

# Drei Yin und Drei Yang: Zur Klärung von Zhang Zhongjings Diagnostischem Ansatz der Sechs Schichten

---

Der Schlüssel zur Heilung innerhalb der Chinesischen Medizin liegt im Verständnis von Yin und Yang. Der bedeutsamste Durchbruch der Weisen im Bereich von Yin und Yang war die Einteilung von Yin und Yang in sechs Sphären oder Segmente – drei Yang- und drei Yin-Segmente:

**Tai Yang** (Großes Yang)  
**Yang Ming** (Helles Yang)  
**Shao Yang** (Kleines Yang)

**Tai Yin** (Großes Yin)  
**Shao Yin** (Kleines Yin)  
**Jue Yin** (Erlöschendes Yin)

Um diese drei Yin und drei Yang zu verstehen, müssen wir zur Natur zurückkehren, in welcher

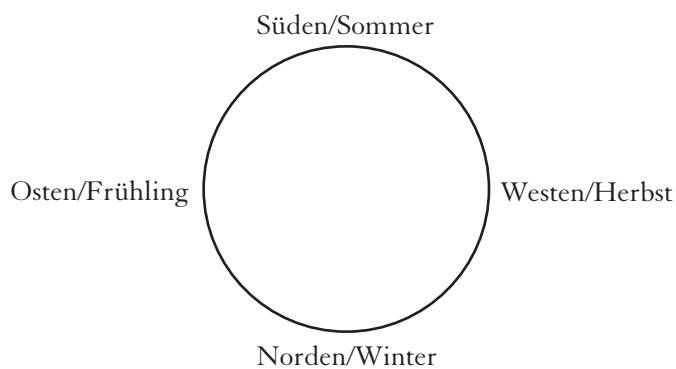
## Yaron Seidman

der ausgeprägteste Yin- und Yang-Zyklus der der Jahreszeiten ist. Bitte beachten Sie, dass in der weiter unten folgenden Abbildung der „Süden“ oben zu finden ist, da innerhalb der chinesischen Kultur und Geschichte alle Landkarten den Süden als zu oberst gelegen abbilden. Der Frühling gehört zum Osten und der Herbst zum Westen. Der Osten ist dort, wo die Sonne

sich erhebt, dort, wo die Energie aufsteigt. Die Energie des Osten ist wie die Frühlingsenergie, in der die Pflanzen aufschließen und die Energie emporsteigt. Der Westen ist die Richtung in der die Sonne untergeht, dort, wo die Energie sich senkt. Die Energie des Herbstes nimmt ab, wenn die Blätter zur Erde fallen.

Die Energie des Universums besitzt vier Stadien: Im Frühling geht es um Geburt, im Sommer um Offenheit/Wachstum, im Herbst um Rückzug und im Winter um Speicherung. Während der vergangenen 500 bis 700 Jahre, begannen einige Praktiker der chinesischen Medizin, mit einem limitierten Verständnis der Alten Wege und folglich einem begrenzten Erkenntnisvermögen für die Tiefe von Yin und Yang, damit, die vier Jahreszeiten in einer Art und Weise logisch zu kategorisieren, die den Verlauf der chinesischen Medizingeschichte verzerrte.

Sie behaupteten, dass Frühling und Sommer, da es hier um ein sich Öffnen geht, die Yang-Energie innerhalb der Natur repräsentieren, während Herbst und Winter, wo es um Rückzug und Speicherung geht, für die Yin-Energie stehen. Dies trennte Yin und Yang in zwei Hälften, eine feminine und eine maskuline. Mit der



Einführung westlicher Philosophien nach China vor etwa 400 Jahren fand dieses Konzept sogar noch größere Verbreitung. Heutzutage wird diese

Vorstellung in den Akupunkturschulen weltweit als die Wurzel der Chinesischen Medizin gelehrt und gehört zu dem, was auch mir zu Beginn beigebracht wurde. Nach Tausenden von Stunden des Studiums der Klassischen Chinesischen Medizin und Tausenden und mehr Stunden der Erforschung der chinesischen Medizinklassiker kann ich jedoch mit Überzeugung versichern, dass dies nicht der Fall ist. Yin und Yang müssen auf einer tieferen Ebene verstanden werden, um eine Behandlung wirksamer werden zu lassen.

### **Öffnen, Schließen und Achse**

Die Mechanismen hinter diesen sechs Sphären, die die Yin- und Yang-Energien wirksam werden lassen, sind ‚Öffnen‘, ‚Schließen‘ und ‚Drehmoment (die Achse)‘. Diese drei Bewegungen laufen aufeinander folgend ab und garantieren, dass das Leben ohne Unterbrechung immer weiter seinen Gang nimmt.

Die Achse ist der Ort, wo das Öffnen und Schließen tatsächlich stattfindet. Sie formt die Bewegung der Energie um und regt den Übergang der Jahreszeiten an. Eine Tür kann uns hier als Metapher dienen. Sie braucht eine Angel ein Scharnier, um den statischen Zustand einer unbeweglichen Holzplatte in den dynamischen Zustand eines Öffnens und Schließens umzuwandeln. Die Angel wandelt den Vorhimmelszustand der Tür zu einem Nachhimmelszustand um. In Bezug auf Yin und Yang sind diese beiden Angeln oder Drehpunkte Shao Yang und Shao Yin.

### **Die Tai Yang-Phase**

Die Tai Yang-Phase ist die erste Phase der Energietransformation und wird auch als Geburt der Yang-Energie bezeichnet. Tai Yang hat im Chinesischen mehrere Bedeutungen. Es wird „Großes Yang“ genannt, was gleichfalls der chinesische Name für die Sonne ist. Es ist die Bezeichnung für das erste Licht am Horizont – am frühen Morgen vom Gipfel eines Berges aus betrachtet. Es ist die Repräsentation der Geburt

und die Repräsentation des Lebens. Solange Energie sich ausdehnt, ist dies die Zeit von ‚Tai Yang‘.

Das Verstehen der physischen Materie ist ein wesentlich einfacherer Prozess als das Verstehen der energetischen Lebensprozesse. Der physische Prozess kann unter dem Mikroskop untersucht und beobachtet werden. Was die Energie betrifft, zumindest die Leben spendende Energie, so erfordert ein Verständnis tiefes Nachdenken und tiefe Einsicht. Je tiefer man gedanklich vordringt, desto besser lässt sich das Leben verstehen. Wenn man das Leben versteht, versteht man Krankheit und ist in der Lage, die Gesundheit wieder herzustellen. Man ist fähig, Unfruchtbarkeit zu begreifen und Fruchtbarkeit zurückzubringen.

In diesem Prozess, hin zu einem tieferen Verständnis, werden wir Tai Yang von verschiedenen Aspekten aus beschreiben und werden Tai Yang so, gleichsam simultan, auf mannigfaltige Weise verstehen lernen.

Der erste Aspekt ist das Konzept der Geburt. Dort, wo das erste Yang (oder Großes Yang oder Tai Yang) seine erste Geburt erfährt, in der Mitte der Nacht oder in der Zeit von Zi, mitten im Winter, wenn kein Mond zu sehen ist. Es dehnt sich aus bis zu Wu, bis zum Mittag oder der Mitte des Sommers oder dem Vollmond. Es repräsentiert die Zeit der Ausdehnung vom Moment an, in dem wir empfangen werden bis zum Erwachsenenalter oder unseren mittleren Jahren. Mit anderen Worten, es ist die erste Hälfte allen Leben wie wir es kennen, was der Grund ist, warum Zhang Zhongjing die Hälfte seines Lebens der Arbeit an Tai Yang gewidmet hat.

Der zweite Schritt zum Verständnis von Tai Yang ist es, einen Blick auf seine energetischen Qualitäten zu werfen. Der Gelbe Kaiser beschreibt diese als „kalt“ und als „Wasser“.

Mein Lehrer, Professor Liu Lihong, spricht in seinem Buch *Sikao zhongyi* über die Bedeutung von Wasser. Ohne Wasser gibt es kein Leben. Was aber ist die Beziehung zwischen Wasser, Kälte und Tai Yang? Professor Liu Lihong beschreibt Tai Yang als das Entfalten der Energie. Was geschieht mit Wasser, wenn die Energie sich entfaltet oder sich erwärmt? Es verdampft aufwärts oder himmelwärts, wo die kalte Atmosphäre, die kalte Energie, es in Form von Regen zurück hinunter zur Erde drängt. Indem der Gelbe Kaiser Tai Yang als kalt und als Wasser beschreibt, bezieht er sich auf das Phänomen des Wasserkreislaufes, der Leben auf der Erde erst möglich macht.

Der dritte Weg zu einem Verständnis von Tai Yang ist, es in Beziehung zu den beiden Organen zu setzen, die die Tai Yang-Sphäre im Körper bilden – die Blase und der Dünndarm. Diese beiden Organe sind im chinesischen Medizinsystem für den Wassermetabolismus verantwortlich. Der Dünndarm verarbeitet das Wasser und die Blase kontrolliert die Ausscheidung von überschüssigem Wasser. Wenn der Wassermetabolismus beeinträchtigt ist, so liegt dies hauptsächlich daran, dass das Tai Yang-System ein Problem hat.

Ein beeinträchtigter Wassermetabolismus hat Auswirkungen auf unsere Fruchtbarkeit. Ein Teil des Tai Yang-Phänomens ist es, dabei behilflich zu sein, das Wasser ordnungsgemäß und adäquat im gesamten Körper zu verteilen, also bedürftige Körperareale aus Bereichen mit zuviel Wasser zu versorgen.

Dies steht im Widerspruch zum heutigen Verständnis von Flüssigkeitsaufnahme und Hydratisierung. Der Gegenwärtige Trend ist es, soviel zu trinken wie möglich, um hydriert zu bleiben. Ich kann mich nicht erinnern als Kind und Heranwachsender jemanden mit einer Wasserflasche auf der Strasse gesehen zu haben. Heute jedoch scheint es, dass eine Flasche

Wasser Teil des Alltagslebens ist. Wenn Sie jedoch andauernd Wasser trinken, werden die Tai Yang-Organen in exzessiver Art und Weise beschäftigt. Die Blase und der Dünndarm kommen unter extremen Stress. Auf der anderen Seite gibt es Menschen, die keine Zeit zum Trinken haben, selbst wenn sie durstig sind, was zu anders gelagerten Problemen führt. Für einen normalen Wassermetabolismus der Tai Yang-Sphäre müssen wir uns um ein Gleichgewicht bei der Flüssigkeitsaufnahme bemühen. Es lassen sich jedoch keine Mengen angeben, die für alle passen. Jeder muss daher seine eigene Balance finden. Der vierte Weg zum Verständnis von Tai Yang ist das Studium der beiden Meridiane, die die Tai Yang-Sphäre bilden – der Blasenmeridian, der bedeutendere von beiden und der Dünndarmmeridian. Der Blasenmeridian beginnt im inneren Augenwinkel, läuft die Oberseite des Kopfes entlang und dann in der Mitte des Rückens auf beiden Seiten der Wirbelsäule hinunter. Er setzt seinen Verlauf auf der posterioren Seite beider Beine fort, hinunter bis zur lateralen Seite der kleinen Zehen. Es ist der längste Meridian des Körpers und der einzige der 12, der nahezu ausschließlich über die hintere Körperseite verteilt ist.

Der Gelbe Kaiser erklärt, dass der Grund, warum Tai Yang zur gesamten Hinterseite unseres Körpers in Beziehung steht der ist, dass in alten Zeiten, wenn die Menschen ihre Felder pflügten, sie ihre Vorderseite der Erde oder der Yin-Energie zuwendeten, während ihre Rückseite der Sonne oder der Yang-Energie ausgesetzt war.

Wenn Tai Yang blockiert ist, kann sich die Yang-Energie nicht entfalten. Falls die Yang-Energie nur partiell vorhanden ist, wenn der Frühling eintrifft, werden die Blumen schwach und müde erscheinen. Es wäre für uns dasselbe, wenn sich die Yang-Energie nicht weit genug öffnet, wenn wir am Morgen erwachen. Wir fühlen uns dann lethargisch und müde.

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

Da Tai Yang die Sonne repräsentiert, eine wärmende Kraft und Quelle des Lichts, ist es uns schwerer, bei kaltem Wetter wach zu werden. Dies ist der Grund, warum der Gelbe Kaiser im Sommer weniger Schlaf als im Winter empfiehlt. Das Öffnen des Yang wird ebenfalls blockiert, wenn der Körper einem Ansturm kalter Energie ausgesetzt ist, etwa beim Betreten eines sehr kalten klimatisierten Büros mitten im Sommer. Dies führt oft zu Frösteln oder Erkältungen. Es kann zu Kopfschmerzen und/oder einem steifen Nacken kommen, da der Blasenmeridian entlang des Nackens und Kopfes blockiert wird. Wir frösteln, weil die Yang-Energie sich nicht entfalten und den Körper wärmen kann.

Um diese Blockade zu beheben, müssen wir warme Arzneien wie Gui Zhi und Ma Huang verwenden. Diese Heilkräuter können eingenommen werden bis ein leichtes Schwitzen auftritt. Mit anderen Worten, der beste Weg von einer Erkältung zu genesen ist es, dem Yang zu helfen, sich auszudehnen, jedoch innezuhalten, bevor das Schwitzen beginnt. Zhongjing schreibt dazu: *„Wenn der Patient schwitzt wie tröpfelndes Wasser wird er niemals genesen“*, da das Yang in einen Mangelzustand gerät. Der Grund ist, dass der Körper um Harmonie und Gleichgewicht bemüht ist. Ein zu weites Öffnen wird profuses Schwitzen verursachen. Das Yang wird an Kraft verlieren und die Beschwerden werden sich verstärken.

Der Gelbe Kaiser merkt an, das Tai Yang den Körper im Zentrum der Brust betritt und verlässt. Wenn wir westliche Arzneimittel gegen eine normale Erkältung einnehmen, machen die meisten von uns die Erfahrung, dass die Kälte sich in die Brust hinein bewegt und sich dann zu einem bleibenden Husten verwandelt. Dies liegt daran, dass wir nicht die Blockade des Yang-Mechanismus aufgelöst, sondern sie einfach nur eine Ebene tiefer geschoben haben. Der Ein- und Austrittsmechanismus wurde blockiert. Dasselbe geschieht, wenn wir kalte Kräuter verwenden, um eine Erkältung zu behandeln.

Werden keine warmen Kräuter verwendet, dann sollte eine heiße Reissuppe, Ruhe unter einer warmen Decke die Kälte innerhalb von ein bis zwei Tagen vertreiben. Falls Sie sich nicht ausruhen, sich warm halten und warme Suppen zu sich nehmen, wird die Kälte in die Brust eindringen, das Yang blockieren und sich zu einer wesentlich schlimmeren Situation entwickeln. Es wird dann schwierig werden, westliche Arzneimittel oder eine Sinusitis zu vermeiden. Alles was wir tun, um das Yang zu bewahren, wird uns helfen, der Fruchtbarkeit näher zu kommen.

Die Tai Yang-Sphäre hat, wie alle sechs Sphären, eine Wurzel, eine Manifestation und ein Zentrum. Die Wurzel der Tai Yang-Sphäre ist Kälte, da sie zur Zi-Zeit, zu Mitternacht, mitten im Winter beginnt, mithin zur kältesten Zeit. Ihre Manifestation ist heiß, da das Yang das Öffnen und Entfalten der heißen Energie darstellt bis es Wu, den Mittag, die Mitte des Sommers erreicht. Das Zentrum der Tai Yang-Sphäre ist die Shao Yin-Sphäre – dort, wo sie sich mit dem Inneren des Körpers verbindet.

Das Shao Yin ist dort, wo alle Fruchtbarkeit stattfindet. Wenn das Tai Yang blockiert ist, leidet das Shao Yin unter den Konsequenzen. Innerhalb der heutigen modernen Medizin, die Erkrankungen voneinander abgrenzt und differenziert, hat die Erkältung, der Schnupfen nichts mit Fruchtbarkeit zu tun. In der Chinesischen Medizin von Vereinigung und Harmonie werden Shao Yin und Fruchtbarkeit leiden, wenn der Yang-Mechanismus blockiert ist. Probleme mit dem Yang-Mechanismus sind natürlich nicht nur die Folge einer Erkältung, sondern sind auf eine Vielzahl von Faktoren und Situationen zurückzuführen, die sich auf die Tai Yang-Leitbahn auswirken. Wird diese Leitbahn jedoch offen gehalten, steigen die Chancen für Fruchtbarkeit immens.

Es ist wichtig, eine Überstimulierung des Tai Yang zu vermeiden. Auch wenn es so scheinen mag, dass wir die Yang-Energie anregen, etwa wie wenn wir zu einer tollen Party gehen und bis spät in die Nacht aufbleiben, kann dies doch zur Erschöpfung der Energie führen. Der Extrastimulus den wir alle durch Arbeit, Fernsehen, Autofahren etc. erfahren, ebenso wie durch kalte Nahrungs- und Arzneimittel, schwächt unsere Yang-Energie wesentlich mehr als dies in der Vergangenheit der Fall war. Zudem sind Praktiken wie Qi Gong und Meditation, die in der Vergangenheit in China eingesetzt wurden, um das Yang intakt zu halten, heutzutage wenig verbreitet.

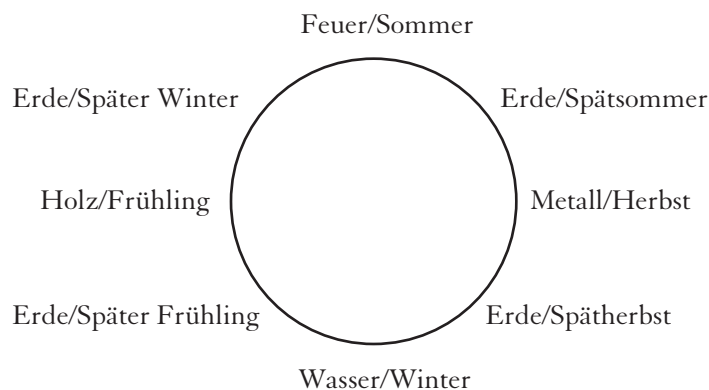
Ein fünfter Aspekt von Tai Yang ist die Zeit, zu der die Energie am empfänglichsten für Heilmittel gegen Unausgewogenheiten jeglicher Art ist. Bei Tai Yang sind es die drei Sommermonate des Mondkalenders, sowie die Stunden zwischen 9h morgens und 15h Nachmittags während der die Yang-Energie am offensten und empfänglichsten ist.

und seinen Rückzug in einen Speicherzustand sicherstellt. Landwirte sind sich der Tatsache völlig bewusst, dass bei einem warmen Winter die Ernte des folgenden Jahres eher schwach ausfallen wird. Gleiches gilt, wenn wir nachts nicht gut oder nicht lange genug schlafen. Am folgenden Tag wird unser Energielevel schwach sein.

Die Yang Ming-Sphäre umfasst die Zeit von Wu bis Zi, vom Mittag bis zur Mitternacht und vom Mittsommer, wenn das Yang am weitesten geöffnet ist, bis zur Mitte des Winters, wenn es vollkommen eingeschlossen ist. Es ist der Lebensabschnitt vom Erwachsenenalter bis zum Tod.

Was die energetischen Qualitäten betrifft, so beschreibt der Gelbe Kaiser Yang Ming als „trocken“ und als „Metall“.

Es gibt zwei unterschiedliche Formen von Trockenheit: eine wirkliche Trockenheit und eine scheinbare Trockenheit. Professor Liu Lihong verwendet hier das Beispiel nasser Wäsche. Was



### Die Yang Ming-Phase

Die Yang Ming-Phase ist der Teil des Yang-Mechanismus, der für das Verschließen der Energie verantwortlich ist. Sie hindert das Yang daran, beständig offen zu stehen. Sie hat eine schützende Funktion, indem sie das Yang erhält

geschieht mit nasser Wäsche, wenn man sie in den Trockner steckt? Die Wäsche wird trocken. Was aber geschieht mit dem Wasser? Es verdunstet und wechselt an einen anderen Ort. Wenn der Trockner in einem geschlossenen Raum steht, kann man den Wasserdampf an den Fenstern oder

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

den Wänden sehen. Dasselbe trifft zu, wenn wir Wasser kochen. Es verdunstet bis kein Wasser mehr im Topf vorhanden und er trocken ist. Dies ist eine Form von Trockenheit – lokale oder vermeintliche Trockenheit. Es ist das Ergebnis des Übergangs von Wasser von einem Zustand in einen anderen.

Was die wahre Trockenheit von Wasser betrifft, so lassen Sie uns anschauen, was mit Wasser im tiefsten Winter geschieht, wenn es gefriert. Das Wasser wird fest, es wird zu Eis. Können wir einen Eisblock in eine Tasse gießen? Nein, das können wir nicht. Aber wenn wir diesem Eisblock Yang-Energie hinzufügen, zum Beispiel Hitze, wird das Eis schmelzen und wieder zu Wasser werden. Die Trockenheit des Wassers ohne Yang-Energie ist die wahre Trockenheit des Wassers. Wenn der Gelbe Kaiser Yang Ming als trocken beschreibt, dann bezieht er sich auf die wahre und nicht auf die vermeintliche Trockenheit. Er bezieht sich auf denjenigen Zustand, bei dem die Yang-Energie sich in ihren Speicherzustand bewegt. Die dem Yang Ming inhärente Fähigkeit ist es, die Yang-Energie innerhalb des Wassers in einen Speicherzustand zu überführen. Warum ist die Yang Ming-Qualität der Qualität des Metalls ähnlich? Weil Metall schwer und absteigend ist. Es ist ein Element, das zum Herbst gehört und im Tageslauf zum Nachmittag und zu den Abendstunden. Es fällt in die Zeiten von Shen, You und Wu, wenn die Energie ihren stärksten Abfall erfährt.

Das dritte Konzept von Yang Ming ist die Beziehung zu den Organen des Körpers, besonders zu Magen und Dickdarm – zwei Organe, die die Nahrung, die wir zu uns nehmen aufspalten und ausscheiden. Beides sind abwärts gerichtete Funktionen. Die Nahrungsenergie und Nährstoffe stammen vom Himmel. Wir extrahieren all die Yang-Energie aus dem was wir essen und trinken, sodass unser Leben weiter gehen kann. Dem trüben Yin und den trüben Substanzen der Nahrung erlauben wir,

abzusteigen und als Kot ausgeschieden zu werden. Der vierte Blickwinkel den wir bei einer Annäherung an Yang Ming einnehmen können ist der auf seine Meridiane. Der Dickdarmmeridian, beginnt am Zeigefinger, läuft entlang der medialen Seite des Arms aufwärts und erreicht das Gesicht beidseits der Nase. Der Magenmeridian beginnt im Gesicht und zieht über die Vorderseite des Körpers abwärts bis zur Spitze des zweiten Zehs.

Die Yang Ming-Meridiane bedecken also die ganze vordere oder anteriore Seite unseres Körpers. Zwischen Tai Yang und Yang Ming zirkuliert aufwärts über den Rücken und abwärts über die Körpervorderseite mithin die gesamte Yang-Energie. Wenn beide Leitbahnen ordnungsgemäß arbeiten, fühlen wir uns Energie geladen und vital und unsere Gesundheit ist stabil.

Das fünfte Konzept von Yang Ming umfasst die Entriegelungszeiten von Shen bis Xu. Im Jahreszyklus sind dies nach dem Mondkalender die drei Herbstmonate und im Tageslauf die Stunden von 15h bis 21h, in denen die absteigende Yang-Energie ihr stärkstes Potential entfaltet.

Wird das Yang Ming blockiert, bleiben Magen und Dickdarm voll, was eine mögliche Obstipation mit sich bringen kann. Diese Obstipation kann die Folge von Nahrungsmitteln sein, die lokale Hitze erzeugen, etwa ölige, fettige Nahrungsmittel. Sie kann sich aber auch durch unnatürliche Nahrungsmittel wie vorgefertigte Speisen, künstliche Süßstoffe, Farb- und Konservierungsstoffe, Softgetränke etc. entwickeln. Übliche Symptome, die zu einer Obstipation in Beziehung stehen sind Kurzatmigkeit, sowie Schlafstörungen aufgrund der Unfähigkeit des Yang, sich während der Nacht in seinen Speicherzustand zu begeben. Wenn der Körper all die unnötigen Stoffe ausscheiden kann, bleibt ein gesunder Zustand der Yang-Energie erhalten. Wenn das Yang sich jedoch nachts nicht in seinen



Speicherzustand zurückziehen kann, führt dies zu Schlafproblemen.

Das Yang Ming wird nicht von wahrer Trockenheit blockiert, bei der das Yang im Wasser sich in seiner Speicherphase verschließt (abkühlt). Bei einer scheinbaren oder lokalen Trockenheit jedoch, werden die Gedärme trocken und es kommt zu Obstipation. Zhongjing beschreibt die mit diesem Muster assoziierten Symptome als starkes Schwitzen, Temperaturanstieg, rotes Gesicht mit einem starken, überflutenden Puls. Das starke Schwitzen ist das Ergebnis der aus dem Körper verdunstenden Flüssigkeiten, wie bei der nassen Wäsche im Trockner. Hitzegefühle, ein rotes Gesicht, sowie ein überaktiver Puls sind alles Zeichen von zu viel Hitze oder der Unfähigkeit des Yang, sich abzukühlen. Dies führt zu einer Austrocknung des Yang Ming und zu Obstipation, indem die abwärts gerichtete, kühlende Bewegung des Yang Ming blockiert wird.

Der Gelbe Kaiser empfiehlt, das Yang Ming vom Zentrum aus zu behandeln, was Tai Yin entspricht, der „Feuchtigkeit“ und der „Erde“. Zhongjing schlägt zur Beseitigung der Hitze abführende und kalte Kräuter vor. Er gibt jedoch den warnenden Hinweis, dass, sobald die Gedärme in ihrer Funktion wieder hergestellt sind, die purgierenden Arzneien sofort abgesetzt werden müssen. Der Grund ist, dass die abführenden und kalten Arzneien die Yang-Energie schädigen und damit die Lebenskraft. Es handelt sich nur um eine temporäre, lokalisierte Hitze, die beseitigt werden muss, damit das Yang Ming absteigen kann.

Es muss angemerkt werden, dass nicht jede Obstipation ein Yang Ming-Problem ist und andere Formen dieses Zustandes nicht von Schwitzen, Hitzegefühlen und einem roten Gesicht begleitet werden. Diese Art der Obstipation steht im Allgemeinen zu einem Yang-Mangel in Beziehung und gehört in die

Sphäre von Shao Yin. Im alten China wurden purgierende Arzneien nur verwendet, wenn es sich um ein Yang Ming-Problem handelte und dann nur für kurze Zeit. Handelt es sich um eine Obstipation aufgrund von Yang-Mangel, muss die Yang-Energie gestärkt und nicht purgiert werden.

In Bezug auf die Symptome der Schlafstörungen bei einer Obstruktion des Yang Ming werden Schlafmittel das Problem nicht lösen, da diese nur das Symptom und nicht die Ursache ansprechen. Anstatt die Yang-Energie zu verschließen, wird sie, wie bei einer Anästhesie, zerstreut. Es mag wie ein friedlicher Schlaf aussehen, ist aber ein völlig anderer energetischer Zustand. Wenn man aus einer Anästhesie erwacht, ist die Yang-Energie völlig erschöpft, nicht verjüngt. Wenn Schlafstörungen durch eine Blockade des Yang Ming verursacht werden, wird ein Beseitigen der Obstruktion den Schlaf herbeiführen.

### Die Shao Yang-Phase

Das Shao Yang wird im Gelben Kaiser metaphorisch als Achse beschrieben. Es ist die Türangel, die ein Öffnen und Schließen der Yang-Energie ermöglicht. Wir sind zwar in der Lage, die Ausprägung der Yang-Energie in ihren unterschiedlichen Phasen von Geburt, Wachstum, Rückzug und Speicherung zu erkennen – das Wachstum der Pflanzen, die aus der Erde sprießen, das Knospen der Blätter an den Zweigen der Bäume –, doch die Energie selbst sehen wir nicht. Es ist wie beim Samen einer Pflanze, so klein, dass wir ihn möglicherweise nicht wieder finden, wenn er zu Boden fällt, doch stecken wir ihn in die Erde, wird er vielleicht zu einem riesigen Baum heranwachsen. Die Energie und das Potenzial des Yang sind unsichtbar, aber dennoch allgegenwärtig.

Energie ohne Samen, ohne Yin-Materie, ist nicht funktionsfähig, ebenso wenig wie ein Samen ohne Energie. Nur wenn der Samen und seine Energie sich verbinden ist diese Leben spendende

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

Wirkung möglich. Nur wenn das reine Yang des Himmels in sich etwas an Yin-Substanz enthält kommt es zu diesem Feuer, das charakteristisch für das Shao Yang ist. Es ist die Achse, die es dem Tai Yang und dem Yang Ming erlaubt, fortzubestehen und zu zirkulieren. Es ist die Kraft und die Qualität, die es dem Yang-Mechanismus gestattet, sich immer aufs Neue zu öffnen und zu schließen, ohne sich zu erschöpfen.

Im frühesten daoistischen Werk Chinas, dem „Dao De Jing“, schreibt der Autor Lao Zi: „Dao bringt das Eine hervor. Das Eine bringt Zwei hervor. Die Zwei bringt Drei hervor. Die Drei bringt die Zehntausend Dinge hervor“. Wenn wir zwei Mechanismen wie Öffnen und Schließen haben, dann ist dies für sich genommen nicht genug, um Leben zu ermöglichen, da es kein Fortbestehen, keine Kontinuität gibt. Ein Kreislauf muss einen neuen Kreislauf eröffnen oder wir können nicht von Leben sprechen.

Nehmen wir einen Apfelbaum. Er wächst und trägt Äpfel. Die Äpfel reifen und fallen zu Boden. Wenn die Äpfel keine Samen in sich tragen, wird es nicht zum Hervorbringen anderer Apfelbäume kommen. Das ist es, was Lao Zi meint, wenn er sagt, Eins bringt Zwei hervor, Zwei bringt Drei hervor, und dass es das dritte Element ist, das das Gedeihen der Zehntausend Dinge sicherstellt.

Die Shao Yang-Sphäre sichert die Kontinuität des Lebens. Sie stellt sicher, dass wir, wenn wir nachts schlafen gehen, am Morgen zu einem neuen Tag erwachen und dass wir, wenn unsere Yang-Energie sich den Tag über erschöpft, uns zurückziehen, dass wir schlafen, um uns aufzuladen. Die Shao Yang-Sphäre stellt sicher, dass dieser Lebenskreislauf der Yang-Energie weiter und weiter besteht bis zu dem Punkt unseres Lebens, an dem es Zeit ist, anzuhalten. Sie hat darüber hinaus eine entscheidende Verbindung zu unserer Fruchtbarkeit, indem sie über ihre Beziehung zur Yin-Achse, dem Shao Yin, das Hervorbringen einer neuen Generation gewährleistet.

Den zweiten Aspekt des Shao Yang bilden seine energetischen Qualitäten. Der Gelbe Kaiser beschreibt das Shao Yang als „Minister-Feuer“.

Was ist die Bedeutung von Feuer in unserem Leben? Elektrizität ist eine Form von Feuer. Die Verbrennung innerhalb von Maschinen ist eine Form von Feuer. Wir benutzen Feuer zum kochen. Wir benutzen Feuer, um uns im Winter warm zu halten. Wir benutzen Feuer, um uns im Sommer kühl zu halten. Wir nutzen Feuer, um die Nacht zu erhellen und unsere Computer zu betreiben. Der Gebrauch des Feuers ist das, was uns vom Tierreich trennt.



Im Buch der Wandlungen (Yi Jing) besteht das Trigramm für Himmel, Qian, aus drei Yang-Linien. Es ist reine Yang-Energie. In diesem Energiezustand gibt es jedoch noch kein Leben. Dasselbe trifft für das Erdtrigramm Kun zu. Hier haben wir drei unterbrochene Linien, reine Yin-Substanz ohne Energie...und kein Leben. Nur wenn Substanz und Energie zusammentreffen – wenn Himmel und Erde sich verbinden – und Essenz austauschen, wird Leben gebildet.

Das Feuertrigramm Li besteht aus zwei festen Yang-Linien. Eine Linie oben und eine unten. Dazwischen findet sich eine unterbrochene Yin-Linie. Feuer heißt Yang-Energie oberhalb und Yang-Energie unterhalb, eingebettet jedoch in diese Yang-Energie ist eine Yin-Substanz. Lassen Sie uns als Beispiel das Feuer in einem Verbrennungsmotor nehmen. Das Feuer wird durch Benzin geschürt. Ohne diese Substanz gäbe es kein Feuer.

Dasselbe gilt für das Kochen auf einem Herd. Es gibt Feuer, weil das Gas brennt. Wenn wir ein



Kaminfeuer entfachen, so gibt es Holz, das es dem Feuer erlaubt, zu brennen.



Im Wassertrigramm erhält die reine Yin-Substanz, dargestellt durch die obere und untere Linie, Energie vom Himmel, der durch die Yang-Linie in der Mitte repräsentiert wird. Damit wird eine tote Substanz zu Wasser. Wir haben ja schon erörtert, was mit Wasser geschieht, wenn wir das Yang daraus entfernen. Es wird zu Eis.

Shao Yang, die Achse des Yang-Mechanismus, wird als ‚Minister-Feuer‘ beschrieben, während die Achse des Yin-Mechanismus, Shao Yin, als ‚Kaiser-Feuer‘ gilt. Diese beiden Feuerformen ergänzen einander. Ein Gelehrter der Jin Yuan-Dynastie (1200 n. Chr.), Zhu Danxi und seine Anhänger, folgerten in dem Versuch zu erklären warum wird erkranken irrtümlich, dass aufgrund der Tatsache, dass wir ein Wasser und zwei Feuer besitzen, das Yin sich immer in einem Mangelzustand und das Yang sich immer in Fülle befinden würde.

Der Minister in einer Regierung ist eine Person, die mit den alltäglichen Dingen der Landesführung beschäftigt ist und im Allgemeinen direkten Kontakt zu den Bürgern hat. Der Kaiser dagegen bleibt in seinem Palast und hat die Aufgabe, das Gesamtbild zu überblicken.

Das Minister-Feuer des Shao Yang ist jenes Feuer, das aktiv mit allen Körperfunktionen betraut ist, besonders mit dem Öffnen und Schließen der Yang-Energie. Es ist dasjenige Feuer, das den Körper wärmt. Es ist das Feuer, das uns die entsprechende Energie gibt, um am Morgen zu erwachen und in der Nacht schlafen zu gehen. Es

ist jene Energie, die es uns ermöglicht zu hören, zu sehen, zu riechen, zu trinken, zu essen zu gehen, zu schreiben, zu lesen, zu sprechen und zu lachen. Es ist das physische Feuer, das uns wirken und tätig sein lässt.

Den dritten Aspekt des Shao Yang bilden seine Organe, Gallenblase und Dreifacher Erwärmer. Innerhalb der chinesisch-medizinischen Anatomie befinden sich diese beiden Organe in einer sehr speziellen, oft missverstandenen Kategorie. Die medizinische Anatomie Chinas kennt 11 Organe – sechs Fu-Yang-Organen und fünf Zang-Yin-Organen. Die Fu-Organen sind hohl und erlauben die Passage trüber Materie. Der Magen, der Dünndarm, der Dickdarm, die Blase, der Dreifache Erwärmer und die Gallenblase fallen in diese Kategorie. Die fünf Zang-Organen speichern Essenz und gestatten keine Durchgangsbewegung. Das Herz, die Lungen, die Nieren, die Leber und die Milz gehören in die Zang-Familie. Die Gallenblase gehört in eine spezielle Kategorie, da sie Galle speichert und diese für die Verdauung freisetzt. Damit erfüllt sie simultan die Funktion eines Yang- und eines Yin-Organen und wird daher als außerordentliches Organ bezeichnet.

Der San Jiao oder Dreifache Erwärmer ist insofern einzigartig als er das einzige ‚Organ‘ in der chinesisch-medizinischen Anatomie ist, das keinen Körper besitzt, sondern reine Funktion ist. Er umfasst drei „Brenner“, die das ministerielle Lebensfeuer durch den gesamten Körper befördern und er stellt zudem die Verteilungswege für die Körperflüssigkeiten zur Verfügung. Der Obere Erwärmer umfasst Lungen, Herz und Gehirn und ist die Wurzel unseres Geistes. Zum Unteren Erwärmer gehören Nieren und Leber und er ist die Wurzel unserer Essenz und Substanz. Der Mittlere Erwärmer, die Wurzel unseres nachhimmlischen Lebens, umfasst Milz und Magen, findet sich also dort, wo Nahrung und Flüssigkeiten in den Körper gelangen und uns mit der Lebenskraft oder dem

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

Feuer versorgen, das wir benötigen.

Der vierte Aspekt des Shao Yang umfasst seine Meridiane, den Drei Erwärmer-Meridian und den Gallenblasen-Meridian. Der Drei Erwärmer-Meridian beginnt am Ringfinger, läuft im Zentrum des Arms aufwärts zwischen den Tai Yang und Yang Ming-Leitbahnen und zieht dann seitlich weiter entlang des Halses und des Kopfes hinauf. Der Gallenblasen-Meridian verläuft ebenfalls seitlich entlang des Kopfes, jedoch abwärts über die Seite des Brustkorbes und der Beine bis hinunter zur vierten Zehe. Wenn ein Mann oder eine Frau aufrecht stehen, die Arme entspannt zu beiden Seiten des Körpers, verlaufen beide Meridiane exakt an beiden Körperseiten entlang, genau zwischen der Vorderseite, der Yang Ming-Leitbahn und der Hinterseite, der Tai Yang-Leitbahn. Das Shao Yang ist also der verbindende Faktor zwischen dem aufwärts gerichteten Öffnen von Tai Yang und dem abwärts gerichteten Schließen von Yang Ming. Die Natur hat jeden einzelnen Aspekt unseres Körpers mit einer speziellen Funktion ausgestattet. Wir benötigen die Shao Yang-Achse, um das Öffnen und Schließen zu gewährleisten. Wir benötigen dieses stoffliche Yin innerhalb der Yang-Energie oder, anders ausgedrückt, wir benötigen dieses über die seitlichen Meridiane verteilte Minister-Feuer von Gallenblasen- und San Jiao-Meridian, um den Yang-Mechanismus funktionieren zu lassen.

Der Shao Yang-Meridian liegt deshalb seitlich, weil die Yin-Materie sich abwärts und die Yang-Energie sich aufwärts bewegt. Wenn wir an ein Lagerfeuer denken, so ordnen und richten wir die Holzscheite im Allgemeinen vom Rand her oder fügen neues Feuerholz von der Seite aus hinzu, denn das Feuer lodert aufwärts und wir würden uns verbrennen, wenn wir uns dem Feuer von oberhalb nähern. Wenn wir die ‚Yin-Scheite‘ ordnen oder richten wollen, wird dies das Yang-Feuer verändern und wir müssen dies daher von der Seite aus tun. Auf diese Weise werden wir weder vom Yin noch vom Yang beeinträchtigt.

Dies ist das Konzept des Shao Yang-Meridians, der entlang beider Körperseiten verläuft.

Der fünfte Aspekt des Shao Yang betrifft die Zeit des Aufschließens, des ordnenden Eingreifens, das die Zeiträume Yin, Mao und Chen umfasst. Diese Zeit entspricht im Tageszyklus den Stunden von 3h bis 9h morgens und repräsentiert die drei Frühlingsmonate des chinesischen Mondkalenders. Es ist die Zeit „entflammender Wärme“ im Gegensatz zum kräftigen, robusten Sommerfeuer – eine sehr sanfte Wärme, die sich in der Natur ausbreitet; die die Pflanzen sprießen lässt und die Vögel hervorlockt.

Die Yang-Energie des Shao Yang ist ein sanftes Feuer, das Wachstum und Entwicklung fördert. Es unterscheidet sich vom pathologischen Feuer, dem wir im Yang Ming-Abschnitt begegnet sind, das Trockenheit und Obstipation verursachen kann. Die Gallenblase setzt Gallenflüssigkeit frei, die der Verdauung hilft und jene Wärme darstellt, die für den Metabolismus gebraucht wird. In der Chinesischen Medizin gehören die Fünf Geschmacksrichtungen (bitter, süß, scharf, salzig und sauer) zu den Fünf Elementen und der bittere Geschmack gehört zum Feuer. Es ist kein Zufall, dass die Gallenflüssigkeit bitter ist und dass sie in der Gallenblase gespeichert wird. Es ist das Minister-Feuer oder diese sanft entflammende Wärme, die für den Metabolismus gebraucht und die mit Hilfe dieser Gallenflüssigkeit erzeugt wird.

Der Frühling und die frühen Morgenstunden besitzen diese einzigartige Qualität leichter Wärme. Es ist diejenige Energie in der Natur, die eine gesunde Shao Yang-Funktion fördert und der Grund dafür, warum die Chinesische Medizin empfiehlt, die Hauptmahlzeit des Tages am Morgen zu sich zu nehmen, zu Mittag dann eine leichte Mahlzeit und am Abend einen kleinen Imbiss. Die morgendliche Wärme ist es, die Metabolismus und Verdauung unterstützt. Üppige Abendessen und kleine Morgenmahlzeiten

fügen dem Yang-Mechanismus großen Schaden zu und sind einer der Gründe, weshalb das Beibehalten falscher Ernährungsgewohnheiten zu Disharmonie führt, selbst wenn man gesunde Nahrungsmittel isst.

Wenn das Shao Yang blockiert wird, wird auch das Öffnen und Schließen behindert. Gleich einer Tür, deren Angel verrostet ist hat man Schwierigkeiten, beim Öffnen oder Schließen. Das Shao Yang ist, wie schon erläutert, eine dritte Dimension, die dem Tai Yang beim Öffnen und dem Yang Ming beim Schließen hilft und folglich zeigen Probleme sich als Tai Yang- oder Yang Ming-Funktionsstörungen. Wenn also zum Beispiel die sanft entflammende Wärme (das Minister-Feuer) des Shao Yang nicht in der Lage ist, das Yang Ming beim Schließen zu unterstützen, wird sich lokale Hitze im Yang Ming ansammeln, die deutliche Trockenheit im Darm erzeugt (pathologische Trockenheit verursacht durch lokale Hitze) und schließlich zu Obstipation führt. Dies wird als *bing bing* bezeichnet, als wechselseitige Erkrankung von Shao Yang und Yang Ming. Ein Ungleichgewicht im Shao Yang kann zu bitterem Mundgeschmack, trockenem Hals und verschwommenem Sehen führen. Das Bittere ist der Geschmack des Feuers, Trockenheit die Pathologie, die durch Feuer verursacht wird und Verschwommenheit das Ergebnis auflodernden oder pathologischen Feuers. Shao Yang-Probleme werden also durch Feuer verursacht. Mit Feuer meinen wir natürlich nicht ein Minister-Feuer oder ein heimeliges Holzfeuer, das gerade warm genug ist, den Metabolismus zu unterstützen, aber nicht zu heiß, um ihn zu blockieren.

Wie Prof. Liu Lihong erklärt, gibt es drei Organe, die besonders anfällig in Bezug auf Öffnen und Schließen sind. Der Mund öffnet und schließt sich für Yang (Sprechen) und Yin (Aufnahme und Kauen von Nahrung). Der Rachen öffnet und schließt sich für Yang (Atmung) und für Yin (Schlucken der Nahrung, der Getränke und des

Speichels). Die Augen öffnen und schließen sich für Yang (einfangen des Tageslichts und Sehkraft) und Yin (um Yin-Speicherung und Tränen zu ermöglichen). Wenn die Achse oder Angel blockiert ist, wird das Öffnen und Schließen darunter leiden. Die Yang-Energie ist blockiert und das Ergebnis ist pathologische Hitze oder nicht genügend Wärme. Mittel der Wahl ist es, zu harmonisieren.

Ein weiteres Hauptsymptom von Shao Yang-Erkrankungen ist der Wechsel zwischen Kälte- und Hitzegefühlen, der häufig nach Einnahme von die Fruchtbarkeit steigernden Drogen auftritt. Prämenopausale Symptome wie Hitzewallungen können bisweilen auch in diese Kategorie fallen. Andere Symptome sind Schmerzen entlang der Körperseiten oder einseitiger Kopfschmerz, ein Hinweis auf eine Blockade des Shao Yang-Meridians, ebenso wie verminderter Appetit und Übelkeit aufgrund der Notwendigkeit der Milz-Energie aufzusteigen und dem Bedürfnis der Magen-Energie abzustiegen. Dieses trennende Auf und Ab in Einklang zu bringen ist Aufgabe des Minister-Feuers des Shao Yang.

Zhongjings Beschreibung von vermindertem Appetit und Übelkeit war: „...sitzt schweigend, ohne den Wunsch zu essen,“ was als Hinweis auf die Verbindung des Yang-Mechanismus mit den Emotionen zu verstehen ist. Eine Energiedisharmonie kann durch Emotionen verursacht werden. So kann etwa Angst in Verbindung mit der Unfähigkeit zu empfangen zweifellos eine negative Auswirkung auf die Fruchtbarkeit haben.

Die Mehrzahl der Körperfunktionen erfordert eine Harmonisierung und benötigt die Hilfe des Shao Yang Minister-Feuers. Dies schließt natürlich die Fortpflanzungsorgane sowohl von Frauen als auch von Männern ein. Die Wurzel des Shao Yang ist das Feuer (Minister-Feuer), seine Manifestation ist heiß, da es die Yang-Energie

harmonisiert. Sein Zentrum ist Jue Yin, das wir weiter unten diskutieren werden und zu dem die Leber gehört, ein Hauptakteur in Bezug auf die Fruchtbarkeit. Die harmonisierende Funktion des Shao Yang ist eng verbunden mit der Funktion der Leber das Blut zu harmonisieren und zu besänftigen. Dies spielt eine wichtige Rolle für die Schaffung oder Verhinderung unserer Fruchtbarkeit und Fortpflanzung.

Es ist äußerst wichtig für uns zu verstehen, dass eine enge Verbindung zwischen allen Aspekten unserer Energie besteht, und dass jede unserer Handlungen eine Auswirkung auf unsere Gesundheit und Fruchtbarkeit hat. Es sind nicht nur Probleme der Auskleidung von Ovarien und Uterus, die einen Bezug zu unserer Fruchtbarkeit haben. Was wir essen, wie wir schlafen, welche Arzneien wir nehmen, all das hat Auswirkungen auf die unterschiedlichen Aspekte unserer Energie.

#### Die Tai Yin-Phase

Bevor wir mit der Darstellung des Tai Yin, der ersten Phase des Yin, beginnen, ist es wichtig, dass wir die chinesischen Schriftzeichen für Yin und Yang analysieren. Wie schon erläutert, symbolisiert jeder Teil eines Schriftzeichen eine spezifische Idee, der die chinesischen Weisen Ausdruck verleihen wollten und die Kombination von Teilen innerhalb eines jeden Schriftzeichens ist ebenfalls Ausdruck bestimmter Vorstellungsmuster.

陰 陽

Yin

Yang

Die Schriftzeichen für Yin und Yang sind auf linken Seite identisch, unterscheiden sich jedoch auf ihrer rechten Seite voneinander.



Der rechte Bereich des Yang-Schriftzeichens besteht aus drei Teilen. Der obere Teil stellt eine Sonne am Himmel dar. Den mittleren Teil bildet eine Linie unterhalb der Sonne, die die Erde repräsentiert. Der dritte Teil besteht aus Linien unterhalb der Erde, die für die lichten und wärmenden Sonnenstrahlen stehen. Insgesamt repräsentiert das Schriftzeichen die Yang-Energie oder die Freie Natur, das Draußen. Wenn jemand nach draußen in den Sonnenschein tritt, so fühlt er die Yang-Energie – das Leben spendende Licht und die Leben spendende Wärme.



Der rechte Bereich des Yin-Zeichens besteht ebenfalls aus drei Teilen. Der obere Teil ist das Dach eines Hauses. Der mittlere Teil stellt eine in diesem Haus sitzende Person dar. Der untere Teil sind Dampfschwaden, die aus gekochtem Reis oder gekochter Nahrung emporsteigen. Das Yin-Schriftzeichen repräsentiert die Yin-Energie, das Drinnen und hat etwas mit dem physischen Körper und der physischen Materie zu tun. Der untere Teil steht für die Präsenz der Energie, die ihrer Natur nach heiß ist, jedoch nicht direkt von der Sonne herrührt. Sie entstammt den Elementen, die mit Hilfe der Sonne von der Erde gewonnen werden wie Reis, Wasser und das Holz zum Entzünden des Feuers etc.

Wenn wir die beiden Schriftzeichen vergleichen sehen wir, dass wir es mit zwei unterschiedlichen Energiezuständen zu tun haben. Im Yang-Zeichen richten sich die Sonnenstrahlen abwärts, während im Yin-Zeichen die Dampfschwaden aufwärts steigen. Yang besitzt weniger Stofflichkeit und mehr Energie und verleiht uns die Lebenskraft. Yin besitzt mehr Materie und weniger Energie und stellt uns jene mit dieser Materie verbundene Energie zur Verfügung, die für das Leben ebenfalls unerlässlich ist. Nach der Chinesischen Medizin ist lebendige physische Materie, zum Beispiel Körpergewebe, Knochen und Muskeln kondensierte Energie. Dies ist nicht dasselbe wie die Yang-Energie, die wir nicht sehen können. Es ist greifbare Materie, die Energie in sich trägt.

Beide Schriftzeichen, Yin und Yang, haben auf ihrer linken Seite einen Bereich, der einen Hügel oder einen Berg repräsentiert. Es ist derjenige Ort an dem die Erde näher an den Himmel rückt. Es ist ein Symbol für den Energieaustausch zwischen Himmel und Erde und ein Symbol des Lebens und zukünftiger Generationen.



Dieser Hügel auf der linken Seite fasst die Schriftzeichen von Yin und Yang zusammen. Sei es physisch lebende Materie oder unsichtbare Lebensenergie, beide repräsentieren den Austausch zwischen Himmel und Erde, beide sind sie lebendig, beide sind sie lebensnotwendig und beide sind sie warm. Die Lebensenergie, ob innerhalb oder außerhalb des Körpers ist insgesamt warm. Die Yang-Energie und die Yin-Materie müssen beide diese Wärme, die die Wurzel des Lebens ist, in sich tragen.

Kälte ist nicht Yin, sondern die Abwesenheit von Yang-Energie. Wenn die Nacht kalt ist, dann deshalb, weil die Sonne abwesend ist und nicht, weil der Mond Kälte in Richtung Erde ausstrahlt. Wenn wir also Yin und Yang wirklich verstehen wollen, müssen wir dieses Konzept von heiß und kalt begreifen. Wie wir schon angemerkt haben, sind beide Achsen von Yin und Yang (Shao Yin und Shao Yang) Feuer – Shao Yang ist das Minister-Feuer, Shao Yin das Kaiser-Feuer. Dies entspricht exakt der Beschreibung der Wärme im Yang und der Wärme im Yin.

Wenn wir zum Tai Yin oder zum Yin im Yin kommen, dann haben wir den physisch lebenden Organismus erreicht. Das Tai Yin findet sich dort, wo physisch lebende Materie mit anderer physisch lebender Materie interagiert. Zum Beispiel treten die lebenden Teile von Nahrung und Getränken (Nährstoffe) in Wechselwirkung mit dem Tai Yin-Organ Milz. Die Luft, die wir atmen, tritt in Wechselwirkung mit dem Tai Yin-Organ Lunge. Wasser ist die Verkörperung des Yin-Stadiums. Es trägt Leben in sich, da es Wärme oder Yang-Energie enthält. Je wärmer das Wasser, desto mehr Leben birgt es in sich. Das Tai Yin verankert die Yang-Energie im Körper. Ohne es würde das Yang davon treiben.

Den zweiten Aspekt des Tai Yin bilden seine energetischen Qualitäten, die vom Gelben Kaiser als „Feucht“ und „Erde“ beschrieben werden. Wir haben die Erde schon in vorangegangenen Kapiteln dargestellt, repräsentiert durch das Trigramm Kun, das aus drei gebrochenen Linien besteht, also kein Yang enthält. Dies ist der Ausdruck fester Materie. Es symbolisiert die Gewebe des Körpers, etwa Knochen, Fleisch, Haut und innere Organe. Die Erde hat natürlich eine zusätzliche Bedeutung, da sie der Ort ist, aus dem alles Leben entspringt. Erde ist eng verbunden mit Wasser und Feuchtigkeit. Das alte Schriftzeichen für Feuchtigkeit ist Shi:





Das Schriftzeichen Shi besteht aus vier Teilen. Die drei Linien auf der linken Seite repräsentieren Wasser. Oben haben wir die Sonne. In der Mitte finden wir ein Zeichen, das für Geheimnis steht und das untere Schriftzeichen repräsentiert die Erde. Die gesamte Zeichenkombination stellt eine Situation dar, in der die Sonne auf die Erde scheint und während sie dies tut, veranlasst irgendetwas Geheimnisvolles in dieser Wechselbeziehung das Wasser dazu, zu verdunsten und zu Feuchtigkeit zu werden.

Der vierte Aspekt des Tai Yin sind seine Organe – die Milz und die Lungen. Die Milz ist verantwortlich für das Entgegennehmen der Yang-Energie aus Nahrung und Getränken. Dies wird als Wurzel der Nachhimmelsenergie bezeichnet – jene Wurzel aus der wir unsere Energie beziehen nachdem wir geboren wurden. Bei der Auswahl der Nahrung, die wir essen, ist es wichtig zu beachten, ob sie Yang, also Himmelsenergie enthält oder nicht. Nahrung, die Himmelsenergie enthält ist normalerweise Nahrung, die von Himmel und Erde hervorgebracht wurde – natürliche Nahrung. Nach der Ernte neigt diese Nahrung naturgemäß dazu, zu verderben und zu verrotten, da, einmal der Natur entzogen, sich ihre Yin-Materie und ihre Yang-Energie voneinander trennen möchten. Heutzutage verarbeitet und verpackt die Nahrungsmittelindustrie die Nahrung in einer Art und Weise, die es möglich macht, sie über Monate zu lagern. Es ist manchmal schwer zu sagen, ob diese so verpackte Nahrung überhaupt noch Leben in sich trägt, im besten Fall ist sie nicht mehr so lebendig, wie sie es sein könnte. Aus der Perspektive des Tai Yin ist daher der gegenwärtige Trend zu lokal angebauten, frischen Nahrungsmitteln sehr weise.

Die Lungen ebenso wie die Milz sind verantwortlich für die Nachhimmelsenergie, die wir nach unserer Geburt erhalten und aufnehmen, im Gegensatz zu der Energie, die wir in der Gebärmutter von unserer Mutter empfangen. Die Lungen sind verantwortlich dafür, das Yang des Himmels aus der Luft in unseren Körper einzufügen wenn wir atmen. Die Milz erhält das Yang innerhalb des Yin, mit anderen Worten erhält sie die Yang-Energie, die in der Nahrung eingebettet ist, während die Lungen das Yang innerhalb des Yang aufnehmen, die reine Yang-Energie aus der Atemluft, die völlig unsichtbar ist. Beide Tai Yin-Organen nehmen die Yang-Energie in ihren unterschiedlichen Formen auf und betten sie in die physische Materie unseres Körpers ein.

Um es nochmals zu wiederholen. Die Tai Yin-Sphäre ist verantwortlich für die Verankerung der Yang-Energie in der physischen Materie. Die Milz gehört zum Erdelement und die Lungen zum Metallelement. Das Metall ist in seinem natürlichen Zustand in der Erde verborgen, was bedeutet, dass Metall und Erde in enger Beziehung zueinander stehen.

Eine andere Funktion der Lunge, die im Gelben Kaiser beschrieben wird, ist es, das Qi zu beherrschen, ebenso wie die Jie (Gelenke). Die Schriftzeichen Qi und Jie können auch die Bedeutung von Zeitabschnitten haben. Ein Jie beträgt 15 Tage und ein Qi beträgt ebenfalls 15 Tage. Gemeinsam lassen sich die Worte Jie Qi als die vier Jahreszeiten und deren 24 Qi-Segmente übersetzen, wie wir weiter oben erläutert haben. Die Lungen kontrollieren unsere Fähigkeit, uns dem Wechsel der Jahreszeiten anzupassen und den Nutzen und Vorteil aus jeder dieser jahreszeitlichen Energie zu ziehen. Sie kontrollieren und nähren die Haut und die Körperbehaarung, da sie das Qi und die Jie regulieren, sowie unsere Wechselbeziehung mit den jahreszeitlichen Veränderungen um uns herum.



Der vierte Aspekt von Tai Yin sind seine Meridiane – der Milzmeridian und der Lungenmeridian. Wenn eine Person aufrecht steht, die Arme an beide Seiten des Körpers gelegt, verlaufen die Tai Yin-Meridiane entlang der inneren Seite der Arme und Beine (medial). Ihre Lokalisation im Körper unterstützt die Aufgabe dieser Meridiane, die darin besteht, die kondensierte Yang-Energie in die Gewebe des Körpers zu tragen, anders ausgedrückt das Yang im Yin oder das Yang innerhalb der Materie in den Körper zu bringen.

Der fünfte Aspekt des Tai Yin betrifft seine Öffnungs- oder Entriegelungszeit, namentlich Hai, Zi und Chou. Diese Zeiten repräsentieren im Mondkalender die drei Monate des Winters und im Tagszyklus die Stunden von 21h abends bis 3h nachts.

Um diesen fünften Aspekt wirklich erfassen zu können, ist es wichtig, die drei Yin-Sphären insgesamt zu verstehen, die wesentlich enger miteinander verknüpft sind als die Yang-Sphären und sehr häufig miteinander austauschbar sind. Außerdem kann es schwierig sein, die drei Yin-Meridiane voneinander zu separieren, und zwar weil der Yin-Mechanismus, sein Öffnen, sein Schließen und seine Drehbewegung, im inneren der Stofflichkeit des Yin stattfindet.

Hai, Zi und Chou sind die Zeiten innerhalb des Energiezyklus während derer die Yang-Energie sich in ihrem tiefsten Speicherzustand befindet – wo sie am unsichtbarsten ist. Natürlich bedeutet dies nicht, dass die Yang-Energie im tiefsten Winter oder in der Mitte der Nacht völlig verschwunden ist, sondern nur, dass sie sich in einem Speicherzustand befindet. Wenn wir schlafen, sind wir in einem lebendigen Yin-Zustand; die Yang-Energie hat sich zusammengezogen, hält sich aber nach wie vor im Körper auf. Dies ist der Grund, warum uns im Schlaf naturgemäß kälter ist und wir uns

zudecken müssen. In der Chinesischen Medizin ist die Zeit zwischen 21h und Mitternacht die Zeit, in der der Körper sein Blut (seine stofflichen Aspekte) regeneriert und verjüngt. Wenn wir zu dieser Zeit schlafen, wird unser Blut kraftvoll sein und viele unserer Leiden lösen sich, dies betrifft auch die Fruchtbarkeit. Das Erste, was eine Patientin mit Fruchtbarkeitsproblemen beachten muss, ist eine Veränderung der Schlafgewohnheiten. Für mehrere Monate gegen 21h schlafen zu gehen erhöht die Chancen auf eine Empfängnis beträchtlich.

Während der Zeit Hai (21h-23h) ist das Yin rein und das Yang befindet sich in einem kompletten Speicherzustand. Die Zeit Zi, eine Stunde vor Mitternacht, ist diejenige, in der das erste Yang – das Tai Yang – geboren wird. Das Yang wächst dann während der Zeit von Chou heran (1h-3h nachts). Der Grund, warum Schlaf so wichtig ist, ist der, dass wenn das Yang sich innerhalb des Yin erhebt, dies dem Dampf gleicht, der von gekochtem Reis aufsteigt. Er verleiht uns Leben innerhalb des Hauses oder, anders ausgedrückt, er verleiht uns Leben innerhalb unseres Körpers. Es ist wichtig, zur rechten Zeit zu schlafen, denn dann schwingt der Körper im Gleichklang mit der Natur.

Wenn wir eine Behinderung der Tai Yin-Sphäre haben, ist Schlaf ein Heilmittel. Die Symptome, die zu einer solchen Behinderung in Beziehung stehen beginnen im Allgemeinen mit dem Abdomen – dem Zentrum des Körpers, das der Erde angehört –, Völle- Blähungsgefühl, was signalisiert, dass das Yang das Yin nicht harmonisch transformiert. Wenn ein Patient mit Unfruchtbarkeit Medikamente erhält, führt die abrupte Stimulierung des Yang zu einer Disharmonie des Tai Yin, die häufig in Blähungsgefühlen mündet. In der Westlichen Medizin wird dies als ‚Nebenwirkung‘ bezeichnet. In der Chinesischen Medizin ist dieses Phänomen eine ‚Disharmonie‘.

Schmerzen im Abdomen sind das Ergebnis von Kälte, die, wie schon erwähnt, auf die Abwesenheit von Yang verweist – das Yang transformiert die Yin-Substanz nicht und die (Yin)-Energie und das Yin werden blockiert. In Chinesisch heißen Schmerzen Teng Tong 疼痛. Jedes Schriftzeichen im Begriff Teng Tong besteht aus zwei Teilen. Der linke Teil zeigt eine Person, die auf einem Bett liegt und repräsentiert Erkrankung. Der rechte Teil des Schriftzeichens Teng ist Dong, der Winter, wenn die Yang-Energie gespeichert ist, das Wetter kalt ist und das Yin sich nicht transformieren kann. Auf der rechten Seite des Schriftzeichens Tong findet sich Yong, was Pfad oder Weg bedeutet. Dies verkörpert die Bedeutung, dass es zu Schmerzen kommt, wenn etwas blockiert ist.

In unserem täglichen Leben führt die Aufnahme kalter Getränke und Speisen, die Einnahme kalter Kräuter und kalter Medikamente zu einer Blockierung des Tai Yin. Das Bewahren der Yang-Energie der Milz (Tai Yin) ist der wichtigste Faktor in der Behandlung jeglicher Erkrankung. Zusätzlich wird bei einer Blockierung des Tai Yin die Nahrung nicht nach unten gelenkt und die Person wird sich übergeben. Dies zeigt, dass eine Blockade des Tai Yin durch Kälte verursacht wird (abwesendes Yang). Das Yang kann die Erde nicht wärmen und der Nahrungsstoffwechsel kommt zum Erliegen.

#### **Die Shao Yin-Phase**

Das Shao Yin ist die Achse des Yin-Mechanismus und eng mit dem Tai Yin verbunden. Tatsächlich lässt sich sagen, dass sie nicht voneinander zu trennen sind. Als wir das Schriftzeichen für Feuchtigkeit besprochen haben, haben wir auch das darin enthaltene geheimnisvolle Element erwähnt. Mit unserer Analyse des Shao Yin, werden wir versuchen, dieses Geheimnis zu lüften.

Wie wir schon dargestellt haben, benötigen Wasser und Erde ebenso wie Wasser und Feuer

die Yang-Energie, um Leben zu erschaffen. Das Shao Yin ist die Verkörperung all dessen. Die Essenz des reinen Yin (Erde) und des reinen Yang (Himmel), das lebendige Yin (Wasser) und das lebendige Yang (Feuer) all dies ist im Shao Yin enthalten. Das Zusammenspiel von Himmel und Erde in unserem Körper und die Art und Weise wie Wasser und Feuer sich in unserem Körper ergänzen, all das sind Funktionen des Shao Yin oder mit anderen Worten Funktionen der Achse des Yin-Mechanismus. Der ‚geheimnisvolle‘ Teil des Schriftzeichens für Feuchtigkeit ist verbunden mit der Fähigkeit des Shao Yin diese Harmonie zwischen Yin und Yang zu koordinieren.

Aus Sicht der Chinesischen Medizin resultieren die Handlungen einer Person und die Geschehnisse während des Lebens alle aus seiner oder ihrer Shao Yin-Sphäre und reproduktiven Fähigkeit. Dies umfasst langjährige Ess- und Schlafgewohnheiten und die Art und Weise in der Leiden behandelt wurden. Es umfasst sogar wie die Eltern dieser Person aßen und schliefen und ihre Leiden behandelten noch bevor diese Person überhaupt geboren worden war.

Der zweite Aspekt des Shao Yin betrifft seine energetischen Qualitäten. Der Gelbe Kaiser spricht in Bezug auf das Shao Yin vom ‚Kaiser-Feuer‘. Der Führer oder der Kaiser eines Landes ist diejenige Figur, die das gesamte Land vereinigt. Das Kaiser-Feuer in unserem Körper ist die Sphäre, die unseren Körper und unsere Emotionen zu einer Einheit und nicht zu vielen versprengten Einzelstücken macht. Der Grund, warum wir innerhalb der sechs Sphären zwei Arten von Feuer besitzen ist der, dass das Shao Yang Feuer den Körper wärmt, während das Feuer des Shao Yin den Körper erleuchtet. Das Kaiser-Feuer repräsentiert die Helligkeit und Leuchtkraft des Lichts.

Der dritte Aspekt des Shao Yin sind seine Organe, die Nieren und das Herz. Die Nieren gehören zum Wasserelement, während das Herz

dem Feuerelement angehört. Dies repräsentiert natürlich das Zusammenwirken von Wasser und Feuer innerhalb unseres Körpers, wie sie in der Einleitung zum Shao Yin schon beschrieben wurde.

Im Körper ist das Herz wie der Kaiser. Es ist das Organ, das diese Einheit innerhalb des Körpers ermöglicht. Der Gelbe Kaiser beschreibt das Herz als den Kaiser, (als personifizierten Ort) wo Shen Ming erscheint. Shen bedeutet ‚Geist/Seele‘ und Ming lässt sich mit ‚klar‘ übersetzen. Grob übersetzt bedeutet die obige Bemerkung, dass das Herz der Ort ist, wo der Geist klar wird.

„Der Gelbe Kaiser“ beschreibt Shen/Geist als „*Das unermessliche Zusammenwirken von Himmel und Erde, das den menschlichen Geist durchdringt.*“ Er merkt auch an: „*Geist innerhalb des Himmels ist Wind und innerhalb der Erde ist er Holz, innerhalb des Himmels ist er Hitze und innerhalb der Erde ist er Feuer, innerhalb des Himmels ist er Dunst und innerhalb der Erde ist er Schmutz (die Erde nach den Fünf Elementen), innerhalb des Himmels ist er Kälte, während er innerhalb der Erde Wasser ist.*“ Dies ist die Beschreibung der fünf Elemente der Natur in ihrer Beziehung zum Geist.

Der Geist innerhalb von Himmel und Erde repräsentiert die energetischen Qualitäten jeder der sechs Sphären. Die Tai Yang-Sphäre ist kalt und Wasser, die Jue Yin-Sphäre ist Wind und Holz, die Yang Ming-Sphäre ist Trockenheit und Metall. Tai Yin ist Erde und Dunst. Einzig Shao Yang und Shao Yin vereinigen sich in einer Kategorie, bei der eine Sphäre Hitze, die andere Feuer ist, was, wie wir gerade erklärt haben, zwei Aspekte desselben Feuers sind – Hitze und Licht. Beide Darstellungen des Gelben Kaisers beschreiben den Geist als einen Pfad zwischen Himmel, Erde und Mensch oder zwischen Yin, Yang und Mensch. Der Geist ist derjenige Mechanismus, der uns mit Himmel und Erde verbindet. Es ist der Mechanismus und vereinigende Faktor, der uns mit der Natur

verbindet und es dem Yang (Himmel) und dem Yin (Erde) ermöglicht, innerhalb unserer Körper zusammen zu wirken.

Wenn Yin und Yang sich beim Tode trennen sagen wir, dass der Geist uns verlassen hat. Was aber meinen wir, wenn wir sagen, dass der Geist klar ist? Lassen Sie uns einen Blick auf das Schriftzeichen Ming 明 werfen. Das Schriftzeichen Ming (klar) besteht aus zwei Teilen. Die linke Seite repräsentiert die Sonne, die rechte Seite steht für den Mond. Wenn wir während des Tages und in der Nacht den Himmel betrachten, so sind die klarsten sichtbaren Objekte die Sonne und der Mond. Das, was sichtbar ist, ist ihr Licht. Die Aussage, dass das Herz dort ist, wo der Geist klar ist bedeutet, dass das Herz dort ist, wo der Geist alles sieht. Das Kaiserliche Feuer ist das Licht, das der Geist benötigt, um sehen zu können, was in jedem Teil des Körpers vor sich geht. Alle Leiden werden durch einen Geist verursacht, der nicht klar ist, da er von Dunkelheit umgeben ist und nicht sehen kann. Westliche Medikamente wie etwa Schmerzmittel sind tatsächlich ein Hindernis bei der Lösung des Grundproblems eines jeden physischen Sachverhaltes, da sie dem Geist das Licht nehmen, um die Symptome zu lindern. Der Kaiser kann nicht länger sehen, was in seinem Reich vor sich geht. Was Verfahren bei Unfruchtbarkeit betrifft, etwa wenn die Patientin sich einer IVF-Behandlung unterzieht und keine Nebenwirkungen spürt wie Hitzewallungen, Gewichtszunahme oder abdominale Distension und Blutungen, so liegt das daran, dass der Geist jetzt getrübt ist und die Nebenwirkungen der Medikation maskiert sind. Deshalb ist der Geist nicht klar und das Kaiserliche Feuer erstrahlt nicht in dem Licht, in dem es erstrahlen sollte.

Das Herz ist das allerwichtigste Organ unseres Körpers und trägt in sich die allerwichtigste Funktion. Ohne das Herz kann der Körper nicht sehen und Leiden beheben, uns mit der Natur um uns herum oder mit Himmel und Erde verbinden

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

– die Yin- und Yang-Energien des Körpers wären in völligem Chaos. In der Chinesischen Medizin wird die Verbindung des Herz-Feuers mit dem Nieren-Yang ‚Wahres Yang‘ genannt.

Die Nieren gehören zum Wasserelement. Das Wasser, wie schon erwähnt, interagiert mit dem Feuer, um Leben hervorzubringen. Der Gelbe Kaiser erklärt: „Die Nieren sind der Beamte des Qiang. Dorther stammt die Klugheit.“ Der Gelbe Kaiser fährt damit fort, dass: „Die Nieren den Ruhezustand kontrollieren. Sie sind die Wurzel der Speicherung. Sie sind der Ort der Essenz.“

Qiang hat zwei Bedeutungen. Einmal lässt es sich als ‚Reiswurm‘ übersetzen, was an einen männlichen Penis erinnert und die Art und Weise des Gelben Kaisers ist, die Kontrolle der Nieren über die Reproduktionsorgane (männlich und weiblich) zu beschreiben. Die zweite Bedeutung von Qiang ist Kraft/Stärke. Sehen wir uns das Schriftzeichen Qiang 強 einmal an. Der linke Teil repräsentiert einen Bogen (wie bei Pfeil und Bogen). Der rechte Bereich zeigt unten einen Wurm und darüber einen großen Mund und steht für einen Wurm mit einem großen Kopf. Der Bogen ist ein Symbol für wahre Stärke. Er ist eine Waffe, die zugleich weich und hart ist. Er hat die Kraft von Stahl und ist dennoch biegsam wenn er angespannt und der Pfeil abgeschossen wird. Die männlichen Genitalien können ebenfalls biegsam und steif sein und es ist diese Fähigkeit der Transformation, auf die sich der Gelbe Kaiser mit dem Begriff Klugheit bezieht. Dass ‚die Nieren der Beamte des Qiang sind‘ bedeutet, dass die Nieren, die zum Wasserelement gehören, über diese Qualität der Aufrechterhaltung von Härte und Biegsamkeit zur gleichen Zeit gebieten. Diese Qualität kann jedoch nicht vom Herzen getrennt werden.

Das Herz ist der Ort, wo der Geist klar wird und die Nieren kontrollieren die Härte und Biegsamkeit der Genitalien. Dies sind die Vorbedingungen zur Fortpflanzung. Wenn Mann

und Frau intim werden, sind die Emotionen ausgeglichen. Wenn die männliche Stimulierung oder die Angst zu groß sind, wird er keine Erektion bekommen und wenn das Begehren fehlt oder es nicht ausreichend Stimulierung gibt, wird es ebenfalls zu keiner Erektion kommen. Dasselbe gilt für die weibliche Erregung. Zuviel und zu wenig, beides ist kontraproduktiv. Das Herz ist der Ort, wo der Geist seinen Wohnsitz hat und die Emotionen in Schach gehalten werden. Wenn der Geist ruhig ist und die Emotionen zufrieden gestellt sind oder Liebe in der Luft liegt, kann das Kaiserliche Feuer hinunter zu den Nieren steigen und das Nierenwasser erwärmen. Das Wasser der Nieren wird es dem Qiang ermöglichen sich zu biegen und aufzurichten und die Fortpflanzung kann stattfinden.

Im Gegensatz dazu lassen IVF und die zeitliche Abstimmung der Ovulation, anstatt die Emotionen des Herzens zu wärmen, das Feuer abkühlen. Sie separieren das Feuer des Herzens vom Wasser der Nieren.

Der Gelbe Kaiser erklärt: „*Die Nieren kontrollieren den Ruhezustand. Sie sind die Wurzel der Speicherung. Sie sind der Ort der Essenz.*“ Ruhezustand, Speicherung und Essenz sind drei Ebenen derselben Sache. Im Ruhezustand befinden wir uns wenn wir schlafen und unsere Energie für den nächsten Tag aufladen. Speicherung ist die Speicherung der Yang-Energie in der physischen Materie, in dem, was wir Yin-Energie nennen. Essenz ist die Vereinigung der Energie in dem einen Materie bildenden Samen, der einem anderen Zyklus das Leben schenken kann. Das Shao Yin ist die Sphäre, in der wir unsere Energie aufladen, es ist die Sphäre, in der die Energie sich in der physischen Materie (Yin-Energie) speichert und es ist die Sphäre, in der der Samen für neues Leben geschaffen wird. Die Nieren gehören zum Wasser. Das Wassertrigramm besteht aus zwei unterbrochenen Linien und einer festen Linie dazwischen.

Die Essenz innerhalb des Wassers ist die Yang-Energie (feste Linie). Wir nennen dies ‚das eine wahre Yang‘. In der Chinesischen Medizin ist dies die wertvollste Substanz/Energie unseres Lebens. Wenn man sie vergeudet, vergeudet man sein Leben und auch zukünftige Generationen werden vergeudet. Unser Ziel innerhalb der Chinesischen Medizin ist es, dieses eine wahre Yang wieder herzustellen. Dies heißt, die Energie für die folgenden Generationen wieder herzustellen.

Das Bewahren des Ruhezustandes geschieht, indem wir gut schlafen. Das Bewahren der Yin-Energie geschieht, indem wir die Yang-Energie nicht schädigen und wir schädigen die Yang-Energie nicht, wenn wir den Richtlinien von Tai Yang, Yang Ming, Shao Yang und Tai Yin folgen. Das Bewahren der Essenz geschieht, indem wir den Richtlinien des Shao Yin folgen. Wir nähren das Kaiserliche Feuer des Herzens (Emotionen und klarer Geisteszustand) und wir bewahren das eine wahre Yang der Nieren.

In Bezug auf die Wirkungen von Steroiden behauptet Dr. Liu Lihong, dass sie das wahre Yang in den Nieren entfesseln, es kommt zu einer Heilung als wäre ein Wunder geschehen. Aber das Yang ist erschöpft – es ist verbraucht. Mit der Hormonstimulation bei Fruchtbarkeitsbehandlungen haben wir eine ähnliche Situation, in der das Yang der Nieren sich erschöpft. Diese Erschöpfung läuft einer Empfängnis zuwider. Wie der Gelbe Kaiser sagte: „Yin und Yang müssen harmonisieren. Dies wird zur Geburt von Nachkommen führen.“ Wenn das Yang erschöpft ist und nicht mit dem Yin harmonisiert werden kann, wird dies zu Unfruchtbarkeit führen.

Der vierte Aspekt des Shao Yin sind seine Meridiane, die von Nieren und Herz. Wenn man aufrecht steht, die Arme seitlich, die Handflächen an den Oberschenkeln und die Füße nahe beieinander, so verlaufen die Shao Yin-Meridiane entlang der Innenseite des Körpers, auf dessen

posteriorer (hinterer) Seite (Innenseite von Armen und Beinen, aber nahe zum Rücken). Die Innenseite des Körpers ist Yin und der posteriore Teil ist Yang, folglich handelt es sich hier um das Yang im Yin. Die Meridiane von Herz und Nieren beginnen in versteckten Bereichen; unter den Fußsohlen und in den Achselhöhlen, ihr Ursprung ist folglich verborgen im Vorhimmel. Mit anderen Worten stammt die Shao Yin-Energie von unseren Eltern; so ließe sich ihr Beginn deuten.

Der fünfte Aspekt des Shao Yin ist seine Entriegelungszeit, die von Zi bis Yin reicht, von 23h bis 5h und sich mit den Tai Yin-Zeiten Zi und Chou überschneidet. Dies erklärt die enge Beziehung zwischen Shao Yin und Tai Yin und damit die enge Verbindung zwischen Erde und Wasser.

Das Shao Yin beginnt um Zi, der Geburtszeit des Yang. Es ist das eine wahre Yang innerhalb des Wassers – diejenige Yang-Energie, die dem Wasser Leben einhaucht. Chou und Yin bilden die Wachstumszeiten des Yang hin zu Zwei und hin zu Drei. Lao Zi sagt: Das Eine bringt die Zwei hervor. Die Zwei bringt die Drei hervor. Die Drei bringt die Zehntausend Dinge hervor. Die Entwicklung des Shao Yin von Eins zu Zwei zu Drei ist ein körperlich voll ausgebildetes Yang im Yin. Es ist das, was wir ein Kaiser-Feuer nennen. Es ist das voll ausgebildete Trigramm des Himmels (drei feste Linien) innerhalb des Yin. Es ist Yang im Yin.

Shao Yin ist die Verkörperung von Himmel und Erde in ihrem Zusammenspiel innerhalb unseres Körpers. Es sind das Nieren-Wasser und das Herz-Feuer, die sich wie Himmel und Erde in der Natur verhalten. Das Shao Yin ist, wie das Shao Yang, die Achse und diese Achse gehört zum Feuer, der treibenden Kraft hinter Yin und hinter Yang. Im Yin-Mechanismus ist das Feuer weniger wärmend als im Yang-Mechanismus, da es sich um ein voll ausgebildetes Yang im Yin handelt,

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

das den Yin-Mechanismus zur Wandlung treibt. Dies ist der Grund, warum die Entriegelungszeit des Shao Yin zur Gänze in die Wachstumsphase des Yang fällt.

Wenn das Shao Yin blockiert ist, ist der Puls dünn und klein und der Körper möchte schlafen, kann es aber nicht. Das Herz ist erregt und gereizt, die Miktion ist klar und häufig und es kommt zu ausgeprägtem Durst.

Im Hinblick auf das Herz, das sich ‚gereizt/erregt‘ fühlt ist es wichtig, das chinesische Schriftzeichen Fan 煩 (gereizt) zu analysieren. Der linke Teil steht für Feuer, während der rechte Bereich einen Kopf repräsentiert. Das Feuer oder die Hitze steigt zum Kopf und führt zu Reizbarkeit. Dieses Feuer muss zu den Nieren absteigen und nicht aufsteigen, um den Körper zu wärmen. Das aufsteigende Feuer ist das Minister-Feuer des Shao Yang, das den gesamten Yang-Mechanismus bewegt. Das Shao Yin-Feuer ist ein absteigendes Feuer, das den Kaiser im Wasser verankert oder, wie wir es zuvor beschrieben haben, es ist das ‚eine wahre Yang‘ des Wassers. Es ist wie der Sonnenschein, der hinunter auf die Erde strahlt. Das Sonnenlicht strahlt nicht aufwärts. Dies ist das Achsen-Feuer des Yin-Mechanismus – diejenige Energie, die in der physischen Materie eingebettet ist. Es ist die Verwurzelung der Energie in der Materie. Wenn dieses Feuer sich nicht im Körper verwurzelt, zeigen sich zwei Hauptsymptome: Die Person ist sehr müde, jedoch doch nicht in der Lage, einzuschlafen. Das zweite Symptom ist eine innere Gereiztheit. Diese Symptome treten auf, weil das Feuer sich nicht mit dem Wasser verbinden kann.

Diese Feuer- und Wasserverbindung findet im Shao Yin statt, in der Mitte der Nacht, dann, wenn wir schlafen. In der Natur geschieht dies in Mitten des Winters, wenn sich alles im Ruhezustand befindet. Das Kaiser-Feuer ruht im Wasser, was wir in der Chinesischen Medizin auch mit „der

Drache ruht im Wasser“ bezeichnen. Dies klingt zwar ein wenig pittoresk, ist aber nichtsdestotrotz bedeutungsvoll. In chinesischen Mythen ist der Drache die gewaltigste und mächtigste Kreatur – er fliegt in die höchsten Höhen und taucht in die tiefsten Meere. Seine Bewegungen sind wendig und klug. Der Drache im Wasser entspricht jener phänomenalen Yang-Energie innerhalb des Wassers, die ihm Leben verleiht und die Leben erschafft, immer und immer wieder.

Wenn wir schlafen, steigt der Drache oder das Kaiser-Feuer ins Wasser hinab. Dies ermöglicht einen erholsamen Schlaf und eine kraftvolle Energie für den nächsten Tag. Während des Tages ist der Geist eines Individuums sichtbar und wenn dieser Geist fehlt, sieht die Person müde aus und das Licht in ihren Augen ist ausgeschaltet. Kein pulsierender Geist oder, metaphorisch gesprochen, kein Drache, der sich zeigt. Während der Nacht, wenn wir schlafen, begibt sich der Drache zur Ruhe – im tiefen Meer oder im Wasser oder im Norden oder in den Nieren (all dies sind vom Blickpunkt der Chinesischen Medizin aus betrachtet Synonyme). Wenn wir objektiv die verschiedenen Zustände des Geistes während des aktiven Tages und der schläfrigen Nacht betrachten, können wir den Unterschied deutlich erkennen.

Zu den weiteren Symptomen eines Ungleichgewichtes des Shao Yin gehören häufige Miktion mit klaren Urin. Dies hat mit dem Versagen des Yang zu tun, die Nieren zu wärmen. Ist das Yang zu intensiv, erwärmen sich die Nieren zu stark und der Urin färbt sich gelb. Fehlt jedoch das Yang, ist der Urin klar. Es gibt keine Hitze im Urin.

Das wichtigste Symptom des Shao Yin ist der dünne und kleine Puls, was ebenfalls auf ein Problem von Wasser und Feuer verweist. Feuer ist die Energie, Wasser ist die Substanz. Die ‚Wasser ähnlichste‘ Substanz in unserem Körper ist das Blut, da es Venen und Arterien füllt. Wenn



das Blut (Wasser) fehlt, wird der Puls dünn sein. Dies steht im Gegensatz zu einem vollen Puls, bei dem Blut reichlich vorhanden ist. Ein kleiner Puls ist ein Feuer Problem oder, um genau zu sein, ein Problem des Kaiser-Feuers. In welcher Weise ist es ein Problem des Kaiser-Feuers?

Lassen Sie uns zunächst das Minister-Feuer betrachten, das den Körper wärmen muss. Wenn es zu viel Wärme gibt, wird der Puls schnell und wenn es einen Mangel an Wärme gibt (oder Kälte), wird der Puls langsam. Das hat seinen Grund darin, dass Wärme und Yang das Wasser beschleunigen, während Kälte es verlangsamt. Zhongjing erwähnt in seiner Beschreibung der Pulse keinen langsamen Puls, sondern beschreibt ihn als dünn und klein. Der Puls innerhalb unseres Körpers ist die Verkörperung des Lebens. Wenn jemand ohnmächtig wird und wir feststellen wollen ob er oder sie noch lebt, überprüfen wir den Puls.

Von diesem Blickwinkel aus können wir verstehen, dass der Zyklus jedes Herzschlags in einem Puls ähnlich dem Zyklus eines jeden Tages ist. Er ähnelt dem Zyklus eines jeden Jahres. Jeder Puls hat einen Frühling, einen Sommer, einen Herbst und einen Winter. Er enthält ein zyklisches und repetitives Moment. Der Winter ist das Wasser oder das Blut des Pulses. Es ist die Yin-Energie des Pulses. Frühling, Sommer und Herbst stellen die Yang-Energie des Pulses dar. Die Yang-Energie dieser drei Jahreszeiten ist lang, wenn man sie mit der Jahreszeit des Winters vergleicht.

In jedem Herzschlag sollte man einen langen Frühlings-, Sommer- und Herbstpuls fühlen. Ist der Puls kurz, so bedeutet dies, dass das Yang oder der Mechanismus des Kaiser-Feuers der Nieren abnimmt. Es ist der Geist des Herzens, der die Jahreszeiten und den Körper harmonisiert. Wenn das Herz-Feuer einer Person gesund und das wahre Yang der Nieren stark ist, dann ist der Puls lang.

Unfruchtbarkeit ist weitgehend ein Shao Yin Problem. Das Kaiser-Feuer wärmt das wahre Yang der Nieren nicht. Der Geist speichert sich nicht in der Essenz. Die Energie verwurzelt sich nicht in der Materie. Die häufigsten Symptome die mir bei Patienten mit Unfruchtbarkeit begegnen sind Shao Yin-Symptome von Yang-Mangel wie kalte Hände und Füße oder eine kalte Nase, während andere Hitzewallungen und Nachtschweiß aufweisen. Es gibt nicht genug warme (Yang) Energie, um sie zu wärmen.

Wie lassen sich Hitzewallungen und Nachtschweiß als Yang-Mangel verstehen? Zheng Qinan erklärt dies wie folgt: Yang-Mangel hat direkte, geradlinige und seltsame Symptome. Geradlinige Symptome sind kalte Füße, kalte Hände, ein blasses Gesicht etc. Es gibt jedoch seltsame Symptome wie ein rotes Gesicht und Hitzegefühle. Dies rührt daher, weil das Wasser Vorhimmels-Yang enthält. Wenn das Yang sich in einem Mangelzustand befindet, fließt das Wasser über und trägt das Ursprungs-Yang mit sich nach oben. Das Ursprungs-Yang (Kaiser-Feuer) sollte aber abwärts fließen, um das Wasser zu wärmen. Befindet es sich in einem Mangelzustand, kann es jedoch nicht abwärts fließen, sondern flutet stattdessen aufwärts. Dies wird zu Symptomen wie Hitzewallungen und Nachtschweiß führen. Wenn das wahre Yang wieder erstarkt ist, wird es sich im Wasser verwurzeln und nicht mehr aufwärts fluten.

In meiner Praxis erlebe ich, dass Hitzewallungen und Nachtschweiß recht schnell mit sehr heißen Kräutern gelindert werden können. Darüber hinaus lässt sich sagen, je stärker Nachtschweiß und Hitzewallungen sind, desto heißer muss die Kräuterrezeptur sein. Der Grund ist, das Gebärende Yang davor zu bewahren, sich abzusondern. Was sollte denn die Hauptursache für Unfruchtbarkeit sonst sein? Das wahre Yang im Wasser befindet sich in einem Mangelzustand und das Kaiser-Feuer ist zu schwach, um abzustei-gen.

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

Meiner Erfahrung nach stellen Patienten, die niemals Fruchtbarkeitsmittel oder die Pille genommen haben ihr wahres Yang und ihr Kaiser-Feuer ziemlich schnell wieder her. Patienten die dies jedoch getan haben, erneuern das wahre Yang des Wassers nur mit großen Schwierigkeiten.

Das Fehlen des wahren Yang erklärt, warum so viele IVF-Zyklen versagen, trotz eines gelungenen Embryotransfers. Es erklärt überdies die meisten „ungeklärten“ Unfruchtbarkeiten.

#### Die Jue Yin-Phase

Jue (vermindert) Yin ist die letzte Sphäre des Yin-Mechanismus, dort, wo Tai Yin und Shao Yin enden, um es dem Yang zu ermöglichen, zu erblühen. Während das Tai Yin wahres Yin ist und das Shao Yin Yang im Yin, so ist das Jue Yin Yin im Yang. Mit dem Schließen befindet sich das Jue Yin vollständig im Bereich des Yang. Wenn wir die drei Yin-Phasen in Bezug auf Fruchtbarkeit und Fortpflanzung miteinander vergleichen, so ist das Tai Yin die Bildung von Sperma und Eizelle, das Shao Yin ist die Empfängnis und Erschaffung eines neuen Lebens, während das Jue Yin die Entwicklung des Fötus innerhalb der Mutter darstellt. Tatsächlich ist das Jue Yin schon ein neues Leben, getrennt vom vorangegangenen Zyklus (von den Eltern) und dennoch ist es noch mit der Mutter verbunden und nicht wirklich unabhängig. Erst wenn das Baby in sein unabhängiges Leben hineingeboren wird hat die Jue Yin-Phase ihre Arbeit und beendet und ist vollständig zu einem eigenständigen neuen Zyklus geworden.

Der zweite Aspekt des Jue Yin sind seine energetischen Qualitäten. Der Gelbe Kaiser beschreibt Jue Yin als Wind und Holz. Das Schriftzeichen für Wind 風 besteht aus zwei Teilen. Das äußere umhüllende Zeichen wird Fan genannt und hat die Bedeutung ‚insgesamt‘ oder ‚alle(s)‘. Das innere Zeichen ist ein Wurm, derselbe Wurm wie im Schriftzeichen Qiang in der vorgegangenen Darstellung des Shao Yin. Die

gemeinsame Bedeutung ist die, dass der Wind alle möglichen Arten von Würmern hervorbringt. Im Gelben Kaiser wird erklärt, dass ‚Würmer‘ hier alle lebenden Tiere bedeutet, den Menschen eingeschlossen.

Das Schriftzeichen Chong 蟲 (Wurm) zeigt in seinem oben einen Mund, den eine vertikale Linie durchzieht. Dies steht für einen Menschen oder ein Tier. Wenn wir diese Linie nach oben verlängern, ist es, als ob wir den Himmel erreichen, verlängern wir sie nach unten, erreichen wir die Erde. Dies repräsentiert die Verbindung aller lebenden Dinge zu Himmel und Erde. Den unteren Teil des Schriftzeichens bilden zwei Füße. Ein Verweis auf den Menschen.

Das Schriftzeichen Fan 凡 (alle) besteht ebenfalls aus zwei Teilen. Die äußere Umhüllung legt nahe, dass es ‚alles enthält‘, während sich innerhalb das Schriftzeichen Yi (Eins) findet, was auf Einheit deutet. Verbindet man all diese unterschiedlichen Teile des Schriftzeichens Feng (Wind) miteinander, so legt die Bedeutung von Wind eine Einheit aller lebenden Dinge zwischen Himmel und Erde nahe.

Tatsächlich sagten die chinesischen Weisen: „Der Wind ist der Bote von Himmel und Erde.“ Dies bedeutet, dass alle lebenden Dinge, die Menschen eingeschlossen, Boten des Himmels und der Erde sind. Insbesondere die menschlichen Wesen wurden als der Spiegel der Wechselwirkung von Himmel und Erde betrachtet. Die sind die Verkörperung von Yin und Yang und die Verkörperung des Lebens. Jue Yin, schon erschaffenes Leben, aber noch nicht getrennt von seinen Eltern, wird am besten mit Wind beschrieben. Welche Qualität ist es, die diese fetale Phase so gut beschreibt? Es ist Holz.

Holz hat verschiedene Bedeutungen. Lassen Sie uns einen Blick auf das Schriftzeichen Mu 木 (Holz) werfen. Die horizontale Linie ist die Erde und die vertikale Linie stellt eine Pflanze dar,

die aus dem Boden sprießt. Die beiden schrägen Linien sind die Wurzeln dieser Pflanze unterhalb des Erdbodens. Dies ist eine Beschreibung aller Lebensformen, die der Erde entspringen, Menschen und Tiere eingeschlossen, da wir alle von der reinen Yin-Energie der Erde genährt werden. Im alten China gab es keine Trennung zwischen Mensch und Natur. Natur war Mensch und Mensch war Natur.

Holz ist die Qualität, die der Erde entspringt. Dies ist eine Qualität, die Eizelle und Samen zu einem Baby umwandelt. Der Gelbe Kaiser beschreibt die Holzqualität als „biegen und begradigen“ oder als die Fähigkeit, von einem Zustand in einen anderen wechseln zu können. Die Holzqualität unterstützt die männlichen Genitalien dabei, hart und wieder weich zu werden, wenn dies erforderlich ist und erklärt auch die Fähigkeit des Embryos, sich aus einer sehr gewundenen Position zum Fötus und dann zum Baby gerade zu richten. Das Schriftzeichen Mu (Holz) beschreibt also bestens diejenige Phase, in der die Energie noch Wurzeln im Yin unter der Erde hat, aber gleichzeitig ein neues Leben im Yang über der Erde beginnt.

Was ist die Verbindung zwischen Wind und Holz? Der Gelbe Kaiser sagt: „Der Osten gebiert den Wind und der Wind gebiert das Holz.“ Der Osten, der Wind und das Holz sind drei Ebenen derselben Sache. Der Osten ist die Himmelsrichtung in der die Sonne oder die Yang-Energie aufsteigt oder aus der Erde hervorkommt. Diese Yang-Energie gebiert den Wind, der alle lebenden Dinge auf Erden repräsentiert. Diese lebenden Dinge (Wind) gebären das Holz, das Fortpflanzungsvermögen und damit letztendlich die nächste Generation. Wind und Holz können nicht voneinander getrennt werden. Leben und Fortpflanzung können nicht voneinander getrennt werden. Tai Yin und Shao Yin „sterben aus (erlöschen)“, sagt der Gelbe Kaiser, durch die Geburt neuen Lebens oder durch den Wind der das Holz

hervorbringt. Das Jue Yin ist wichtig bei der Klärung von Unfruchtbarkeit, da diese Sphäre es uns ermöglicht, Fehlgeburten und die Gesundheit des Fötus zu verstehen.

Der dritte Aspekt des Jue Yin sind seine Organe, die Leber und das Perikard, ein doppelwandiger Sack, der das Herz und die Ursprünge der großen Gefäße enthält. Der Gelbe Kaiser nennt das Perikard „die Mauern, die den Kaiser (Herz) umgeben.“ Wenn pathologische Energie das Herz attackiert, wird das Perikard sie zuerst aufnehmen, um den Kaiser zu schützen. In Wirklichkeit hat das Perikard jedoch eine tiefere Bedeutung und wir sollten es uns genauer ansehen. Warum war das Perikard in der Antike nicht vom Herzen getrennt? Es ist sehr befremdlich, dass es zwar 12 Meridiane gab, den Perikardmeridian eingeschlossen, jedoch kein Perikardorgan. Es gab sechs Yin-Meridiane jedoch nur fünf Yin-Organen. Was war der Grund für dieses merkwürdige Phänomen?

Lassen Sie uns zum Verständnis die chinesischen Schriftzeichen betrachten, um so einige Anhaltspunkte zu finden. Das Schriftzeichen Xin Bao 心包 (Perikard) ist aus zwei Schriftzeichen zusammengesetzt. Das Schriftzeichen auf der Linken ist das Herz (Xin) und das Schriftzeichen auf der Rechten ist eine Hülle oder ein Sack (Bao). Miteinander kombiniert ist das Perikard also die Hülle, die das Herz umgibt. Ausgehend von dieser ersten Bewertung können wir erkennen, dass Herz und Perikard (der Sack um das Herz herum) in sehr enger Beziehung stehen. Wenn wir das Schriftzeichen Bao (Sack) auf der rechten Seite näher betrachten können wir erkennen, dass es aus zwei Teilen besteht; einem oberen Teil und einem unteren Teil. Wir werden dieses Schriftzeichen gleich erläutern.

Lassen Sie uns jedoch zunächst ein Blick auf die chinesischen Schriftzeichen für die Yin-Organen werfen: Milz, Lunge, Nieren, Leber und Herz. Mit Ausnahme des Herzens tragen alle den

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

Radikal für Fleisch 月 in ihrem Zeichen, was darauf verweist, dass das Schriftzeichen etwas mit dem physischen Körper oder dem Fleisch zu tun hat (脾, 肺, 腎, 肝).

Warum enthält das Schriftzeichen für Herz 心 diesen Fleischradikal nicht? Das Herz ist das Kaiser-Feuer. Es ist das Licht, das im Innern des Körpers scheint. Es ist das Organ, das zum Feuer gehört und als solches zum Himmel aufsteigen kann, da es sehr wenig physische Materie besitzt, aber voller Energie ist. Von den fünf Elementen Holz, Metall, Wasser, Erde und Feuer ist es das einzige, das aufzusteigen vermag, während alle anderen aufgrund der Schwere der physischen Materie und der Schwerkraft, die sie nach unten ziehen, absteigen.

Indem es zum Himmel aufsteigt, kann das Feuer die irdische Materie mit der Energie des Himmels verbinden. Das Herz gehört zum Feuer. Es besitzt die geringste Materie und die meiste Energie. Es der Wohnsitz unseres Geistes und der Ort an dem unsere Energie die Erde mit dem Himmel verbindet. Wie dem auch sei, gibt es da nicht eine physische Blutpumpe, die wir Herz nennen? Meiner Ansicht nach ist dies das Perikard. Der Herzmuskel und der Herzsack bilden das Perikard. Shan Zhong 膻中 ist der Begriff, den der Gelbe Kaiser für das physische Organ Herz verwendet (eine Kombination aus Perikard und Herzmuskel).

Das Schriftzeichen zur Linken ist Shan (auch Dan ausgesprochen) und das rechte Schriftzeichen ist Zhong (Zentrum, Mitte). Zhong enthält eine vertikale Linie die einen Mund durchzieht. Wiederum finden wir hier die Vorstellung der Verbindung von Himmel und Erde innerhalb einer Person (der Mund steht für eine Person). Wenn also der Gelbe Kaiser sagt, dass die physische Blutpumpe Shan Zhong sei, dann ist die erste Bedeutung die, dass diese Blutpumpe etwas mit der Verbindung von Himmel und Erde zutun hat, die Leben bedeutet.

Das Schriftzeichen Shan auf der linken Seite besteht aus zwei Teilen. Der erste ist Rou (Fleisch), ein Verweis darauf, dass es sich um ein aus physischer Materie bestehendes Yin-Organ handelt. Der rechte Bereich von Shan besteht aus einem Dach im oberen Teil, einer doppelwandigen Struktur in der Mitte und einer über dem Horizont aufgehenden Sonne im unteren Teil. Das Dach bedeutet, dass diese Entität, diese Einheit alle Organe im Körper bedeckt. Die doppelwandige Struktur meint, dass diese Einheit die geschütteste und geehrteste im gesamten Körper ist. Die über dem Horizont aufsteigende Sonne bedeutet die Geburt des Lebens, den Beginn eines neuen Zyklus' oder das zum Vorschein kommen des Babys aus der Gebärmutter. Damit beschreibt der Gelbe Kaiser das Perikard/physische Herz als das Wichtigste (Dach), das Geschütteste (doppelwandig) und als den Beginn des Lebens (Sonnenaufgang).

Darüber hinaus hat das Perikard (Xin Bao) eine weitere Bedeutung, die uns helfen wird zu verstehen, warum es ursprünglich keine vom Herzen getrennte Einheit war. Es wird uns auch helfen, zu verstehen, warum das Perikard zum Jue Yin gehört, also zum fötalen Teil des Yin. Lassen Sie uns das Schriftzeichen Bao 包 (Sack) näher untersuchen.

Der obere Teil ist Bao und bedeutet ‚umhüllen‘, während der untere Bereich Si genannt wird und ‚Fötus‘ bedeutet. Wenn wir das antike Schriftzeichen für Bao betrachten, können wir einen Fötus innerhalb des Bauches erkennen.

Wenn wir also über diesen ‚Sack‘ des Herzen nachdenken (das Perikard), dann fokussieren wir auf einen Fötus. Solange ein Baby noch nicht geboren ist, ist es untrennbar mit seiner Mutter verbunden. Das Jue Yin ist das ‚Erlöschen‘ des Yin hin zu einem neuen Leben. ‚Erlöschen‘ bedeutet in diesem Zusammenhang Neugeburt.

Der Gelbe Kaiser sagt: „*Wenn das Yin seinen höchsten Gipfel erreicht, wird das Yang geboren.*“ Der Kreislauf von Yin und Yang, der Kreislauf von Leben und Geburt vollzieht sich fortwährend. Er vollzieht sich in der Lebensspanne einer Frau, wenn sie ein Kind zur Welt bringt. Er vollzieht sich in der Spanne eines Jahres, wenn der Winter den Frühling gebiert. Er vollzieht sich in der Spanne eines Tages, wenn die Nacht den Morgen hervor bringt und er vollzieht sich innerhalb eines Herzschlags. Wenn das Herz einmal schlägt, ist dies ein neues Leben, das in diesem Augenblick geboren wird. Es ist eine neue Woge an Blut und Energie, die in unseren Körper strömt. Was geschieht, wenn das Herz aufhört zu schlagen? Es gibt keine Geburt mehr. Es kommt nicht mehr zu einem anderen Leben in einem anderen Rhythmus. Es gibt keinen weiteren Lebenskreislauf. Wenn wir vom Herzsack und dem Fötus in diesem Sack sprechen, so meinen wir, dass die Herzmuskeln Blut und Energie pumpen, um uns ‚Leben‘ zu ermöglichen. Es ist eine Beschreibung in welcher Weise unser Leben sich fortsetzt. Das Perikard ist nicht nur ein Muskel wie der Muskel eines Beins. Es ist dasjenige Organ, mit dem der Geist sich verbindet, das Organ, wo Himmel und Erde Leben in unseren Körper pumpen.

Der Gelbe Kaiser setzt mit seiner Darstellung von Shan Zhong (Mitte der Brust/Perikard) fort, in dem er es als „ergebenen Minister“ beschreibt – derjenige Minister, der dem Kaiser ohne die geringste Abweichung gehorcht und dient. Es ist die ergebene Blutpumpe, die uns niemals im Stich lässt.

Die Leber wird vom Gelben Kaiser mit einem Armeegeneral verglichen und als dasjenige Organ, aus dem Denken und Planen hervorgehen. Die Leberfunktionen sind für unser Leben in gleicher Weise wichtig wie ein General für die Armee wichtig ist. Denkt und plant der General strategisch und sorgfältig, wird seine Armee in Kriegszeiten siegreich sein.

Im Gegensatz zu anderen Organen, die in Friedenszeiten notwendig und wichtig sind, ist die Leber zu Kriegszeiten innerhalb des Körpers unerlässlich. Ein Kriegszustand besteht dann, wenn die Yin-Phase (Speicherung) sich zu einer Yang-Phase (Ausdehnung) transformieren will. In unserem alltäglichen Leben kommt es jeden morgen wenn wir aufwachen zu einem solchen Kriegszustand, also wenn der Schlaf in den Wachzustand wechselt. In der Natur kommt es zu einem Kriegszustand, wenn der Ruhezustand des Winters, der Winterschlaf dem erwachenden Leben und Reichtum des Frühlings weichen muss. Die Yang-Energie möchte sich absondern, während die Yin-Energie die Dinge zusammenhalten will. Dieser Krieg zwischen den Wünschen des Yin und den Wünschen des Yang wird Jue Yin genannt. Die Leber ist das Organ, das zu planen hat, wie dieser Krieg gewonnen werden kann. Versagt die Leber bei der Planung dieses Übergangs, wird der Krieg verloren und der Körper wird am morgen nicht erwachen. Versagt die Leber in ihrer Planung, wird kein Baby geboren. Eine Schwangerschaft ist ein Krieg in Bezug auf das Fortbestehen der Bindung an die Mutter oder der Trennung von ihr. Wenn die Leberfunktion aufgrund fehlerhafter Planung versagt und das Baby sich zu früh trennt, kommt es zu einer Fehlgeburt. Trennt sich das Baby nicht fristgerecht, ist das Ergebnis eine Totgeburt.

In der chinesischen Geschichte heißt ultimativer Sieg, dass man den Gegner bezwingt, noch bevor der Krieg überhaupt begonnen hat. Dies wird durch eine gut geplante Strategie erreicht. In unserem alltäglichen Leben liefert eine gesunde Leber eine wohl durchdachte Strategie für einen nahtlosen Übergang vom Yin ins Yang. Ist die Leber nicht gesund, fällt die Planung dürrig aus und wir werden Schmerzen haben und es wird uns Elend gehen und eine Frau wird mit Sicherheit Schwierigkeiten haben ein Kind auszutragen oder ein gesundes Baby zur Welt zu bringen.

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

Der Gelbe Kaiser bemerkt dazu: „*Die Leber harmonisiert Sehnen und Bänder und ihre Funktion ist es, zu begradigen und zu biegen*,“ was bedeutet, dass die Leber etwas mit der Flexibilität innerhalb unseres Körpers zu tun hat, besonders in den Gelenken. Die Leberfunktion ermöglicht es uns, uns vorwärts und seitwärts zu beugen, unsere Arme, Hände, Finger und Knie zu strecken und abzuwinkeln – das Holzelement und seine Funktion des ‚Begradigens und Biegens‘ haben wir ja schon erwähnt. Eine schlechte Ernährung, unzureichender Schlaf, exzessiver Stress oder die Einnahme von Medikamenten schädigen die Leber. Der Armeegeneral kann nicht länger erfolgreich planen und eine Schwangerschaft wird Schaden nehmen.

Der Gelbe Kaiser fährt fort anzumerken, dass: „*Wenn eine Person sich niederlegt, die Leber Blut erhält und das Augenlicht dieser Person klar wird. Wenn die Füße Blut erhalten, können wir gehen. Wenn die Hände Blut erhalten, können wir greifen*.“ Dies bezieht sich auf die wesentlichste Funktion der Leber, sprich auf die Regulierung des Blutsystems innerhalb unseres Körpers. Diese Regulierung des Blutsystems entspricht nicht dem Blutkreislauf, sondern steht eher für die Harmonie von Yin und Yang.

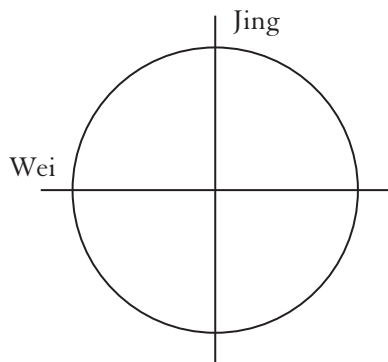
Die Farbe des Blutes ist rot und gehört somit zum Feuerelement. Die Konsistenz des Blutes ist flüssig und gehört daher zum Wasserelement. Gemeinsam bilden sie das Leben. Wenn das Blut die Füße erreicht, hat Leben die Füße erreicht und die Person kann gehen. Wenn das Blut die Hände erreicht, hat Leben die Hände erreicht und die Person kann greifen. Wenn die Lebenskraft oder die korrekte Verbindung von Yin- und Yang-Energie einen bestimmten Teil des Körpers erreicht, wird dieser Teil funktionieren. Dies gilt natürlich auch für die Gebärmutter, die Eierstöcke und die Eileiter. Um diese Harmonie zu erreichen, müssen wir als Erstes die Leber harmonisieren.

Die zweite Bemerkung des Gelben Kaisers stellt überdies dar, dass, wenn eine Person sich niederlegt, die Leber Blut erhält und das Augenlicht dieser Person klar wird. Die einfache Bedeutung hier ist die, dass, wenn eine Person aktiv ist, das Blut aus der Leber in den Körper strömt. Legt sie sich jedoch nieder oder ruht sich aus, kehrt das überschüssige Blut im Körper zur Speicherung in die Leber zurück.

Was das klare Augenlicht betrifft, so glaube ich nicht, dass der Gelbe Kaiser sich hier auf den Blutkreislauf bezieht, sondern vielmehr auf das Leben. Zur Erläuterung dieses Sachverhalts möchte ich ein weiteres Konzept der antiken Chinesischen Medizin einführen – Jing und Wei. Jing ist die vertikale Linie, die Himmel und Erde, Wasser und Feuer und Yin und Yang verbindet. Wei ist ein zusätzlicher Aspekt, der alle Dinge untereinander verbindet – einen Menschen mit einem anderen, ein Tier mit einem anderen, einen bestäubenden Baum mit einem anderen Baum. In Bezug auf das Jing und den Menschen, steht hier die Person aufrecht, die Hände zum Himmel gestreckt und die Füße auf dem Boden. Ihr Geist verbindet sich mit dem Himmel, während ihr Körper materiell und Erdverbunden ist. Der Mensch besteht aus Himmel und Erde und ist ein Drittes einzigartiges Phänomen, die Verbindung von Himmel und Erde, die Verbindung von Yin und Yang, die Leben ist.

Was das Wei angeht, so liegt die Person hier in einer animalischen Haltung, der Haltung die ein Paar einnimmt, wenn es beieinander liegt, um ein neues Leben zu empfangen oder die eine Person einnimmt, die Schlafen geht und versucht, ein neues Leben für den nächsten Tag zu empfangen. Was uns von den Tieren unterscheidet ist, dass wir, anstatt in dieser Wei-Haltung zu verharren, von wei zu jing wechseln. Dies verweist auch auf die größere Verantwortung des Menschen in dieser Welt und darauf, warum wir in der Lage sind, sie zu bewahren oder zu zerstören.





Wenn der Gelbe Kaiser erläutert, dass die Leber Blut erhält, wenn eine Person sich niederlegt, bezieht er sich auf die Wei-Position. Die Leber erhält die Lebenskraft, wenn die Person ein neues Leben erschafft. Die Leber ist der General und sollte planen, wie das vonstatten gehen kann; dazu müssen die Augen klar sein. Wenn die Energie zur Fortpflanzung in die Leber fließt, muss der Blick klar sein – für das Sperma, um erkennen zu können, welches Ei aufzusuchen ist und für das Ei, um zu erkennen, welches Spermium zu empfangen ist.

Der Gelbe Kaiser fährt fort zu erläutern, dass „alle Leitbahnen (Meridiane und Blutgefäße) zu den Augen gehören“. Hier ist schlicht gemeint, dass viele Meridiane durch die Augen verlaufen oder sich mit ihnen verbinden. Allerdings stehen die Augen, fähig Gutes von Bösem zu unterscheiden, zu allen Organen des Körper in Beziehung, nicht nur zur Leber. Jeder dem Körper zugefügte Schaden – jede Krankheit oder Verletzung – wird die Klarheit der Augen beeinträchtigen und die Fähigkeit der Leber behindern Yin und Yang zu harmonisieren um neues Leben zu schaffen. Eine Schwangerschaft wird unmöglich. Dies ist die Art und Weise in der die Leber zur Jue Yin-Phase der Erschaffung neuen Lebens in Beziehung steht.

Der vierte Aspekt des Jue Yin sind die Meridiane von Leber und Perikard, die entlang der Mitte der Innenseite unserer Arme und Beine verlaufen. Bei aufrechter Haltung, die Handflächen an den Oberschenkeln und die Füße dicht beieinander,

verläuft der Jue Yin-Meridian in der Mitte der Innenseite von Armen und Beinen, ohne dabei nach vorn oder nach hinten abzuweichen. Er verläuft in dem Sinne parallel zum Shao Yang-Meridian, als auch er im Zentrum vom Armen und Beinen gelegen ist. Am Leber-Meridian ist interessant, dass er an der Fußspitze beginnt, deren Natur Yang ist, an der Innenseite des Beins, deren Natur Yin ist, aufwärts zieht und nahe des Shao Yang Gallenblasen-Meridians endet, wo er sich verteilt. Er verläuft also vom Yang ins tiefste Yin und endet wiederum im Yang.

Die Meridiane des Jue Yin führen uns zu einer weiteren Diskussion über die Verbindung von Wind, Holz und dem Minister-Feuer und in welcher Weise sie gemeinsam Leben erschaffen. Der Gelbe Kaiser sagt, dass ein heftiges Feuer die Energie aufzehren wird, während ein mildes Feuer die Energie wärmt und nährt. Dies steht in Beziehung zur Fähigkeit des Windes neues Leben zu schaffen, was nicht bei extremer Hitze oder Kälte geschieht, sondern im angenehm warmen Frühlingswetter. Ohne die Wärme des Minister-Feuers, hätte das neue Leben nicht die Yang-Energie, die notwendig ist, um sich entfalten zu können.

Der Gelbe Kaiser sagt, erst wenn das Yang geboren ist, kann das Yin erblühen. „Die Yang-Energie ist wie die Beziehung der Sonne zum Himmel. Wenn die Sonne ihren Platz am Himmel verliert, wird das Leben erlöschen und seine Größe vergehen. Damit das Firmament sich drehen kann, muss die Sonne scheinen. Dies ist der Grund, warum das Yang sich oben befindet und uns von außen beschützt.“

In dieser Bemerkung erklärt der Gelbe Kaiser die Bedeutung der Yang-Energie als Quelle des Lebens. Innerhalb des Körpers ist das Yang der Ursprung des Lebens, obwohl das Yin natürlich auch wichtig für die Lebensprozesse ist. Das Erwachen am Morgen ist Yang-Energie. Die Entstehung eines Babys aus Ei und Spermia ist

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

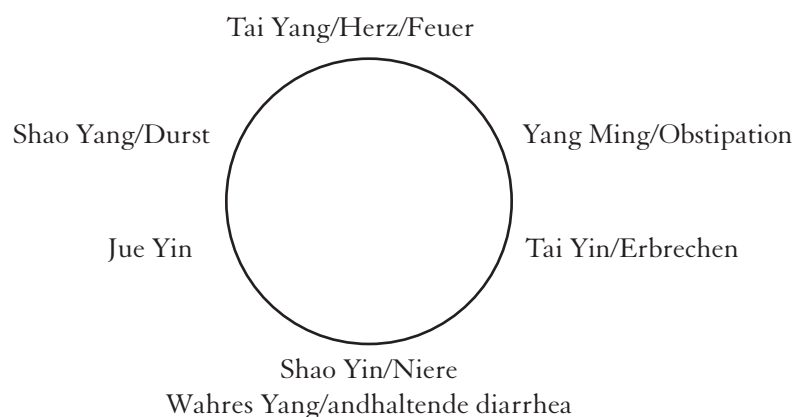
Yang-Energie. Der Gelbe Kaiser sagt, dass die Yang-Energie in unserem Körper gleich der Sonne am Firmament ist, und dass dies der Grund ist, warum das Yang sich oben befindet und uns von außen beschützt. Die Sonne am Firmament ist in gleicher Weise wichtig für das Leben (im Allgemeinen) wie es die Yang-Energie innerhalb unseres Körpers für unser (persönliches) Leben ist. Das Yang schützt uns vor allen Leiden und nährt unser Leben.

Wie schon erläutert, ist es wichtig, die Yang-Energie zu bewahren. Die Sonne wird niemals aufhören zu scheinen, aber unser Yang kann sich erschöpfen, da wir zur Erde gehören. Die Energie in unserer körperlichen Materie ist vom Himmel ausgeleihen. Bewahren wir das Yang, werden wir ein längeres und gesünderes Leben führen und in der Lage sein, dieses Yang, diesen ‚Samen des Lebens‘ an eine neue Generation weiter zu geben. Wichtig ist auch, dass der Leber-Meridian um die Genitalien und Fortpflanzungsorgane kreist. Da es eine der Hauptfunktionen des Jue Yin ist, die Entwicklung neuen Lebens zu ermöglichen, ist es absolut sinnvoll, dass der Jue Yin Meridian die Fortpflanzungsorgane nährt. Der Leber-Meridian besitzt innere Verläufe, die bis ganz hinauf zum Scheitel des Kopfes führen, dem Gebiet unseres Körpers mit dem meisten Yang. Dies zeigt wiederum die Verteilung der Leberfunktion vom Yin zum Yang. Die Chinesische Medizin betrachtet das Jue Yin und die Leber als Transformation des alten Yin zum neuen Yang.

Der fünfte Aspekt des Jue Yin ist seine Entriegelungszeit, die von Chou, über Yin, zu Mao reicht, d. h. von 1h nachts bis 7h morgens. Das Schriftzeichen Chou zeigt eine festgebundene Hand, Yin stellt zwei Hände dar, die einen Pfeil gerade richten, während Mao das Töten eines Opfertieres abbildet.

Die Entwicklung innerhalb des Yue Yin wird durch diese drei Zeichen erklärt. Der erste Schritt des Jue Yin ist noch gebunden an das vorangegangene Yin – es kann sich noch nicht in ein neues Leben hinein bewegen. Der zweite Schritt ist der General, der plant und Messungen vornimmt, um in ein neues Leben zu gelangen. Der dritte Schritt ist das Erlöschen des alten und der Beginn eines neuen Zykluses. Das Töten eines Tieres als Opfertgabe bedeutet die Transformation der Materie, dem Fleisch des Tieres zu Himmelsenergie, was sich vom Essen eines Tieres und seinem Absteigen zur Erde über den Stuhlgang unterscheidet. Eine Opferhandlung wurde in der Antike als völlige Selbstlosigkeit betrachtet, die notwendig war, um das alte Leben oder das alte Yin aufzugeben und ein neues Leben mit einem neuen Yang zu beginnen.

Der Gelbe Kaiser sagt, dass das Jue Yin dort ist, wo das Yin erlischt und das Yang sich erhebt. Das Yang bezieht sich auf das Zentrum von Jue Yin, das von der aufsteigenden Wärme des Shao Yang gebildet wird. Die Zeiten Chou, Yin und Mao beschreiben bestens das Erlöschen der Nacht und die Geburt eines neuen Tages. Sie beschreiben



bestens das Vergehen des Winters und die Geburt des Frühlings und sie sind die beste Zeit, Leiden des Jue Yin zu behandeln.

Was geschieht, wenn das Jue Yin blockiert wird? Sowohl der Gelbe Kaiser als auch Zhang Zhongjing geben an, dass der Wind die Wurzel der Hundert Erkrankungen ist, was bedeutet, dass er die Wurzel aller Erkrankungen ist. Der Wind ist auch, wie weiter oben erläutert, das Voranschreiten bei der Erschaffung neuen Lebens, das sich mit jedem Morgen zeigt, an dem wir erwachen, mit jedem neuen Frühling, mit jedem Herzschlag, und ebenso mit der Schwangerschaft einer Frau und der Geburt eines Kindes. Wind ist das Voranschreiten der Yang-Energie heraus aus dem Yin. Tritt das Yang nicht angemessen aus dem Yin hervor, können wir sagen, dass der Wind ein Problem hat und dies ist es, worauf sich die Aussage ‚der Wind bringt die Hundert Erkrankungen hervor‘ bezieht.

Zhongjing erklärt, dass zu den Symptomen einer Jue Yin-Krankheit folgende gehören: Xiao Ke (Durst), Hunger ohne das Verlangen zu essen und das Erbrechen von Würmern, wenn jemand dennoch isst, sowie ein heißes und schmerzendes Herz, was auf einen Herzanfall (Infarkt) verweist. Er sagt auch, dass es zu anhaltender Diarrhö kommen wird, wenn der Patient mit kalten Kräutern nach unten abführt.

Diese Symptome haben über Jahrhunderte viele Praktiker verwirrt, da sie tatsächlich sehr merkwürdig und verwirrend und zudem selten zu beobachten sind. Wie auch immer, warum sagt der Gelbe Kaiser, dass der Wind die Wurzel der Hundert Erkrankungen sei? Sollte der Wind als Jue Yin-Energie nicht zu Erkrankungen in der Tai Yin- oder Yang Ming-Sphäre führen? Ja, das sollte er definitiv.

Zhongjing beschreibt hier eine Vielzahl von beispielhaften Symptomen, die zu Erkrankungen der anderen fünf Sphären führen. Lassen Sie uns nochmals unseren Kreislauf betrachten.

Wenn wir die obigen Symptome analysieren, gelangen wir zu einer Erklärung von Zhongjings Darstellung des Windes als Hervorbringer der Hundert der Erkrankungen. Der Durst ist, wie Chen Xiuyuan sagt, das Shao Yang-Feuer, das Zentrum oder der Kern des Jue Yin. Wir haben schon erklärt, dass das Feuer des Shao Yang für das Jue Yin unerlässlich ist, um das Yang wachsen und das Yin erlöschen zu lassen. Wenn das Shao Yang-Feuer innerhalb des Jue Yin zu stark ist, wird der Patient sehr durstig.

Das zweite Symptom entsteht, wenn die Energie gegen das Herz schlägt und dieses ‚heiß wird und zu schmerzen‘ beginnt. Wenn wir die fünf Yin-Organen um unseren Kreis herum anordnen, so befindet sich das Herz oder das Feuerelement oben, im Süden. Dies korrespondiert mit dem Mittag, der Zeit von Tai Yang. Was Zhongjing mit diesen Schlägen der Energie gegen das Herz meint ist, dass die Energie des Jue Yin abnormal aufwärts in die Tai Yang-Sphäre stürzt. Erinnern Sie sich daran, dass das Tai Yang die Yang-Energie aus der Kälte der Mitternacht heraus freisetzt, bis sie die Wärme des Mittags erreicht, und dass dieses Öffnen und Freisetzen Schrittweise geschehen muss. Geschieht dieses Öffnen abrupt, stürzt die Yang-Energie in Richtung des mittäglichen Feuers – in Richtung des Tai Yang, des Herzens oder des Südens. In solch einem Fall schlägt oder prallt die Energie gegen das Herz und führt zu Hitze und Schmerzen des Herzens. Die chinesischen Schriftzeichen für Schmerz(en) sind Teng 疼 und Tong 痛. Beide Schriftzeichen besitzen einen äußeren Teil, der für Erkrankung steht sowie ein inneres Segment, das eine jeweils zusätzliche Bedeutung hat. Das innere Segment von Teng repräsentiert den Winter, was bedeutet, dass es zu Schmerzen kommt, wenn Kälte die Energie blockiert. Bei Tong trägt das innere Segment die Bedeutung ‚passieren, durch gehen‘. Wenn die Energie nicht passieren kann, wenn sie blockiert ist, entstehen Schmerzen. Teng und Tong sind mithin zwei Formen von Schmerzen mit

DREI YIN UND DREI YANG: ZUR KLÄRUNG VON ZHANG ZHONGJINGS DIAGNOSTISCHEM  
ANSATZ DER SECHS SCHICHTENNS

unterschiedlichen Ursachen. Die eine Ursache ist Kälte, die andere ein äußerer Faktor, etwa ein Unfall. Beide Ursachen führen jedoch zu einer Obstruktion des Energieflusses.

Zhongjing verwendet das Schriftzeichen Teng (Kälteschmerzen) um darauf hinzuweisen, dass das Herz heiß werden und schmerzen kann. Die Manifestation des Tai Yang ist heiß, aber seine Wurzel ist kalt und die Energie des Tai Yang entspricht Kälte und Wasser. Allerdings ist das Tai Yang der Öffner des Yang-Mechanismus und hat deshalb natürlich auch etwas mit Wärme zu tun. Das eine ist die Wurzel, das andere die Manifestation. Das Herz empfindet Teng (Kälteschmerzen) und ‚heiß‘ ist die Beschreibung einer Tai Yang-Erkrankung. Bei dieser Erkrankung sind Wurzel und Manifestation des Tai Yang beeinträchtigt. Wenn Sie zurück zum Abschnitt über Tai Yang gehen und sich die unterschiedlichen Erkrankungen ansehen, die durch eine Disharmonie des Tai Yang entstehen können, werden Sie feststellen, dass sie alle in der Beschreibung ‚das Herz empfindet Hitze und (Kälte) Schmerz‘ eingeschlossen sind. Das dritte Symptom einer Jue Yin-Erkrankung ist ein Hungergefühl ohne den Wunsch zu essen. Dabei handelt es sich um ein Yang Ming-Problem von Obstipation, entstanden aus lokaler Hitze, die zu Trockenheit im Darm führt. Das Yang Ming wird von Magen und Dickdarm gebildet. Gibt es Hitze im Magen, hat die Person Hunger und bei Hitze im Dickdarm leidet die Person unter Obstipation. Wenn durch diese Obstipation ein Völlegefühl im Magen entsteht, gibt es kein Bedürfnis mehr, dem Magen noch weiter Nahrung zuzuführen, selbst wenn das Magen-Feuer ein Hungergefühl hervorruft. Zhongjing erklärt, dass nicht nur das Öffnen des Tai Yang in Mitleidenschaft gezogen wird wenn der Wind kein neues Yang gebären kann, sondern dass auch das Yang Ming leiden wird. Es wird zu widriger Hitze im Yang Ming kommen, obwohl es tatsächlich gekühlt werden müsste.

Das vierte Symptom, das Zhongjing beschreibt ist, dass ‚Nahrungsaufnahme dazu führt, dass der Patient Würmer erbricht‘. Das ist ein Tai Yin-Problem. Wenn Sie zu unserer Darstellung des Tai Yin zurückkehren, können Sie feststellen, dass es bei einer der Tai Yin-Erkrankungen heißt: ‚Die Nahrung wird sich nicht abwärts bewegen und die Person muss sich Erbrechen‘. Der Grund ist, dass die Yang-Energie die Erde (Milz) nicht wärmt, was zu einer Kälteblockade der Milz führt. Aufgenommene Nahrung wird sofort wieder erbrochen.

Das fünfte Symptom ist anhaltende Diarrhö, das Resultat abführender kalter Kräuter. Dies bedeutet, dass das wahre Yang der Nieren sich in einem Mangelzustand befindet, wenn das Jue Yin erkrankt ist. Durch die Verwendung kalter Kräuter um abwärts auszuleiten, wird die Yang-Energie der Nieren kollabieren und dem Körper ist es nicht mehr möglich, den Stuhl zu halten. Wie schon erwähnt findet sich das Shao Yin dort, wo das Yang geboren wird und heranwächst zu zwei und dann zu drei Yang-Linien, die für ein voll ausgeprägtes Yang stehen oder für das Trigramm des Himmels. Die Bewegung von Wachstum und Zunahme des Yang ist aufwärts gerichtet. Eine anhaltende, endlose Diarrhö bedeutet, dass das Nieren-Yang nicht aufwärts wächst, sondern stattdessen nach unten kollabiert. Dies ist wiederum ein Shao Yin-Problem, ausgelöst durch Jue Yin-Wind. Der General ist nicht in der Lage zu planen wie die Yang-Energie zurück zu bringen ist und der Lebenskrieg geht verloren.

Der Wind ist die Wurzel der Hundert Erkrankungen. Wenn wir unseren Wind gesund und frei von Hindernissen halten, werden alle kleineren Probleme, die uns begegnen auf natürliche Weise von unserem Körper selbst gelöst. Es besteht dann kein Bedarf an Medikamenten über, unter oder hinter dem Ladentisch.

Das Ziel unserer Yang-Energie ist es, sich mit der uns umgebenden Natur in Einklang zu bringen, sodass die Yin-Energie nicht beeinträchtigt wird. Versagt die Yang-Energie oder erschöpft sich, hat dies Auswirkungen auf die Yin-Energie. Was in Bezug auf die Yin-Energie als Erstes in Mitleidenschaft gezogen wird ist das Tai Yin, die Milz – in der Regel ein einfaches Problem. Ein Stärken der Milz wird rasch zurück zur Gesundheit führen. Jenseits dieser Sphäre, also wenn die Pathologie ins Shao Yin und Jue Yin fortschreitet, wird es sehr schwierig und kompliziert und findet sich normalerweise eher bei sehr alten Personen, deren Energie sich erschöpft hat und deren Körperabwehr fehlt oder sehr schwach ist. In solchen Fällen ist ein pathologisches Vorrücken zum Kern des Lebens durchaus möglich. Was ich allerdings alarmierend finde ist, dass heutzutage so viele junge Leute Shao Yin- und Jue Yin-Syndrome aufweisen – chronische Erkrankungen wie Herzprobleme, Diabetes und Krebs.

Die meisten meiner Fruchtbarkeitspatienten sind Tai Yin-Patienten. Ihr Körper arbeitet im Kern noch sehr gut, dennoch aber fehlt irgendetwas, das aber leicht ausgemacht und in Ordnung gebracht werden kann. Andere meiner Patienten weisen unglücklicherweise Disharmoniemuster des Shao Yi–Jue Yin auf, im Allgemeinen aufgrund der übermäßigen Einnahme westlicher Medikamente. Diese Präparate dringen in den Kern des Lebens ein oder in den Bereich, den die Chinesische Medizin ‚Wind‘ nennt und zerstören den Einklang, die Harmonie.

*Dieser Artikel ist die Zusammenfassung eines Kapitels aus Yaron Seidmans Buch Curing Infertility: The Incredible Hunyuan Breakthrough (Lifetime Media), dass im November 2009 erschienen ist.*

© Yaron Seidman, 2009

Übersetzung ins Deutsche Markus Goeke, 2009