



Leber - Holz

VON VERSCHIEDENEN AUTOREN

Übersetzt von Heiner Frühauf und Markus Goeke

Edition Lingdao, Januar 2005

Derjenige Arzt, der weiß, wie die Leber zu harmonisieren ist, weiß, wie die Hundert Erkrankungen zu heilen sind.

[Aus Zhou Xuehai, *Reflexionen zur Lektüre der medizinischen Klassiker (Du Yi Suibi)*, ca. 1895]



Sich auszubreiten ist die Natur des Holzes. Die Transformation des Nahrungs-Qi ist, nachdem die Nahrung in den Magen gelangt ist, vollständig von der aus- und verbreitenden Funktion des Leber-Holzes abhängig. Wenn das reine Yang der Leber nicht steigt, kann es das Getreide und die Flüssigkeiten nicht verteilen und Distension und Unbehagen in der mittleren Region werden die unvermeidliche Folge sein.

Die Leber ist mit dem Holz verbunden. Das Holz- Qi ist charakterisiert durch seinen aufwärts gerichteten Impuls und den ihm angeboren Wunsch gerade zu sein. Solange der Fluss des Leber-Qi nicht behindert ist, werden die Blutgefäße offen und unblockiert sein.

Die Leber ist dasjenige Organ, welches für die Speicherung des Blutes verantwortlich ist. Es kommandiert zudem das ministerielle Feuer (xiang huo). Ist das Blut zureichend, wird dieses Feuer warm, aber nicht heftig sein. Als Ergebnis kann das Blut sanft durch die drei wärmenden Räume des Körpers zirkulieren. Es wird die Poren erreichen und jeder Bereich des Körpers wird aus seiner wärmenden und nährenden Funktion Nutzen ziehen.

[Aus Tang Ronchuan, *Abhandlung über Blutstörungen (Xuezheng Lun)*, 1884]



Leber und Milz funktionieren gemeinsam, indem sie sich gegenseitig unterstützen. Allerdings sind die Leute immer recht schnell damit, darauf hinzuweisen, dass ein Exzess des Leber-Holzes die Milz-Erde schädigen kann und damit eine schädliche Wirkung auf die ordnungsgemäße Verdauung der Nahrung hat. Aber niemand scheint der Tatsache Aufmerksamkeit zu schenken, dass eine schwache Leber das Milz-Qi nicht zirkulieren lassen kann und dadurch ebenfalls Verdauungsstörungen verursacht. Unterhalb verbindet sich die Leber mit dem Meer des Qi [Unteres Dantian, verbunden mit der Niere], was bedeutet, dass die Leber eng mit dem ministeriellen Feuer des Körpers verknüpft ist. Sie kann die Kraft dieses Feuers nutzen, um Erde zu erzeugen. Die Nahrung, die Milz und

Magen erreicht, ist von dieser Kraft abhängig, um ‚gegart‘ werden zu können. Dies ist es, was gemeint ist, wenn man sagt: Leber und Milz funktionieren gemeinsam, indem sie sich gegenseitig unterstützen.

[Aus Zhang Xichun, *Chinesisch im Innersten, aber Westlich dort, wo angemessen: Untersuchungen zu einer integrativen Form der Medizin (Yixue Zhong Zhong Can Xi Lun)*, 1933]



Die Leber ist als beides bekannt: als das Holz-Organ und als das Wind-Organ. Da sie im Inneren das ministerielle Feuer beherbergt, können wir sagen, dass die Struktur der Leber Yin ist, während ihre Funktion Yang entspricht. Ihre Natur ist fest und entschlossen und sie hat die Verantwortung für Bewegung und Aufsteigen. Die Leber ist völlig vom Nieren- Wasser abhängig, um sie zu stützen, vom Blut, um sie zu befeuchten, von der reinen Natur und der absteigenden Funktion des Lungen-Metalls, um sie in Schach zu halten und von der Großzügigkeit des Erd-Qi des Mittleren Palastes, um sie zu nähren. Auf diese Weise ist ein starker und unbeugsamer Charakter gepaart mit einem weichen und harmonischen Körper, was zur ausgeglichenen und fließenden Natur der Leber führt.“

[Aus Ye Tianshi, *Handbuch klinischer Fallgeschichten (Linzheng Zhinan Yian)*, 1746]



Die Leber steht in Beziehung zum Holz. Sie speichert das Blut und beherbergt die Hun-Geister. Unter den sieben Emotionen des Menschen ist einzig der Zorn von intensiver Natur. Er trocknet das Blut und zerstreut die Hun-Geister. Eine Person, die es versteht, die Leber zu nähren, bekommt daher niemals einen Wutanfall.

[Aus Zhang Huang, *Kompendium illustrierter Texte (Tushu Bian)*, Ming-Dynastie]



Der Klassiker des Weisen Nutzens bemerkt: , Der jahreszeitliche Zyklus der Transformation beginnt mit der Holzphase. Im Körper wird daher das Keimen und Nähren des Leitbahnsystems von der Leber eingeleitet. Während der ersten Monate der Schwangerschaft zum Beispiel wird der Fötus durch das Jueyin-Leber-Netzwerk der Frau genährt. Die Leber markiert daher den Beginn des zyklischen Wirkens, das Erwachen und Entfalten des Frühlings- Yang, von dem alle lebendigen Dinge als Katalysator für ihr Wachstum abhängen. Durch das Vermeiden von Wutanfällen und durch Förderung dieses besonderen Typus von Yang-Energie, wird sich Dein pränatales Qi für immer fortpflanzen. Die Leber ist auch für die Farbe verantwortlich, wenn ihr Qi harmonisch ist, wird der Körper einen gesunden Glanz haben. Wenn ihr Qi geschädigt ist, wird der Körper trocken und spröde erscheinen. Das Nähren der Leber bedeutet daher vor allem, von Zorn und Wut Abstand zu nehmen. Dies ist der Schlüssel für das Erhalten guter Gesundheit.

[Aus Yu Bian, *Medizinische Lehren, Fortsetzung (Xu Yishuo)*, 1522]



Die Augen repräsentieren die Öffnungen der Leber. Wenn eine Person ihre Augen schließt und einschlft, kehrt das Blut zur Leber zurück. Von dort aus wird es zu den Augen weitergeleitet, die Sehfähigkeit resultiert daraus. Wenn eine Person schläft, dann brennt das namenlose Feuer im Inneren gedämpft, um sich zu revitalisieren. Schlaflosigkeit verursacht durch ein Kälte-Mangel-Muster der Gallenblase wird begleitet von Symptomen wie Gedankenflucht und einem Gefühl extremer mentaler Müdigkeit. Exzessive Hitze in der Leber führt

typischerweise dazu, dass eine Person zu viel schläft, was seinerseits dazu führt, dass der Spiegel der Intelligenz verstaubt und die Wurzel guter Gesundheit verdirbt. Keiner dieser Zustände ist klarerweise das Resultat einer richtigen Ernährung von Leber und Gallenblase, noch der angemessene Weg, die Schlafdämonen zu bändigen.

Dies ist, was Du tun solltest: werde nicht zornig, lege Dich während des Tages nicht nieder und achte darauf, immer den Körper zur Ruhe zu bringen, nicht aber den Shen. Schließlich ist die Essenz des Schlafes die Seele des Körpers. Wenn Du es einrichten kannst, wenig zu schlafen, dann wird der Gebieter des Geistes hell strahlend und wachsam sein. Nicht nur, dass Dein Shen Qi frei und rein fließt, Du wirst auch nicht von Träumen gestört sein. Immer wenn Dich ein Schlafbedürfnis überfällt, stützt das Blut zum Herzen und veranlasst den ursprünglichen Shen seine Wohnstatt zu verlassen. Die Wolken werfen dann düstere Schatten über das himmlische Reich des Geistes und der Shen selbst verdüstert sich und verliert seine Bewusstheit, ebenso wie sein Domizil.

Der taoistische Meister Zhang Sanfeng sagte einmal, ‚Ergreife den Traum im Traum; betrachte die Dunkelheit innerhalb der Dunkelheit. Seitdem ich das Gesicht des Mädchens sah, kann ich glücklich das Paradies, Penglai, betrachten, direkt vor meinen Augen. Dies ist genau das, was ich meine!‘ Das *Neijing* bemerkt darüber hinaus: ‚Die drei Monate des Frühlings sind die Periode des Anfangs; Himmel und Erde werden geboren und alle lebendigen Dinge erblühen. Stehe früh auf, gehe im Hof spazieren, löse Dein Haar und entspanne Deinen Körper. Indem Du dies tust, erzeugst Du mentale Stärke und handelst in Harmonie mit dem Qi des Frühlings und folgst so dem Weg das Leben zu nähren. Lebst Du diesem Prinzip entgegengesetzt, wirst Du Deine Leber schädigen.‘ Jedermann sollte sich dieser grundlegenden Prinzipien bewusst sein.

[Aus Yang Jizhou, *Großes Kompendium der Akupunktur und Moxibustion (Zhenjiu Dacheng)*, ca. 1590]



Die Gallenblase speichert die essenziellen Flüssigkeiten. Daher wird sie ‚Generalstabschef‘ genannt und das ‚Lagerhaus der Essenz.‘ All die Organe sind von trüber Natur, einzig die Gallenblase klar. All die anderen Fu-Organe werden ‚Gedärme, verantwortlich für den Transport‘ genannt oder so ähnlich; nur die Gallenblase wird nicht als Transporteur bezeichnet, sondern ragt als ‚Lagenhaus‘ hervor. Sie ist ein Fu-Netzwerk (Transport-Netzwerk), hat aber die Charakteristika eines Zang-Netzwerkes (Speicher-Netzwerkes).

[Aus Cai Luxian, *Chinesische Medizin und Pharmakologie: Eine Sammlung (Zhongguo Yiyao Huihai)*, 1936]

