

Chronoakupunktur - Diskussion über die Mitternacht-Mittag-Regel (*Zi Wu Liu Zhu Fa*), übersetzt aus dem *Zhen Jiu Da Cheng*, Kap. 5.

A. Originaltext:

論子午流注

子午流注者，謂剛柔相配，陰陽相合，氣血循環，時穴開闔也。何以子午言之？曰：子時一刻，乃一陽之生；至午時一刻，乃一陰之生，故以子午分之而得乎中也。流者，往也。注者，住也。天干有十，經有十二：甲膽、乙肝、丙小腸、丁心、戊胃、己脾、庚大腸、辛肺、壬膀胱、癸腎。余兩經，三焦、包絡也。三焦乃陽氣之父，包絡乃陰血之母，此二經雖寄于壬癸，亦分派于十干。每經之中，有井、榮、俞、經、合，以配金、水、木、火、土，是故陰井木而陽井金，陰榮火而陽榮水，陰俞土而陽俞木，陰經金而陽經火，陰合水而陽合土。經中有返本還元者，乃十二經出入之門也。陽經有原，遇俞穴并過之，陰經無原，以俞穴即代之。是以甲出丘墟，乙太沖之例。又按《千金》云：六陰經亦有原穴，乙中都，丁通里，己公孫，辛列缺，癸水泉，包絡內關是也。故陽日氣先行，而血后隨也。陰日血先行，而氣后隨也。得時為之開，失時為之闔。陽干注腑，甲、丙、戊、庚、壬而重見者氣納于三焦；陰干注臟，乙、丁、己、辛、癸而重見者，血納包絡。如甲日甲戌時，以開膽井。至戊寅時正當胃俞，而又并過膽原。重見甲申時，氣納三焦，榮穴屬水，甲屬木，是以水生木，謂甲合還元化本。又如乙日乙酉時，以開肝井。至己丑時當脾之俞，并過肝原。重見乙未時，血納包絡榮穴屬火，乙屬木，是以木生火也。余仿此，俱以子午相生，陰陽相濟也。陽日無陰時，陰日無陽時，故甲與己合，乙與庚合，丙與辛合，丁與壬合，戊與癸合也。何謂甲與己合？曰：中央戊己屬土，畏東方甲乙之木所克，戊乃陽為兄，己屬陰為妹。戊兄遂將己妹，嫁與木家，與甲為妻，庶得陰陽和合，而不相傷，所以甲與己合。余皆然。子午之法，盡于此矣。

B. Übersetzung:

„*Zi Wu Liu Zhu Fa* nennt man das wechselseitige Paaren von Hart und Weich, die gemeinsame Verbindung von Yin und Yang, den ewigen Kreislauf von Qi und Blut und das zeitliche Öffnen und Schließen der Akupunkturpunkte. Warum sagt man *Zi* und *Wu*? Ich sage: Die Periode *Zi* (23-1 Uhr) ist der Zeitabschnitt, in dem das Yang geboren wird. Sie reicht bis in die Periode *Wu* (11-13 Uhr), dem Zeitabschnitt, in dem das Yin geboren wird. Deshalb nimmt man die Abschnitte *Zi* und *Wu* („Mitternacht bis Mittag“) und trifft es exakt!

Liu bedeutet fließen und voranschreiten, *zhu* bedeutet anhalten und konzentrieren. Es gibt zehn Himmelstämme und zwölf Leitbahnen: *Jia* entspricht der Gallenblase, *Yi* der Leber, *Bing* dem Dünndarm, *Ding* dem Herzen, *Wu* = dem Magen, *Ji* = der Milz, *Geng* = dem Dickdarm, *Xin* = der Lunge, *Ren* = der Blase und *Gui* der Niere. Zusätzlich gibt es aber noch die beiden Leitbahnen *San Jiao* und *Bao Luo*. *San Jiao* ist der Vater des Yang-Qi, *Bao Luo* ist die Mutter des Yin-Blutes. Diese beiden Leitbahnen, da sie von *Ren* und *Gui* abhängen, sind so ebenfalls den zehn Himmelsstämmen zugewiesen.

Auf jeder Leitbahn gibt es exakt einen Brunnen (*Jing*), einen Bach (*Ying*), einen Strom (*Shu*), einen Fluss (*Jing*) und ein Meer (*He*). Diese sind außerdem verbunden mit Metall, Wasser, Holz, Feuer und Erde. So entspricht im Yin der Brunnen (-Punkt) dem Holz und im Yang dem Metall. Im Yin entspricht der Bach (-Punkt) dem Feuer und im Yang dem Wasser. Im Yin entspricht der Strom (-Punkt) der Erde und im Yang dem Holz. Im Yin entspricht der Fluss (-Punkt) dem Metall und im Yang dem Feuer. Im Yin entspricht der Meer (-Punkt) dem Wasser und im Yang der Erde.

Innerhalb der Leitbahnen gibt es eine Rückkehr zur Wurzel und eine Rückkehr zum Ursprung. Sie sind deshalb die Tore des Ein- und Austretens (von Qi und Blut) in die zwölf Leitbahnen. Die Yang-Leitbahnen haben einen Ursprung, dieser begegnet den Shu-Punkten, gleichzeitig geht er über sie hinaus. Die Yin-Leitbahnen sind ohne Ursprung, denn dieser erreicht hier den Shu-Punkt und nimmt dessen Platz ein. So zeigt sich zum Beispiel der Ursprung bei *Jia* = Gallenblase am Punkt *Qiu Xu* (Gbl 40) und bei *Yi* = Leber am Punkt *Tai Chong* (Le 3).

Ebenso wird im *Qian Jin Fang* gesagt: Die 6 Yin-Leitbahnen haben noch einen zusätzlichen Yuan-Punkt: *Yi* = Leber hat den Punkt *Zhong Du* (Le 6), *Ding* = Herz hat *Tong Li* (He 5), *Ji* = Milz hat *Gong Sun* (Mi 4), *Xin* =

Lunge hat *Lie Que* (Lu 7), *Gui* = Niere hat *Shui Quan* (Ni 5) und der *Bao Luo* hat *Nei Guan* (P 6).

Es gilt: An Yang-Tagen schreitet das Qi voran und das Blut folgt nach. An Yin-Tagen schreitet das Blut voran und das Qi folgt nach. Passend zur Zeit sind die Punkte geöffnet, verfehlt man die Zeit, sind sie geschlossen. Bei den Yang-Himmelsstämmen ergießt sich das Qi in die Fu-Organen, die mit *Jia*, *Bing*, *Wu*, *Geng* und *Ren* korrespondieren. Dann erscheint das Qi noch einmal, wenn es im *San Jiao* empfangen wird. Bei den Yin-Himmelsstämmen ergießt sich das Blut in die Zang-Organen, die mit *Yi*, *Ding*, *Ji*, *Xin* und *Gui* korrespondieren. Dann erscheint das Blut noch einmal, wenn es im *Bao Luo* empfangen wird.

Ein Beispiel: an einem *Jia*-Tag in der Doppelstunde *jia xu* (19-21 Uhr) ist der Jing-Brunnen-Punkt der Gallenblase (Gbl 44) offen. In der Doppelstunde *wu yin* (3-5 Uhr) erreicht das Qi dann rechtmäßig den Shu-Strom-Punkt des Magens (Ma 43). Gleichzeitig passiert das Qi den Yuan-Ursprungs-Punkt der Gallenblase (Gbl 40). Noch einmal erscheint das Qi zur Doppelstunde *jia shen* (15-17 Uhr), wenn es vom *San Jiao* im Ying-Bach-Punkt (SJ 2) empfangen wird, der dem Wasser entspricht. *Jia* entspricht dem Holz, das bedeutet: Wasser bringt Holz hervor. Man sagt dann: (Der Tag) *Jia* vereinigt (verschließt) das Qi, führt es zum Ursprung zurück und beeinflusst die Wurzel.

Ein anderes Beispiel: An einem *Yi*-Tag in der Doppelstunde *yi you* (17-19 Uhr) ist der Jing-Brunnen-Punkt der Leber (Le 1) offen. In der Doppelstunde *ji chou* (1-3 Uhr) erreicht das Blut dann rechtmäßig den Shu-Strom-Punkt der Milz (Mi 3). Gleichzeitig passiert das Blut den Yuan-Ursprungs-Punkt der Leber (Le 3). Noch einmal erscheint das Blut zur Doppelstunde *yi wei* (13-15 Uhr), wenn es vom *Bao Luo* am Ying-Bach-Punkt (P 8) empfangen wird, der dem Feuer entspricht. *Yi* entspricht dem Holz, also ist es richtig zu sagen, dass das Holz das Feuer hervorbringt.

Über diese zwei Beispiele hinaus nehmen alle die Regel Mitternacht-Mittag, um sich gegenseitig hervorzubringen. Yin und Yang helfen sich also untereinander. Ein Yang-Tag ist ohne Yin-Doppelstunden, ein Yin-Tag ist ohne Yang-Doppelstunden.

Deshalb: *Jia* und *Ji* vereinigen sich, *Yi* und *Geng* vereinigen sich, *Bing* und *Xin* vereinigen sich, *Ding* und *Ren* vereinigen sich und *Wu* und *Gui* vereinigen sich.

Was bedeutet das: *Jia* und *Ji* vereinigen sich? Man sagt: Das Zentrum *zhōng yāng* und die Himmelstämme *wu ji* entsprechen der Erde. Die

Erde fürchtet den Osten und die Himmelsstämme *Jia* und *Yi*, welche als Holz die Erde überwinden können. *Wu* ist Yang und dient als älterer Bruder, *Ji* ist Yin und dient als jüngere Schwester. Der ältere Bruder nimmt folglich seine jüngere Schwester und verheiratet sie mit der Holz-Familie. Im Holz allerdings ist *Jia* die Ehefrau. Die Nebenfrau erstrebt eine harmonische Vereinigung von Yin und Yang und nicht eine gegenseitige Schädigung. Deshalb verbinden sich *Jia* und *Ji*. Bei allen anderen Paaren ist es ebenso. Das ist die ganze Geschichte über die Mitternacht-Mittag-Regel oder *Zi Wu Zhi Fa*.“