

Dr. med. Rainer Bohlayer

Arzt - Akupunktur - Psychotherapie - Homöopathie
Tätigkeitsschwerpunkt: Chinesische Medizin - Qigong

Marktstraße 12
76275 Ettlingen (am Marktplatz)
Tel. 07243/6059789
Email: bohlayer@tcm-ettlingen.de
Internet: www.tcm-ettlingen.de

Vortrag beim Förderkreis für Ganzheitsmedizin Bad Herrenalb am 3.4.2009

Heilung in der Einheit des Lebens finden - warum wir auch im Westen die Chinesische Medizin brauchen

Meinem Vortrag möchte ich eine Aussage des chinesischen Philosophen Liu Zhou aus dem 6. Jahrhundert voranstellen. In knappen Worten benennt er die Quintessenz meines heutigen Themas:

*„Wenn der Geist friedlich ist, ist das Herz in Harmonie;
wenn das Herz in Harmonie ist, ist der Körper ganz.
Wenn man den physischen Körper heilen möchte, muss man [auch] den Geist regulieren“*

Mit diesen Worten sagt Liu Zhou, dass Heilung im geistigen Bereich beginnt. „Geist“ umfasst in der chinesischen Philosophie und Medizin das weite Feld des personalen und des transpersonalen Bewusstseins und wird als Shen bezeichnet. Zu seiner Zeit, als die Körpermedizin noch lange nicht ihren heutigen umfangreichen Wissensstand erreicht hatte, war ein Behandlungsansatz über die Ebene des Geistes der einzig Erfolg versprechende und eine nicht infrage gestellte Grundbedingung für Heilung.

Aber wozu brauchen wir heute eine östliche Medizintradition im Westen? Haben wir doch inzwischen hier eine hocheffiziente naturwissenschaftliche Medizin entwickelt!

Ja, das stimmt. Und die westliche Schulmedizin ist auch unverzichtbar bei akuten oder lebensbedrohenden Erkrankungen besonders natürlich im Bereich der Krankenhausbehandlung. Aber ihr Erfolg bei körperlichen Krankheiten hat häufig vergessen lassen, dass es im Menschen neben dem Körper auch eine energetische, eine psychische und eine geistig-seelische Ebene gibt. Was aber noch schwerer wiegt: Sie hat – das in früheren Zeiten auch bei uns vorhandene – Bewusstsein dafür verloren, dass diese Bereiche eine untrennbare Einheit, ein Kontinuum, bilden. Auch wenn sich im letzten Jahrhundert Psychosomatik und Psychotherapie als medizinische Fächer etablieren konnten, so hat sich im allgemeinen medizinischen Denken immer noch nicht die Erkenntnis der Ganzheitlichkeit des menschlichen Lebens mit den daraus zu ziehenden praktischen Konsequenzen für Diagnostik und Therapie durchgesetzt.

Und wenn wir weg von der Klinik in die Praxen niedergelassener Ärzte schauen, so fällt auf, dass dort die Mehrzahl der Patienten gerade nicht an nur körperlichen oder nur psychischen Krankheiten, sondern an funktionellen und psychosomatischen Störungen leiden wie z. B. Kopfschmerzen, Allergien, Verdauungsstörungen oder Schmerzsyndromen. Bei diesen Krankheiten sind mehrere Ebenen gleichzeitig betroffen und die Suche nach der einen behandelbaren Ursache bleibt erfolglos.

In diesem Bereich hat die westliche Medizin ihre Schwächen und betreibt häufig mangels geeigneter Therapiemöglichkeiten eine nur an den körperlichen Symptomen orientierte Yang-betonte, das heißt sehr aggressive Therapie mit der gleichzeitigen Gabe zahlreicher unterschiedlicher Medikamente, die meist dem „Anti“-Prinzip folgen. Die Behandlung richtet sich z. B. nur mit antientzündlichen Medikamenten gegen Schmerzen oder – ein anderes Beispiel – mit den Hyposensibilisierungsspritzen gegen die durch Pollen ausgelöste allergische Reaktion. Dabei schießt sie – bildlich gesprochen - oft unangepasst mit Kanonen auf Spatzen und trifft häufig daneben, d.h. der Patient wird durch zahlreiche Nebenwirkungen belastet. Methoden der Regulationsmedizin, wie die chinesische Medizin oder die Homöopathie dagegen verfügen hier über wirkungsvollere Maßnahmen, die das gestörte Funktionsgleichgewicht wieder herstellen können. Sie stoßen die Eigenregulation an und unterstützen nach dem Pro-Prinzip die gesunden Anteile im Organismus. Sie sind sanfter, also yin-betont und regenerieren die Ressourcen, dies auch parallel zu einer notwendigen schulmedizinischen Therapie.

Die Welt der Technik, der westlichen Medizin und der klassischen Naturwissenschaften vor der Ära der modernen Physik wird bestimmt vom Kausalitäts-Prinzip, das sie unzweifelhaft zu großen Erfolgen geführt hat: Jede Erscheinung wird auf eine Ursache zurückgeführt, so entsteht eine eindimensionale lineare Ursachen-Wirkungs-Kette in der Zeit. In der Vergangenheit suchen wir nach den Gründen für gegenwärtige Ereignisse und aus diesen wiederum versuchen wir Aussagen über die Zukunft zu begründen. Der gegenwärtige Moment, das Jetzt, in dem ich lebe, ist kaum in unserem Bewusstsein.

Das damit verbundene analytische Vorgehen nimmt nur das zur Kenntnis, was greifbar und messbar ist. Es erforscht die Dinge bis in immer kleinere Dimensionen. Dabei erkennt es immer mehr und kleinere Einzelbausteine, die aber immer weniger in ihrem Gesamtzusammenhang in einem Wirkungsgefüge verstanden werden. Jede neue Erkenntnis wirft eine Vielzahl neuer Fragen auf.

Auch die westliche Medizin folgt dieser Denkweise, sie stellt deswegen den objektiv durch die körperliche und technische Untersuchung erhobenen *Befund, das was sichtbar und messbar ist* in den Mittelpunkt von Diagnose und Therapie. Heilung geschieht aber nicht allein auf der körperlichen und biochemischen Lebensebene, die die westliche Medizin erfolgreich erforscht hat – aber wo dann?

Der Mensch lebt in einer komplexen Wirklichkeit, die mit allen Lebewesen, Pflanzen und der ganzen natürlichen Umgebung des Erdballs vernetzt ist und die eben nicht nur eindimensional nach dem erwähnten Ursache-Wirkungsprinzip abgebildet werden kann.

Das Paradoxe ist, dass die eben beschriebene analytisch arbeitende Naturwissenschaft schon vor 80 Jahren im Bereich der sogenannten modernen Physik zu dieser Erkenntnis gekommen ist. In der Quantenphysik verlieren Zeit und Raum ihre früher als unveränderlich angesehene Definition und werden relativ. Materie löst sich praktisch in Nichts auf, je weiter wir in die kleinsten Dimensionen vordringen. Aber nur wenig von dieser neuen revolutionären Weltsicht hat Eingang in die anderen Lebensbereiche gefunden. Das alte Paradigma bestimmt unbewusst weiter unser Denken und Handeln. Aber es wird immer drängender, auch in der Medizin den vorherrschenden Materiebegriff durch den Feldbegriff abzulösen.

Die alten geistigen Schulen des Ostens und deren Medizintraditionen haben schon vor mehr als 2000 Jahren in einer anderen Denkweise und Sprache die neue Sicht der Wirklichkeit der modernen Physik vorweggenommen. Sie folgen einem grundsätzlich erweiterten Weltbild, das mehrdimensional in vernetzten Regelkreisen denkt. Es basiert nicht auf den materiell fassbaren Erscheinungen, sondern auf einem Prinzip universeller Energie, die alle Bereiche durchwirkt. Dabei hat die Chinesische Medizin ihre Theorie und Praxis in vieltausendjähriger Erfahrung am weitesten entwickelt und immer neu an die Anforderungen der jeweiligen Zeit angepasst. Sie hat mit der Theorie der 5 Wandlungsphasen, die auch als die 5 Elemente bezeichnet werden, ein komplexes Ordnungssystem und eine klare Beschreibung gegenseitiger Beeinflussung in fördernden und hemmenden Regelkreisen entwickelt. So können sowohl die Wechselbeziehungen zwischen den Organsystemen im Inneren als auch die Wechselwirkungen zwischen dem Mensch und seiner äußeren Umwelt erklärt werden.

Denselben ständigen Wandel, den wir in der Natur beobachten können, erkennt die chinesische Philosophie auch im menschlichen Leben. Deshalb betrachtet sie das menschliche Leben als Mikrokosmos, als ein Spiegelbild der Vorgänge im Makrokosmos der Natur.

Jede der 5 Wandlungsphasen fasst Erscheinungen und Lebensvorgänge zusammen, die von einer besonderen Färbung oder Tönung der universellen Lebensenergie geprägt sind. Dabei werden **bildhafte, analoge Zuordnungen** verwendet. Das Wort **"Analog"** bedeutet die gedankliche Verbindung von Erscheinungen in verschiedenen Daseinsbereichen (z. B. in der Natur und beim Menschen) über Entsprechungen und Ähnlichkeiten in ihrem Erscheinungsbild.

Ein Beispiel: Im Zyklus der Wandlungsphasen finden wir *Metall* im absteigenden Bereich zwischen dem höchsten Yang des Feuers, das heißt höchster Aktivität und dem tiefsten Yin des Wassers, das heißt größter Ruhe. Beziehen wir die Wandlungsphasen auf die Jahreszeiten, dann werden wir an dieser Stelle als logische Entsprechung den „*Herbst*“ einordnen, beziehen wir uns auf ein menschliches Leben, befinden wir uns im *Herbst des Lebens, der Zeit des oder der weisen Alten*, beziehen wir uns auf den Tageslauf, dann assoziieren wir *Abend*. Am Abend geht die Sonne im Westen unter, also werden wir in Analogie die Himmelsrichtung Westen hier einordnen. usw. Die besondere Färbung oder Tönung der Metallenergie ist das Thema Loslassen und Rückkehr zum Essentiellen, so wie die Pflanze nach dem Abwurf der Blätter im Herbst in ihrem Samen überwintert.

Wie der Philosophie liegt auch der CM ein völlig schlüssiges, logisches Gedankengebäude zugrunde, das jedoch unserem westlichen kausalen Denkschema von Ursache und Wirkung völlig entgegengesetzt ist. Beziehungen zwischen den verschiedenen inneren Lebensvorgängen einerseits und den damit verbundenen nach außen gerichteten Lebensäußerungen und sichtbaren Erscheinungen werden über die eben dargestellten analogen Assoziationen und Entsprechungen im Sinne einer Resonanz hergestellt.

Im Menschen entsprechen den 5 Wandlungsphasen der Natur (oder "Elemente": Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser) die **5 Funktionskreise**, denen sowohl Körperorgane, Körperfunktionen als auch Gefühle und Sinnesfunktionen zugeordnet werden:

So gilt für das obige Beispiel: Der Wandlungsphase Metall wird der Funktionskreis Lunge zugeordnet: Die Notwendigkeit loszulassen, spiegeln Lunge und Dickdarm wieder: Ausatmen und nicht mehr benötigtes über den Stuhl abgeben. Im psychischen Bereich erfordert jedes Loslassen einen notwendigen Trauerprozess, eine Zeit des Rückzugs und Abgrenzung. Die Haut hat wiederum körperlich die Funktion, nach außen abzugrenzen und die Durchlässigkeit zu regulieren. Trockenheit, der klimatische Faktor von Metall schädigt im Übermaß die Lunge, die Haut und das zugeordnete Sinnesorgan "Nase".

Auch unsere Sprache kennt diese Zusammenhänge:

„Etwas geht mir unter die Haut“, „humor-los“, „saft- und kraftlos“ spiegelt eine übermäßige innere Trockenheit wieder, „eine traurige Gestalt“, „ein Stein liegt mir auf der Brust“

Wollen wir erfolgreich Erkrankungen der Atemwege, seien es Infekte oder Allergien, behandeln, so werden wir diagnostisch und therapeutisch all diese Faktoren berücksichtigen müssen.

Für die chinesische Diagnostik und Behandlung ist somit das Krankheits"bild" wichtiger als die Ursache einer Erkrankung. Dieses Krankheitsbild wird aber vom Arzt in seinen feinsten Ausprägungen auf körperlicher, psychischer und geistiger Ebene und auch in seinem Bezug zur Außenwelt (den Mitmenschen, der Natur und dem Kosmos) betrachtet. In der Medizin wird deshalb neben dem Befund auch das subjektive *Befinden* des Heilung suchenden Menschen in die Überlegungen mit einbezogen.

So wird klar, dass die Chinesische Medizin Krankheit nicht als isolierte Erscheinung an bestimmten Organen betrachtet. Beschwerden sind vielmehr immer Hinweise auf eine Störung des Gesamtorganismus in seinem Umfeld. Kein Bereich des Körpers, kein Organ kann unabhängig vom anderen betrachtet werden: Die Körperoberfläche und das Innere, ebenso wie Körper und Seele bilden eine Einheit, verbunden durch die Energieleitbahnen der Meridiane. Auch nach Außen ist der Mensch über das energetische Feld untrennbar mit der Natur und Umwelt verbunden.

Wir wollen uns den eben erwähnten Aspekt einer universellen Lebensenergie noch etwas genauer anschauen:

Die CM hat erkannt, dass die Bedingungen für Gesundheit und Krankheit im weiten Feld der universellen Lebensenergie liegen, das als Kontinuum vom grobstofflichen Bereich der Materie über die energetische Ebene bis in die feinstofflichste Bewusstseinssebene reicht. Dafür steht der Begriff des Qi.

Qi hat einerseits einen Yang-Aspekt. Es erschafft und erhält jegliches Leben und jede materielle Form im Kosmos. Gleichzeitig ist alles im Universum Existierende Qi: die Gestirne, Meere, Kontinente, Pflanzen, Tiere und der Mensch. Qi hat also auch einen Yin-Aspekt. Die Unmöglichkeit, Materie und Energie zu trennen, dies auch eine Erkenntnis der modernen Physik, wird hier schon vorweggenommen, da auch Yin, Yang und Qi eine untrennbare Einheit bilden. Qi ist Materie, energetische Potenz und Geist in einem. Im Makrokosmos erscheint es als Himmel, entsprechend dem Yang, als Erde, entsprechend dem Yin und als Mensch, der dem Qi entspricht (die 3 Kräfte), bezogen auf den Mikrokosmos Mensch als Geist Shen, entsprechend Yang, als Körper, entsprechend dem Yin und als Qi (die 3 Schätze).

Im Menschen zeigt sich der Yang-Charakter des Qi in den mehr feinstofflichen, hochfrequent schwingenden Erscheinungen des Lebens. Das sind alle Körperfunktionen und das Erleben von Gedanken, Gefühlen, Träumen und Sinneswahrnehmungen sowie geistige Erfahrungen.

Der Yin-Charakter des Qi manifestiert sich in mehr stofflicher, niederfrequent schwingender Form. Das ist die physische Erscheinung des Körpers. Die Einheit des Lebens wird über Qi vermittelt.

Auf der Ebene des Qi gibt es keine wesentliche Unterscheidung zwischen Körper und Geist oder zwischen Soma und Psyche. Sie unterscheiden sich nur durch ihre Schwingungsfrequenz. Da Qi aus dem Wechselspiel von Yin und Yang entsteht, unterliegt es einem dauernden Wandel. Ist der Wandel, also der Fluss des Qi, unterbrochen, so fühlt sich der Mensch krank. Krankheitssymptome zeigen sich dann auf allen Ebenen des menschlichen Lebens in diesem Kontinuum aller Schwingungsfrequenzen. Die CM fasziniert durch dieses einmalige Krankheitsverständnis, das Körper, Psyche und Geist ganz selbstverständlich und tiefgehend vereinigt. Psychische Faktoren wie Wut, Trauer Angst usw. werden gleichrangig in die Überlegungen einbezogen wie körperliche Symptome und auslösende äußere Krankheitsfaktoren aus der Umwelt z.B. Wind, Trockenheit, Kälte oder Krankheitserreger. Jeder Mensch reagiert in seinem Kranksein ganzheitlich körperlich und psychisch.

Das bedeutet auch, dass der Arzt immer das Ganze im Blick haben muss und Krankheitssymptome auf allen diesen Ebenen gleichzeitig zu erwarten sind.

Dazu das Fallbeispiel

Nach jahrelanger Beschwerdefreiheit erkrankt die 10-jährige Sonja im Oktober plötzlich wieder mit Asthmasymptomen und zieht sich gleichzeitig aus den Kontakten mit anderen Kindern zurück. Die Abklärung gibt keine Hinweise auf einen schweren Infekt oder eine Allergie. Bei der weiteren Erkundung des Umfelds stellt sich heraus, dass Sonja vor 3 Monaten nach der 4. Klasse aus der Grundschule verabschiedet wurde. Vor kurzem ist zudem die geliebte Großmutter gestorben, ohne dass Sonja danach eine starke Gefühlreaktion gezeigt hat. Sonja litt letztmals an einer Asthmaepisode, als sie mit 3 Jahren in den Kindergarten kam und nicht mehr wie bisher gewohnt tagsüber bei der Oma versorgt wurde.

Asthma ist eine Erkrankung im Funktionskreis Lunge, in der Wandlungsphase Metall. Anhand der von Sonjas Eltern im Gespräch selbst hergestellten gefühlsmäßigen Assoziationen zu den bildhaften Entsprechungen der Wandlungsphase Metall wie *Herbst, Abschied, Trauer, Rückzug, Lunge, Loslassen und Ausatmen bzw. Nicht-Loslassen- und Nicht-Ausatmen-Können* gelingt es, ihnen die psychosomatischen Zusammenhänge des jetzigen, erneuten Ausbruchs der Krankheit deutlich zu machen. Nun gestehen sich die Eltern auch ihre eigene Trauer als angemessene und notwendige Reaktion ein und ermöglichen damit auch ihrer Tochter eine Zeit der Trauer um den Verlust der Oma und das Ende der Grundschulzeit. Sonja hat im weiteren Verlauf den Neuanfang in der weiterführenden Schule gut bewältigt.

Ich habe bereits erwähnt, dass die meisten Erkrankungen funktioneller und psycho-somatischer Natur sind, wo wir zunächst keine Organschädigungen nachweisen können. Die Symptome sind vielmehr Anzeichen für Regulationsstörungen auf der energetischen Ebene und zugleich Warnzeichen vor dem Sichtbarwerden unumkehrbarer körperlicher Symptome. Die chinesische Medizin kann hier erfolgreich regulierend auf der energetischen Ebene behandeln, bevor chronische organische Krankheiten entstehen gemäß der Weisheit: *„Grabe einen Brunnen, bevor du Durst verspürst“*. CM und Akupunktur und das dahinter stehende Krankheitsverständnis fördern also den so wichtigen Aspekt der Vorbeugung, zumal auch eine altersgerechte Ernährung und Lebensführung sowie die Bewegungstherapie des Qigong und Massagetechniken (Akupressur, Tuina) wichtige Maßnahmen der CM sind.

Vorhin hatten wir die Frage gestellt: wo geschieht Heilung? Wir können nun die Antwort geben: nicht nur auf der körperlichen Ebene, sondern im Feld der körperlichen, der energetisch-psychischen und der geistigen Ebene. Letztere reicht auch transpersonal über das individuelle Ich hinaus bis zum Ursprung, dem unennbaren Einen des Göttlichen, für das im Chinesischen das Dao steht.

Entsprechend werden therapeutisch alle Ebenen des Lebens in den gemeinsamen Bemühungen des Patienten und des Arztes um Heilung berücksichtigt. „Ebene“ ist dabei im Grunde genommen eine falsche Bezeichnung, da sie Assoziationen zu den durch Geschossdecken getrennten Etagen eines Hauses wecken könnte. Tatsächlich wäre die Komplexität des Lebens eher mit dem Wasser in zunehmenden Tiefen des Ozeans zu vergleichen: die oberflächliche, bewegte Welle wie die dunkelste, ruhende Tiefsee bilden eine Ganzheit. Heilung geschieht in allen Tiefen des Ozeans des Lebens.

So verstehe ich auch Ganzheitliche Medizin, das Thema meiner Praxisarbeit: Mein Anliegen ist es, das Leben und die Krankheit des Menschen, der sich mir anvertraut, nach und nach in seiner ganzen Tiefe zu erfassen, um Heilung in einem umfassenden Sinn in der Einheit des Lebens möglich zu machen.

Arzt und Patient erkunden im Dialog die Entstehung der Krankheit und beziehen die ganze Lebensbiographie und die Umwelt mit ein.

Eine ganzheitlich ausgerichtete, tradiertes östliches und modernes westliches Wissen verbindende Medizin gibt dem kranken Menschen seine Eigenverantwortung zurück und lehrt ihn, Vertrauen in die eigene Heilkraft zu entwickeln. Der Patient erfährt, dass er mehr ist als seine Krankheit, trotz seiner Krankheit ein ganzer Mensch.

Nachdem wir uns der Frage des „wo“ angenähert haben, bleibt noch die Frage „Wie geschieht Heilung?“ Um diese Frage beantworten zu können, gehen wir in einem Exkurs den Begriffen Krankheit, Gesundheit und Heilung nach.

Fühlt sich ein Mensch unwohl oder krank, so drückt er seine innere Erfahrung konkret über die Sprache aus, wenn er fragt:

„Was fehlt mir?“
oder aber auch „Was habe ich?“ und „Was hat mich befallen?“.

Was stimmt denn nun? Fehlt dem Menschen etwas oder hat er etwas Unerwünschtes, Schädigendes zuviel, wenn er krank ist?

Auch für eine mögliche Antwort darauf können wir die Sprache befragen, die symbolisch tiefes psychisches Erleben und kollektive Erfahrungen der Menschheit ausdrückt.

Beginnen wir mit der ersten Aussage: Ein Patient sagt vielleicht:

„Mir fehlt etwas, mach mich heil und ganz.“

Einerseits empfinden viele Kranke, dass ihnen etwas fehlt oder genommen wurde. Vielleicht ist auch etwas „zerbrochen“. Sie fühlen sich krank, weil sie sich als unvollständig oder innerlich fragmentiert und unverbunden erleben. Diese Menschen möchten wieder heil (auch heilig?) werden, sie erhoffen Heilung. Kinder sprechen oft davon, dass etwas wieder „ganz“ gemacht werden soll, wenn sie krank oder verletzt sind.

Was fehlt aber zum „Ganz“-Sein?

Gehört dazu nicht auch Eins-Sein?

Heilt die heutige Medizin diesen Mangel oder fehlt auch ihr etwas?

Vor dem Versuch einer Antwort werfen wir zunächst einen Blick auf die zweite Erfahrung von Krankheit:

Fülle Ein anderer Patient sagt vielleicht:

„Ich habe etwas, mach es weg.“

Ein Patient, der dies sagt, fühlt sich „angegriffen“, wenn er krank wird. Auch die Wissenschaft bestätigt dieses Empfinden, denn oft greifen wirklich Viren, Bakterien oder Parasiten an. Sie „befallen“ den Körper oder ein Organ, der Mensch „hat“ eine Krankheit.

Im psychischen Bereich kann das soweit gehen, dass sich der Patient wie von fremden Gedanken „überwältigt“ oder im Extremfall sogar von einer anderen Person oder einem Geist „besessen“ fühlt. Besonders im Schamanismus trifft man auf die Überzeugung, dass äußere Einflüsse, Geister oder Dämonen den Patienten „besetzen“ und ihn krank machen.

Leere auffüllen – Fülle beseitigen

Hat der Arzt nun die Aufgabe, einen Mangel zu beheben und den Patienten wieder „ganz“ zu machen - oder doch eher den Auftrag, die Krankheit zu beseitigen, ein Zuviel wegzunehmen? Kann er beides überhaupt allein vollbringen?

Was bewirkt die Heilung?

Je nach Krankheit kann es zur Besserung beitragen, wenn der Arzt etwas hinzufügt bzw. wenn er etwas nimmt oder beseitigt. Ein fehlendes Vitamin muss zugeführt, ein entzündeter Blinddarm entfernt werden. Dies hilft dem Patienten, Heilung oder Ganzheit bedeutet es aber noch nicht.

In der Chinesischen Medizin trifft in der Regel beides zu: Krankheit ist ein Mangel und ein Zuviel. Denn der Patient hat die Harmonie, das gesunde innere Gleichgewicht verloren.

- Die Wahrnehmung eines Kranken, „nicht rund zu laufen“ und den inneren Fluss als unterbrochen zu empfinden, reflektiert die Chinesische Medizin im Bild der gestörten Regulationszyklen in den Fünf Wandlungsphasen und ihren Funktionskreisen
- *Yin* und *Yang* sind während einer Krankheit nicht mehr im Gleichgewicht und im stetigen Austausch. Das eine ist im Mangel und somit unweigerlich das andere im Überschuss.
- Die Innenwelt steht in ständigem Austausch mit der Außenwelt. Der Mensch kann sich gegen äußere Einflüsse abschotten und den Austausch blockieren, auch dann „fehlt“ ihm etwas.

- Er kann sich aber auch Einflüssen von außen zu sehr öffnen und wird von etwas „befallen“. Ursache dafür ist häufig eine innere Leere, die für eine dauerhafte Besserung therapeutisch genährt werden muss.
- Manchmal wird primär ein Leere-Zustand, z. B. eine Erschöpfung diagnostiziert. Doch hat dieser häufig wiederum seinen Ursprung in einem Zuviel, im Einwirken schädlicher Faktoren in der Vergangenheit.

Ziel der Behandlung nach den Prinzipien der CM ist, Qi in allen Schwingungsfrequenzen wieder in Fluss zu bringen, um Mangel und Fülle auszugleichen. Sie spricht alle Schwingungsebenen des Lebens vom Körper über Qi bis zum Geist Shen an: Dies geschieht über eine natürliche Ernährung nach den 5 Elementen (Diätetik), Arzneipflanzentherapie, Akupunktur, Tuina-Massage und ebenso Maßnahmen, die als „Lebenspflege“ bezeichnet werden wie z. B. Qigong sowie eine Lebensweise im Einklang mit der Umwelt, letztendlich auch über die Anwesenheit des Therapeuten und dessen direkten energetischen „Ein-fluss“ auf den Patienten,

Die Chinesische Medizin denkt immer an das Ganze und ist deswegen von Haus aus eine ökologische, globale Medizin, die sehr früh die Bedeutung einer intakten familiären, sozialen und natürlichen Umwelt erkannt hat. Es gibt zahlreiche Faktoren, die die Gesundheit während des ganzen Lebens positiv beeinflussen. Dazu zählen eine liebevoll erlebte Kindheit und Familie, die familiäre und soziale Unterstützung auch im späteren Leben und die Bewahrung traditioneller und kultureller Werte sowie das Leben in einer intakten natürlichen Umwelt.

Der Arzt, der Chinesische Medizin mit psychosomatischen Aspekten westlicher Medizin verbindet, bezieht in sein Behandlungskonzept auch die Bearbeitung früherer psychischer Verletzungen und notwendige Verhaltensmodifikationen in der Gegenwart ein.

Und trotzdem: Auch wenn der Arzt mit Hilfe der Chinesischen Medizin gleichzeitig pathologische Fülle zerstreut und Leere ergänzt, führt das immer noch nicht zur Heilung. Die anfängliche Frage ist nur insoweit geklärt, dass in einer medizinischen Behandlung meist beides erforderlich ist: etwas wegnehmen und etwas hinzufügen.

Der Mensch ist nicht nur auf körperlicher und psychischer Ebene krank. Im Kranksein ist auch die Seele und der Bewusstseinsbereich mit einbezogen. Das ganze Kontinuum im Spektrum aller Lebensäußerungen ist betroffen:

„Ich bin krank“

lautet die zutreffende Aussage, nicht „Mir fehlt etwas“ oder „Ich habe eine Krankheit“.

„Ich bin krank und werde ganz im heilenden Feld bedingungsloser Liebe.“

Damit drücke ich aus, dass die eigentliche Heilung nicht der Arzt allein vollbringen kann. Dazu bedarf es der Unterstützung des heilenden Feldes, zu dem Arzt und Patient in westlichen Praxen nur schwer Zugang finden. Im Hinblick auf diesen Aspekt fehlt der westlichen Medizin häufig das Essentielle, um heilsam sein zu können.

Die alte „klassische“ Chinesische Medizin dagegen, die jedoch im revolutionären China unterdrückt und teilweise vernichtet wurde, gründet auf daoistischen und buddhistischen Einsichten. Sie betrachtet den Mensch nicht als das unabhängige Einzelwesen, als das sich der westliche Mensch etwas überheblich, aber dafür oft sehr „einsam“ fühlt. Die alte Chinesische Medizin sah den Menschen eingebunden in immer weitere Zusammenhänge im Feld zwischen Himmel und Erde, beiden Energien verbunden und ausgesetzt:

Jeder Mensch lebt eingebettet in die sozialen Bezüge zu den Mitmenschen. Darüber hinaus ist er über das gemeinsame Qi verbunden mit der Tier- und Pflanzenwelt, den Mineralien und der ganzen Erde bis hin zum gesamten Kosmos und dem Qi des Himmels. Modern ausgedrückt lebt jeder Mensch gleichzeitig in vielen Feldern verschiedener Schwingungsfrequenz.

Aus daoistischer Sicht sind Himmel und Erde vor der Erschaffung des Menschen zunächst getrennt und sehnen sich nach Vereinigung. Der Mensch als Spezies und als Individuum hat die Aufgabe, sein Leben zunächst einmal in dieser Spannung der Dualität anzunehmen. Erfüllung und seinen Lebenssinn findet er in der Aufhebung der Trennung von Himmel und Erde. Darin liegt die Chance zum Heil-Sein, zum Ganz-Sein sowohl für den Mensch als auch für Himmel und Erde.

Dies gelingt, wenn der Mensch über den Körper, Qi und den Geist (Shen) Anbindung an beide Pole findet und sie so wiedervereint:

- Das obere *Dantian* und *Bai Hui* (Du 20 – Zusammenkunft aller Leitbahnen) ermöglichen im gesunden Zustand seine Öffnung zum Himmel.
- Das untere *Dantian* und *Yong Quan* (Ni 1 – Sprudelnde Quelle) an den Fußpunkten bringen ihn mit der Erde in Verbindung.
- Das mittlere *Dantian* im Bereich des Herzens und des Solarplexus und die *Lao-Gong*-Punkte (Pe 8 – Palast der Mühen) in den Händen öffnen ihn zu den Menschen.

Der Mensch wird krank, wenn er aus der Harmonie mit Himmel, Erde und den Mitmenschen heraus fällt. Wenn der Mensch anerkennt, dass sich sein Dasein zunächst nur in der Spannung zwischen Himmel und Erde, also in der Dualität entfalten kann, dann ist das Tor offen für die Entdeckung eines Weges in die Non-Dualität im Eins-Sein des Unbenennbaren *Dao* jenseits von Himmel und Erde. Auch ein äußerlich kranker Mensch kann innere Heilung erfahren im heilenden Feld der Einheit mit dem Großen Ganzen. Nicht nur mit diesem verbunden, sondern eher nach dem holistischen Prinzip als ein Teil davon, der doch zugleich das Ganze ist. Er ist nicht einsam oder allein, sondern all-ein, d.h. eins mit dem All.

Dieses Bewusstsein von Heilung war allerdings nicht Bestandteil der chinesischen Alltagsmedizin, sondern auf wenige Meister beschränkt. Die große Mehrheit der Menschen lebte in Abhängigkeit und hatte nicht die Möglichkeit, Verantwortung für sich und ihre Heilung zu übernehmen. Inzwischen beschleunigt sich die Bewusstseinsentwicklung und erfasst einen immer größeren Teil der Menschheit. Wir leben nicht mehr in der Zeit der „Geheimlehren“, Wissen und Weisheit sind heute allgemein zugänglich. Es ist unsere Aufgabe, nicht nur die sog. TCM wieder mit ihren Wurzeln der KTM zu verbinden, um ihr Absterben zu verhindern, sondern die CM auch zusammenzuführen mit westlichen geistigen Traditionen und den Erkenntnissen der modernen Naturwissenschaften. Eine moderne integrale Medizin hat hier die Chance zu einem Quantensprung in ihrer Entwicklung.

Was bedeutet nun Heilung? Wie geschieht Heilung?

Die eigentliche Heilung liegt nicht in menschlichem Ermessen. Ärzte können nur Werkzeug sein, sich zur Verfügung stellen. Heilung bedeutet, symbolisch ausgedrückt, nicht nur die Wiederherstellung der Harmonie von *Yin* und *Yang* im Mikrokosmos des Körpers, sondern auch der Resonanz mit dem Makrokosmos von „Himmel und Erde“. Dann ist der Mensch „ganz“: in der Erde verwurzelt und geöffnet zum Himmel.

Hierin kann der Arzt den Patienten begleiten und unterstützen, in aller Bescheidenheit, v. a. in dem er sich selbst um diese Verankerung und Öffnung bemüht. Dann kann das *Dao* durch ihn als Mittler wirken. Den Weg zum Patienten findet es über das Herz, über bedingungslose Liebe und Mitgefühl.

Heilung ist auch in größerem Maßstab nötig: Heilung des Makrokosmos, da der Mensch nicht gesunden kann, wenn der Makrokosmos aus dem Gleichgewicht geraten ist. In der Meditation, allein oder in einer Gemeinschaft, kann der Mensch das „morphogenetische“ Feld positiver Energien und Kräfte verstärken mit dem Ziel einer allumfassenden Liebe zu allen Lebewesen, zur Natur und darüber hinaus dem Großen Einen. Erkennen sich Patient und Arzt nicht länger getrennt von den anderen Menschen, von der Tier-, Pflanzen- und Mineralwelt, dann ist es ihnen auch ein Anliegen, über ihre tägliche Arbeit hinaus sinnvoll tätig werden, z. B.:

- zum Ausgleich im mitmenschlichen Bereich beitragen,
- Not leidende Menschen unterstützen und damit in seinem Einflussbereich das Gefälle zwischen reichen und armen Menschen vermindern und
- schonend mit der Tier- und Pflanzenwelt und den Ressourcen dieser Erde umgehen.

Die Frage nach der Heilung des einzelnen Menschen führt weit über die Beziehung von Arzt und Patient hinaus. Der Weg der Heilung gelingt in der Öffnung des individuellen menschlichen Bewusstseins in den Raum des allumfassenden universellen Bewusstseins.

Heilung kann nicht auf rein materieller Ebene gelingen. Aber ebenso falsch wäre es, Heilung zu suchen auf der rein geistigen Ebene in einer nur aufwärts gerichteten inneren Entwicklung auf höhere Ebenen in die erhoffte Überwindung der Dualität. Heilung bedeutet auch sich einzulassen in die abwärts gerichtete Manifestation des Göttlichen auf der Erde. So verlangt Heilung eine gleichzeitig auf- und abwärts gerichtete Bewegung. Diese ist eingebettet in einen immer währenden Zyklus: den Himmel auf die Erde bringen, die materiellen Dinge kreieren und gleichzeitig die Erde hin zum Himmel, zum Ursprung im *Dao*, zu öffnen. Das höchste Äußere entpuppt sich dann oft als das Tiefste Innere: In mir selbst, in meinem Wesenskern erkenne ich das Göttliche in mir.

Mit der Geburt eines Menschen manifestiert sich das Göttliche aus der Non-Dualität heraus in die irdische Erfahrung der Dualität. Die Eltern helfen dem Kind dabei, die Abwärtsbewegung der Erdung gelingen zu lassen, zu oft reißt dabei der zarte silberne Faden des Kontakts zum Himmel. Später kehrt sich die Bewegung um: Während seines ganzen Lebens strebt der Mensch in seiner Entwicklung wieder zum Himmel. Durch die Entfaltung seines Bewusstseins spinnt er den silbernen Faden wieder hinauf, um schließlich im Tod an ihm entlang wieder ins Universum einzugehen und seinen materiellen Anteil auf der Erde zurück zu lassen. Und doch ist es während des Lebens seine Aufgabe, den Kreislauf immer wieder durch den Abstieg zur Erde zu vollenden.

Unser derzeitiges Medizinsystem ist krank und wenig heilsam. Die äußeren Bedingungen sind geprägt von Rationalisierung und Zeitdruck. Ärzte und Therapeuten erleben täglich den Widerspruch zwischen innerem Berufsethos und äußerem Zwang.

Eine Erneuerung kann nicht primär von der Politik, sondern nur von jedem Arzt, aber auch jedem Patienten selbst ausgehen.

Ich habe dazu einmal folgende Kriterien für die innere Haltung im Arztsein formuliert:

- Schaffung eines geschützten Raums im Äußeren aber auch im übertragenen Wortsinn im Inneren
- vor dem Kontakt mit einem Patienten die eigene Mitte finden. Sich „leeren“ von störenden Energien und Gedanken, z. B. durch kurzes inneres Zentrieren und sich auf den Patienten einstimmen
- präsent sein, wirklich Kontakt aufnehmen zum Patienten, sich einlassen: dann ist der Geist Shen anwesend
- Achtung und Respekt vor dem Patienten und Wahrung seiner Würde auch dann, wenn er zur Zeit offensichtlich nur ungenügend mit den Anforderungen des Lebens und einer Erkrankung umgehen kann
- die Bereitschaft, jeden Patienten so anzunehmen, wie er ist
- Offenheit, Natürlichkeit, Wärme und Menschlichkeit
- die Weite der intuitiven Wahrnehmung bei der Anamnese verdichtet sich in der Therapie zur zielgerichteten Absicht, die das Qi bei der Behandlung lenkt. Ist der Arzt zerstreut, dann zerstreut sich auch das Qi.

Zusammengefasst :

- Unsere eigene Wahrhaftigkeit ist der größte Schutz für den Patienten und gleichzeitig unser größtes Potential als Arzt (zitiert nach Platsch).

Eine heilende Medizin wirkt jenseits der Methoden, verzichtet auf Grabenkämpfe zwischen Schulmedizin und Komplementärmedizin. Sie bewahrt vorurteilsfrei die Achtung vor jedem Patienten und Ärzten aller methodischen Richtungen, solange Menschlichkeit, Verantwortungsbewusstsein und Liebe das Handeln bestimmen, denn dann ist auch Schulmedizin ganzheitlich. Sie verfolgt die Vision einer integralen Medizin des Bewusstseins.

Das Wort „integral“ bedeutet die Verbindung einzelner Komponenten nach dem holistischen Prinzip zu einem umfassenden Neuen-Ganzen. Das neu Entstandene, von E. Laszlo als Holos oder Ken Wilber als Holon bezeichnet, ist mehr als die reine Summe der Eigenschaften der Einzelbestandteile. Die Verschmelzung ist mit einem Quantensprung auf eine höhere Organisationsebene und einem erweiterten Bewusstseinsraum verbunden. Dieser Wortbedeutung folgt auch die Vision einer „Integralen Medizin“: Auch sie ist mehr als eine Erweiterung der Methoden und wird neue Bewusstseinsräume eröffnen.

Die *Yang*-betonte naturwissenschaftliche Medizin des Westens und die *Yin*-betonte Erfahrungsmedizin des Ostens ergänzen sich in ihrer Polarität. Immer mehr Ärzte arbeiten mit beiden Systemen. Doch der Weg führt weiter: naturwissenschaftliche und energetisch-geistige Heilweisen können sich im Alltag nicht nur ergänzen, sondern sich gegenseitig durchdringen und etwas umfassend Neues hervorbringen. Aus der Umarmung von *Yin* und *Yang* bildet sich das *Taiji* oder die *Yin-Yang*-Monade einer ganzheitlichen Medizin im besten Wortsinn.

Da eine derartige Medizin keine der Seins-Ebenen im Kontinuum des *Qi* von Materie und Körperlichkeit bis zum Geist *Shen* leugnet, ist sie selbst „ganz“ und kann sich in einen Bewusstseinsraum öffnen, wo Anbindung an das Eine Ganze, den Urgrund des *Dao* möglich wird. Jegliche Heilung hat dort ihren Ursprung: Dieser Paradigmenwechsel bedeutet einen Quantensprung im medizinischen Bewusstsein und integrale Medizin wird möglich.

Wie weißes Licht auf seinem Weg durch ein Prisma in alle Farben gebrochen wird, so fächert sich die Einheit des Ursprungs im Dao in das Qi-Spektrum der verschiedenen Schwingungsebenen des manifestierten Lebens in der Dualität auf. Die integrale Medizin berücksichtigt alle diese Qi-Ebenen von der grobstofflichen, niederfrequent schwingenden Ebene des Körpers und seiner biochemischen Funktionen bis zur feinstofflichsten, hochfrequenten Ebene des Daseins, dem reinen Bewusstsein. Und je nach Notwendigkeit wirken die konkreten Maßnahmen der integralen Medizin auf die verschiedenen Ebenen des Daseins. Doch immer behält sie das ganze Spektrum im Blick und immer wieder kehrt der Arzt in seinem Inneren zurück zu dem einen Strahl des ungebrochenen weißen Lichts vor dem Prisma. Dort hofft er, sich dem non-dualen universellen Bewusstsein und damit dem Ursprung zu verbinden. Von dort aus kann „Es“ durch ihn heilen. Heilung ist so immer eine Möglichkeit, sie ist aber nicht machbar.

Der Alltag des üblichen „Medizinbetriebs“ steht immer noch in krassem Gegensatz dazu: Je erfolgreicher die naturwissenschaftliche Medizin in der Vergangenheit wurde, desto mehr wuchs die allgemeine Überzeugung, der Arzt heile den Patienten allein durch sein Bemühen und Wissen. Gleichzeitig geriet der einzelne Arzt vermehrt unter inneren und äußeren Erwartungsdruck, jede Krankheit erfolgreich zu therapieren (das Wort be-hand-eln wird bezeichnenderweise nur noch selten benutzt). Der vermeintlich objektive Blick auf die vom Subjekt Mensch isolierte Krankheit verdrängt in der Aufmerksamkeit des Arztes die Sicht auf den ganzen Mensch ihm gegenüber. Es ist keine Zeit mehr, mit dem Patienten zu „sein“, mit ihm, z. B. über Worte, längeren Blickkontakt und die Hände Verbindung aufzunehmen und gemeinsam ein heilendes Feld des Bewusstseins zu kreieren, durch das „Es“ erst heilen kann.

Soll sich hier etwas ändern, ist es notwendig, dass Arzt und Patient zunächst auf der Ebene des täglichen Lebens ihr Eingebundensein in die Kreisläufe von Natur und Kosmos erfahren. Sie erkennen ihre Abhängigkeit und spüren gleichzeitig Geborgenheit. Es reift die Erkenntnis, dass alle Erscheinungen letztendlich eins und ungetrennt sind. Diese Erfahrung kann zum eigenen tiefsten, unverwundbaren Wesenskern führen. Von dort entfalten sich die Kräfte zur eigenen Heilung.

In der alltäglichen Arbeit wird ein Arzt, der diesem Ansatz folgt, den Patienten verantwortlich in die Behandlung einbeziehen: Er nimmt ihn in Liebe an und fordert ihn gleichzeitig auch ein Stück weit, um seine Selbstheilungskräfte und seine Einbindung in sein soziales System zu stärken.

Doch häufig erwartet der Hilfe suchende Patient, da er selbst unter Zeit- und Leistungsdruck steht, vom Arzt eher schnelle Reparatur als Begleitung und ist wenig bereit, aktiv bei der Behandlung mitzuwirken. Zu oft wird die Verantwortung für den Heilerfolg an den Arzt abgegeben, damit aber leider auch die eigene Selbstbestimmung. Die Medizin des vergangenen Jahrhunderts hat dieses Verhalten gefördert, indem sie meinte, zumindest in naher Zukunft alles „machen“ zu können. Dies aber stellt sich immer wieder als Illusion heraus.

In den letzten Jahrzehnten gewinnt eine Gegenbewegung immer größeren Einfluss: Mehr und mehr Menschen besinnen sich wieder auf den reichen Erfahrungsschatz energetischer und geistiger Heilweisen des Ostens aber auch des Westens und gehen einen spirituellen Weg. In entgegengesetzter Richtung findet die westliche Naturwissenschaft, zunächst unbeabsichtigt und aus einem völlig anderen Paradigma heraus, über ihre moderne Grundlagenforschung ebenfalls Anschluss zu den philosophischen Erkenntnissen östlicher Traditionen und erkennt die Grenzen des möglichen Wissens[1]. So schließt sich ein Kreis der Weisheit im Mysterium des Unwissbaren. Der Quantenphysiker und Nobelpreisträger Max Planck hat das so beschrieben: „Ich bin fromm geworden, weil ich zu Ende gedacht habe und dann nicht mehr weiter denken konnte“. Uns sein Kollege Werner Heisenberg, ebenfalls Nobelpreisträger sagte: „ Der erste Trunk aus dem Becher der Naturwissenschaft macht atheistisch, aber auf dem Grund des Bechers wartet Gott“

Das heilende Feld einer ganzheitlichen Medizin erschließt sich auch im Innehalten, in der Meditation, im Gebet, in der Begegnung von Herz zu Herz. So kann durch die Bewusstseinsarbeit jedes Einzelnen die heutige Medizin insgesamt über sich hinaus wachsen.

In einer zukünftigen, integralen Medizin vereinigen sich tiefe persönliche Erfahrungen, Erkenntnisse der westlichen Medizin und moderner Quantenphysik mit der Weisheit alter heilkundlicher und spiritueller Traditionen.

*Kehre zurück zur Quelle
Und finde die Stille.
Das ist der Weg der Natur*
Laotse