

## **Fragen zu TCM (1)**

### **Yin und Yang**

Wenjun Zhu

18.06.2012

Seit 2002 habe ich die Transkulturelle Forschung in Traditionellen Chinesischen Bewegungskunst und TCM (Traditionellen Chinesischen Medizin) eingeführt:

- um das Gemeinsame in den westlichen Medizin und TCM zu entdecken,
- und um die Theorie und Methoden der Traditionellen Chinesischen Bewegungskunst und der TCM in den Tatsachen selbst zu erleben und dadurch leichter zu verstehen.

In dieser Schrift werde ich ein Modell begründen, um einigen Fragen in TCM, die bis heute noch nicht verständlich sind, zu erklären.

#### **I. Weg zum TCM-Experten**

Mit einem Satz zusammengefasst: TCM ist Traditionelle Chinesische Philosophie plus Auswendig zu Lernen. Ohne diese Voraussetzung kann man TCM nicht gut verstehen und tüchtig realisieren.

Die Grundlage und Kenntnisse der Medizin (TCM) entsprechen ganzheitlich der chinesischen Kultur und Philosophie, sie sind nicht nur auf die Traditionelle Chinesische Medizin eingengt. „Yi Shu – Darlegung der Medizin“ von Cheng Xingxuan (Qing-Dynastie) hatte die Kenntnisse der TCM so strukturiert:

*„Das Dao der Medizin, deren Prinzipien kann man nicht verstehen, wenn man nicht genau und tief forscht. Wenn man nicht breit genug lernt, kann man das Kriterium nicht erreichen.“*

*Die Vorgänger begründeten die Lehre, nach der man zuerst konfuzianische Bücher lesen muss, um ‚Yi Jing‘ zu verstehen.*

*„Su Wen‘, ‚Nan Jing‘, ‚Ben Cao‘ und ‚Mai Jing‘ dürfen nicht fehlen. Warum?*

*Wenn man die vier konfuzianischen Bücher nicht liest, kann man die feine und tiefe Bedeutung nicht verstehen.*

*Wenn man ‚Yi Jing‘ nicht liest, kann man die Wandlung des Yin-Yang nicht verstehen.*

*Wenn man ‚Su Wen‘ nicht studiert, kann man die Krankheiten nicht kennen.*

*Wenn man nicht ‚Ben Cao‘ liest, kann man nicht die Kräutermedizin kennen.*

*Wenn man ‚Mai Jing‘ nicht liest, kann man nicht die Krankheiten diagnostizieren, und kann nicht Kälte und Hitze, Leer und Voll von den Krankheiten kennen.“<sup>1</sup>*

## **II. Körper Links und Rechts, Vorne und Hinten entsprechen mit Yin-Yang**

Zur dieser Frage möchte ich hier das Yin-Yang-Modell in der Beziehung zu Sonne und Fluss und Berg einführen.

Der Fluss ist Yin, der Berg ist Yang.

Unklar ist bei dieser Einteilung aber, ob der Fluss von Nord nach Süd, oder von Süd nach Nord fließt, bzw. ob er von West nach Ost oder von Ost nach West fließt. Dies wäre wichtig, wenn man den Bezug zum menschlichen Körper nimmt, wo von links und rechts und nicht von Ost und West gesprochen wird.

In der Literatur wird so berichtet:

Betrachtet man im Yin (im Fluss) das

- Yin – Fluss
  - Yang - West-Ufer, (das beim Sonnenaufgang beschienen wird)
  - Yin - Ost-Ufer; (das beim Sonnenaufgang im Schatten ist)

---

<sup>1</sup> Cheng Xingxuan (Qing-Dynastie): „Yi Shu (Darlegung der Medizin)“. „Yi Xue Shu Yuan – Yi Ze (Quelle der Medizin – Prinzipien der Medizin)“.

- oder Yang - Nord-Ufer, (das mittags von der Sonne beschienen wird)
- Yin - Süd-Ufer (das mittags im Schatten liegt)
- Yang – Berg
  - Yang - Ost-Seite, (bei Sonnenaufgang die Lichtseite)
  - Yin - West-Seite, (bei Sonnenaufgang die Schattenseite)
  - oder Yang - Süd-Seite, (Lichtseite)
  - Yin - Nord-Seite, (Schattenseite).

Der Mensch-Körper, der im Modell nach Süden blickt, wurde mit dem Modell Berg verglichen.

- Yang – Linke Seite (die morgens die Lichtseite ist),
- Yin – Rechte Seite (die morgens die Schattenseite ist).
- Aber bei der Zuordnung von Vorderseite (Südseite) des Körpers und Rückseite (Nordseite des Körpers) entsteht ein Widerspruch, denn nun wird in der Literatur die Rückseite des Körpers als Yang bezeichnet und nicht mehr wie beim Berg die Vorderseite, d.h. die Südseite, als Yang.
- Yin – wird dadurch die Vorderseite (nicht mehr wie beim Berg Nord-Seite).

**Es gibt noch die Meinung: der Kaiser sitzt mit dem Gesicht nach Süden und Rücken nach Norden. Die anderen Menschen stehen ihm gegenüber mit dem Gesicht nach Norden und Rücken nach Süden.<sup>2</sup> Deswegen ist bei den normalen Menschen der Rücken Yang und die Vorderseite ist Yin. Aber dadurch entsteht wieder der Widerspruch Links – Yin und Rechts – Yang.**

Wenn man an der chinesischen Kultur-Quelle weiter denkt, z.B. beim He Tu (Bild aus dem gelben Fluss) und Luo Shu (Buch aus den Luo-Fluss), dann ergibt sich eine neue Antwort. Dieser Bilder und Zeichen sind auf dem Rücken Schildkröte geschrieben. Da kann man eine Antwort finden.

Die Schildkröte legt Bauch auf dem Boden und Kopf nach Süden;

---

<sup>2</sup> Das heißt „Nan Zheng und Bei Zheng“, nämlich sitzt man Gesicht nach Süden oder Norden.

- Rücken nach oben Yang,
- Bauch nach unten Yin,
- Links – Yang,
- Rechts – Yin.

**Man muss mit eigenem Körper erleben.**

### **III. Die Strom-Richtung der Meridiane entspricht mit Yin-Yang**

Betr.: der Verlauf der Meridiane entspricht einem einfachen Prinzip. Wenn man wie ein Frosch auf dem Boden liegt, zum Boden Seite ist weiße Haut, zum Himmel ist rote Haut. Yin-Meridiane sind auf der weißen Hautseite, Yang-Meridiane sind auf der roten Hautseite.

- Drei Hand-Yang-Meridiane fließen von Hand zu Kopf,
- Drei Fuß-Yang-Meridiane fließen von Kopf zu Fuß.

Wenn man gerade steht und beide Hände nach oben hebt, entdeckt man, dass alle Yang-Meridiane von oben nach unten fließen. Das bedeutet, Himmel-Yang zu Erde-Yin fließt.

Die Yin-Meridiane sind genau gegenseitig.

- Drei Fuß-Yin-Meridiane fließen von Fuß zu Brust,
- Drei Hand-Yin-Meridiane fließen von Brust zu Hand.

Auch wenn man gerade steht und beide Hände nach oben hebt, fließen alle Yin-Meridiane von unten nach oben. Das bedeutet, Erde-Yin zu Himmel-Yang fließt.

Es ist bekannt „Drei Schätze – Himmel, Menschen und Erde“ in der chinesischen Philosophie. Wenn das Qi des Himmels (Mann) und der Erde (Frau) zusammen treffen, wurden die Menschen erzeugt. Das Qi fließt in den Meridianen:

- Himmel-Yang von oben nach unten zu Erde,
- Erde-Yin von unten nach oben zu Himmel.

Um die Strom-Richtung der Meridiane zu zeigen, sollte die Mensch-Figura der Meridian-Karte in der Position sein: **„gerade zu stehen und beide Hände nach oben zu heben“**.

### **IV. Vorgeburt- und Nachgeburt-Meridian-Muster (Karte)**

Wenn man nur auf der Papier liest, ist es so:

- Ren-Meridian (Mitte der Körpervorderseite) fließt von unten nach oben,
- Du-Meridian (Mitte der Körperhinterseite) fließt von unten nach oben.

Die Kern-Grundlagen des Qigong sind:

- Dan Tian (Qi im Unterbauch sammeln),
- Zhou Tian (Himmels-Kreislaufen: Qi in Meridiane zum Fließen bringen).

Das kleine Himmels-Kreislaufen bringt das Qi in Ren-Meridian und Du-Meridian zum Fließen. Wenn man mit eigenem Körper probiert, fühlt man das Problem. Es geht nicht parallel, denn Ren- und Du-Meridiane sind nicht in der gleichen Stromrichtung.

Um diese Frage zu erklären, werde ich hier „Yi Jing Philosophie“ einführen. Im „Yi Jing Philosophie“ gab es „Muster von Vorgeburt- und Nachgeburt-Achttrigramme“.

Vorgeburt-Muster der acht Trigramme ist Himmel oben und Erde unten, das heißt „Position von Himmel und Erde festzulegen“. Damit erklärt sich die Struktur des Körpers. Ich betrachte die heutige Meridian-Karte als Vorgeburt-Muster.

Nachgeburt-Muster der acht Trigramme ist Feuer (Herz) oben und Wasser (Nieren) unten. Damit erklärt sich die Funktion des Lebens.

Damit begründe ich ein neues Modell, dies nenne ich „Nachgeburt-Meridian-Muster“ – „Wasser-Feuer-Muster“.

Die Eigenschaft des Feuers und des Wasser:

- Die äußere Flamme des Feuers ist heiß, aber inneren ist sie kühl. Nämlich das Äußere des Feuers ist Yang, das Innere ist Yin.
- Wasser ist außen weich, inneren stark. Nämlich Wasser ist außen Yin und inneren Yang.

Im Qigong geht das kleine Kreislaufen das Feuer-Yin (Herz-Yin) an der Körpervorderseite nach unten, und das Wasser-Yang (Nieren-Yang, Mingmen-Feuer) an der Körperrückseite nach oben.

**Das Leben ist eine Funktion, welche Wasser und Feuer miteinander ergänzt!**

**Man sollte die Qi-Kraft in eigenem Körper fühlen, aber nicht nur in der Meridian-Karte spielen!**

## **V. Die Einteilung der Organe in Yin und Yang**

Die inneren Organe wurden in TCM dem Yin und Yang zugeordnet.

- die 5 Yin-Organen (Zang) sind zuständig für die Aufnahme und Speicherung der Jing-Qi-Energie. Deswegen heißen sie Yin-Organen. Diese sind Leber, Herz, Milz, Lunge und Nieren. Es gibt noch den Herzbeutel, den ich auch als Yin-Organen betrachte.
- die 6 Yang-Organen (Fu) sind zuständig für Einführen und Ausführen, d. h. für den Stoffwechsel. Deswegen heißen sie Yang-Organen. Diese sind Dickdarm, Dünndarm, Magen, Galle, Blase und Dreifacherwärme (San Jiao).

Auch werden in TCM, aus den Yin- und Yang-Organen Paare gebildet. Diese bilden aber meiner Meinung nach kein System-Modell, sondern sind bloß fragmentarische Behauptungen.

In der Literatur findet man folgende Paare:

### **Yin – Yang**

- Lunge – Dickdarm
- Herz – Dünndarm
- Milz – Magen
- Leber – Galle
- Nieren – Blase
- Herzbeutel – Dreifacherwärme

Leber und Galle, Nieren und Blase, Milz und Magen kann man sich als ein Paar noch vorstellen.

Aber Lunge und Dickdarm, Herz und Dünndarm, Herzbeutel und Dreifacherwärme sind als Paare schwer zu verstehen.

Nach dem Modell von Yin-Yang zu Trigramme entdeckte ich, dass der Aufbau der Yin- und Yang-Organen dem Modell von Yin-Yang zu Trigramme entspricht.

- Lunge liegt als Erstes oben – Dickdarm liegt als Erstes unten
- Herz liegt als Zweites oben – Dünndarm legt als Zweites unten
- Milz liegt in der Mitte – Magen liegt in der Mitte
- Leber liegt in der Mitte – Galle liegt in der Mitte
- Nieren liegen unten – Blase liegt unten
- Herzbeutel bildet den umfassenden Herz-Umschlag – Dreifacherwärme liegt ebenfalls umfassend innen am Brust-Korb