

Chinesische Medizin aus den Klassikern

Nüke Baiwen 女科百問 – 100 Fragen zur Frauenheilkunde

von Udo Lorenzen

„Das himmlische echte Qi gewährleistet ihr ungehindertes Fließen. Deshalb (gibt es) einmal im Monat einen Durchgang, sanft und friedlich, ohne einen Fehler im Zeitpunkt. Darum heißt es *Jing Hou* = die Periode erwarten.“

Qi Zhong Fu

Frage 5

第五問何以謂之經候

答曰。夫女子十四天癸至。腎氣全盛。沖流任通。血漸盈。應時而下。常以三旬一見。愆期者病。故謂之經候。然經者。常也。候者。謂候一身之陰陽也。經常之氣。伺候而至。若潮候之應乎時也。天真之氣。與之流通。故一月一次行。平和則不失乎期。所以謂之經候。又名月水也。

5. Frage: Warum heißt es: die Periode erwarten (Jing Hou)?

Die Antwort lautet: Mit 14 Jahren erreicht die Frau¹ ihre Geschlechtsreife. Ihr Nieren-Qi ist in voller Blüte, Chong (Mai) fließt und Ren (Mai) ist durchgängig. Das Blut hat allmählich einen Überschuss. Zur entsprechenden Zeit kommt es herab. Für gewöhnlich sieht man es einmal in 30 Tagen². Bei Überschreitung dieser Zeit (entsteht) Krankheit. Deshalb sagt man: die Regel erwarten. Man nennt es so, weil *Jing* = Periode für *Chang* = regelmäßig und *Hou* = Warten (auf den richtigen Zeitpunkt) für das Yin und Yang des einen Körpers (steht). Das Qi der Periode ist regelmäßig in seiner Aufwartung und seinem Ankommen. Entspricht nicht das Warten auf Ebbe und Flut ebenfalls einer Zeitperiode? Das himmlische echte Qi gewährleistet ihr ungehindertes Fließen. Deshalb (gibt es) einmal im Monat einen Durchgang, sanft und friedlich, ohne einen Fehler im Zeitpunkt. Darum heißt es *Jing Hou* = die Periode erwarten, auch genannt *Jing Shui* = Monatswasser.

¹ **Fu Nu Zi** 夫女子 heißt eigentlich die Frau eines Ehegatten; dieser Terminus taucht wiederholt auf und unterstreicht den Anspruch des Buches, sich an die verheiratete Frau, die gebären sollte, zu wenden.

² **San Xun** 三旬 heißt eigentlich 3 x 10 Tage

Erläuterungen:

In diesem Kapitel definiert **Qi Zhong Fu** erstmalig den Begriff der monatlichen Regel, die traditionell mit *Jing Hou* = die Periode erwarten beschrieben wird.

Wieder nimmt er Bezug auf das 1. Kapitel des *Neijing Suwen*, in dem die natürlichen Lebenszyklen von Frau und Mann sich als physiologische Wandlung des Nieren-Qi in 7 - bzw. 8 – Jahresschritten vollziehen. Hier der vollständige Passus aus dem *Neijing*:

Huangdi fragt: „Wenn die Menschen alt werden, können sie keine Kinder mehr erzeugen. Liegt das daran, dass ihre Lebenskraft (Qi) erschöpft ist, oder ist das ihre natürliche Bestimmung?“

Qi Bo antwortet: „Wenn ein Mädchen 1 x 7 Jahre alt ist, vollendet sich ihr Nieren-Qi, ihr Zahnwechsel beginnt und ihre Haare werden länger. Mit 2 x 7 Jahren erreicht sie die Geschlechtsreife³. Ihr *Ren Mai*-Gefäß ist nun durchgängig und ihr *Chong Mai*-Gefäß vollendet (in Fülle).⁴ Die Blutungen erscheinen jetzt regelmäßig und das Mädchen kann Kinder bekommen. Mit 3 x 7 Jahren ist das Nieren-Qi der Frau ausgeglichen. Die letzten Zähne treten hervor, und der Körper ist nun voll ausgewachsen. Mit 4 x 7 Jahren sind die Knochen und Muskeln der Frau fest, ihre Haare sind in voller Pracht, ihr Körper ist kräftig und robust. Mit 5 x 7 Jahren beginnen ihre *Yang Ming*-Leitbahnen⁵ schwächer zu werden. Das Gesicht der Frau bekommt Falten, und ihre Haare beginnen auszufallen. Mit 6 x 7 Jahren erschöpfen sich die Energien aller *Yang*-Leitbahnen im oberen Bereich.⁶ Ihr Gesicht wird immer faltiger, und ihre Haare werden grau. Mit 7 x 7 Jahren ist das *Ren Mai*-Gefäß der Frau erschöpft und ihr *Chong Mai* verringert seine Aktivität. Die Geschlechtsreife ist nun beendet und die Leitbahnen der unteren Region⁷

³ **Tian Gui** 天癸 = himmlisches Nierenwasser, der chin. Begriff für Geschlechtsreife (siehe *Nüke Baiwen*, Frage 4).

⁴ **Ren Mai** 任脈 und **Chong Mai** 衝脈 sind zwei der 8 Wundergefäße *Qi Jing Ba Mai*. Sie haben eine besondere Bedeutung für die Geschlechtsreife, Menstruation, Konzeption und Schwangerschaft der Frau. Vergl. **U. Lorenzen**: Die 8 Gefäße in der klassischen Akupunktur in **Volkshelkunde** 10 u. 11/90. oder auch *Nüke Baiwen*, Frage 4.

⁵ **Yang Ming** 陽明 = Dickdarm- und Magen-Leitbahn; beide Leitbahnen haben viel Blut und viel Qi und versorgen in ihrem oberen Verlauf die Gesichtspartien. Wenn das *Yang Ming* schwächer wird, beginnt die Faltenbildung im Gesicht. Eine kosmetische Akupunktur bedient sich der Punkte im Gesichtsbereich, um Falten zu glätten; vom energetischen Standpunkt aus gehören Fernpunkte wie Di 4, Di 10, Di 11, Ma 36, 37, 39 und Ma 42 ebenfalls zum Repertoire eines kosmetischen Akupunkteurs, da sie Qi und Blut tonisieren und das *Yang Ming* nähren!

⁶ Dünndarm- Dickdarm- und *San Jiao*-Leitbahnen.

⁷ Milz- Nieren- und Leber-Leitbahnen; ihr Kreuzungspunkt *San Yin Jiao* (Mi 6) ist ein wichtiger Punkt bei allen klimakterischen Beschwerden. Er sammelt das Yin im unteren *Jiao* und bringt es nach oben und vermindert so Leere-Hitze-Symptome.

verschließen sich. Ihr Körper wird nun alt und sie kann keine Kinder mehr bekommen.

Wenn ein Junge das Alter von 1 x 8 Jahren erreicht, ist sein Nieren-Qi angefüllt. Seine Haare werden länger, und der Zahnwechsel setzt ein. Mit 2 x 8 Jahren ist sein Nieren-Qi vollendet und er erreicht die Geschlechtsreife. Er hat Samen im Überfluss, den er ausfließen lassen möchte. Wenn er sich nun mit einer Frau vereinigt, kann er schon Kinder zeugen. Mit 3 x 8 Jahren ist sein Nieren-Qi voll ausgerichtet. Der Mann hat feste Muskeln und starke Knochen, seine letzten Zähne kommen heraus, und er ist voll ausgewachsen. Mit 4 x 8 Jahren ist er im Vollbesitz seiner Kräfte. Alle Sehnen, Muskeln und Knochen sind robust und stark. Im Alter von 5 x 8 Jahren wird sein Nieren-Qi schwächer. Der Mann beginnt, Haare zu verlieren, und seine Zähne werden schlecht. Mit 6 x 8 Jahren erschöpft sich seine Yang-Energie in den oberen Regionen, sein Gesicht beginnt, Falten zu bekommen und sein Schläfenhaar wird grau. Mit 7 x 8 Jahren schwächt sich das Leber-Qi des Mannes ab; seine Muskeln werden schlaffer, seine Geschlechtskraft (Potenz) wird schwächer, und seine Essenz verringert sich. Sein Nieren-Qi ist jetzt in einem erbärmlichen Zustand, der Mann ist an seinem Wendepunkt angelangt.⁸

Mit 8 x 8 Jahren verliert er sein Kopfhaar und seine Zähne. Die Nieren kontrollieren den Wasserhaushalt und speichern die Essenzen aller Zang Fu-Organen. Wenn die fünf Zang übervoll sind, kann der Überfluss in den Nieren gespeichert werden. Im Alter jedoch trocknen alle fünf Zang-Organen aus: Die Muskeln und Knochen werden schwächer, und natürlicherweise lässt auch die sexuelle Energie nach. Kopfhaar und Schläfenhaare des Mannes ergrauen, sein Körper wird schwerfällig, seine Haltung beim Gehen krumm, er kann nun keine Kinder mehr zeugen.”

Der Terminus **Jing** 經 ist einer der zentralen Begriffe in der chinesischen Sprache, besonders in der Philosophie und Medizin. Schauen wir in ein klassisches Wörterbuch, finden wir eine Vielzahl an Bedeutungsfacetten: Kette (eines Gewebes), grundlegend, Regel, klassische Bücher, Bibel, Längengrad, hindurch-gehen, vorbei, passieren, sich ereignen, erleben, durchmachen, besorgen, leiten, erhängen, Selbstmord und schließlich, meist in Verbindung mit Wasser, die Monatsregel oder Menses⁹.

Die Analyse des Zeichens zeigt eine Verbindung von Seidenfäden *Mi* 糸 und fließendes Wasser *Jing* 涇, das unterirdisch strömt. Wie ein dünnes Gewebe aus Seide fließen die wichtigen Dinge des Lebens im Verborgenen; die grundlegenden philosophischen Gedanken der klassischen Texte ebenso wie die Entscheidung, das Leben zu beenden oder durch die monatliche Regel einen neuen Zyklus für mögliches Leben einzuleiten.

⁸ Die Wechseljahre des Mannes beginnen also aus chinesischer Sicht im Alter von 56 Jahren.

⁹ z.B. **W. Rüdtenberg**: Chinesisch-Deutsches Wörterbuch, Hamburg, 1936

Das Schriftzeichen *Jing* 經 ist besonders wichtig auch für die Akupunktur. Hier bezeichnet es die Leitbahnen und seine Verknüpfungen *Jing Luo* 經絡, die Bahnen, durch die das Qi und Blut hindurchgehen. Ebenso ist der vierte der antiken Punkte *Wu Shu Xue* 五輸穴 der Jing-Punkt, der den Charakter eines Flusses hat.

Das Leitbahn-Qi verbreitert sich an diesem Punkt und fließt mächtig dahin wie ein breiter Fluss. „Der Akupunkturpunkt, an dem das Qi rasch dahinfließt, heißt *Jing-Punkt*.“ (Ling Shu, Kap. 1)

Das Qi an dieser Stelle entspricht einem mächtigen Fluss, der, weit von der Quelle entfernt, Seitenarme entwickelt und Nebenläufe aufgenommen hat und so immer breiter und tiefer geworden ist. In der Akupunkturphysiologie sind die Jing-Punkte Durchgangspunkte für gesundes und pathogenes Qi. Wie in einem Flussdelta können hier die Energien in die nahe Umgebung „ausgeschifft“ werden und gelangen zu den Sehnen, Gelenken und Knochen. Durch die Nadelung der Jing-Punkte können wir diese Strukturen stabilisieren. Sie sind wichtige Punkte zur Behandlung von Bi-Erkrankungen, indem pathogene Energien wie Wind, Nässe, Kälte und Hitze aus diesen Regionen ausgeleitet, aber auch Abwehrenergie (Wei-Qi) hineingeführt werden kann.

Übrigens heißt die Menstruation auch *Gui Shui* 癸水 = himmlisches Nierenwasser, die Monatsblutung wird hier deutlich vom gewöhnlichen Blut *Xue* 血 unterschieden. Andere Bezeichnungen wie:

Yue Jing 月經 = Monatsregel

Yue Shui 月水 = Monatswasser

Yue Shi 月事 = Monatsangelegenheit

Yue Xin 月信 = Monatstreue

Zou Xue 走血 = das Blut marschiert

Shen Jing 身經 = körperliche Regel

You Yue 有月 = den Monat haben

unterstreichen diesen Eindruck. Mehr volkstümliche Begriffe wie „*die kleine rote Schwester ist gekommen*“, „*die rote Nachricht*“, „*die erste Flut*“, „*der General fasst die Tür an*“ oder „*auf einem Pferd reiten*“ machen aus dem physiologischen Vorgang der Monatsblutung etwas Symbolhaftes und Fatalistisches¹⁰. Es ist auffällig, dass in keinem der Begriffe von Blut *Xue* 血 die Rede ist, sondern eher eine rot gefärbte Flüssigkeit beschrieben wird, die monatlich erscheint.

¹⁰ vergl. **W. Eberhard**: Lexikon chinesischer Symbole, S. 193 f., Diederichs Verlag

Die Volkssprache kennt im Umgang mit Menstruation fast ausschließlich den Ausdruck „die Hose waschen“. „Wie lange schwanger“ hat als Antwort: „so viele Monate die Hose nicht gewaschen“.

Im volkstümlichen Denken der Landbevölkerung Chinas war die Menses häufig sogar mit dem Begriff der Unreinheit *Zang 穢* belegt und brachte für die Frau eine Menge von Vorschriften und Verboten, die zu einer weitgehenden Diskriminierung der Frau führten:

„Das Menstruationsblut entweicht alles Heilige und gilt als Greuel für die Dämonen, beleidigt die Götter und guten Geister. Wo sie verehrt werden, ja in der Nähe solcher Stätten, darf es nie sichtbar werden. Um jeder Beleidigung der Geister vorzubeugen, muss die Frau während der Periode die Beinkleider an den Knöcheln zubinden. Ein Blutstropfen, der hier ausgösse, könnte die örtlichen Geister verletzen und würde immens die Sonne beleidigen. In diesen Tagen soll sie auch ständig das lange Kleid tragen: nicht bloß beim Verlassen des Hofes – wo es die Sitte zu jeder Zeit vorsieht – sondern auch innerhalb des Heimes.

Die Übertretung dieser Vorschrift führt zu einer Beleidigung des höchsten Gottes, des himmlischen Vaters Tian Ye 天爺; Strafen auf Erden und die Bluthölle im Jenseits müssen diese Frevel sühnen“.¹¹

Im medizinischen Text des *Nüke Baiwen* hat die monatliche Blutung der Frau etwas ebenso Naturgebendes wie die Gezeiten von Ebbe und Flut. Tritt sie regelmäßig ein, hier im Idealfall alle 30 Tage, bedeutet das für die Frau Gesundheit, bei Verzögerung ist eine Krankheit zu vermuten. Das ordnungsgemäße Zusammenspiel der außerordentlichen Gefäße *Chong Mai* und *Ren Mai* ermöglicht die Menstruation. Das Blut im *Chong Mai* 衝脈 hat Überschuss und will sich entleeren, der freie Durchgang des *Ren Mai* 任脈 zum Uterus ermöglicht es. Das himmlische echte Qi *Tian Zhen Zhi Qi* 天真之氣 gewährleistet ihr ungehindertes Fließen, sanft und friedlich, ohne einen Fehler im Zeitpunkt.

Das Warten auf die Periode *Jing Hou* 經候 war auch im alten China eine besondere Angelegenheit: kommt sie zur rechten Zeit, ist eine Chance zur Schwangerschaft vorüber, lässt sie auf sich warten, kann dies eine gewünschte Schwangerschaft verzögern. Wir erinnern uns: schwanger zu werden und ein (männliches) Kind zu gebären, war eines der Hauptanliegen an die verheiratete Frau in der Song-Dynastie.

¹¹ vergl. **Johann Fricke**: Mutter und Kind bei den Chinesen in Tsinghai, in **ANTHROPOS**, Band 50, 1955

Ein Ausbleiben der Regel im Krankheitsfall wurde deshalb sehr ernst genommen und bedurfte einer schnellen Behandlung.

Das 5. Kapitel des Nüke Baiwen beendet die Darstellung der physiologischen Gegebenheiten für Schwangerschaft und Geburt, in den nächsten Fragen werden pathologische Zustände von Menstruation und Geburt diskutiert und ihre Behandlungen, meist Kräuterrezepturen, erklärt. Die Zahl Fünf (5) als symbolische Zahl für ein Zentrum legt hier im fünften Kapitel die zentrale Bedeutung der Menstruation für die Frau eindeutig fest!

Udo Lorenzen
Projensdorfer Str. 14
24106 Kiel
0431 – 330303
Email: u.lorenzen@ki.comcity.de
Web: www.zhenjiu.de