

Die Chinesische Medizin als Ordnungssystem? – Die Sehnsucht des Zhang Jie Bin nach einem geordneten Klassiker

Teil 2

von Udo Lorenzen

Einführung:

Um zu dem tieferen Wissen zu gelangen, das im *Nei Jing* verborgen liegt, ist der Umweg über den „geordneten Klassiker“ *Lèi Jīng* 類經 vielversprechend. Der Autor *Zhāng Jiè Bīn* 張介賓 lebte von 1563-1640 n. Chr., also zum Ende der Ming-Dynastie. Wie bereits im ersten Teil erwähnt, setzt Zhang sich über 40 Jahre lang mit dem „inneren Klassiker“ *Nèi Jīng* 內經 auseinander, um Klarheit für sich und für zukünftige Ärzte über die Aussagen dieses grundlegende Werk zu erlangen. Aber: Der Vollkommenheit der Lehre im *Nei Jing* steht der unvollkommene Mensch gegenüber, der als Arzt auf schnelle Erfolge hofft und langwierige Studien meidet.

In diesem Artikel soll es nun darum gehen, ein zentrales Kapitel aus dem *Nei Jing Ling Shu* zu behandeln, dem zweiten Teil des *Nei Jing*, der auch als „Nadelklassiker“ *Zhēn Jīng* 鍼經 bezeichnet wird.

An hervorgehobener Stelle, nämlich im 8. Kapitel des Buches, finden wir grundlegende Aussagen über dass, was wir im Westen mit Geist, Seele Psyche, oder Emotionen umschreiben. Hervorgehoben deshalb, weil die Zahl Acht ein Emblem für ursprüngliche Strukturen darstellt, wie sie uns im Makrokosmos mit den acht Trigrammen und den acht Winden und im Mikrokosmos mit den acht außerordentlichen Gefäßen begegnen.¹

Über diese „Wurzeln des Geistes“ ist bereits einiges geschrieben worden. Wir finden gute Übersetzungen dieses Kapitels ins Englische, Französische und Deutsche durch Pere Claude Larre, Elisabeth Rochat de la Vallée und Josef Weber-Bluhm, die sehr tief, aber auch aus heutiger Zeit spekulativ an den Text herangehen.

¹ Siehe **Udo Lorenzen**: Mikrokosmische Landschaften – Übergeordnete Konzepte in der Chinesischen Medizin, München 2006, S. 160 ff.

Eine Kommentierung des 8. Kapitels des *Ling Shu* anhand chinesischer Quellen hat es bisher kaum gegeben. Auch aufgrund der immer häufiger stattfindenden „Psychologisierung der chinesischen Medizin“ halte ich es für statthaft, „Statements of facts“ über diese wichtigen Aspekte der chinesischen Medizin zu sammeln.

Als Erscheinungsformen der Zang-Organen finden wir alle geistig-seelischen Prozesse beschrieben im 3. Abschnitt des *Lei Jing*. Die Verwurzelung im Geiste ist auch eine Verwurzelung in den Essenzen und wir haben hier die Essenz-Geist-Achse *jīng shén* 精神 als Basis für alle „psychischen“ Phänomene.

Es wird zuerst der Quelltext aus dem *Ling Shu* übersetzt, dann der Kommentar aus dem *Lei Jing* und zuletzt meine eigenen Überlegungen und Erklärungen hinzugefügt. Die beigefügten chinesischen Zeichen geben dem Schriftzeichenkundigen die Möglichkeit, die Texte und ihre Übersetzungen nachzuvollziehen und ggf. zu verbessern. Denn ebenso wie es im Sport immer einen gibt, der besser ist, lassen sich auch chinesische Schriftzeichen an machen Stellen anders oder eleganter übersetzen.

(本神) – Benshen („den Geist verwurzeln“)

靈樞本神篇八 – Kapitel 8 im Lingshu

1. 黃帝問於歧伯曰：凡刺之法，必先本於神。血脈營氣精神，此五藏之所藏也，至其淫泆離藏則精失，魂魄飛揚，志意恍惚，智慮去身者，何因而然乎？天之罪與？人之過乎？何謂德氣生精神魂魄心意志思智慮？請問其故。

Huang Di, der gelbe Kaiser fragt, sich vor Qi Bo verneigend: Bei allen Methoden der Nadeltherapie muss man zuerst im Shen verwurzelt sein. Blut und Gefäße, (nährendes) Ying und (aktives) Qi, Essenz und Geist, das ist es, was die 5 Zang-Organen speichern. Wenn es (allerdings) dazu kommt, dass sie bei Ausschweifungen und Zügellosigkeit ihre Speicher verlassen, dann gehen die Essenzen verloren. Geist- und Körperseele fliegen davon und zerstreuen sich, der Wille und das gerichtete Denken geraten plötzlich in Unordnung, Weisheit und planvolles Handeln verlassen uns. Wie kommt das? Ist es eine Strafe des Himmels? Hat der Mensch seine Grenzen überschritten? Und was nennt man *Dé, Qì, Shēng, Jīng, Shén, Hún, Pò, Xīn, Yì, Zhì, Sī, Zhì, Lù* ? Darf ich sie danach fragen?

1.a) 泆, 淫放也, 恍, 恍惚也。詳如下文。泆音逸。

Leijing: Yī 泆 heißt „exzessives Freilassen der Begierden“, Huǎng 恍 bedeutet „Geistesabwesenheit oder Benommenheit“. Im Folgenden werden die Zeichen im Detail erläutert. Yī 泆 = „Zügellosigkeit“ klingt wie Yì 逸 = „Sich gehen lassen“.

Kommentar: *Bevor man nadelt, sollte man den psychischen Zustand des Patienten erfassen. Eine andere Interpretation, der Shen des Therapeuten möge mit dem Shen des Patienten kommunizieren, dies sei die grundlegende Voraussetzung für die Therapie, erscheint sehr spekulativ. Im Grunde genommen wird Shen hier als übergeordnete Instanz für alle geistig-seelischen Prozesse genannt. Diese werden dann im Folgenden in 13 verschiedene Ausdrucksformen unterteilt.*

Jedes Zang-Organ ist ein Ort, der Essenzen speichert.

Die Leber speichert das Blut (Xue)

Das Herz speichert die Gefäße (Mai) und den Geist (Shen)

Die Milz speichert das Nährende (Ying)
Die Lunge speichert das Qi
Die Niere speichert die Essenz (Jing).

Exzessives Leben (Zügellosigkeit und Ausschweifungen) bewirken, dass die Speicher übermäßig entleert werden. Die Folgen sind:

in der Leber: die Geistseele Hun verflüchtigt sich
in der Lunge: die Körperseele Po zerstreut sich
in der Niere: der Wille Zhi wird schwach
in der Milz: das gerichtete Denken Yi gerät in Unordnung.

Huangdi fragt seinen Lehrmeister Qibo: ist das Schicksal (kommt das vom Himmel) oder liegt es am Menschen (weil er seine Mitte verloren hat). Diese Frage ist auch heute noch grundlegend, denn sie berührt die Eigenverantwortlichkeit des Menschen für seine Gesundheit. Schließlich werden die fundamentalen geistig-seelischen Aspekte im Menschen aufgezählt, die Qibo dann Schritt für Schritt erläutert.

2. 岐伯答曰：天之在我者德也，地之在我氣也，德流氣薄而生者也。

Qi Bo antwortet: Der Himmel in mir ist Dé (Wirksamkeit/Tugend), die Erde in mir ist Qì. Wenn De (herab-) strömt und Qi sich (wie ein Dickicht) ausbreitet, dann entsteht Shēng (Geburt/Leben).

2.a) 人稟天地之氣以生。天地者，陰陽之道也。自太極而生兩儀，則清陽為天，濁陰為地；自兩儀而生萬物，則乾知大始，坤作成物。故易曰：天地之大德曰生。寶命全形論曰：人生於地，懸命於天。然則陽先陰後，陽施陰受，肇生之德本乎天，成形之氣本乎地，故天之在我者德也，地之在我者氣也。德流氣薄而生者，言理賦形全，而生成之道斯備矣。

Leijing: Die Menschen sind bei ihrer Geburt mit dem Qi von Himmel und Erde ausgestattet. Himmel und Erde sind das Dao von Yin und Yang. Der höchste Pol Taiji selbst bringt die beiden Erscheinungen (Liangyi) hervor. Daraus folgt, das klare Yang bildet den Himmel und das trübe Yin bildet die Erde. Die beiden Erscheinungen selbst bringen die 10.000 Dinge hervor. Daraus folgt, Qian = das Männliche verwaltet den großen Anfang und Kun = das Weibliche vollendet die Dinge. Deshalb sagt das Yijing, die große Wirkkraft (De) von Himmel und Erde nennt man Leben (Sheng).

In der Abhandlung Baoming Quanxing (Suwen, Kap. 25) wird gesagt: Der Mensch wird auf der Erde geboren, aber sein Schicksal (Ming) hängt vom Himmel ab. In diesem Fall kommt das Yang zuerst und das Yin erst später. Das Yang breitet sich aus und das Yin empfängt. Die Wirkkraft (De) als Wurzel

(Ben) des beginnenden Lebens hängt vom Himmel ab, das Qi als Wurzel der Vollendung der Formen hängt von der Erde ab. Deshalb ist der Himmel in mir das De (Wirkkraft/Tugend) und die Erde in mir ist das Qi. Wenn das De (herab-) strömt und das Qi sich ausbreitet und daraus Leben entsteht, sagt man: eine Struktur verleihen und die Form vollenden. In der Tat ist dies der natürliche Ablauf (Dao) jeder möglichen Formbildung!

Kommentar: *Der Mensch steht zwischen Himmel und Erde und erhält von beiden einen Anteil, damit Geburt/Leben = Sheng stattfinden kann.*

Der Himmel im Menschen ist Wirkkraft/Tugend = De

Die Erde im Menschen ist eine formgebende Kraft = Qi.

3. 故生之來謂之精。

Deshalb, wenn das Leben (*Sheng*) ankommt, spricht man von Essenzen (*Jing*).

3.a) 太極動而生陽，靜而生陰，陰陽二氣，各有其精。所謂精者，天之一地之六也。天以一生水，地以六成之，而為五行之最先。故萬物初生，其來皆水，如果核未實猶水也，胎卵未成猶水也，即凡人之有生，以及昆蟲草木無不皆然。易曰：男女構精，萬物化生。此之謂也。

Leijing: Der höchste Pol (*Taiji*) gerät in Bewegung und erzeugt das Yang, ist er in Ruhe erzeugt er das Yin. Die beiden Qi von Yin und Yang, jedes hat sein Feinstoffliches, das man Essenz (*Jing*) nennt. Die Eins (1) gehört zum Himmel und die Sechs (6) gehört zur Erde. Der Himmel gebraucht die Eins und erzeugt (die Wandlungsphase) Wasser, die Erde nimmt die Sechs und vollendet es. Es (das Wasser) steht für das Allererste der Fünf Wandlungsphasen (*Wuxing*). So werden die 10.000 Dinge zum ersten Mal hervorgebracht beim Ankommen des Wassers. Angenommen, ein Kern ist nicht fest sondern (flüssig) wie Wasser, oder eine Eizelle oder ein Embryo sind nicht vollendet sondern wie Wasser, selbst dann gibt es Leben im normalen Menschen, ebenso wie die Nachkommen von Insekten, Gras und Bäume, bei allen ohne Ausnahme ist das so. Das *Yijing* sagt: Mann und Frau vereinigen ihre Essenzen und die 10.000 Dinge wandeln sich in Leben um, das ist hier gemeint.

Kommentar: *Die Voraussetzung für Geburt und alle weiteren Lebensprozesse ist die Essenz = Jing (Feinstmaterie, Struktivpotenzial nach Porkert). Etwas noch Unbestimmtes, das aber jede Form anzunehmen in der Lage ist. Ohne Jing gibt es kein Leben!*

4. 兩精相搏謂之神。

Wenn die beiden Essenzen (*Jing*) sich miteinander verknäueln, nennt man dies *Shen* (Geist).

4.a) 兩精者，陰陽精也。搏，交結也。易曰：天數五，地數五。五位相得而各有合。周子曰：二五之精，妙合而凝。是皆兩精相搏之謂。凡萬物生成之道，莫不陰陽交而後神明見。故人之生也，必合陰陽之氣，構父母之精，兩精相搏，形神乃成，所謂天地合氣，命之曰人也。又決氣本篇曰：兩神相搏，合而成形，常先身生是謂精。見本類後二十五。愚按：神者，靈明之化也，無非理氣而已。理依氣行，氣從形見，凡理氣所至，即陰陽之所居，陰陽所居，即神明之所在，故曰陰陽者，神明之府也。天元紀大論曰：陰陽不測之謂神。氣交變大論曰：善言化言變者，通神明之理。易曰：知變化之道者，其知神之所為乎！

Leijing: Die beiden *Jing* sind die Essenzen von Yin und Yang. *Tuan* 搏 = verknäueln bezieht sich auf die Verknotungen (der Leiber) beim Geschlechtsverkehr. Das *Yijing* sagt: Der Himmel (hat) die Zahl Fünf (5), die Erde (hat ebenfalls) die Zahl (5). Die Fünf ist ein Platz für alle möglichen Vereinigungen. *Zhouzi* sagt: Die Essenz der beiden Fünf kann sich wunderbar vereinigen und zusammenballen. Man nennt dies überall auf der Welt das „Miteinander verknäueln der beiden Essenzen“. Das ist der natürliche Weg (*Dao*) der Fortpflanzung aller Wesen, es gibt niemanden, bei dem nicht nach der geschlechtliche Vereinigung von Yin und Yang eine geistige Klarheit (*Shenming*) erscheint. Deshalb muss sich bei der Geburt eines Menschen das Qi von Yin und Yang vereinigen, die Essenzen von Vater und Mutter sich miteinander verknäueln, und nur wenn sich die beiden Essenzen miteinander verknäueln, wird der Geist (*Shen*) vollständig geformt. Die sogenannte Vereinigung der Qi von Himmel und Erde nennt man auch das Lebenslos (*Ming*) eines Menschen. Auch sagt *Bian Que* im *Jue Qi Ben*: Wenn sich die beiden *Shen* verknäueln, kommt es zur Vereinigung und Vollendung der Form. Gewöhnlich wird zuerst das Körperliche hervorgebracht, man nennt dies Essenz (*Jing*). Die Wurzel davon bildet dann später die 25 Arten (von Konstitutionen).

Yu An sagt: *Shen*, das ist die Umwandlung einer magischen Klarheit (*Lingming*). Das ist nichts anderes als die Grundsätze des Qi-Flusses (*Liqi*). Diese Lehre hängt von den Qi-Bewegungen ab und davon, welchen Formen und Erscheinungen das Qi folgt. Für gewöhnlich, wenn eine Regulation des Qi erfolgt ist, erreicht es auch die Wohnsitze von Yin und Yang. Sind die Wohnsitze von Yin und Yang erreicht, ist auch der Ort der geistigen Klarheit (*Shenming*) erreicht. Deshalb sagt man, Yin und Yang sind die Paläste des klaren Geistes (*Shenming*). Im Kapitel *Tianyuan Ji Dalun* (*Suwen*, Kap. 66) wird gesagt: Wenn Yin und Yang unermesslich sind, spricht man von *Shen*. Im *Qijiao Bian Dalun* (*Suwen*, Kap. 69) heißt es:

Gute Worte verändern denjenigen, der sie empfängt, das sind die Grundsätze für das Durchdringen von geistiger Klarheit. Das *Yijing* sagt: Das Dao aller Arten von Veränderungen (*Bianhua*) zu kennen bedeutet auch die Orte zu kennen, an denen der Geist (*Shen*) wirkt!

Kommentar: Mann und Frau, Yin und Yang, vereinigen sich im sexuellen Akt (das harte Yang dringt in das weiche Yin ein), die beiden Essenzen verknäueln sich, und dies ruft eine geistige Kraft, den Shen, auf den Plan. Dieser Fortpflanzungsakt ist für alle Lebewesen gleich. Es braucht etwas Schöpferisches (Shen), damit Leben entstehen kann. Es beschreibt eine Kraft, die vom Himmel kommt (hier auch Ling), und schöpferisch wirksam ist. Wenn der Shen wirkt, das ist das Dao aller möglichen Veränderungen! Der Shen im Menschen ist etwas Besonderes. Er wird im Herzen gespeichert und gibt dem Menschen geistige Klarheit und Zusammenhalt. Auch im Gehirn gibt es Orte für den Shen, hier spricht man von Yuanshen = ursprünglicher Shen, der für die Wahrnehmung der Leere für die Erleuchtung zuständig ist.

4.b) 是皆神之為義。然萬物之神，隨象而應，人身之神，惟心所主。故本經曰：心藏神。又曰：心者君主之官，神明出焉。此即吾身之元神也。外如魂魄志意五神五志之類，孰匪元神所化而統乎一心？是以心正則萬神俱正，心邪則萬神俱邪，迨其變態，莫可名狀。如八正神明論曰：神乎神，耳不聞，目明心開而志先，慧然獨悟，口弗能言，俱視獨見，適若昏，昭然獨明，若風吹雲，故曰神。淮南子曰：或問神。曰：心。請聞之。曰：潛天而天，潛地而地，天地神明而不測者也。黃庭經曰：至道不煩訣存真，泥丸百節皆有神。金丹大要曰：心為一身君主，萬神為之聽命。以故虛靈知覺，作生作滅，隨機應境，千變萬化，瞬息千里，夢寢百般；又能逆料未來，推測禍福，大而天下國家，小而僻陋罅隙，無所不至。然則神至心必至，心位神亦住。邪客篇曰：心者，五藏天府之大主也，精神之所舍也。心傷則神去，神去則死矣。故曰事其神者神去之，休其神者神居之。則凡治身者，太上養神，其次養形也。諸神詳義見藏象會通。搏音博。

Leijing: Es ist die Gesamtheit aller Shen, welche den menschlichen Zusammenhalt (*Yi*) bildet. Es ist nun so, dass der Shen der 10.000 Wesen den Erscheinungen folgt und ihnen entspricht. Nur der Shen im lebenden Menschen hat seinen Platz im Herzen und wird von ihm beherrscht. Deshalb sagt der grundlegende Klassiker: Das Herz speichert den Shen. Auch wird gesagt: Das Herz ist der Beamte, der einem Monarchen und Herrscher gleicht. Geistige Klarheit stammt von ihm. Damit ist nämlich der ursprüngliche Geist (*Yuanshen*) meines Körpers gemeint.

Nach außen hin sind es zum Beispiel Geist- und Körperseele (*Hun* und *Po*), gerichtetes Denken und Wille (*Yi* und *Zhi*) als Kategorien der 5 geistigen Aktivitäten (*Wushen*) und der 5 Emotionen (*Wuzhi*). Welche Arten des

ursprünglichen Geistes (*Yuanshen*) werden nicht umgewandelt oder vereinigt in diesem einen Herzen? Daraus folgt: Wenn das Herz aufrecht (*Zheng*) ist, dann sind die Shen der 10.000 Wesen alle aufrecht. Wenn das Herz verderbt (*Xie*) ist, dann sind die Shen der 10.000 Wesen alle verdorben. Bevor diese Umwandlung nicht stattgefunden hat, kann niemand genau sagen, welche Form sie annimmt. So steht zum Beispiel im *Ba Zheng Shen Ming Lun* (*Suwen*, Kap. 26): Was ist unter Shen zu verstehen? Shen kann nicht mit den Ohren gehört werden. Die Augen müssen klar und das Herz offen und leer sein. Dann offenbart sich Shen plötzlich im Bewusstsein eines Menschen. Man kann es nicht mit Worten ausdrücken sondern nur mit dem Herzen (*Xin*) erfassen. Auf einmal weiß man intuitiv, was Shen ist. Leider kann man dieses Wissen ebenso schnell wieder verlieren. Shen, die schöpferische Kraft, wird dem Menschen ganz plötzlich ersichtlich, als ob der Wind Wolken und Nebel wegbläst. Deshalb bezeichne ich es als etwas Geistiges = Shen.

Huainan Zi sagt: Wenn man nach dem Shen fragt, sagt man Herz. Fragt man, ob man es hören kann, sagt man: verborgen im Himmel und doch Himmel, verborgen in der Erde und doch Erde, Himmel, Erde und geistige Klarheit (*Shenming*), und doch so unberechenbar! Das *Huangting Jing* sagt: Die Kunst, das Dao ohne Qualen (*Fan*) zu erreichen, liegt in der Wahrhaftigkeit (*Zhen*). Die Schlammkugel (das Gehirn) mit ihren 100 Abteilungen, in allen gibt es Shen. Das *Jindan Dayao* sagt: Das Herz hat im ganzen Körper die Rolle eines Monarchen. Die 10.000 Shen gehorchen seinen Befehlen. Sie sind die Ursache für die Wahrnehmung der Leere (*Xu*) und der Wirkkraft (*Ling*), das eine Mal dienen sie dem Leben, das andere Mal der Vernichtung.

Je nach den Umständen passen sie sich den Verhältnissen an und sind im stetigen Wandel begriffen, im Nu wandern sie 1000 Meilen, träumen im Schlaf die 101 Wege, oder lassen einen die Zukunft voraussehen oder Glück und Unglück erraten. Das Grosse, die Nationen unter dem Himmel, ebenso wie das Kleine, die vom Wege abgelegenen, einfachen Risse und Spalten, überall hin dringen sie ein.

Schließlich muss der Shen auch das Herz erreichen, denn das Herz ist der Ort, an dem der Shen verweilt. Das *Xie Ke Pian* sagt: Das Herz ist der große Meister der 5 Zang-Organen und der himmlischen Fu-Organen. Die ursprüngliche Vitalität (*Jingshen*) hat dort ihren Wohnsitz. Ist das Herz geschädigt, dann entfernt sich der Shen, ist der Shen gegangen, folgt der Tod. Deshalb wird auch gesagt: zu sehr den Shen zu beschäftigen führt dazu, dass der Shen sich entfernt, sich auszuruhen führt dazu, dass der Shen verweilt. Daraus folgt: Für gewöhnlich kann man sich heilen, wenn man diese höchste Form der geistigen Ruhe (*Yangshen*) erwirbt. Erst in zweiter Linie muss der Körper behandelt werden! Damit sind alle Shen in ihrer Wirkung nach außen differenziert, ihre Speicher, ihre Erscheinungen, ihre Versammlungen und ihre Durchgängigkeit beschrieben.

Kommentar: *Der Shen ist die Basis für alle 5 geistig-seelischen Anteile im Menschen (Wushen) und für die 5 Emotionen oder gerichteten Gefühlsäußerungen (Wuzhi). Alle sind sie vereint im Herzen! Die 10.000 Shen gehorchen seinen Befehlen. Der Shen muss ausruhen und braucht dafür ein reines „leeres“ Herz. Die geistige Stille ist die Voraussetzung für eine Gesundheit. Wird der Geist rechtzeitig zur Ruhe gebracht, braucht man den Körper gar nicht mehr zu behandeln.*

5. 隨神往來者謂之魂並精而出入者謂之魄。

Das, was im Gefolge von Shen kommt und geht, nennt man Geistseele (Hun), das, was zusammen mit Jing aus- und eintritt, nennt man Körperseele (Po).

5.a) 精對神而言，則神為陽而精為陰；魄對魂而言，則魂為陽而魄為陰。故魂則隨神而往來，魄則並精而八出入。愚按：精神魂魄，雖有陰陽之別，而陰陽之中，復有陰陽之別焉。如神之與魂皆陽也，何謂魂隨神而往來？蓋神之為德，如光明爽朗，聰慧靈通之類皆是也。魂之為言，如夢寐恍惚，變幻遊行之境皆是也。神藏於心，故心靜則神清；魂隨乎神，故神昏則魂蕩。此則神魂之義，可想象而悟矣。精之與魄皆陰也，何謂魄並精而出入？蓋精之為物，重濁有質，形體因之而成也。魄之為用，能動能作，痛癢由之而覺也。精生於氣，故氣聚則精盈；魄並於精，故形強則魄壯。此則精魄之狀，亦可默會而知也。然則神為陽中之陽，而魂則陽中之陰也；精為陰中之陰，而魄則陰中之陽者乎。雖然，此特其陰陽之別耳；至若魂魄真境，猶有顯然可鞠者，則在夢寐之際。如夢有作為而身不應者，乃魂魄之動靜，動在魂而靜在魄也；夢能變化而寤不能者，乃陰陽之離合，離從虛而合從實也。此雖皆魂魄之證，而實即死生之幾。苟能致心如太虛，而必清必靜，則夢覺死生之關，知必有洞達者矣。又神氣魂魄詳義，見後十四，所當互考。

Leijing: Jing steht in Opposition zu Shen, deshalb sagt man: Shen bildet Yang und Jing bildet Yin. Po steht in Opposition zu Hun, deshalb sagt man: Hun bildet Yang und Po bildet Yin. So folgt Hun dem Shen, indem es kommt und geht, und deshalb ist Po mit dem Jing in enger Verbindung und tritt mit ihm aus- und ein. Es wird gesagt, Shen ist zusammen mit Hun an allem Yang beteiligt. Wie ist es zu verstehen, dass Hun dem Shen folgt in seinem Kommen und Gehen? Der Grund dafür ist, wenn die Wirkkraft des Shen hell leuchtend, strahlend und klar ist, dann ist auch die Wahrnehmung und das Hören scharf und man ist wach und hat eine schnelle Auffassungsgabe.

Man sagt, die Arbeit der Hun-Seele, liege darin, im Schlaf zu träumen (*Mengmei*) und mit dem Geist zu schweifen (*Huanghu*). Das sind Zustände, bei denen der Geist unregelmäßige Wanderungen über alle Grenzen hinaus

unternimmt. Der Shen ist im Herzen gespeichert. Deshalb, wenn das Herz ruhig ist, ist der Shen klar. Hun folgt dem Shen. Deshalb, wenn der Shen verwirrt ist, dann schweift Hun rastlos umher. Dies sind die Beziehungen von Shen und Hun.

Ebenso kann man sich vorstellen, dass Jing zusammen mit Po alles Yin bildet. Was ist damit gemeint, wenn Po in enger Verbindung mit Jing aus- und eintritt? In der Tat, Jing, die Essenz bildet die materielle Gestalt (*Wu*), sie ist von schwerer und trüber Substanz, deshalb vollendet sie auch die körperliche Form. Der Nutzen der Po-Seele besteht darin, dass sie die Voraussetzung für die Bewegungsenergie und -kraft ist, außerdem kann sie Schmerzen und Jucken empfinden. Das Jing bringt das Qi hervor, wenn Qi sich ansammelt, gibt es einen Überfluss an Jing. Po steht in Verbindung mit Jing, deshalb, wenn der Körper stark ist, ist auch die Po-Seele robust. Dieses sind die Beschreibungen von Jing und Po. Man kann sich ebenfalls merken, dass Shen das Yang im Yang ist, Hun das Yin im Yang, Jing das Yin im Yin und Po das Yang im Yin. Dies ist eine zusätzliche Unterscheidung von Yin und Yang; es (die Beschreibung) ähnelt sehr einer echten Begrenzung von Hun und Po, als ob es etwas Klares gibt, dem man sich widmen kann. In diesem Fall hängt es vom Zeitpunkt des Traumes ab. Wenn man träumt, entsteht eine Handlung, die der Körper nicht erwidert. Es sind nur die Bewegungen von Hun und Po. Bewegungen hängen von der Geistseele Hun ab und Stille von der Körperseele Po. Im Traum kann man Veränderungen bewirken, zu denen man im Wachzustand nicht in der Lage ist. Denn hier können sich Yin und Yang trennen und wieder vereinigen. Aus der Trennung folgt eine Leere, aus der Vereinigung folgt eine Fülle.

Selbst wenn dieses nur Krankheiten der Seele (*Hunpo*) sind, ist es eine Tatsache, dass es bei einigen (dieser Krankheiten) um Leben und Tod gehen kann. Dies zu vernachlässigen kann zu einer großen Leere des Herzens führen, man muss es dann auflösen und beruhigen. Daraus folgt: Wenn man im Schlaf an der Schranke zu Leben und Tod steht, dann muss klar sein, dass diese (Träume) gründlich verstanden werden müssen. Denn die besondere Bedeutung der geistigen Kraft (*Shenqi*) und der Seele (*Hunpo*) liegt darin, dass sie später auch auf den 14 (Leitbahnen) erscheinen, dort, wo es passend ist, die Untersuchung (und auch die Behandlung) vorzunehmen.

Kommentar: *Hier werden die Geistseele Hun und die Körperseele Po erklärt. Hun ist eher Geistiges und folgt dem Shen, Po ist eher Körperliches und geht mit dem Jing. Hun ist die Wirkkraft des Shen (Shenling) und Yang-Geist (Yangshen), Po ist die Wirkkraft des Dämonischen (Guiling) und Yin-Geist (Yinshen). Hun steht für die geistige Repräsentanz und für die Fähigkeiten eines Menschen, mit der Außenwelt zu kommunizieren, Po steht für die körperlichen Bedürfnisse, Triebe und Instinkte eines Menschen und für sein Körpergefühl (Schmerzempfinden, Juckreiz, etc.). Vgl. die Ausführungen in den Büchern von Lorenzen/Noll: Die Wandlungsphase Holz und Metall. Hun und Po sind im Leben interaktiv, sie brauchen sich, kontrollieren sich,*

ergänzen sich wie es auch mit Yin und Yang der Fall ist. Die Trennung von Hun und Po bedeutet den Tod.

6. 所以任物者謂之心。

Deshalb nennt man das, was die Verantwortung für all diese Dinge übernimmt, das Herz!

6.a) 心為君主之官，統神靈而參天地，故萬物皆其所全。

Leijing: Das Herz hat das Amt eines Monarchen inne, es versammelt alle geistigen Kräfte (*Shenling*) und erreicht damit Himmel und Erde. So können die 10.000 Wesen allesamt durch ihn vollständig werden.

Kommentar: *Das Herz ist das geistige Zentrum eines Menschen, das für alle geistigen Belange die Verantwortung übernimmt!*

7. 心有所憶謂之意。

Wenn das Herz sich erinnert, spricht man von Yi (gerichtetes Denken).

7.a) 憶思憶也謂一念之生，心有所嚮而未定者曰意。

Leijing: Sich an etwas zu erinnern, nachzudenken oder ins Gedächtnis zurückzurufen nennt man auch die Geburt eines Gedankens. Wenn sich das Herz auf irgendetwas richtet und dabei noch unbestimmt ist, spricht man von Yi.

Kommentar: *Hier wird auch die zentrale Rolle der Milz als körperliche Mitte angesprochen. Ying-Qi = nährendes Qi, erneuert und formt den Körper und ist gleichzeitig die Heimat der Gedanken. Die geistigen Aktivitäten hängen somit von dem Ernährungszustand ab, den die Milz für uns bereitstellt. Wir sagen: ein voller Bauch studiert nicht gern und kennen die Erfahrung der geistigen Müdigkeit nach einer üppigen Mahlzeit. Die Fähigkeit, rational und zielgerichtet zu denken, hängt ebenso von der Stärke der Milz ab. Die Milz als Instanz der Assimilation und Integration von Fremdeinflüssen hat eine Vielzahl von Einflüssen zu verarbeiten. Zu solchen Einflüssen gehören nur vordergründig Nahrungsmittel; auch Umwelteinflüsse wirken auf den Organismus ein und wollen verdaut werden. Dazu zählen ebenfalls die Schwingungen aus der sozialen Umwelt, die uns als menschliche Beziehungen, Gedanken, Gefühlen und Verhalten begegnen. Nur in dem Maße, in dem sie integriert werden können, nähren sie uns. In dem Maße, in dem sie zurückgewiesen werden, entlasten sie uns. Eine dritte Alternative kann es im Sinne einer gesunden Milzfunktion nicht geben. Was weder integriert noch ausgeschieden werden kann, belastet den Organismus und verfremdet oder pervertiert die Funktionen*

eines Individuums. Yi = das gerichtete Denken umfasst auch das Gedächtnis i.S.v. Gelerntes kurzfristig abzuspeichern und bei Bedarf zu reproduzieren („Kurzzeitgedächtnis“). Lernschwäche bei Kindern bedarf einer Stärkung der Milz auch durch eine gute Ernährung und/oder durch Akupunktur der Milz-Punkte!

8. 意之所存謂之志。

Wenn die Absichten verweilen, spricht man von Zhi (Wille).

8.a) 意之所存，謂意已決而卓有所立者曰志。

Leijing: Das Verweilen der Gedanken nennt man auch Yi, aber wenn man unter allen Umständen daran festhält und sie (die Gedanken) auf etwas richtet, sagt man dazu Zhi (Wille).

Kommentar: Wille hat auch mit Wollen zu tun. Etwas wirklich zu wollen setzt voraus, dass der Betreffende den Fokus seiner Gedanken stetig auf das Objekt seiner Begierde richtet. Dabei ist das Durchhaltevermögen von nicht geringer Bedeutung. Deshalb sitzt der Wille auch in der Niere, dem großen Speicher des Jing. Alle Lebensäußerungen, die Potenz ausdrücken, deuten auf ein starkes Nieren-Qi hin. Zhi bedeutet auch Entschluss, Tatkraft, Ehrgeiz, Streben, Absicht und bezeichnet somit alle Lebensäußerungen, die entschieden ein Ziel verfolgen. Aber zuviel Anstrengung erschöpft die Niere nur, deshalb gilt: Mühelos ist richtig!

Zhi bezeichnet einen festen Willen, der aktiv, durch die Tat, seine Wünsche zu befriedigen sucht, im weiteren Sinne also der Wille zur Selbstverwirklichung. Man könnte dies auch als geistige Potenz bezeichnen, als Ausleben seiner Möglichkeiten. Geistige Impotenz beinhaltet einen Mangel an Selbstverwirklichung. Wir finden ein zielloses sich Treibenlassen, Inkonsequenz, Wankelmütigkeit, Ängstlichkeit, Verzagtheit, Schreckhaftigkeit, Fahrigkeit, nervöse Labilität. Im psycho-sozialen Bereich finden wir Menschen mit diffusem Auftreten und Handeln, die nicht aus ihren Fehlern lernen können, d. h. ihre Erfahrungen nicht konservieren können. Diese Menschen wollen nichts mehr. Nicht deshalb, weil sie wunschlos zufrieden sind, sondern weil die Kraft fehlt (die Niere zu schwach ist), Bedürfnisse zu erkennen geschweige denn zu befriedigen.

9. 因志而存變謂之思。

Wenn der Wille andauert und sich verändert, spricht man von Si (Nachdenken).

9.a) 因志而存而存變，謂意志雖定而復有反覆計度者曰思。

Leijing: Wenn der Wille andauernd verweilt und sich dann verändert, nennt man dies: willentlich eine Absicht verfolgen. Wenn man konzentriert und wiederholt hin- und her überlegt und dabei Pläne schmiedet, sagt man dazu Si (Nachdenken).

Kommentar: *Der Wille gibt die Richtung an, in die sich das Denken bewegt. Ohne feste Richtung ist dieser Prozess kein Nachdenken, sondern nur ein Wandern des Geistes. Das Wollen ist die Grundlage jeder gedanklichen Assimilation. Wir sagen: Der Wunsch ist der Vater des Gedankens! Um den Willen zu befriedigen, braucht man Pläne zur Realisierung. Ein zweiter Begriff, der eng mit Si dem Nachdenken verbunden ist, ist Lü und bedeutet: im Sinn haben, planen, reiflich überlegen, verlangen, auch meditieren und ängstlich besorgt. Gerade das Binom Si Lü drückt die Bedenkzeit aus, die für eine gedankliche Assimilation notwendig ist.*

Lü hat im Schriftzeichen Si das Nachdenken und Hu den Tiger. Der Tiger als symbolisches Tier, das den irdischen Bereich beherrscht, braucht viel Bewegungsraum. Er streift kraftvoll über weite Strecken umher und hat keine natürlichen Feinde. Bei der Jagd kann er aber auch lange Zeit unbeweglich bleiben, um dann, im richtigen Augenblick, plötzlich loszuspringen. Die Verbindung zwischen Nachdenken und Tiger zeigt das Bild einer außerordentlich kraftvollen und effizienten Geistesarbeit. Pro und Kontra, Vor- und Nachteile werden abgewogen, Gefahren und Risiken richtig eingeschätzt. Umsicht, Weitsicht und Vorsicht sind eigentlich Attribute des Leberfunktionskreises. Unser General bestimmt die Strategien und macht die Pläne, wie wir unser Ziel erreichen können. Er sorgt für den richtigen Krafteinsatz in der Ausführung. Nachdenken Si als Emotion der Erde ist die geistige Leistung, zwischen Wasser und Holz, Nieren und Leber zu vermitteln. Als Übergangsphase nimmt die Erde den Willen der Niere auf und gibt ihn, gründlich durchdacht, an die Leber weiter. Erst nach Prüfung aller Umstände gibt die Erde den Willen der Niere an das Holz weiter. Erst im Holz wird die dafür notwendige Aktion vorbereitet und der Kraftaufwand dafür bereitgestellt. Jeder gesunde Denkprozess nimmt diesen Verlauf! Jede realistische Wunscherfüllung braucht die integrative Kraft der Erde.

Nur auf diese Weise ist das Nachdenken Si eine gesunde Äußerung des Milz-Qi. Nachdenken bedeutet hier die denkende Integration von Sinneseindrücken, Erlebnissen, Empfindungen und Gedanken. Die Milz ist vor allem dann in erhöhtem Maße gefordert, wenn ein Mensch über längere Zeit hinweg Wissensstoff assimilieren oder ausscheiden muss. Die Neugier, der Hunger nach neuen Informationen ist aus dieser Perspektive ebenso ein charakteristischer Ausdruck des Milz-Qi. Bildungshunger ist immer ein Zeichen einer gesunden Milz! Seine Befriedigung ist für die Gesundheit des Menschen genauso wichtig wie der Hunger nach stofflicher Nahrung und dessen Befriedigung. Zuwenig Informationen, Nachrichten oder Eindrücke führen zu

einer mangelhaften Herausforderung der Milz, Langeweile stellt sich ein. Als Antwort auf diesen Mangel entsteht häufig ein stärkeres Verlangen nach groben, verarbeitbaren Stoffen, d. h. ein Verlangen zu Essen. Diese Form von Ersatzbefriedigung ist eine Krankheitsursache unserer zivilisierten Welt. Wenn das Angebot an geistiger Nahrung und geistiger Herausforderung zu gering ist, muss die Milz dennoch ihre elementaren Bedürfnisse befriedigen. Die Milz muss aufnehmen, assimilieren, verarbeiten, integrieren! Wird der Geist also zu wenig gefordert, wird dies kompensiert mit einem überproportionalen Angebot von Reizen auf Mund und Verdauungstrakt.

Im Pathologischen nennt man zuviel Nachdenken auch Grübeln. Nun entsteht Grübeln nicht nur durch Begehren von Dingen, die wir nicht erreichen können. Ebenso häufig stehen wir einer Fülle von Reizen gegenüber, die unsere Milz schwächen. Durch die permanente Reizüberflutung unserer hoch technisierten Gesellschaft ist es sehr schwer geworden, seine Mitte zu wahren. Einseitige Ernährung, Mahlzeiten in Hast und Eile, Fernsehen, Internet und tausende von Zeitschriften und Büchern füttern uns mit Informationen, die assimiliert und integriert werden müssen, im stofflichen wie auch im geistigen Bereich. Eine starke Milz vermag dies alles zu verdauen und richtig weiterzuleiten. Eine schwache Milz ist überfordert und kapituliert. Schließlich können weder Nahrungsmittel noch Erfahrungen mehr verarbeitet werden. Das Leben geht an einem vorbei, ebenso wie die Nahrung durch den Verdauungskanal rutscht. Das Ergebnis ist ein grüblerischer, ängstlicher Mensch, der wenig Stehvermögen und Selbstvertrauen hat. Das morgendliche Aufstehen fällt immer schwerer, jeder Tag beginnt mit der bangen Frage: Wie soll ich nur diesen Tag überstehen? Wie ein unüberwindlicher Berg häufen sich die alltäglichen Aufgaben vor einem auf.

Wenn Grübeln das Qi im Herzen verknotet, entsteht ein Gefängnis für unseren Geist. Shen im Kerker ist wie ein Tiger im Käfig. Er wandert rastlos im Kreis herum, immer nur das gleiche Bild vor Augen. Der klare Geist Shen Ming vermodert im Sumpf ständig wiederkehrender Gedanken. Ein eingesperrter Geist kann nicht anders, als sich im Kreis zu drehen, denn es gibt keinen Ausweg!

Schließlich können die kreisenden Gedanken überhaupt nicht mehr kontrolliert werden und sie beherrschen das Individuum. So entsteht **Besessenheit**, im extremen Fall ein verrücktes und paranoides Verhalten. **Eifersucht** ist ein anderes Phänomen dazu. Damit einher geht oft Antriebslosigkeit und ständige Müdigkeit. Nun ist nicht jeder, der von irgendwelchen Gedanken besessen ist, ein Fall für die Psychiatrie. Der alltägliche Wahnsinn ist viel subtiler. Ein Besessener verbirgt seine fixen Ideen meistens nach außen. Oft sind es respektierte, kompetente Menschen, die gehobene Positionen innehaben. Erst im privaten Bereich gibt es Auffälligkeiten, die über eine "normale Macke" hinausgehen.

10. 因思而遠慕謂之慮。

Wenn das Nachdenken in die Ferne schweift und sich nach etwas sehnt, spricht man von Lü (Planung, aber auch: Verlangen).

10.a) 深思遠慕，必生憂疑故曰慮。

Leijing: Tiefes Nachdenken, das sehnsuchtsvoll in die Ferne schweift, muss notwendigerweise Kummer und Zweifel hervorbringen, deshalb sagt man Lü = Verlangen (aber auch: ängstlich, besorgt).

Kommentar: Siehe oben unter 9. bei Si = Nachdenken!