newton und Einstein der Fall war.

Um die Chinesische Medizin und die antike chinesische Sichtweise zu verstehen, ist es daher unabdingbar, einen globalen und auf Analogien gegründeten Ansatz zu verfolgen, in dem Symbole von entscheidender Bedeutung sind und Zahlen zu Symbolen werden.

*Wenn der Finger auf den Mond zeigt, schau auf den Mond, nicht auf den Finger.*

#### Zen-Spruch

Zahlen haben den großen Vorteil, dass sie eine universelle Symbolik besitzen, die über Kultur- und Sprachgrenzen hinausgeht. Wie Pythagoras sagte:

*Evolution ist das Gesetz des Lebens, Zahlen sind das Gesetz des Universums, Einheit ist das Gesetz Gottes.*

# I Prinzipien der Chinesischen Medizin

1 Die Sicht vom Universum	3
2 Dialektische Systeme	9



## 1.1 Mikrokosmos – Makrokosmos

Nach chinesischer Vorstellung ist der Mensch eine Widerspiegelung des Universums. Die Chinesen bezeichnen den Menschen als *Ren* (Mensch, menschliches Wesen) 人. Die Gesetze, die den „Makrokosmos“ des Universums beherrschen, bestimmen auch den menschlichen „Mikrokosmos“. So können wir, wenn wir den Menschen verstehen wollen, die Welt um uns herum erforschen.

*... wie oben, so auch unten*

Hermes Trismegistos

Das Leben, wie wir es erfahren, resultiert aus der Interaktion zweier gegensätzlicher Kräfte, die durch Himmel und Erde innerhalb eines Zeit-Raum-Rahmens symbolisiert werden.

Das Universum ist ein dynamisches System, in dem alle Phänomene wechselseitig voneinander abhängen.

Dieses dynamische System (Makrokosmos) befindet sich in ständiger Veränderung, aber es gibt einen Mechanismus der Selbstregulierung, der Gleichgewicht und Harmonie aufrechterhält.

Der Mensch in der Welt gleicht einem Mikrokosmos innerhalb eines Makrokosmos. Die Menschen sind den gleichen, sich ständig abspielenden äußeren Veränderungen unterworfen. Durch konstante Anpassungen sorgen ihre Mechanismen der Selbstregulierung automatisch für Ausgewogenheit und Gesundheit bzw. Wohlbefinden (Homöostase).

Geht diese Anpassungsfähigkeit verloren, kommt es zu Un-Ausgewogenheit und Unwohlsein (Krankheit).

Wir können die Menschen und ihre Gesundheit bzw. Krankheit nicht ergründen, ohne ihre Umwelt zu berücksichtigen. Dies bildet die Grundlage der „ganzheitlichen“ Medizin.

Die Schwankungen im Makrokosmos werden vor allem in Form von Tag- und Nachtzyklen, Jahreszeiten und Klimaveränderungen erlebt. Beim Menschen werden diese Schwankungen als Veränderungen der vitalen Aktivitäten bzw. vitalen Substanzen beschrieben, die man als Bewegungen des „Qi“ (Energie) bezeichnet.

*Erkenne dich selbst und du wirst auch  
das Universum und die Götter erkennen.*

Sokrates

## 1.2 Die Substanz des Universums: Energie Qi (气/氣)

Das Universum und seine Vielzahl von Manifestationen sind Ausdruck von Schwankungen und Bewegungen einer vitalen Substanz, die man „Qi“ nennt.

*Zwischen Himmel und Erde existieren  
Qi und das Gesetz.*

Alle Phänomene im Universum sowie alle Zustände, in denen sich Menschen befinden können, sind Ausdruck dieser vitalen Substanz Qi in ihren unterschiedlichen Abstufungen von Bewegung und Konzentration (► Abb. 1.1).



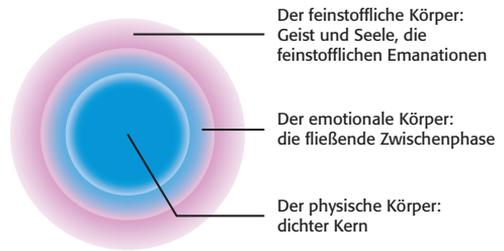
**Abb. 1.1** Das Ideogramm von Qi versinnbildlicht den aufsteigenden Dampf von kochendem Reis. Dieses Bild ruft die Vorstellung der Transformation von sichtbarer Materie in unsichtbaren Dunst unter dem Einfluss von Feuer hervor.

Eine verdichtete Konzentration von Qi erzeugt den materiellen Zustand, seine Zerstreuung bzw. Verdünnung den immateriellen, feinstofflichen oder unsichtbaren Zustand. Ein anschauliches Beispiel hierfür sind die unterschiedlichen Aggregatzustände von Wasser: Im Normalzustand ist es eine Flüssigkeit, die zu Eis wird, wenn sie sich konzentriert und verdichtet, bzw. zu Dampf, wenn man sie zerstreut und verfeinert (► Abb. 1.2).

Qi wird u.a. mit vitaler Kraft, Energie, materieller Kraft, Dampf, Emanation, Fluidum, Lebensgeist und Äther übersetzt.

Im chinesischen Verständnis ist das Leben eine Materialisierung von Qi, der Tod hingegen eine Zerstreuung oder Entmaterialisierung von Qi.

Die Menschen sind dem Wechselspiel zweier gegensätzlicher, einander ergänzender Kräfte unterworfen, die durch das Kon-



**Abb. 1.3** Die drei Dimensionen des Körpers.

zept von „Himmel und Erde“ versinnbildlicht werden.

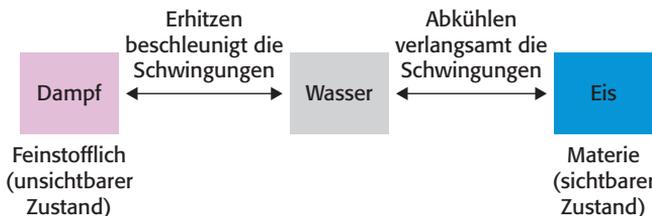
Der Himmel symbolisiert demnach alle feinstofflicheren Energien, die Erde all das, was materiell ist.

Wir betrachten den Menschen stets in diesem dreidimensionalen System:

- dem Feinstofflichen: Geist, Seele,
- dem Fließenden: Emotionen, Energien,
- dem Materiellen: Körper.

Feinstofflich, fließend und materiell sind die unterschiedlichen Zustände des Qi, die sich in ständiger Veränderung befinden und sich auf verschiedene Weise manifestieren (► Abb. 1.3).

Materie ist verdichtetes Qi, die Seele immaterielles Qi. Zwischen diesen Polen befindet sich das fließende Qi, das wir einfach als Qi (Energie) bezeichnen. Der Körper selbst besteht aus verschiedenen Dichtegraden: Knochen, Muskeln, Flüssigkeiten und sogar elektromagnetischen Feldern.



**Abb. 1.2** Die drei Aggregatzustände von Wasser (fest – flüssig – gasförmig) repräsentieren die Formen des Qi.

Auf der einen Seite befindet sich der Körper, bei dem es sich um den verdichteten Aspekt von Qi handelt, auf der anderen Seite die Seele, die wir als Geist oder geistige Aktivitäten bezeichnen. Diese gehen von neurohormonellen Impulsen aus und sind daher viel weniger dicht. Zwischen den beiden Extremen befinden sich die Emotionen, die viel feinstofflicher sind als der Körper, aber weniger feinstofflich als Seele bzw. Geist.

In der Chinesischen Medizin sind Körper, Emotionen und Geist Aspekte und Manifestationen desselben Qi und können nicht getrennt voneinander betrachtet werden.

Qi verändert seine Form und seinen Namen, aber letztlich ist alles eine Manifestation derselben „Substanz“, d.h. desselben Qi.

Die Spielarten des Qi folgen bestimmten Gesetzmäßigkeiten. Diese Gesetzmäßigkeiten werden in Form von dialektischen Systemen als grundlegende Prinzipien formuliert:

- Das „Yin-Yang“-System untersucht die Interaktion zwischen Feinstofflichem und Materiellem.

- Das System von „Himmel – Mensch – Erde“ betrachtet in allem, was existiert, drei Zustände.

- Die „Vier Phasen“ erläutern die grundlegenden Veränderungen bei den Spielarten des Qi.

- Die „Fünf Bewegungen“ beschreiben die fünf dynamischen Aspekte des Qi im Universum und im Menschen.

- Die „Sechs Energien“ geben die ganze Bandbreite möglicher Spielarten des Qi an, d.h. die drei Intensitäten des jeweiligen Yin- oder Yang-Prinzips.

Interessanterweise haben in der modernen Kernphysik Einsteins Theorien, in denen Materie mit Energie in Zusammenhang gebracht wird, bereits gezeigt, dass sich der Zustand der Materie mit Schwingungsgeschwindigkeit ändert. Jahrzehntelang haben Physiker versucht, die Quantenmechanik und die allgemeine Relativitätstheorie miteinander in Einklang zu bringen. Sie entwickelten die Stringtheorie, ein mathematisches Modell, mit dessen Hilfe man alle grundlegenden Kräfte und Formen von Materie beschreiben kann. Dieses Konzept bezeichneten die alten Chinesen als „Qi“.



## 2.1 Eins (Yi —) Schöpfung: der Mensch als Abbild des Dao

Um die chinesische Gedankenwelt und die daoistische Sichtweise zu begreifen, ist es wichtig, die symbolische Bedeutung der verschiedenen dialektischen Systeme zu verstehen.

Die Weisheit der Menschen früherer Zeiten wurde uns in einer Reihe von Symbolen überliefert.

Bevor Zahlen zum Zählen und Rechnen verwendet wurden, waren sie universelle Symbole, die man in allen antiken philosophischen Systemen findet und die interessanterweise die gleichen metaphorischen Bedeutungen aufweisen.

### 2.1.1 Die Leere

Unter den fernöstlichen (besonders in den chinesischen) daoistischen Prinzipien ist der Gedanke der Leere von grundlegender Bedeutung (► Kap. 22.2). Sie wird als Ursprung und Ausdruck aller Formen der

Schöpfung betrachtet, als Raum, wo das Qi seine Form ändert und mutiert.

*Die Fülle ist das Erscheinen einer Form.*

*Es ist die Leere der Form, die ihre Nützlichkeit ausmacht.*

Lao Zi

Die Leere ist nicht die Abwesenheit von etwas, sondern der Ort, wo die kreativen Kräfte aufeinandertreffen. Es ist die Leere im Zentrum, die dem Rad seine Nützlichkeit verleiht (► Abb. 2.1). Es ist der stille Raum zwischen den Noten, der eine musikalische Harmonie ergibt, und der leere Raum zwischen den Buchstaben, der das Wort bildet.

Wie oben erwähnt, ist es in der Kernphysik der leere Raum zwischen den Atomteilchen, der der Materie zur Form verhilft, und der Raum zwischen den Molekülen, der den Aggregatzustand von Materie (fest, flüssig, gasförmig) definiert (► Abb. 1.2).

Die Leere im Zentrum

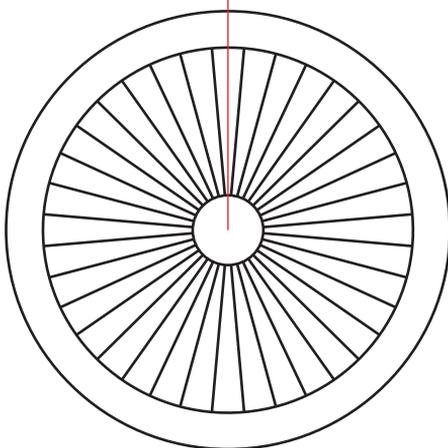
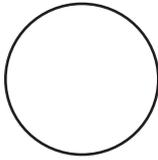


Abb. 2.1 Die Leere im Zentrum des Rads.

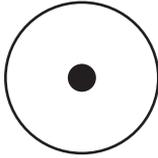
### 2.1.2 Schöpfung, Tai Ji, Dao

Das Urchaos (*Wu Ji* 無極) ist der form- und grenzenlose, unendliche Zustand vor der Schöpfung. Es kann mit dem Gedanken der Leere gleichgesetzt werden.

Das Erscheinen eines Zentrums bringt Ordnung in die Unordnung. Dieses Zentrum wird mit verschiedenen Begriffen benannt: *Zhong Ji* (Zentrale Erhöhung) 中極 oder der Polarstern als organisierendes Zentrum, das auch als *Tai Ji* (Äußerste Erhöhung oder Großer Pol) 太極 bezeichnet wird (► Abb. 2.2).



Wu Ji (die Leere)

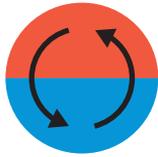


Zhong Ji (Zentrale Erhöhung)



Tai Ji (Großer Pol), polarisiert sich in:

- Yang, das sich in der Höhe sammelt, um den Himmel zu bilden
- Yin, das sich in der Tiefe verdichtet, um die Erde zu schaffen



Yang-Bewegung von oben:

„dynamisiert“ das Yin

Yin-Bewegung von unten:

„unterstützt“ das Yang



Kein Yang ohne Yin

Kein Yin ohne Yang

Abb. 2.2 Die Phasen der Schöpfung.

Daraus erklärt sich die Symbolik der Zahl Eins als Ursprung der Schöpfung, da sie alle anderen Zahlen enthält, d.h., alle anderen Zahlen sind bloße Ausdrucksformen von Eins.

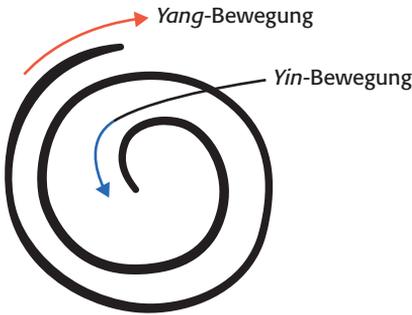
Diese Ordnung trennt Oben von Unten, Licht von Dunkelheit, Himmel von Erde oder Yang von Yin.

*Der Himmel wurde durch eine Ansammlung von Yang, dem Element des Lichts, erschaffen, die Erde durch*

*eine Ansammlung von Yin, dem Element der Dunkelheit.*

*Su Wen (Reine Fragen), Kapitel 5*

Die kombinierten Bewegungen von Yin und Yang legen die Lebensrhythmen fest, in der Bildlichkeit einer Spirale mit zwei gegensätzlichen zentrifugalen und zentripetalen Bewegungen (► Abb. 2.3). In der chinesischen Vorstellung spielen sich das Leben und alle Transformationen in einer Spiralform ab.



**Abb. 2.3** Die Spirale des Lebens: Yang breitet sich vom Zentrum aus, Yin verdichtet sich zum Zentrum hin.

Dieses Modell, das auch im Westen existiert, ist überall in der Natur sichtbar und hat den Anstoß für das 300 v. Chr. entwickelte euklidische Konzept des Goldenen Schnitts (auch Proportio divina genannt) gegeben (► Abb. 2.4). Es ist daher nicht erstaunlich, dass der Grundbaustein lebender Organismen, die DNA, eine Spiralstruktur aufweist.

Der Übergang bzw. Weg vom ursprünglichen Chaos hin zur manifesten Ordnung wird als *Dao* oder *Tao* (Weg) 道 bezeichnet (► Abb. 2.5). Es heißt, dass das *Dao* nicht definiert werden kann – das *Dao*, das definiert wird, ist nicht das *Dao*. *Dao* ist reines Potential, wie Lao Zi in Kapitel 42 des *Dao De Jing* (*Taoteking*) darlegt:

*Dao erzeugt das Eine. Das Eine bringt Zwei hervor.*

*Zwei bringt Drei hervor.*

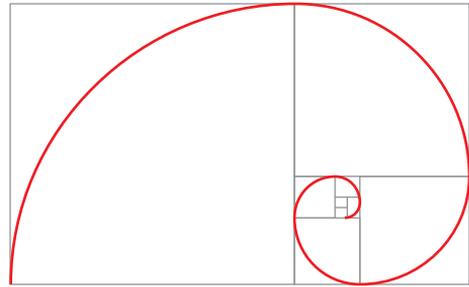
*Drei bringt alle Dinge hervor.*

*Das Dao, das benannt werden kann, ist nicht das ewige Dao.*

*Der Name, der genannt werden kann, ist nicht der ewige Name.*

Lao Zi, *Dao De Jing*

Die Menschen sind als Teil der Schöpfung einer Ordnung unterworfen und können



**Abb. 2.4** Die Goldene Mitte oder der Goldene Schnitt ( $\Phi = 1,618\dots$ ), angewendet auf die Spirale (Fibonacci-Spirale).

den Gedanken des Chaos nicht begreifen. Menschen als manifeste Wesen stehen unter dem Gesetz der Dualität und können nur einen Vorgeschmack der Einheit erfahren, aber nicht darin leben.

*Mit dem Körper kann Einheit nicht erkannt werden,  
aber ohne den Körper kann das Dao nicht erfahren werden.*

Der Daoismus ist keine Religion, sondern ein Denksystem. Nach diesem philosophischen Konzept ist unsere Herkunft ein Geheimnis, über das wir nachdenken können, aber das wir nicht voll und ganz verstehen, solange wir auf unseren physischen Körper beschränkt sind.

Die Erkenntnis, dass alle Dinge eins sind, von denen man vormals dachte, sie seien verschieden, ist eine Einsicht, die man in verschiedenen mystischen Traditionen fin-



**Abb. 2.5** *Dao*, der Weg, der durch das Prinzip aufgezeigt wird.

det, u. a. im tantrischen Hinduismus, im Buddhismus, Daoismus, Zen und Sufismus.

Im Westen existiert ein sehr ähnliches Konzept, das Aristoteles zugeschrieben wird. Danach wird das Chaos oder die *Materia prima* in ein aktives Prinzip (Seele) und ein passives Prinzip (Körper) aufgespalten. Die beiden Gegensätze müssen sich wieder vereinigen, um in einem alchemistischen Ritual das magische Kind zu formen.

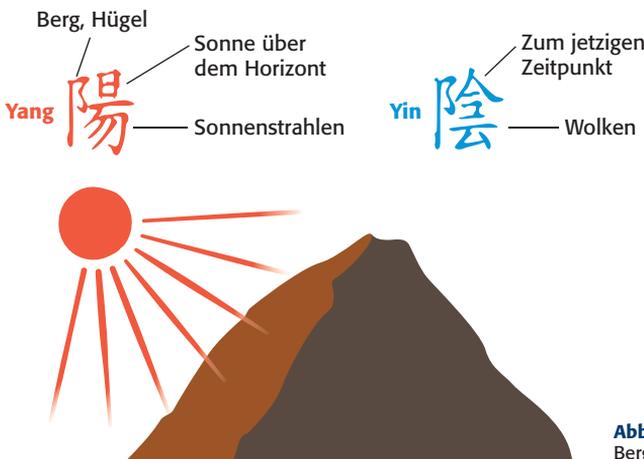
Es heißt, dass bei der Schöpfung des Kosmos und des personifizierten Selbst das Eingreifen eines Demiurgen vonnöten gewesen sei. Dieser Gedanke wurde von der Kirche abgelehnt und durch die Vorstellung eines allmächtigen Gottes ersetzt.

Diese Schöpfungstheorien findet man auch im kosmologischen Modell des Big Bang (Urknall) wieder, das die Entwicklung des Universums erklärt.

## 2.2 Zwei (Er 二) Dualität: Yin und Yang

Die *Yin-Yang*-Theorie ist ein symbolisches und dialektisches System, demzufolge Natur und Dasein einer Dualität unterworfen sind. Dieses Konzept bildet das Herzstück nicht nur der Chinesischen Medizin, sondern auch der chinesischen Kultur und der fernöstlichen Denkweise insgesamt. Es stellt wohl den wichtigsten Unterschied zwischen dem fernöstlichen und westlichen Weg dar, die Welt zu verstehen. Im Westen führte die deduktive Logik der frühen griechischen Philosophen wie Plato und besonders dessen Schüler Aristoteles zur Gegenüberstel-

lung gegensätzlicher Phänomene. Diese analytische und daher einschränkende Denkweise hat seither das Denken des Westens bestimmt. Die grundlegende Prämisse der chinesischen Weltsicht ist, dass Gegensätze einander ergänzen, dass das Eine nicht ohne das Andere existieren kann. In der daoistischen Sichtweise ist Zwei nicht das Doppelte von Eins, sondern eher eine Unterscheidung innerhalb des Einen. Anders gesagt, enthält jeder Aspekt der *Yin-Yang*-Dualität nicht nur das Gegenteil, sondern ist auch der Urheber des Gegenteils (► Kap. 2.2.1).



**Abb. 2.6** Yang ist die sonnige Seite des Bergs, Yin die schattige Seite.

Die Beobachtung der Natur und der zyklischen Veränderungen von Tag und Nacht ließ die frühen Denker offenbar zu dem Schluss kommen, dass das Leben und alle Phänomene ein ständiger Fluss bzw. eine permanente Bewegung zwischen zwei gegensätzlichen Polen sind.

Dies erklärt, warum die Ideogramme für *Yin* und *Yang* einen Bezug zu Dunkelheit und Licht aufweisen (► Abb. 2.6).

*Tai Ji* (Äußerste Erhöhung) polarisiert das Urchaos in *Yang*, das Feinstoffliche und Flüchtige, und *Yin*, das Dichtere und Schwere.

Das Leben besteht mithin aus einem dichten materiellen und einem feinstofflichen immateriellen Energiebestandteil.

Die Existenz setzt sich aus zwei gegensätzlichen, aber einander ergänzenden Prinzipien zusammen.

### 2.2.1 Die Gesetze von Yin und Yang

Das altbekannte Symbol von *Tai Ji*, das einen Kreis aus zwei ineinander verschlungenen Spiralen zeigt, symbolisiert die vier grundlegenden Gesetzmäßigkeiten von *Yin* und *Yang*. Dieses schlichte Bild mit seiner harmonischen Schönheit und eleganten Einfachheit vermittelt die fundamentalsten Gesetze, die die Menschen und das Universum beherrschen und die den Kern des fernöstlichen philosophischen und medizinischen Denkens ausmachen (► Abb. 2.7).

■ **Gegensatz und Ergänzung:** Der Kreis von *Tai Ji* in Abbildung 2.7 besteht aus zwei gegensätzlichen Prinzipien, die einander ergänzen und auf diese Weise ein Ganzes erschaffen. Dies bedeutet, dass es für jedes Phänomen ein gegensätzliches,

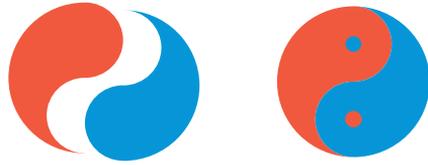


Abb. 2.7 *Tai Ji*: Symbol für die fundamentalen Gesetze von *Yin* und *Yang*.

es ergänzendes Phänomen gibt, wie die zwei Seiten einer Medaille. Es kann kein Licht ohne Dunkelheit geben, keine Aktivität ohne Ruhe, keinen Himmel ohne Erde, keine Gesundheit ohne Krankheit.

■ **Relativität:** Nichts ist absolut. Der kleine Punkt in den jeweils andersfarbigen Hälften besagt, dass sogar ein Maximum an *Yang* einen Hauch von *Yin* enthält und umgekehrt. Dieses Gesetz bedeutet auch, dass *Yin* in Relation zu *Yang* sowie *Yang* in Relation zu *Yin* definiert wird. Dies ist ein sehr wichtiger Gedanke, da nichts Existierendes eindeutig *Yin* oder eindeutig *Yang* ist. Vielmehr treten die Phänomene in Relation zueinander als *Yin* oder *Yang* auf. Ein Beispiel: Die Sonne wird in Relation zur Erde als *Yang* betrachtet, der Mond in Relation zur Erde ebenfalls als *Yang*, aber der Mond in Relation zur Sonne als *Yin*.

■ **Interaktion:** Das Gesetz der wechselseitigen Abhängigkeit oder Dynamik besagt, dass *Yin Yang* erzeugt und nährt, und *Yang* im Gegenzug *Yin* schützt und bewegt. Diese Interaktion erklärt, warum es automatisch Auswirkungen auf den Gegenpart hat, wenn eine Polarität aus dem Gleichgewicht geraten ist. Beispielsweise bilden in der Medizin Blut und *Qi* ein *Yin-Yang*-Paar. Es heißt, dass *Qi* das Blut bewegt und dass das Blut *Qi* erhält und nährt. Wenn also das Blut im

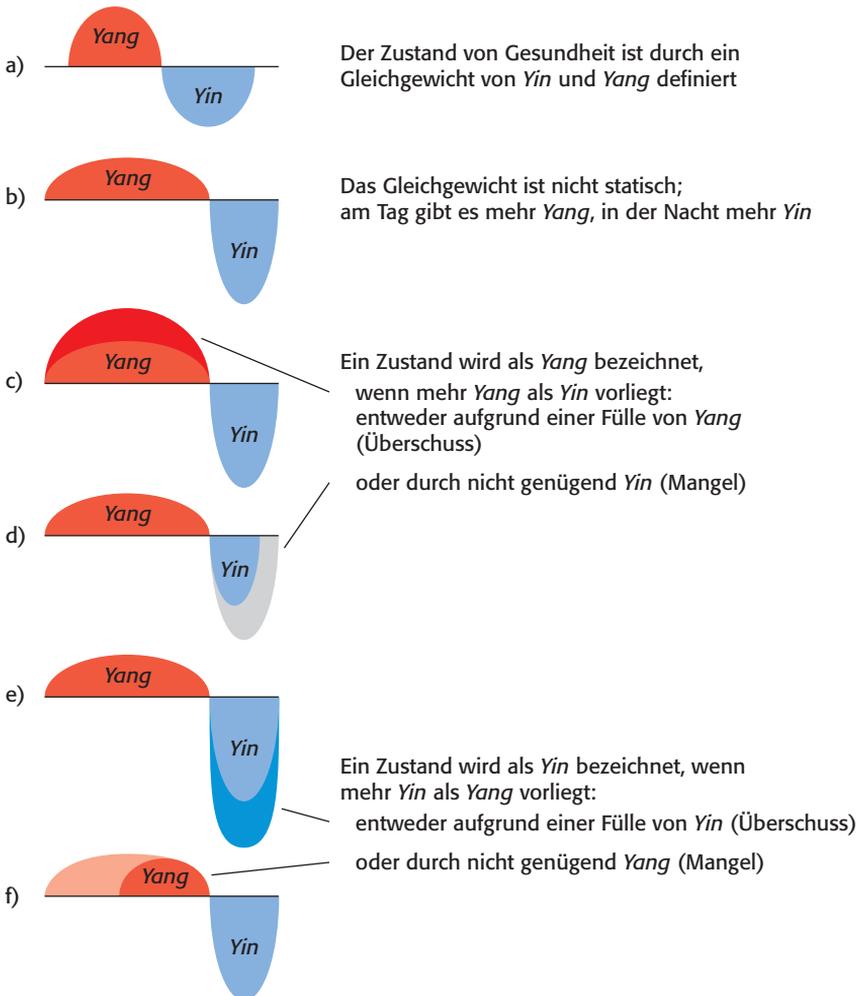
Mangel ist, wird das Qi geschwächt. Ist das Qi geschwächt, kommt es tendenziell zu einer Blut-Stagnation. Diese dynamische, wechselseitige Abhängigkeit erklärt auch die vier möglichen Ungleichgewichtszustände, die in der Pathologie auftreten (► Abb. 2.8):

- Dominanz des Yang: Dies kann durch eine Fülle (Überschuss) an Yang oder

einen Mangel (Leere) an Yin bedingt sein.

- Dominanz des Yin: Die Ursache kann eine Fülle (Überschuss) an Yin oder ein Mangel (Leere) an Yang sein.

- **Transformation:** Jede Spirale beginnt in dem Moment, in dem der Gegenpart sein Maximum erreicht hat. Dabei wandelt sich extremes Yin in Yang um und extre-



**Abb. 2.8** Variationen von Yin und Yang: a–b) Gleichgewicht (Gesundheit), c–d) Yang-Störungen entweder durch Yang-Überschuss oder durch Yin-Mangel, e–f) Yin-Störungen entweder durch Yin-Überschuss oder durch Yang-Mangel.

mes *Yang* in *Yin*. Diese Gesetzmäßigkeit erklärt z.B., warum äußere Kälte (*Yin*) Fieber (*Yang*) verursacht. Eine Transformation kann sich nur zu einem bestimmten Zeitpunkt ereignen, wenn alle Bedingungen zusammentreffen, d.h., wenn eine Polarität ihr volles Ausmaß erreicht hat. Ein anschauliches Beispiel hierfür sind die Bewegungen eines Pendels. Auf seiner Bahn beginnt das Pendel mit einer langsamen Geschwindigkeit, steigert sich zur maximalen Geschwindigkeit und wird allmählich langsamer, bis es eine maximale Amplitude mit einer Geschwindigkeit gleich Null erreicht hat. In diesem Moment sind die Bedingungen dafür erfüllt, dass das Pendel seine Richtung ändert und sich in die andere Richtung bewegt.

Die genannten Gesetzmäßigkeiten werden erstmals im *Yi Jing* bzw. *I Ching* (Buch der Wandlungen) erwähnt. In diesem Werk wird *Yang* mit einer durchgehenden Linie und *Yin* mit einer durchbrochenen Linie dargestellt. Alle möglichen energetischen Kombinationen können auf symbolische Weise durch verschiedene Kombinationen von *Yin* und *Yang* abgebildet werden (► Kap. 24.1). Wir sehen hier das gleiche Konzept, das 27 Jahrhunderte später im Westen verwendet wurde, um die erste binäre Computersprache zu entwickeln. Das *Yi Jing* beschreibt 64 Hexagramme, d.h., 64 ist die Gesamtsumme aller möglichen Phänomene zwischen Himmel und Erde. Dieser Ansatz war das grundlegende Prinzip der *Yin-Yang*-Schule, die auch als Naturalistenschule bezeichnet wurde. Ihr wichtigster Vertreter war Zou Yan (305–240 v.Chr.), den John Needham als „den wahren Grün-

der des gesamten chinesischen naturwissenschaftlichen Denkens“ bezeichnete.

## 2.2.2 Klassifizierung der Yin- und Yang-Phänomene

Das *Yin*- und *Yang*-Konzept ist äußerst einfach. Dennoch stellt es für den Anfänger, besonders für den westlichen Verstand, eine ständige Herausforderung dar. Es ist oftmals schwer zu verstehen, dass ein bestimmtes Phänomen in dem einen Zusammenhang *Yin* sein kann, in einem anderen jedoch *Yang* (► Tab. 2.1).

Tab. 2.1 Eigenschaften von *Yin* und *Yang*

Yin/Yang im Kosmos	<b>Yang</b>	<b>Yin</b>	
	Himmel	Erde	
	Sonne	Mond	
	Tag	Nacht	
	Feuer	Wasser	
	Hitze	Kälte	
	Sommer	Winter	
	Oben	Unten	
	Außen	Innen	
	Expansion	Kontraktion	
	(+)	(–)	
	Aktiv	Passiv	
	Männlich	Weiblich	
Yin/Yang in allgemeiner Hinsicht	Schnell	Langsam	
	Trocken	Feucht	
	Jung	Alt	
	Ausbreitung	Konzentration	
	Geben	Nehmen	
	Yin/Yang im Körper	Hinten	Vorn
		Kopf	Rumpf und Gliedmaßen
		Links	Rechts
		Oberfläche: <i>Biao</i>	Tiefe: <i>Li</i>
		Organfunktion (z.B. Atmung)	Organstruktur (z.B. Lunge)

**Tab. 2.1** Eigenschaften von *Yin* und *Yang* (Fortsetzung)

	Leitbahnen	Organe
	Fu-Organ	Zang-Organ
	Energie: Qi	Blut: Xue
	Sympathisch	Parasympathisch
	Ausatmung	Einatmung
	Intellekt	Intuition
	Extrovertiert	Introvertiert
	Erregt	Ruhig
	Wei Qi (Abwehr-Energie)	Ying Qi (Nähr-Energie)
Yin/Yang in der Pathologie	Überschuss/Fülle	Mangel/Leere
	Akut	Chronisch
	Rot	Blass
	Fieber	Kälte, Frösteln
	Unruhig	Deprimiert
	Entzündung	Ödeme
	Anurie	Polyurie
	Krämpfe	Lähmung
	Durst/kühle Getränke	Kein Durst/warme Getränke
	Laute Stimme	Leise Stimme
	Raue Atmung	Schwache Atmung
	Voller oder schneller Puls	Schwacher oder langsamer Puls
	Rote Zunge, gelber Belag	Blaße Zunge
	Yin/Yang in Bezug auf Schmerzen	Stark
Lokalisiert		Diffus
Oberflächlich		Tief
Intermittierend		Kontinuierlich
Schmerzverschlimmerung	Tagsüber	Nachts
	Bei Wärme	Bei Kälte
Schmerzlinderung	Nachts	Tagsüber
	Bei Kälte	Bei Hitze

Eine weitere Schwierigkeit ergibt sich aus den damit verbundenen Werten und Urteilen. Bestimmte Eigenschaften von *Yang*, etwa Aktivität, Dynamik und logisches Denken, werden im Westen hoch geschätzt,

wohingegen Passivität, Ruhe und Intuition, die *Yin* zuzurechnen sind, im Osten hohe Werte darstellen. „Positiv“ und „männlich“ sind *Yang*-Zuschreibungen, „negativ“ und „weiblich“ *Yin*-Attribute. Dies irritiert westliche Anfänger oftmals sehr, die „positiv“ und „negativ“ eher in einem jüdisch-christlichen Kontext sehen und nicht als zwei Pole der gleichen Bewegung.

Gesundheit ist als Gleichgewichtszustand zwischen *Yin* und *Yang* definiert.

Allgemein ist der Mensch tagsüber mehr *Yang*, nachts mehr *Yin*. Das Gleichgewicht zwischen *Yin* und *Yang* ist daher nicht statisch, sondern dynamisch in Raum und Zeit.

### 2.2.3 Die Acht diagnostischen Prinzipien

Hierbei handelt es sich um das wichtigste Diagnosewerkzeug in der chinesischen Medizin, das in jeder Situation angewendet werden kann.

Jedes Symptom muss einzeln nach diesen Acht Prinzipien analysiert werden. Diese Analyse erfolgt über die klassische chinesische Diagnose (Beobachten, Hören, Riechen und Tasten), auch wenn vielleicht nicht jedes Symptom alle folgenden Merkmale aufweist:

- **Yin-Yang:** Definiert die Gesamtsumme der Manifestationen und grenzt die Untersuchung ein. Die klinische Manifestation kann immer als *Yin* oder *Yang* klassifiziert werden, egal wie komplex sie ist. Pathologische Phänomene werden als *Yin* klassifiziert, wenn mehr *Yin* als *Yang* existiert. Dies ist bei Kälte, Nässe, Weichheit, Langsamkeit, Ruhe oder Akkumulationen der Fall. Symptome werden als *Yang* klassifiziert, wenn *Yang*

stärker als *Yin* ist, was sich in Hitze, Rötung, Trockenheit, Verhärtung, Erregung, Schnelligkeit und Expansion manifestiert.

- **Biao-Li** (Oberfläche-Inneres): Hiermit gibt man die Lokalisation der Krankheit, ihren Ursprung, ihre Entwicklung und die Prognose an. Das *Biao-Li*-Konzept ist schwer zu übersetzen, da es sich nicht so sehr auf Oberfläche und Tiefe bezieht, was durch die *Wai-Nei*-Konzepte ausgedrückt wird, sondern eher auf die Außenschicht und ihre Ausfütterung. Dies lässt sich mit einem Mantel vergleichen, der zwei Funktionen hat: Die Außenschicht fungiert vor allem als Windschutz und ist wasserabweisend, während die Innenschicht hauptsächlich wärmt. Auf ähnliche Weise bezieht sich das *Biao*-Konzept auf die äußeren energetischen Strukturen, die reich an *Wei Qi* (Abwehr-Energie) sind, nämlich die *Pi Bu* (Hautzonen) und die *Jing Jin* (tendinomuskuläre Leitbahnen). Hier konzentriert sich das *Wei Qi*, um den Körper gegen äußere klimatische Angriffe, vor allem Wind und Kälte, zu schützen. Die *Jing Luo* (Primärleitbahnen) und die Blut-Gefäße, die das *Ying Qi* (Nähr-Energie) transportieren, um das *Wei Qi* zu unterstützen, bilden die Innenschicht *Li*. Eine Ausnahme ist die *Zu-Tai-Yang*-Leitbahn (Blase), die zu *Biao* gehört. Eine *Biao*-Pathologie gilt als akut und durch äußere Faktoren verursacht. Sie ist leicht zu behandeln. Eine Pathologie, die zu *Li* vorgedrungen ist, kann weiter nach innen zu *Nei* fortschreiten und die Organe schädigen; die Pathologie kann chronisch werden und potentiell gravierender sein.

- **Hitze-Kälte:** Bestimmt vor allem den Charakter der Krankheit und ihre klinischen Manifestationen, etwa Hitze, Beschleunigung, Rötung, Trockenheit usw. Diese Unterscheidung wird auch oft vollzogen, um die *Yin-Yang*-Kategorisierung zu untermauern: Eine *Yin*-Erkrankung bessert sich bei Wärme und verschlimmert sich bei Kälte. Bei einer *Yang*-Erkrankung ist es umgekehrt.
- **Überschuss-Mangel** (*Shi-Xu*, Fülle-Leere): Hierbei handelt es sich um ein sehr wichtiges diagnostisches Konzept. Es beurteilt zum einen den Zustand einer *Yin*- bzw. *Yang*-Störung, d.h., ob eine *Yang*-Störung durch eine *Yang*-Fülle oder durch eine *Yin*-Leere bedingt ist oder ob eine *Yin*-Störung auf eine *Yin*-Fülle oder eher *Yang*-Leere zurückzuführen ist. Diese Einschätzung ist von eminenter Wichtigkeit, da sie zu vollkommen unterschiedlichen Therapieansätzen führt: Auffüllen (Tonisieren) einer Leere oder Verringern (Sedieren) einer Fülle. Zum anderen wird durch das Konzept von *Shi* (Fülle) und *Xu* (Leere) auch das Vorhandensein eines äußeren pathogenen Faktors (Überschuss bzw. Fülle) und die Schwäche der Wahren Energie (Mangel bzw. Leere) untersucht. Normalerweise sollte der Begriff „Überschuss“ nur bei einem Übermaß eines der „Sechs Übel“ (Wind, Kälte, Hitze, Feuer, Feuchtigkeit oder Trockenheit) verwendet werden, obschon der Begriff in den meisten Werken auch für Überschuss-Störungen verwendet wird, die aufgrund innerer Ursachen entstanden sind, etwa Stagnationen oder Emotionen. Ein ausgeglichenes System erzeugt keine überschüssige Energie, sodass bei

einem offensichtlichen Überschuss (etwa bei Hyperaktivität) entweder das Kontrollsystem nicht funktioniert (Mangel) oder die Energie nicht frei fließt und sich in einem Areal ansammelt (Stagnation). Anders gesagt, ist „Stagnation“ das innere Gegenstück zu „Überschuss“.

Es ist sehr aufschlussreich, die Acht diagnostischen Prinzipien auf ein Symptom wie Schmerz anzuwenden, da man auf direkte Weise viele Informationen sammeln kann. Beispielsweise verschlimmert sich ein *Yang*-Typ-Kopfschmerz bei Wärme oder hellem Licht, ein Mangel- bzw. Leerschmerz bessert sich bei Druck, wohinge-

gen sich ein Schmerz vom Überschuss-Typus bei Druck verschlimmert. Eine Stagnation wird durch Bewegung oder Wärme gelindert und verschlimmert sich durch Ausruhen oder Kälte.

Bei bestimmten pathologischen Störungen wie etwa organischen Erkrankungen, mechanischen (osteopathischen) Dysfunktionen, Tumoren, Narbengewebe oder bestimmten neurologischen Krankheiten kann es vorkommen, dass das Symptom kein in sich stimmiges Muster nach den Acht diagnostischen Prinzipien ergibt, z. B. Schmerzen, die sich sowohl bei Wärme als auch Kälte oder sowohl bei Ruhe als auch Aktivität verschlimmern.

## 2.3 Drei (San 三) Trilogie: Himmel – Mensch – Erde

Nach dem dialektischen System von Himmel und Erde steht der Himmel für die *Yang*-Energien, die Erde für die *Yin*-Energien. Der Mensch symbolisiert all das, was erschaffen wurde, d. h. die Interaktion zwischen *Yin* und *Yang* und alle möglichen Kombinationen (► Abb. 2.9).

*Das reine und klare Element des Lichts steht für den Himmel, das trübe Element der Dunkelheit für die Erde.*

*Su Wen* (Reine Fragen), Kapitel 5

*Alles Erschaffene wird vom Himmel bedeckt und von der Erde gestützt.*

*Su Wen* (Reine Fragen), Kapitel 6

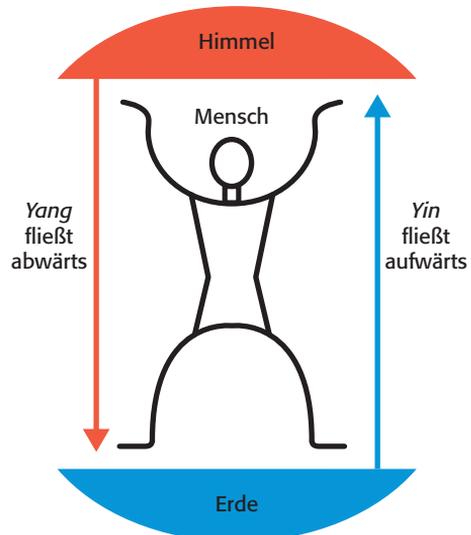


Abb. 2.9 Trilogie: Himmel – Mensch – Erde.