

Zwei Seelen wohnen ach in meiner Brust – Das Konzept der Geist- und Körperseele (Hun und Po) als Seelenverbund in der chinesischen Medizin

Die chinesische Medizin hat durch ihre besondere Wahrnehmung der Natur und dessen Widerspiegelung im Menschen ein ganzheitliches medizinisches System geschaffen, das den Menschen zwischen Himmel und Erde stellt. Eingebunden in den antiken Ahnenkult hat es ebenso Vorstellungen einer „Seele“ gegeben, die zweigeteilt einmal die geistigen Beweggründe und Aktivitäten eines Menschen beschreibt (Shen und Hun), zweitens aber auch seine körperlichen Bedürfnisse, seine Instinkte und seinen Selbsterhaltungstrieb. (Jing und Po).

Es gibt also zwei Seelen in unserer Brust: *Hun* 魂 = die Geistseele repräsentiert das geistige Yang-Prinzip im Menschen (nach C.G. Jung der *Animus*), Die Körperseele *Po* 魄 ist das körperliche Yin-Prinzip (nach C.G. Jung die *Anima*) Beide stehen in einem Yin-Yang-Verhältnis, d.h. sie brauchen sich gegenseitig, wechseln ihre Aktivitäten im Verlauf des Lebens ab und sollten sich im Rahmen eines gesunden Lebens gut vertragen. Wenn eine Seite zu stark agiert, leidet die andere Seite, wenn ein Teil der Seeleneinheit zu schwach ist, erhebt sich die andere und unterdrückt die schwächere. Im Verlauf des Lebens verändern sich die Dominanzen der Seelen. Im Holz-Frühling unseres Menschenlebens (Bei Frauen: 0-14 Jahre, bei Männern: 0-16 Jahre) steht die Hun-Seele im Mittelpunkt, weil sie die geistige Entwicklung eines Individuums prägt. Die Po-Seele ergänzt dazu die körperliche Entwicklung mit all ihren Bedürfnissen und Empfindungen. Erziehung bedeutet nun, die körperlichen Bedürfnisse zu respektieren, aber Grenzen zu setzen und die geistige Entwicklung zu fördern durch alle möglichen Lernangebote (Kindergarten, Schule, Familie) ohne starre Ideologien und religiöse Dogmen.

Im Zusammenspiel mit *Yi* 意, dem gerichteten Denken, das für Logik und Intellekt steht und *Zhi* 志, dem Willen, der für Begabungen und Talente zuständig ist, entsteht so eine Persönlichkeit, die wachsen und ihren Platz in der Gesellschaft finden möchte. Aber wo bleibt der *Shen* 神, der im Herzen wohnt? Er überwacht alle geistig-seelischen Prozesse und erklärt als Mutter der Emotionen alle Gefühle als natürliche Lebensäußerungen.

Im Alter hat eine erfahrene und einsichtige Hun-Seele die Aufgabe, den Älteren zur spirituellen Reifung zu führen. Nicht „was habe ich“, sondern „wer bin ich“? Was motiviert mich? Was macht mein Leben aus? Die Reise nach innen ist im Alter die letzte Herausforderung, der wir uns stellen müssen!

In diesem Kurs geht es darum, die Seelenanteile eines Menschen zu erkennen und wertzuschätzen. Wie kann ich dieses Wissen in meine therapeutische Praxis einbringen, wie kann ich ein gesundes seelisches Gleichgewicht in mir finden und meinen Patienten dazu verhelfen?