

Männerheilkunde – Heilsam für den ganzen Mann?

Diplomarbeit im Rahmen der 3-jährigen Ausbildung in
Klassischer Akupunktur und Chinesischer Medizin am
Ausbildungszentrum Nord / Udo Lorenzen, Kiel
2005–2008

Sascha Alexander Dörfler, Heilpraktiker
April 2008



Inhaltsverzeichnis

1 Auf der Suche nach dem ganzen Mann.....	2
1.1 Männermedizin – Was steckt hinter dem neuen Trend?	3
1.2 Echte Mannsbilder – Mythos und Realität	4
1.3 Zur Geschichte des Patriarchats	6
1.4 Gesundheitsmuffel – Der Mann in der Medizin	9
1.5 Hat das Mann-Sein pathogenes Potential?.....	9
2 Hoden, Penis, Prostata.....	10
2.1 Die Physiologie männlicher Geschlechtsorgane aus Sicht der Chinesischen Medizin.....	10
2.1.1 Die Geschlechtsorgane des Mannes	11
2.1.2 Die Fortpflanzung	11
2.1.3 Die Geschlechtsreife.....	12
2.1.4 Liebe, Lust und Leidenschaft	12
2.2 Die Pathologie aus der Sicht der Chinesischen Medizin	13
2.2.1 Infertilität.....	13
2.2.2 Impotenz	15
2.2.2.1 Erektile Dysfunktion.....	17
2.2.3 Ejakulationsstörungen.....	22
2.2.4 Prostatabeschwerden	23
2.2.4.1 Prostatitis	24
2.2.4.2 Benigne Prostatahyperplasie und Lin-Syndrome	25
2.2.5 Weitere Erkrankungen	27
2.2.6 Das Alter und der Jugendwahn	28
2.2.7 Junge, Junge – Mann oh Mann!	28
2.2.8 Männergesundheit – Ein Ausblick	29
3 Bilder, Quellen und Symbole.....	30
3.1 Symbole und Abkürzungen.....	30
3.2 Chinesische Zeichen	30
3.3 Literatur	31
3.4 多謝	31

"Wahre Worte sind nicht angenehm,
angenehme Worte sind nicht wahr."
LaoDse, DaoDeDsching, Kapitel 81

1 Auf der Suche nach dem ganzen Mann

Als Heilpraktiker stelle ich immer wieder fest, dass der Mann weitaus mehr ist, als er physisch und psychisch in die Praxis mitbringt. Der erste Arbeitstitel der Diplomarbeit hiess dementsprechend: „Männerheilkunde: Hoden, Penis, Prostata – ist das alles?“. Die Arbeit am Thema verlagerte schnell den Schwerpunkt, denn mir geht es mehr um die Idee des „ganzen Mannes“. Die Wirkrichtung der Frage hatte sich also umgekehrt. War es im ersten Anlauf die Klinik der Männerkrankheiten, die meinen Blick auf den Mann bestimmte, so wollte ich mich nun von aussen nach innen, von oben nach unten vorarbeiten. Zuerst kommt also der Blick auf den Mann an sich, so weit und umfassend es diese Arbeit zulässt, um damit zu prüfen, ob ein erweitertes Männerbild auch die Bewertung der Männerkrankheiten verändert.

Der Text besteht im Wesentlichen aus zwei Teilen. Teil 1, „Auf der Suche nach dem ganzen Mann“, soll zum Nachdenken anregen, den Geist frei machen und das Herz öffnen. Teil 2, „Hoden, Penis, Prostata“, führt uns wieder auf den Boden der Klinik zurück. Inhaltlich wie formal ist das ein Wagnis. Denn ich bin mir keineswegs sicher, ob sich auf so wenig Raum mein Wunsch auch erfüllt. Meine Positionen sind zum Teil bewusst zugespitzt und verallgemeinernd formuliert, in der Hoffnung, dass dadurch Auseinandersetzung entsteht und diese letztendlich der Klarheit dient.

Klarheit hilft jedem von uns, besonders uns Männern! Ein klares Bewusstsein für uns selbst ist das Tor für jede Art von Heilung, von Ganz-Werden. Diese Arbeit richtet sich selbstverständlich auch an die Frauen. Besonders an die Frauen, die bei jeder sich bietenden Gelegenheit ihren Frust von der Seele jammern, indem sie über alle erdenklichen Unzulänglichkeiten der Männer klagen. Interessanterweise sind die Männer, um die es geht, bei dem Gemecker selten anwesend und ebenso interessant ist es, dass sich oft genau diese Frauen hartnäckig weigern, den eigenen Anteil an der angeblichen Misere ausfindig zu machen.

Das führt uns zu einem weiteren Grund für diese Arbeit: Warum sind es eigentlich hauptsächlich Frauen, die mir erklären können, was ich tun muss, um glücklich zu sein? Liebe Männer, es reicht nicht aus, sich darüber zu beschweren und sich trotzig vor den Fernseher oder zu den Kumpels zurückzuziehen. Ihr müsst euch auch den Frauen mitteilen, über die ihr euch beschwert! Das kann anstrengend sein, aber ohne Dialog geht es nicht. Selbst wenn herauskommt, dass sich die Wesen von der Venus mit denen vom Mars nicht auf Anhieb verstehen, selbst dann lohnt sich jeder Anlauf. Denn jeder entspannte Gesprächsversuch gibt mir als Mann die Möglichkeit, Klarheit darüber zu bekommen, wo ich selber stehe und was ich brauche. Erst wenn ich ein klares, friedliches und autonomes Selbstbewusstsein aufbaue, fange ich an, hier und jetzt da zu sein. Dann höre ich auf, nur teilweise anwesend zu sein. Dann fange ich an, ganz und gar da zu sein.¹

„Ich bezweifle sehr, daß Ehemänner länger leben als Junggesellen.
Ich bezweifle allerdings nicht, daß es ihnen so vorkommt.“
Jean Marais

1.1 Männermedizin – Was steckt hinter dem neuen Trend?

Wie die Phänomene der Natur in ihrer Herkunft, Erscheinung und Wirkung nur als Ganzes näherungsweise beschrieben werden können, so versucht auch die Naturheilkunde den Menschen als Ganzes zu sehen und zu verstehen. Mit anderen Worten: Der Mensch lässt sich einerseits als autarkes Wesen beschreiben, andererseits ist er die kleinere Ausgabe einer übergeordneten Gesamtheit. Der Mensch als Wesen zwischen Himmel und Erde, ist ein Mikrokosmos im Makrokosmos.²

Auch die unterschiedlichen Medizinsysteme können als Ganzes innerhalb bestimmter Denkmodelle gesehen werden, gleichwohl gibt es in vielen Bereichen Spezialisierungen, weil es sonst zu kompliziert würde. Die westliche Medizin folgt dem analogen, analytischen Denken, der Sinn für das große Ganze wird der Atomisierung in die kleinsten Teile untergeordnet. So könnte man auch denken, die Aufteilung der Medizin in spezielle Fachrichtungen ist modern, in Wirklichkeit gibt es die medizinischen Spezialisierungen schon sehr viel länger. Die CM (Chinesische Medizin) blickt auf eine lange Tradition medizinischer Fachrichtungen zurück, Ganzheitlichkeit und Spezialisierung muss sich also keineswegs ausschliessen.³ Die Frauenheilkunde und Kinderheilkunde bekamen in der Sui- und Tang-Dynastie ihren festen Platz. Im kaiserlichen Medizinalbüro wurden sogar sieben medizinische Fachrichtungen etabliert.⁴

Die Gynäkologie als Fachrichtung ist sinnvoll und wichtig. Ohne Frauen wäre unser Leben schnell am Ende, denn sie halten den Fortgang der Welt aufrecht. Die Frauen tragen mit ihrer einzigartigen Physiologie die Frucht in ihrer Gebärmutter aus, bringen die Babys zur Welt und ziehen in der postmodernen Kleinstfamilie oft auch mehr oder weniger alleine die Kinder gross. Auf den Schultern der Frauen lastet die wichtigste Aufgabe überhaupt, was den Fortbestand der Menschheit angeht. Ihre spezifische Physiologie und die damit verbundenen Krankheiten schufen bereits vor 1500 Jahren in China die Notwendigkeit, die Frauenheilkunde als eigenständige medizinische Fachrichtung zu etablieren. Bei den Kindern war es nicht anders. Sie sind die Zukunft unserer Welt und Kinderkrankheiten erfordern oft eigene Wege und Mittel in Diagnostik und Therapie, deshalb ist es auch hier nachvollziehbar, dass die Pädiatrie bereits in der CM ihren festen Platz bekam.

Was aber ist mit den Männern? Eine Männerheilkunde gab es über Jahrtausende nicht. Da macht ausnahmsweise der ferne Osten zum heimatlichen Westen keinen Unterschied. In der westlichen Medizin Europas gibt es seit ungefähr 20 Jahren Bestrebungen, eine eigenständige wie interdisziplinäre, medizinische Fachrichtung für „Männerheilkunde“ zu etablieren. Alle so genannten industriell hoch entwickelten Länder der westlichen Welt versuchen, dabei mitzumachen, denn es wird ein neuer Kuchen

¹ David Servan-Schreiber: Die Apokalypse der Kommunikation in „Die neue Medizin der Emotionen: Stress, Angst, Depression – Gesund werden ohne Medikamente“, Kunstmann Verlag, 2004, S. 222ff

² Lorenzen, Udo: Mikrokosmische Landschaften, Bd. 1, S. 52

³ In der Zhou-Dynastie, 1100–770 v. Chr. teilte sich die Medizin in verschiedene Facharztgebiete: Die Speiseärzte: Shi Yi / Gewöhnliche Ärzte: Ji Yi / Wundärzte: Yang Yi / Tierärzte: Shou Yi / Offizielle Trennung zwischen Ärzteschaft und Priestern / Schamanen. Es war auch das Zeitalter der Dämonenmedizin, die besagte, dass Krankheiten durch böse Geister entstehen. / S.a. Meine ABZ-Seminarmitschrift vom 20./21.08.2005

⁴ Sui- und Tang-Dynastie, 581 –906: Das kaiserliche Medizinalbüro: Zentralisierung der medizinischen Versorgung (und staatlicher Lenkung der Medizin-Ausbildung). Dabei gab es 7 Abteilungen, die sich um unterschiedliche KH gekümmert haben: 1. KH der Erwachsenen/ 2. KH der Frauen und Kinder/ 3. KH der Sinnesorgane / 4. AP + Moxa/ 5. Schröpfen/ 6. TuiNa/ 7. Magische Künste / Schamanen. / S.a. Meine ABZ-Seminarmitschrift vom 20./21.08.2005

aufgeteilt.⁵ Auf den ersten Blick versucht die Männermedizin, all die medizinischen Einzeldisziplinen, die sich um die gesundheitlichen Belange des Mannes kümmern, zusammenzufassen: Wie z.B. Innere Medizin, Urologie, Proktologie, Endokrinologie, Fortpflanzungsmedizin, u.v.a.m. Etwas zusammenzufassen garantiert jedoch noch keine Ganzheit, denn das Ganze ist immer mehr als die Summe seiner Einzelteile, auch wenn sie noch so komplett scheinen. So wie ein Puzzle bestenfalls die Summe seiner Einzelteile ist, so geht Ganzheitlichkeit in seiner Idee vom Ganzen aus, nicht von seinen Einzelteilen.⁶

Ganzheitlichkeit wird als Wert immer populärer und alles, was beim Endverbraucher gut ankommt, ist auch wirtschaftlich attraktiv. Was steckt also hinter dem neuen Trend „Andrologie“⁷, was sind seine Ziele? Wenn die „Männerheilkunde“ unter dem Etikett der Ganzheitlichkeit Schwerpunkte wie Anti-Aging, Fertilitätskontrolle, Hormonsubstitution oder plastische Chirurgie anbietet, dann geht es wohl weniger um Naturheilkunde und das holistische Modell des „ganzen Manns“, sondern eher um die Aussicht auf ganzheitlich neue Verdienstquellen.

Es stellen sich also viele Fragen, von denen ich nur wenige herausgreifen möchte wie z.B.:

- Gibt es den ganzen Mann wirklich? Wo ist er? Wie sieht er aus? Was macht er?
- Warum gibt es bis heute keine eigenständige Männerheilkunde?
- Gibt es einen Zusammenhang zwischen den Antworten dieser beiden Fragen?

„Ich möchte gerne auf den Mond.
Dort soll es einen Mann geben.“
Jeanne Moreau

1.2 Echte Mannsbilder – Mythos und Realität

Ein ganzer Mann, ein richtiger Kerl, ein Held wie er im Buche steht, ein Kerl wie ein Baum, einer, der immer seinen Mann steht, ein Mann aus Schrot und Korn, ein Gewinner, ein Ass, ein Champion, Meister, Sieger ... das alles sind Männertypen, die gern gesehen sind. Weniger Beachtung dagegen ernten Männertypen wie Feigling, Nichtsnutz, Flasche, Jammerlappen, Hampelmann, Angsthase, Blindgänger, Duckmäuser, Fahrradfahrer, Hasenfuss, Kneifer, Memme, Mimose, Heulsuse, Niete, Null, Pantoffelheld, Sesselpuper, Schwächling, Versager, Warmduscher, Joghurtbecherausspüler, ... die Reihe liesse sich beliebig fortsetzen.

Das Bild des Mannes ist überwiegend von Idealvorstellungen geprägt. Ein Bild ist jedoch nicht die Wirklichkeit. Wir verfolgen ein Image, wie wir neudeutsch sagen, wenn wir nach aussen hin auf eine bestimmte Art und Weise erscheinen wollen, um eine bestimmte Wirkung zu erzielen. "Image ist das, was man braucht, damit die andern denken, dass man so ist, wie man gern wär".⁸

Oft scheint heutzutage die Imagepflege wichtiger zu sein, als bei sich zu bleiben, als wahr und echt zu sein. Die Sehnsucht nach Idealvorstellungen war es auch, die früher die Helden in den Erzählungen am Lagerfeuer zum Leben erweckte. Was früher die Sagenerzählungen waren, übernehmen heute die Massenmedien. Wärmte früher das Lagerfeuer die Runde auch mit kommunikativer Wärme, so teilt uns heute der Fernseher⁹ mit, wer unsere Vorbilder sind und wie wir am besten zu sein haben.

Wo bleiben die guten, männlichen Vorbilder, die in den wichtigen Jahren der Sozialisation besonders für die Jungen ein ausgewogenes Pendant zur weiblichen Übermacht sind? Der Überhang an weiblichen Energien ist dabei keineswegs verwunderlich. Die Mütter erledigen die Erziehungsarbeit häufig alleine, die Väter sind viel unterwegs und deshalb chronisch abwesend, im Kindergarten gibt es so gut wie keine männlichen Erzieher, in der Grundschule muss man männliche Lehrer mit der Lupe suchen.¹⁰ Der Mann

⁵ In der westlichen Welt gab es schon immer den Wettlauf um neue Märkte, auch und gerade in der Medizin. Die USA nimmt hier insofern eine herausragende Stellung ein, als dort aus juristischen Gründen der massenhafte Einsatz von Medikamenten bzw. die Durchführung medikamentöser Versuche offenbar leichter umzusetzen war bzw. ist. Z.B. wurden 1970–1973 im Coronary-Drug-Project des National Institute of Health der Einfluss von Östrogen in der Sekundärprophylaxe bei Herzinfarkt getestet. Eine typisch männliche Krankheit sollte mit einem Hormon ausgeschaltet werden, so der Traum der Mediziner. Die Untersuchungen mit der 5mg-Gruppe musste allerdings gestoppt werden, weil es doppelt so viele Herzinfarkte wie in der Placebogruppe gab, die 2,5mg-Gruppe ergab keine Verbesserung der Inzidenz- bzw. der Rezidivrate, dafür aber einen deutlichen Anstieg an Thrombophlebitiden und Lungenembolien./Coronary Drug Project Research Group: Findings leading to discontinuation of the 2.5mg/day estrogen-group. Journal of American Medical Association, 1973 – 226 / 652–657/Selbstverständlich ist Europa und Deutschland nicht frei von so genannten Fehlschlägen in der Forschung bzw. von Medizin-Skandalen./ Ich möchte nur dazu aufmuntern, genau zu prüfen, was sich als so genannte „Andrologie“ oder „Männermedizin“ ausgibt!

⁶ S.a. mein Skript zur Geschichte der CM und dem Wesen unterschiedlicher Denkmodelle/ ABZ-Seminar 20.+21.08.2005, Kiel

⁷ Analog zur „Gynäkologie“ (griech.: γυναικεία, γυναικεῖον und γυναικά/γynä, gynaikos und logos = Wörtlich: Von der Frau die Lehre) ist vor wenigen Jahren die „Andrologie“ (griech.: ἄνδρες, ἄνδρειον und ἄνδρας/ anär, andros und logos= Wörtlich: Vom Mann die Lehre) installiert worden. Interessanterweise tauchen in beiden Begriffen nicht das griech. Wort für Arzt (ἰατρός/iatros) auf, wie z.B. in der Päd-iatrie oder Psych-iatrie.

⁸ Frank-Markus Barwasser, deutscher Kabarettist. Vielen auch bekannt als die Figur *Erwin Pelzig*. S.a. <http://www.pelzig.de>

⁹ TV, die Abkürzung für Television, für „ferne Vision“.

¹⁰ Schnack, Dieter/ Neutzling, Rainer: Der Vater in der vaterlosen Gesellschaft/ in „Kleine Helden in Not – Jungen auf der Suche nach Männlichkeit“, Rowohlt Taschenbuch Verlag, 6. Auflage 2003, S. 84 ff.

findet als Vorbild in den entscheidenden Schnittstellen der Erziehung und im Heranwachsen der Jungen und jungen Männer so gut wie nicht statt.¹¹ Zuviel Yin, zuwenig Yang, zuviel mütterliche Erde, zuwenig männliches Metall!

Ist das möglicherweise der Grund für eine Flucht in die Vorstellungswelt von Idealbildern? Denn wenn wir echte, ganze Männer hätten, bräuchten wir sie nicht mehr idealisieren.

Der Held

Das Idealbild eines Mannes entspricht immer der Kultur und den Werten der jeweiligen Zeit. So gab es auch schon immer den Wunsch, ein Image auszufüllen, das dem Typus des jeweiligen Helden entspricht. Denn das Image ist, wie das Wort schon sagt, magisch aufgeladen¹². Das ist wohl auch der tiefe Grund, weshalb wir Helden brauchen und verehren. Schliesslich ist die Visualisierung¹³ eine der ältesten Techniken, um sich geistig mit bestimmten Energien aufzuladen.

Die Geschichtsschreibung der Menschheit ist voll von sagenhaften Helden, meist waren und sind sie männlichen Geschlechts.¹⁴ Dabei ist der Stoff, aus dem Helden gemacht werden, heute wie damals vergleichbar. Im Grunde geht es immer darum, in kurzer Zeit ein Maximum an Ruhm, Geld und Macht anzuhäufen, mit welchen Mitteln auch immer. Auch wenn die Heldenataten nicht immer dem Wohl der Menschheit dienten und oft einen hohen Blutzoll forderten, der Heldenverehrung tat das keinen Abbruch. Ganz im Gegenteil – der Held ist ein ganzer Mann! Zumindest dem Bilde nach. Der Held scheint mit übernatürlichen Kräften, Fähigkeiten und viel Glück ausgestattet zu sein, die ihn schier allmächtig machen und unverwundbar erscheinen lassen.

Eines der wichtigsten Merkmale des Helden ist seine Kraft, seine Potenz! Helden können immer und überall – in jedem Heros steckt eine saftige Portion Eros. Bis ins hohe Alter hinein allzeit sexuell bereit zu sein und das auch mit einer grossen Schar an Nachkommen zu beweisen, lässt den Helden bis heute in hellem Glorienschein erstrahlen.

Hilft uns so ein Mann weiter? Was hat der sagenumwobene Held mit dem realen Mann zu tun? Mit dem so genannten kleinen Mann von der Strasse, mit dem braven Bürger, mit dem aufrichtigen Familienvater, der nie auffällt, der klaglos bis zur Rente arbeitet, der trotz Arbeitslosigkeit und Hartz IV seine Kinder mit aufzieht. Einer, der nie reich wird, aber immer ein anständiger Mensch bleibt. Warum werden Bill Gates und David Beckham mehr verehrt, als die Ärzte der Cap Anamour oder die „Reporter ohne Grenzen“? Warum bekommen diejenigen, die sich in die Gewalttaten und Übergriffe von Jugendlichen einmischen und dabei z.T. ihr Leben riskieren, kein Denkmal? Müssen wir dem Heldenmythos nacheifern, der in jeder Zeit als Leitbild aufgestellt wird? Und wenn ja, wer setzt eigentlich die Standards? Ist es nicht viel eher so, dass die Männer heutzutage an Orientierungslosigkeit leiden, was ihre männliche Identität angeht? Wird diese Orientierungslosigkeit nicht eher grösser, je höher wie die Idealbilder hängen, je aufgeblähter die medialen Konstrukte der Helden unserer Zeit sind? Wären wir Männer nicht mit guten, lebenden, authentischen Vorbildern auf Augenhöhe schon bestens bedient?

Mann spricht nicht

Die Frau besitzt mehrere Sprachzentren bzw. kann für die Rhetorik mehr Gehirnfläche mobilisieren, im Schnitt 33% mehr als der Mann. Zudem kann die Frau für's Sprechen beide Hirnhälften aktivieren, der Mann überwiegend nur die linke. Testosteron spielt bei den intellektuellen Fähigkeiten ebenso eine Rolle...¹⁵ Ich halte von diesem biologistischen Reduktionismus nichts. Solche Verkürzungen geben nicht wirklich dem Verständnis für reale Strukturen eine Chance, weil sie lediglich althergebrachte, griffige Klischees in übersichtlichen Schubladen festnageln.

„Warum bewundern wir jemand, der übers Wasser gehen kann, wo wir selber häufig noch nicht einmal über die Erde gehen können!“¹⁶ Lasst uns doch einfach aufmerksam sein und liebevoll betrachten, was uns umgibt!

Männer haben den Ruf, in Beziehungsangelegenheiten nicht sonderlich gesprächig zu sein, vor allem wenn es um die Beziehung zu sich selbst geht. Umso mehr fällt es dann auf, dass es meistens Frauen sind, die uns Männern genau erklären können, was gut für uns ist. Das fängt natürlich mit Mama an, geht

¹¹ Sicherlich gibt es zu jeder groben Verallgemeinerung auch immer Gegenbeispiele. Ich will gar nicht abstreiten, dass es Männer gibt, die sich um die Erziehung der Kinder kümmern, und möglicherweise gibt es auch einen Trend in die richtigen Richtung: Der Trend, dass der Mann sich z.B. nicht nur in den sonst sehr männlichen Gesellschaftsbereichen beweist, sondern zunehmend die sonst als unmännliche geltenden gesellschaftlichen Felder besetzt und z.B. eine gewisse Zeit mit der Arbeit aussetzt, um ein Erziehungsjahr zu nehmen.

¹² Das englische Wort „Image“ stammt von dem lateinischen Wort „Imago“, Gen.: imaginis, das soviel bedeutet wie „Bild, Urbild“, das z.B. der neugeborene Säugling von seinen Eltern bekommt und sie deshalb zu seinen Leitbildern macht. Darüber hinaus steckt in „Imago“ das Wort „Magie“. Ein Bild war also seit jeher mit einer bestimmten magischen Kraft aufgeladen. Diesen Umstand machen sich alle Arten des Schamanismus zu eigen. Der Schamane ist eine wichtige heilerische Institution, die wir in allen medizinischen Kulturen finden. Siehe auch <http://de.wikipedia.org/wiki/Magie>

¹³ Auch und gerade im therapeutischen Zusammenhang ist Visualisierung eine weithin anerkannte Technik. Hier sind weniger bildgebende Verfahren in der Diagnostik als vielmehr z.B. das bewusste Lenken von Energie gemeint, wie es z.B. im QiGong gepflegt wird./ s.a. wikipedia unter „Magie“, „Meditation“ u.a.

¹⁴ Das ist lediglich die männerzentrierte griechisch-römische Sichtweise. Die skandinavischen Sagen und Mythen dagegen sind voll von weiblichen Heldinnen, s. z.B. die isländische Edda/

¹⁵ Hollman, W. u.a. „Kognition-männliches und weibliches Gehirn“ in Schill, u.a.: MännerMedizin, S. 347 ff

¹⁶ Thich Nhat Hanh, buddhistischer Mönch aus Vietnam/ Berühmt durch seine „einfachen“ Übungen wie z.B. zur Achtsamkeit./ z.B. Das Wunder der Achtsamkeit. Einführung in die Meditation. 10. Auflage. Theseus Verlag, Berlin 2001,

über die Erzieherin im Kindergarten und die Lehrerin in der Grundschule weiter, um dann häufig von der Ehefrau konsequent fortgeführt zu werden. Offensichtlich sind wir schon früh an weibliches Coaching gewöhnt worden und wollen es dann irgendwann auch gar nicht mehr anders haben.¹⁷ Der weibliche Rat für den Mann ist auch auf dem Büchermarkt unheimlich erfolgreich, selbst die chinesische Medizin bleibt von diesem Boom nicht verschont.¹⁸

„Die Fantasie des Mannes ist die beste Waffe der Frau.“
Sophia Loren

„Wann ist der Mann ein Mann?“

fragt schon Herbert Grönemeyer in seinem Lied „Männer“ und bringt deren Lage kurzerhand auf den Punkt: „Männer kriegen keine Kinder, Männer kriegen dünnes Haar“.¹⁹ Offensichtlich hat der Mann in den 70er Jahren des letzten Jahrhunderts versäumt, sich selber zu emanzipieren. Wo ist der Mann geblieben, der sich seiner wohl bewusst ist? Einer, der gerne Mann ist. Warum gibt es keine echten Vorbilder? Stattdessen nur Abziehbilder! Z.B. den Schmalspur-Macho, der so gerne ein heißer Latin-Lover wäre. Oder den steinzeitlich harten Macker, der vor Kraft kaum laufen kann. Oder den modernen Androgynen, das geschlechtslose Neutrüm aus der medialen Retorte. Oder den weichgespülten Frauenversteher – das ist der Hüllenmann, der zieht alles an, was man so an Männlichkeit von der Stange kaufen kann. Die Bilder vom Mann oszillieren zwischen unerreichbarer Perfektion und lächerlicher Karikatur. Diese Inszenierungen einer Popkultur, machen zwar den Bildschirm bunter, „das heisst aber noch lange nicht, dass sich auch die Strukturen verändern“.²⁰ Warum darf der Mann nicht unperfekt sein, warum darf er nicht wachsen, sich entwickeln, Fehler machen und vor allem ganz einfach so sein, wie er ist? Wo gibt es in physischer und psychischer Hinsicht einen Entwicklungsraum dafür? Und woher kommt eigentlich die globale Ratlosigkeit, wenn all diese Fragen auftauchen?

Zugespitzt ausgedrückt, ist der Mann in seiner Identität fast durchsichtig geworden, er scheint in einem Vakuum zu leben. Seine Existenz legitimiert sich mit einer Hand voll biologischer Tatsachen, vermutlich ist das sogar seine Lebensversicherung. Wenn der Samen des Mannes für das Zeugen neuer Menschen nicht mehr nötig wäre, wäre der Mann in kürzester Zeit ausgestorben. Das macht Angst, wie der dunkle Keller, in dem lautes Pfeifen unser Zähneklappern übertönen soll. Was macht das Tier, das krampfhaft seine Position verteidigt? Es bläst sich auf, damit es nach mehr aussieht. Also müssen Dinge her, die den Mann nach mehr aussehen lassen: Leistung, Status, Macht und Geld. Wenn wir das soziale und ökonomische Blendwerk abziehen, bleibt nur noch die Rolle als Samenspender übrig.

Ich höre den kollektiven wie entsetzten Aufschrei meiner Geschlechtsgenossen ebenso, wie das spöttische Beifallklatschen mancher Frau. So einfach bin ich aber nicht zu haben! Ich will weder mit billigen Effekten die Schadenfreude frustrierter Frauen bedienen, noch den Männern ihre emotionale, geistige oder psychische Grundlage wegnehmen. Es geht weder um apokalyptische Szenarien, noch will ich den Mann neu erfinden. Lasst uns gemeinsam, aufmerksam und friedlich betrachten, was mit uns Männern eigentlich los ist! Männer und Frauen sind gefragt, um zu prüfen, ob die Emanzipation nicht gemeinsam auf einer neuen Stufe gelebt werden kann. Es geht also vielmehr darum, was wir alle tun können, um dem Mann eine echte Chance zur Ganzheit zu geben.

Ich möchte mich diesem vielschichtigen Komplex mit einem Ausflug in das Patriarchat nähern. Es ist ein soziologischer Blick in die Geschichte der Männer, der gleichzeitig einen Ausblick auf die Lehren freigibt, die wir daraus ziehen können.

"Gewalt zerbricht an sich selbst."
LaoDse²¹

1.3 Zur Geschichte des Patriarchats

Stellvertretend für die Männerforschung zitiere ich den Schriftsteller, der mich in diesen Fragen am meisten beeinflusst hat. Es ist Ernest Bornemann, der für das Verfassen seines wohl wichtigsten Werkes,

¹⁷ Schnack, Dieter/ Neutzling, Rainer: Logisch: Mama ist an allem schuld/ in „Kleine Helden in Not – Jungen auf der Suche nach Männlichkeit“, Rowohlt Taschenbuch Verlag, 6. Auflage 2003, S. 9 ff.

¹⁸ Li, Christine/ Krautwald, Ulja: Donner, Wind und Berg – Die Acht chinesischen Persönlichkeitstypen und das Geheimnis männlicher Potenz, Scherz Verlag, 2004 / Dieses Buch hat das große Plus, dass es das I Ging in unsere Realität übersetzt. Es überträgt die 8 Trigramme gemäß den Lehren des Arztes und Magiers Ge Hong, der von 282–363 gelebt hat, auf den heutigen Mann. Was mich in meiner obigen Beobachtung der weiblichen Dominanz in der Beratung des Mannes bestärkt wie erstaunt, ist die Selbstverständlichkeit, mit die beiden Autorinnen (also wieder einmal Frauen) angeblich wissen, was gut für uns Männer ist. Das Motiv für das Buch macht die weibliche Chuzpe allerdings wieder plausibel: Ein wesentliches Ziel scheint es nämlich zu sein, sexuell ausdauernde Männer zu haben. So einfach kann die Welt sein! Scheinbar ist es bei Frauen ein weit verbreitetes Bedürfnis, statt Donner, Wind und Berg, den Allesköninger, den ewig potennten Schamanen im ihrem Leben zu haben. Ich frage mich: Wäre der überaus coole und alles könnyende Schamane überhaupt kompatibel mit der Durchschnittsleserin dieses Buches? Wäre die Frau an sich wirklich bereit und in der Lage, den autarken und autonomen Schamanen neben sich bestehen zu lassen? Ich bin mir da überhaupt nicht sicher...

¹⁹ Herbert Grönemeyer: Titel des Albums: 4630 Bochum, 1984, Song-Titel „Männer“.

Der gesamte Song-Text z.B. unter http://german.about.com/library/blmus_groeneBO02.htm

²⁰ Dr. Jürgen Budde, Männlichkeitsforscher in „Der belegte Mann“/U_mag 04/08, S. 63/ Zeitschrift für Popkultur und Gegenwart

²¹ LaoDse (6. Jh. v.Chr.) DaoDeDsching, Kap. 42

„Das Patriarchat“, fast 40 Jahre seines Lebens gebraucht hat. Wir ahnen, wie weitläufig und tiefgründig dieses Thema ist. Es ist unmöglich, hier auf die abendländische Geschichte der Männer und ihrer vermeintlichen Machtansprüche erschöpfend einzugehen. Dennoch halte ich es im Sinne eines tieferen Verständnisses männlicher Pathologien und möglicher männlicher Pathogene für unverzichtbar, sich mit der Geschichte des Mannes und den Machtstrukturen männlich dominierter Gesellschaftsformen zu befassen.²²

Ich konzentriere mich bewusst auf das Abendland. Auch wenn die CM und ihr kultureller Hintergrund genügend Stoff für eine eigene Männerforschung bereit hält, so muss ich aus Platzgründen auf ein chinesisches Sittengemälde und seine gesundheitlichen Folgen verzichten²³ und mich auf die westliche Kultur beschränken. Ein weiterer Grund für meinen Fokus auf die westliche Soziologie ist die westliche Herkunft meiner Patientinnen und Patienten. Auch wenn ich mit der Chinesischen Medizin arbeite, die Menschen, die ich behandle, leben hier im Westen und sind von der abendländischen Kultur geprägt.

Das Patriarchat

Das Wort *Patriarchat* wird häufig mit dem Begriff *Männerherrschaft* übersetzt. Das ist dem Wortsinn nach nicht richtig, denn der griechische Wortstamm 父 / lat.: *pater* bedeutet *Vater*. Deshalb bedeutet *Patriarchat* vielmehr *Vaterherrschaft* (父=archein=herrschen). Die Bedeutungsverschiebung von „Vater“ zu „Mann“ folgt einer besonderen und eigenmächtigen Dynamik, der wir im Patriarchat häufiger begegnen werden.

Ich selber habe beide Begriffe auf Seite 5 nebeneinander eingesetzt, ohne dass es vermutlich jemandem aufgefallen wäre. Gleichwohl macht es hier durchaus Sinn, in der Übersetzung des Fremdwortes der eigentlichen Wortbedeutung auf den Grund zu gehen, denn aus dem Wort „Vaterherrschaft“ erschließt sich bereits ein zentraler Aspekt des Patriarchats.

Entscheidend am Patriarchat ist das gesellschaftliche und juristische System der Vaterherrschaft über Frau und Kind. Daraus leitete sich tatsächlich der Anspruch des Mannes auf die Herrschaft an sich ab.²⁴ Kaum zu glauben, aber wahr!

Die Männer wollten also partout an die Macht, hatten aber natürlicherweise kein Recht dazu. Also musste die entsprechende rechtliche Grundlage dafür geschaffen werden. Für diese sehr willkürliche Legitimation wurde im alten Griechenland bzw. im alten Rom das so genannte Vaterrecht installiert, welches auch als Urakt der Rechtsschöpfung im Abendland gilt.²⁵

Macht – um jeden Preis?

Hintergrund dieser eigenmächtigen Politik waren ganz banale, biologische Tatsachen: Frauen generieren mit ihrer Eizelle und dem empfangenen Samen die Frucht, sie haben also die einzigartige Fähigkeit zur Konzeption eines Kindes. Damit dieses gelingt, muss der Mann seinen Samen dazu geben. Es geht nicht ohne seinen Samen, aber mehr ist vom Mann zwingend biologisch auch nicht gefragt. Die Frucht wächst im Bauch der Mutter zum Embryo heran, um schliesslich als Baby das Licht der Welt zu erblicken. Weiss die Mutter immer, dass sie die Mutter des Kindes ist, so ist die Vaterschaft bei einem Kind nie vollständig geklärt, ausser Vater und Mutter einigen sich friedlich und freiwillig auf die Vaterschaft. Daher sind die Väter seit Menschengedenken in der Beweislast, was die Vaterschaft bei einem Kind angeht.²⁶

Das brachte den Urvater in Zugzwang, dem er dadurch entging, indem er biologisch unveränderliche Fakten durch einen selbstherrlich geschaffenen Kodex negierte. Die biologische Tatsache lautete: Man kann sich nie sicher sein, wer der Vater eines Kindes ist. Mit dem Vaterrecht hingegen konnte der Vater fortan behaupten: „Ich weiss, wer mein Sohn ist. Ich weiss es, weil ich es hiermit festlege. Die Mutter mag die Natur auf ihrer Seite haben, ich aber habe die Macht. Diese Macht stelle ich in einem kodifizierten System dar, dem ich den Namen Rechtssprechung gebe.“²⁷

Wenn dieser selbstherrliche Akt bereits den Anfang abendländischer Rechtsgeschichte begründet, dann versteh ich die Diskrepanz zwischen Recht und Gerechtigkeit, oder die Kluft zwischen „Recht haben“ und „Recht bekommen“ heute sehr viel besser.

²² Wem das nicht reicht, dem sei die geneigte Lektüre der Bücher des kanadischen Ethnologen und Anthropologen Ernest Bornemann und des französischen Soziologen Pierre Felix Bourdieu als Einstieg in das Thema empfohlen. Z.B.: E. Bornemann: Das Patriarchat, bzw. P. Bourdieu: Die männliche Herrschaft, beide Bücher sind auch unter Punkt „3 Literatur“ zu finden/S.a. http://de.wikipedia.org/wiki/Pierre_Bourdieu

²³ Interessant wäre eine Untersuchung der gesellschaftlichen Stellung von Mann und Frau in die Epochen des Konfuzianismus (Qin- und Han-Dynastie/300 v.Chr.–220 n. Chr.), bzw. des Neokonfuzianismus (Song-Dynastie/960–1279). Dabei wäre die Frage interessant, welche gesundheitlichen Konsequenzen aus dem strengen Reglement resultierte, das für die Frauen weitaus engmaschiger angelegt war, als für die Männer, zumindest was die gesellschaftlichen Freiheiten anging./s.a. Li Gi-Das Buch der Riten, Sitten und Gebräuche, Übersetzung Richard Wilhelm, Anaconda Verlag, 2007

²⁴ Bornemann, Ernest: Das Lexikon der Liebe, Bd. 2, Seite 179 ff.

²⁵ Bornemann, Ernest: Das Lexikon der Liebe, Bd. 2, Seite 180 ff.

²⁶ Selbst die hochmodernen Gentests lassen noch das Restrisiko von 0,0001% einer ungeklärten Vaterschaft offen. Will sagen, selbst modernste Technik kann der Natur nichts vormachen.

²⁷ Bornemann, Ernest: Das Lexikon der Liebe, Bd. 2, Seite 180 ff.

Die Zwangsmassnahmen, mit denen der Mann die Frau dreitausend Jahre lang unterdrückt hat, die eigenmächtige Legitimation eines Machtanspruchs, der offene oder latente Einsatz von Gewalt als Mittel, um seine Ziele zu erreichen, offenbart die besondere Dynamik des Patriarchats. Es ist schon erstaunlich, mit wieviel Aufwand der Mann auf seine vermeintlichen Rechte pocht. Warum eigentlich? Weil er ahnt, dass er im Grunde gar keine hat?

Woraus schöpft der Mann seine vermeintliche Überlegenheit? Aus seiner physischen Stärke? Doch wohl sicher nicht, denn die mag in der kurzfristigen Schnellkraft überlegen sein, auf der langen Strecke oder unter extremen Bedingungen, wie z.B. dem Ertragen von Kälte, liegen die Frauen deutlich vorn. Auch beim Ertragen von Schmerzen oder langfristigen Anstrengungen sind die Frauen weitaus belastbarer. Die Natur wusste wohl, warum die Frauen die Kinder kriegen sollen und nicht die Männer.

In den mutterrechtlich beeinflussten Kulturen, wie in den meisten Indianerkulturen oder bei anderen Naturvölkern, war das Ertragen von Schmerzen eine Art Tugend. Im Patriarchat dagegen galt vielmehr das Zufügen von Schmerzen als heldenhaft.

Historisch gesehen gab es zwei wichtige Schnittstellen in der Festigung des Patriarchats: Einmal war es die Kulturumstellung vom Nahrungssammeln hin zur Jagd und zum Ackerbau. Hier erklärte sich der Mann zum Meisterjäger und deklarierte damit auch seine Vormachtstellung über Frau und Kinder. Die Industriekultur in der 2. Hälfte des 19. Jhdts. wiederum erneuerte abermals das menschliche Zusammenleben. Die Grossfamilien zerfielen in Kleinfamilien, die Arbeit organisierte sich neu, die Lebensmittel wurden anders beschafft, die Gesellschaft teilte sich in neue Schichten, alle notwenigen rechtlichen Grundlagen wurde entsprechend neu gestaltet, aber der Mann blieb eisern das herrschende Oberhaupt der Familie.

Bornemann sieht die Ursachen des Patriarchats „im schlechten Gewissen“ begründet.²⁸ Ich möchte einen Schritt weiter gehen und sehe das manchmal laute und tendenziell gewaltbereite Verhalten der Männer, die ihr mühsam errungenes Territorium sichern wollen, in Angst begründet.

Aus der Verhaltensforschung ist bekannt, dass Angst zu Übersprungshandlungen führen kann. Jemand, der längere Zeit in Angst lebt, steht unter besonderem, emotionalen Druck. In der CM wirkt sich Angst besonders auf das Element Wasser aus. Sie lässt, vor allem, wenn sie lang unterdrückt ist, als innerer pathogener Faktor das Qi absinken und schädigt die Nieren.²⁹ Derart geschädigtes Wasser kann im Sheng-Zyklus das Holz nicht richtig ernähren, was seinerseits zu Disharmonien in Leber und Gallenblase führen kann, und kann im Ke-Zyklus das Herz nicht richtig ausbalancieren, was zu Disharmonien im Feuer führen kann. Unterernährtes Holz kann zu gestautem Leber-Qi führen, das wiederum gestautes Aggressionspotential bedeuten kann, Disharmonien in Herz/Dünndarm können sich schädlich auf die Erde, das Metall und – über die Feuer-Wasser-Achse – auf das Wasser auswirken.

Ein wesentliches Merkmal der Patriarchate ist das Zeigen und Ausweiten der Macht durch den Einsatz der Kriegsmaschinerie. Angefangen mit Säbelrasseln als Drohgebärde bis hin zum Einsatz von Waffen zur Vernichtung von vermeintlichen Gegnern, all das scheint als Panikreaktion ein typischer Ausdruck männlicher Angst zu sein. Der Kolonialismus³⁰ hatte eine klar patriarchalische Haltung, die bis heute noch die Politik mancher Grossmacht bestimmt. Wenn „der Mann, um seine Männlichkeit zu beweisen (und ohne sich bewusst zu sein, dass er all dies zum inneren Beweis seiner schwindenden Männlichkeit tut), Waffensysteme aufbaut, die mit Leichtigkeit die gesamte Menschheit, also auch das Patriarchat an sich ausrotten können, dann ist dieser Widerspruch nicht mehr heilbar.“³¹

Wandlung statt Lösung

Weil mich das Thema schon länger interessiert, führte ich viele Gespräche, kam aber nie zu einem Schluss, der alles hätte lösen können. Vielleicht gehört es zum Wesen dieses Themas, dass es spannend bleibt, weil es eigentlich keine schnelle, sofortige Lösung gibt. Vielleicht liegt aber auch genau in diesem Umstand eine grosse Chance. An allen schwer veränderbaren Dingen lässt sich der Unterschied zwischen Veränderung und Wandlung deutlich machen.

So wenig ich schnelle, klar erkennbare und nachhaltige Veränderungen in diesen Tatsachen sehen kann, so sehr bin ich davon überzeugt, dass eine Wandlung sehr wohl möglich ist. Wandlungen haben transformatorischen Charakter und verlaufen deshalb eher wie selbstverständlich, lautlos und unbemerkt ab. Ein Beispiel: Die Veränderung wäre, in einem dunklen Zimmer mit einem Schalter das Licht anzuknipsen. Die Wandlung dagegen wäre der unbemerkte Übergang von Nacht zu Tag.

Ich halte es für einen grossen Fortschritt, ein waches Bewusstsein dafür zu entwickeln, warum wir Männer so sind wie wir sind. Erst dann stellt sich ein Gespür für echte, natürliche Präsenz ein, erst dann entsteht ein eigenes, natürliches Selbstbewusstsein, das ohne Blendwerk und Image auskommt. Erst dann, ist der ganze Mann in Sicht.

So wie Yin nicht ohne Yang, und Yang nicht ohne Yin existieren kann, werden sich diese Probleme nicht nur auf der Seite der Männer alleine lösen lassen. Die Frauen sind ebenso gefragt, ihren Anteil an der

²⁸ Bornemann, Ernest: Das Lexikon der Liebe, Bd. 2, Seite 181 ff.

²⁹ Hammer, Leon I.: Psychologie & Chinesische Medizin, Joy Verlag, 5. Auflage 2008, S. 102

³⁰ Der Kolonialismus, der etwa vom 15. Jhd. bis zum Ende des II Weltkriegs dauerte.

³¹ ebenda

Misere zu reflektieren. Eine Misere, über die sie sich oft und lauthals beschweren. Männer wie Frauen sollten hinschauen und ein Gespür dafür bekommen, was ihnen gut tut und was nicht. Das bietet die Chance, Emanzipation einmal nicht unter dem Kampfaspunkt, sondern von dem Standpunkt des Miteinanders zu begreifen.

Mit Bornemanns 7. These zum Patriarchat möchte ich gerne dieses Kapitel beenden:

„Kein Geschlecht kann sich je befreien, ohne das andere Geschlecht gleichzeitig freizusetzen. Was die Frau im Patriarchat an ihrer Entfaltung hindert, ist genau das, was auch den Mann dort bedrückt. Nur wer das beseitigt, was beide frustriert, beseitigt die Frustration.“³²

"Essen und Beischlaf sind die beiden großen Begierden des Mannes."
Konfuzius

1.4 Gesundheitsmuffel – Der Mann in der Medizin

Interessanterweise spielt der Mann in der Heilkunde als eigenständiges Thema keine Rolle. Zumindest ist die männliche Physiologie offenbar nie wichtig genug gewesen, um für den Mann eine spezialisierte, medizinische Fachrichtung zu etablieren. Das war vor 2000 Jahren in China auch nicht anders (s.u.). Warum war das damals so und hat sich bis heute nicht verändert? Hat es möglicherweise etwas damit zu tun, dass der Mann aus Imagegründen offiziell gar nicht krank sein durfte und darf? Warum gibt es seit alters her für die Frauenleiden die Gynäkologie? Gleichzeitig muss der Mann jedoch verschämt zusehen, wo er seine Hilfe organisiert. Die Probleme fangen meist schon mit der fehlenden Bereitschaft des Mannes an, die Beschwerden klar zu benennen. „Weil da unten rum etwas nicht stimmt“, geht der Mann erst einmal zum Hausarzt, der ihn dann zum Internisten schickt, um schliesslich beim Urologen/ Proktologen/ Endokrinologen usw. zu landen. Diese Irrfahrt durch die Facharztpraxen zeigt, wie orientierungslos der Mann in medizinischen Fragen ist. Hier zeigt sich wieder im Detail, was das männliche Dilemma im grossen Ganzen ist: Was zum Image des Helden, zum echten Mannsbild nicht passt, wie z.B. Krankheit, das wird unter vorgehaltener Hand besprochen.

Diese Umstände scheinen schon immer so gewesen zu sein. Werden sie deshalb einfach weiterhin geduldet und akzeptiert? Gibt es möglicherweise noch andere Unzulänglichkeiten oder lauern hier sogar Gefahren?

„Ein reicher Mann ist oft nur ein armer Mann mit sehr viel Geld.“
Aristoteles Onassis

1.5 Hat das Mann-Sein pathogenes Potential?

Natürlich! Heute wie damals ist es nicht ungefährlich, ein Mann zu sein. Heute wie damals hängt es von den Entscheidungen des Mannes ab, die sein Leben prägen und damit festlegen, wie gefährlich er lebt. Früher war es der Säbelzahntiger, den der Mann partout erlegen wollte, damit die Familie nicht nur Essen hatte und ein zusätzliches, wärmendes Fell bekam, sondern weil dadurch auch sein Ansehen in der Gemeinschaft beträchtlich stieg. Heute sind die Gefahren weitaus subtiler, aber sie haben nicht weniger pathogene Qualität als zu früheren Zeiten.

Wenn ein Mann jahrzehntelang der Karriere hinterher rennt, sich schlecht ernährt, ungenügend schläft, jahrelang seelische Dysbalancen in Kauf nimmt, dann verbraucht dieses Leben im Yang nicht nur Yin, sondern es bildet sich auch ein Sumpf an gestauten Gefühlen, der sich langfristig immer pathologisch auswirkt. Im Grunde ist es ein Leben gegen die innere Natur. Was ist daran so männlich?³³

³² Bornemann, Ernest: Das Patriarchat – Ursprung und Zukunft unseres Gesellschaftssystems, Verlag S. Fischer, 1975, S. 676 (Umschlagtext) / Hier die weiteren Thesen zum Patriarchat:

1. Die „neolithische Revolution“, der Urputsch des Mannes gegen die frauenrechtlichen Gesellschaftsordnungen der Alten Welt, war das bedeutsamste Ereignis der europäischen Sexualgeschichte.
2. Die frauenrechtlichen Kulturen der vorpatriarchalischen Zeit waren keine Matriarchate. Die griechische Wurzel *archos* bedeutet *Herrscher*. Im Gegensatz zum Patriarchat, wo der Mann tatsächlich die Frau beherrscht, zeichneten sich die klassenlosen Gesellschaften der Vorgeschichte gerade dadurch aus, dass der Mann in ihnen frei war.
3. Nur das Studium dieser frauenrechtlichen Kulturen der Vorgeschichte kann die heutige Frau sich ein Bild dessen rekonstruieren, was sie war, ehe der Mann sie zum „schwachen Geschlecht“ degradierte.
4. Könnte der heutige Patriarch sich nicht jederzeit beim Standesamt ein tragbares Kleinkraftwerk namens Ehefrau einkaufen, bei dem er jeden Abend seine Batterien gratis aufladen lässt, so gäbe es keine „männliche Überlegenheit“. Denn was er als seine männliche Kraft ausgibt, ist die Kraft der Frau, die ihn versorgt.
5. Der Radikalismus der bürgerlichen Frauenbewegung ist oberflächlich, weil er sich in der Gegnerschaft zum Bestehenden erschöpft. Erst, wenn die Frauenbewegung dem Patriarchat eine Alternative entgegensemmt, die beiden Geschlechtern eine bessere Zukunft garantiert, kann sie hoffen, nicht nur die Arbeiterfrauen, sondern auch deren Männer zu gewinnen. Gewinnt sie sie nicht, so bleibt sie eine einflusslose Minderheit, die nichts an den Realitäten des Patriarchats zu ändern vermag.
6. Nicht durch „Gleichberechtigung“ mit dem Patriarchen, sondern nur durch Zerschlagung des patriarchalischen Systems und Errichtung einer alternativen, auf klassenlosen Kulturen der Vorgeschichte beruhenden Gesellschaftsordnung kann die Frau sich je befreien.

³³ Die Tatsache, dass es z.B. in der 2. Hälfte des letzten Jahrhunderts bestimmte Krankheiten gab, die als typisch männlich klassifiziert wurden, hat weniger mit dem biologischen und geschlechtlichen Merkmal „Mann“ zu tun, als vielmehr mit männlichen Verhaltensweisen. Schliesslich holen seit den 80er Jahren die Frauen in der Herzinfarktstatistik deutlich auf und heute gibt es im Burn-Out-Syndrom weniger das Unterscheidungsmerkmal „männlich“ oder „weiblich“, sondern vielmehr die geschlechtsunabhängigen Kriterien der krank machenden Lebensumstände. Alleine dieser Umstand zeigt, dass bestimmte

Das „Burn–Out–Syndrom“ z.B. scheint ein Zeichen unserer Zeit zu sein, an dem wir ablesen können, was in unseren Grundentscheidungen alles schief laufen kann.

Dieses Problem ist jedoch nicht neu, es wurde bereits im Huang Di Nei Jing formuliert: „In früher Zeit lebte der Mensch unter Vögeln, wilden Tieren und Reptilien; er arbeitete, bewegte und regte sich, um der Kälte und Dunkelheit zu entgehen, und er suchte sich eine Behausung, um der Hitze zu entfliehen. ... In solch einer ruhigen und friedvollen Zeit konnten böse und krankmachende Einflüsse nicht so tief in das Körperinnere vordringen. So war denn Giftmedizin zur Behandlung innerer Krankheiten kaum vonnöten, und auch Akupunktur zur Behandlung äußerer Krankheiten wurde nicht gebraucht. So reichte es denn völlig aus, die Lebenskraft weiterzugeben und die Götter anzurufen – darin bestand die Behandlung.“

Sorgen, Schmerzen und Böses verursachen Bitterkeit im Inneren des Körpers, während dem Körper von Außen Wunden zugefügt werden. Darüber hinaus werden die Grundsätze der vier Jahreszeiten missachtet, es gibt Ungehorsam und Auflehnung und da sind jene, die die Gesetzmässigkeiten dessen, was angemessen in der Kälte des Winters und angemessen in der Hitze des Sommers ist, ständig missachten und dagegen handeln. Auch Tadel hilft hier nicht viel weiter. Böse Einflüsse wirken vom frühen Morgen bis spät in die Nacht auf den Menschen ein; sie beeinträchtigen die fünf Zang–Organe, die Knochen und das Knochenmark im Körper; außen beeinträchtigen die Funktion des Verstandes und wirken sich nachteilig auf Muskeln und Weichteile des Körpers aus. So werden kleinere, unbedeutende Krankheiten schlimmer und können sogar zum Tode führen.“³⁴

Stille Pathogene

Die Verlockungen sind einfach zu gross: Der Aufstieg in der Firma, ein schnellerer Wagen, eine Wohnung die proportional zum grösseren Flachbildschirm passt, der angesagteste Golfclub, unsere Statussymbole scheinen attraktiv genug zu sein, alle Nachteile dafür in Kauf zu nehmen. Und wenn alle Wünsche erfüllt scheinen, geht der Tanz um das goldene Kalb wieder von vorne los. Es scheint nie genug zu sein, was wir bekommen. Die Nachteile scheinen zu Anfang minimal und tolerierbar zu sein, weil sie Stressfaktoren darstellen, die wir über kürzere Zeit sogar ohne negative Folgen ausgleichen können. In Wirklichkeit ist das Leben auf der Überholspur mit all den schlechten Lebensbedingungen, wie mangelhafte Ernährung, zu wenig Schlaf, keine echten Erholungsphasen, kein ausgeglichenes Privatleben, häufig auch keine echte Lebensfreude, wie ein Fass, das sich langsam tropfenweise mit Xie Qi, mit schlechtem Qi, füllt. Mann könnte denken, es sind ja nur Tropfen, die in das Fass fallen. Wenn aber das Fass zum Überlaufen voll ist, sind die Probleme meist nicht mehr abzuwenden. Schliesslich ist es nur ein einziger, winziger Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt. Diese Gefahren, die nicht als solche unbedingt zu erkennen sind, weil sie erst über lange Zeit in ihrer Häufung Schaden anrichten können, sind sozusagen stille Pathogene. Stille Pathogene sind in ihrer Wirkung oft erst sehr spät erkennbar, das macht sie rätselhaft und fordert klare, therapeutische Konzepte. Es gehört zu den bewährten Strategien, in so einem Leben etwas zu ändern, indem die Verhaltens–Ursachen aufgespürt werden. Analog dazu gibt es in der CM den differenzierten Blick auf Ben–Biao. Die Unterscheidung zwischen Wurzel und Zweigen einer Erkrankung können Wege aus der Krise aufzeigen.



2 Hoden, Penis, Prostata

2.1 Die Physiologie männlicher Geschlechtsorgane aus Sicht der Chinesischen Medizin

In den klassischen Texten finden wir keine brauchbare Information zur Physiologie der geschlechtsspezifischen Organe.³⁵ Vermutlich verhinderte die strenge konfuzianische Ethik, die bis in die Tang–Dynastie im 6. Jhd. n.Chr. hinein wirksam war, ein aufgeklärtes Bild darüber. Hat bei der Frau der Uterus noch eine klare Position unter den außerordentlichen Fu–Organen³⁶, so sucht Mann vergeblich nach Beschreibungen spezifisch männlicher Geschlechtsorgane. Die späteren, vor allem die zeitgenössischen Werke zur Akupunktur, sind in diesem Punkt weitaus offener.³⁷ Ich beschränke mich bewußt auf die Quellen meiner Literaturliste, auch wenn es weitere Bücher zu diesem Thema gibt, wie z.B.

Krankheiten viel weniger geschlechtsspezifisch den Mann betreffen, sondern eher durch Verhaltensweisen, die als besonders männlich angesehen werden.

³⁴ HuangDi NeiJing SuWen, 4. Buch, Kapitel 13, S. 85

³⁵ Wie z.B. im HuangDi NeiJing

³⁶ HuangDi NeiJing SuWen: 3. Buch, Kap. 11, S. 79

³⁷ siehe auch Lorenzen, U./Noll, A.: Die Wandlungsphasen der TCM: Wandlungsphase Wasser, S. 176

das von Anna Lin aus der Blue Poppy Press-Reihe, das mir jedoch in der Pathophysiologie und Ätiologie zu oberflächlich und in der Therapie zu sehr auf Kräuter fixiert ist.³⁸

2.1.1 Die Geschlechtsorgane des Mannes

Die Geschlechtsorgane dienen der Fortpflanzung, der Sexualität und der Ausscheidung und gehören damit zum Hoheitsgebiet der Nieren.

Zu den vielfältigen Aufgaben und Funktionen der Nieren gehören auch ihre Öffnungen.

Die Nieren öffnen sich sowohl in die Ohren, als auch in den After und in die Harnröhre, die späteren Klassiker sprechen von den „zwei unteren Yin“. Mit der organspezifischen Öffnung ist auch gemeint, dass die Nieren diese zwei unteren Körperöffnungen regulieren. So heisst es bei Lorenzen/Noll:

„Shen Kai Qiao Yu Er Yin 腎開竅於而陰 = Die Nieren öffnen sich in die zwei unteren Yin.“

Die Zwei Yin, **Er Yin**, bezeichnen die „dunklen, nicht sichtbaren und intimen Körperteile des Menschen: Die urogenitalen Öffnungen des Körpers. Diese „Privaten Teile“ haben in der chinesischen Sprache eine Vielfalt von Namen:“³⁹

- **Po Men** 魄門 „Das Tor der Körperseele“ = Der Anus. Er bezeichnet sowohl die Öffnung für die Ausscheidung unbrauchbarer Nahrungsbestandteile, als auch die Austrittspforte für die „Körperseele Po, um aus dem toten Körper auszutreten.“⁴⁰
- **Ting Gong** 廷供 = Die Halle der Anlieferung = Die Öffnung der Harnröhre (bes. bei der Frau)⁴¹
- **Yang Fang** 陽防 = Die Vorhut des Yang = Der Penis⁴²
- **Yin Luan** 隱卵 = Versteckte Eier = Die Hoden.

Je trockener die sexuellen Aspekte unseres Daseins in den frühen Klassikern abgehandelt werden, desto blumiger, phantasievoller und poetischer werden sie später beschrieben.⁴³

"Wasser ist das Blut der Erde."
Leonardo da Vinci

2.1.2 Die Fortpflanzung

Um sich dem Wunder der Fortpflanzung zu nähern, ist es hilfreich, sich die Aufgaben und Fähigkeiten der Niere in Erinnerung zu rufen:

- „Die Niere speichert Essenz Jing 精,
- die Niere ist die Wurzel der angeborenen Konstitution,
- die Niere reguliert Geburt, Wachstum, Reproduktion und Entwicklung,
- die Niere produziert das Mark, füllt das Gehirn und die Knochen,
- die Niere reguliert das Gleichgewicht zwischen Yin und Yang,
- die Niere reguliert die Speicherung und Freigabe von Qi,
- die Niere kontrolliert die Aufnahme von Qi,
- die Niere beherrscht die Flüssigkeiten,
- die Niere kontrolliert die beiden unteren Körperöffnungen,
- die Niere öffnet sich in die Ohren,
- die Niere zeigt ihren Glanz im Kopfhaar, und
- sie beherbergt die Tugend des Wassers Zhi 智, die Weisheit.“⁴⁴

Wobei die Chinesen unter Weisheit nicht nur kluge, geistige Leistungen verstehen, sondern auch das elegante und effiziente Lösen von praktischen Alltagsaufgaben.⁴⁵

Yang Sheng und Shen Ming

Weit vor der Fortpflanzung kommt für den Menschen Yang Sheng 養生 = das eigene Leben nähren. Denn was nützt die Fortpflanzung, wenn ich aus mir und meinem Leben nichts mache? Damit ist jedoch weniger die stumpfe Anhäufung von Statussymbolen gemeint, sondern vielmehr die glänzende Erfüllung

³⁸ Anna Lin: A Handbook of TCM Urology and Male Sexual Dysfunction / Blue Poppy Press / ISBN 093 6185 368 / Dieses Buch ist leider, wie viele andere Quellen, in den Therapievorschlägen sehr „kräuterlastig“. Da ich mich in meiner Diplomarbeit auf Akupunktur konzentriere, habe ich es für meine Arbeit nicht verwendet.

³⁹ Lorenzen, U./Noll, A.: Die Wandlungsphasen der TCM: Wandlungsphase Wasser, S., 176

⁴⁰ Ebenda, S. 176: Dort heißt es weiter: „Damit der Abschied nicht so schwer fällt, wurde die Körperseele in den Bestattungsritualen der alten Chinesen mit materiellen Opfergaben besäntigt und am Körper gebunden. Die Idee war, wenn die Körperseele genug Nahrung vorfindet, braucht sie keine Lebenden zu bedrohen, und als Gui 鬼 in Beschlag zu nehmen. Nach dem Nan Jing, dem „Klassiker der Problematik“, ist der Anus eine der sieben Durchgangstore, die nicht verstopft sein sollten (Kap. 44).“

⁴¹ Eigene Übersetzung, da das Zeichen zu „Gong“, das bei Lorenzen/Noll auf der S. 176 angegeben ist, mich nicht weiter führte.

⁴² Das Zeichen für Fang = Sich in Acht nehmen, vorbeugen, schützen, eindämmen, Vorhut ist 防.

⁴³ Lorenzen, U./Noll, A.: Die Wandlungsphasen der TCM: Wandlungsphase Wasser, S. 176/ Fußnote 1

⁴⁴ Ebenda, S. 176/180

⁴⁵ Ebenda, S. 180

meines Lebens im Sinne des Einklangs mit der Natur an sich und meiner eigenen Natur.⁴⁶ Dafür stellt die Niere die materielle Basis zur Verfügung. Die zweite Voraussetzung für ein erfülltes, langes Leben ist das Leuchten des Shen, die geistige Klarheit, Shen Ming 神明. Wir sollten uns be-shen-kt fühlen, denn der Shen ist unendlich, das Jing der Nieren dagegen ist endlich. Deshalb ist der kluge Umgang mit unserer Nierenkraft die Achse für ein gutes, gesundes und erfülltes Leben. Dann ist der Tod keine Bedrohung mehr, sondern der natürliche Abschluss einer glücklichen Lebensspanne und Übergang in eine „andere Daseinsform“.⁴⁷

Geburt und Fortpflanzung werden von Tian Gui 天癸⁴⁸ gesteuert, das von den Nieren hergestellt wird. Tian Gui hat vielfältige Aufgaben: Es initiiert und steuert den Reproduktionsprozess, die Umwandlung von Blut und Jing in Samenflüssigkeit, sowie die Sekretion des Yin-Wassers, beim Mann die Samenflüssigkeit.

2.1.3 Die Geschlechtsreife

Ebenso sorgt Tian Gui für die Einhaltung der im 1. Kapitel des SuWen beschriebenen Lebenszyklen von 7 bei der Frau bzw. 8 Jahren beim Mann. Die Blüte unserer Fortpflanzungskraft hängt massgeblich von den Wundergefäßen Chong Mai und Ren Mai ab und es ist die Nierenenergie, die für die zyklische Hochzeit dieser Gefäße sorgt.⁴⁹

Wie im SuWen beschrieben ist, erreicht die Frau gemäß ihrer Zyklen von je 2x7 Jahren, also mit 14 Jahren ihre Geschlechtsreife, dann sind der Ren Mai durchgängig (die Verbindung zum Uterus ist frei) und der Chong Mai in Fülle, d.h. sie kann schwanger werden. Über den Ren Mai wird dann der Fötus ernährt. Der Chong Mai ist mit Blut gefüllt, und Blut ist die Essenz der Frau.⁵⁰

Der Mann ist mit 2x8 Jahren, also mit 16 Jahren geschlechtsreif, er hat dann „Samen im Überfluss, den er ausfliessen lassen möchte. Wenn er sich jetzt mit einer Frau vereinigt, kann er schon Kinder zeugen. ...“

Der Samen ist die Essenz des Mannes, sein üppiges Vorhandensein zeugt von einem starken Nieren-Qi. Ren Mai und Chong Mai spielt für die geschlechtliche Entwicklung des Mannes kaum eine Rolle, es ist eher der Du Mai 督脈, der die Potenz und Ejakulation beherrscht.“⁵¹

Auch wenn nach dem SuWen die Frau mit 14 Jahren und der Mann mit 16 Jahren geschlechtsreif ist, so liegt das ideale Alter, um Kinder zu bekommen bzw. zu zeugen, bei der Frau bei etwa 3 x 7 Jahren und beim Mann bei etwa 4 x 8 Jahren. „Dann erst ist das Nieren-Qi harmonisch und Mann und Frau sind im Vollbesitz ihrer Kräfte“.⁵²

„Jede Frau erwartet von einem Mann, daß er hält,
was sie sich von ihm verspricht.“
Chariklia Baxevanos

2.1.4 Liebe, Lust und Leidenschaft

Organisch ist das Perikard, der Herzbeutel Xin Bao Luo 心苞絡, der Hüter des kaiserlichen Schatzes, verantwortlich für Sinnlichkeit, Lust und Liebe.⁵³ Nicht umsonst wird die Perikard-Leitbahn in manchen Büchern auch mit „Kreislauf-Sexualität“ übersetzt. Der Herzbeutel schützt das Herz vor den emotionalen Tornados, die ein bewegtes Liebesleben mit sich bringt. Das Herz darf keinesfalls von den irdischen Schwankungen unserer Leidenschaften behelligt werden. Vielmehr muss es ganz klar bleiben, um die kosmische Verbundenheit zu behalten und damit der Shen nicht aufhört, zu leuchten.

Das Perikard der „Hüter der inneren Schranke“ regelt den Einlass.⁵⁴ Er hat das Sagen über die Schranke, um den Gast, der Kontakt aufnehmen möchte, einzulassen oder ihn abzuweisen.⁵⁵

Der dynamische Strom von Gefühlen über das Perikard ist aber keine Einbahnstrasse. So regelt der Herzbeutel auch die Verbindung des Herzens nach außen. Die Emotionen des Feuers, Lebensfreude und Stille Freude, Xi Le 喜樂, werden je nach Fähigkeiten, Alter und Verfassung aufeinander abgestimmt und

⁴⁶ HuangDi Neijing SuWen: Die Kap 1–4 des 1. Buchs befassen sich ganz im daoistischen Sinne mit der Idee der Gesundheit als Leben im Einklang mit den Naturgesetzen.

⁴⁷ Lorenzen, U./Noll, A.: Die Wandlungsphasen der TCM: Wandlungsphase Wasser, S. 180

⁴⁸ Tian Gui 天癸 wörtlich „Himmel, der 10. von 10 Himmelstämmen“

⁴⁹ Lorenzen, U./Noll, A.: Die Wandlungsphasen der TCM: Wandlungsphase Wasser, S. 246 / Bei der Frau regelt das Tian Gui 天癸 den Menstruationszyklus, es ermöglicht der Schwangerschaft, es reguliert die Produktion und den Einsatz des Yin-Wasser, hier die Befeuchtung der Vagina.

Ein anderes Modell, das wir im 54. Kapitel des LingShu finden können geht von 10-Jahres-Zyklen aus, auf das ich hier der Vollständigkeit halber hinweisen möchte/s.a. Lorenzen/Noll: WP Wasser, S. 246

⁵⁰ Ebenda S. 77

⁵¹ Ebenda S. 77

⁵² Ebenda S. 77

⁵³ Lorenzen, Udo: Mikrokosmische Landschaften, Bd. 2. S. 193

⁵⁴ Ebenda S. 194/Der AP• Pe 6 NeiGuan/Die innere Schranke ist in der Lage, gestörte emotionale Verbindungen zwischen Innen- und Außenwelt eines Menschen wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Zudem ist er der Konfluenz• des YinWeiMai, der die nährende Kraft des Blutes koordiniert und das emotionale Gleichgewicht zwischen Körper, Geist und Seele reguliert.

⁵⁵ Ebenda S. 193

nach außen geschickt, um sich mit einem anderen Menschen zu verbinden. So können wir Liebe geben und empfangen.⁵⁶

Ein gesundes Perikard ist „in der Lage, Gefühle adäquat zu äussern“⁵⁷, und Wünsche, die von außen an unser Herz herangetragen werden, entsprechend zu sortieren, weiterzuleiten und umzusetzen.

Traumatische Erfahrungen im physischen und psychischen Bereich lassen die Folgen für die geistige, emotionale und seelische Gesundheit nur erahnen.⁵⁸

2.2 Die Pathologie aus der Sicht der Chinesischen Medizin

Auch wenn hauptsächlich das Element Wasser, insbesondere der Funktionskreis Niere für Sexualität und Fortpflanzung verantwortlich ist⁵⁹, so kann, wie bei allen komplexen Vorgängen im Körper, jedes der fünf Elemente, jedes Zang- oder Fu-Organ, jeder Funktionskreis, jede Schicht an einer Pathologie der männlichen Geschlechtsorgane und ihrer Funktionen mitbeteiligt sein. So wirkt die Leber, die für den geschmeidigen Qi-Fluss verantwortlich ist, an der Spermienbildung mit. Die Milz unterstützt mit dem Qi, was aus ihrer Produktion nicht verbraucht wird, das nachgeburtliche Jing der Nieren und stärkt somit die Geschlechtsorgane und ihre Funktionen. Das Herz bzw. das Element Feuer wärmt über die Feuer-Wasser-Achse das Element Wasser bzw. die Nieren. Eine Störung dieser Achse führt ebenso zu Pathologien der Geschlechtsorgane und ihrer Funktionen.

Ein Blick auf die vielfältigen Aufgaben der Niere selber verdeutlicht diese Zusammenhänge: Der Kreis der Wirkmechanismen erschliesst sich alleine schon über die Tatsache, dass die Niere die Speicherung und Freigabe von Qi reguliert. Die dynamischen Bewegungen des Qi als Ausdruck der Verbindung des Menschen zwischen Himmel und Erde geben eine Idee davon, wie viele Ursachen für eine Erkrankung der männlichen Geschlechtsorgane und ihrer Funktionen verantwortlich sein können.

Im Teil 2 verzichte ich manchmal auf die minutiose Angabe der Quellen, weil der Text sonst vor lauter Zitaten überquellen und unübersichtlich würde (ja, noch mehr als im Teil 1). Da meine klinische Erfahrung ohnehin in ihren Anfängen steckt, wäre der 2. Teil dieser Arbeit ohne die im Anhang gelisteten Bücher gar nicht denkbar. Was hier im 2. Teil steht, habe ich mir nicht ausgedacht, sondern es ist geistiges Eigentum anderer Autoren und steht in den Werken von – in alphabetischer Reihenfolge – Deadman, Lorenzen, Maciocia, und anderen. Wenn also der Zitatefluss in Teil 2 abebbtt, dann hat das nichts mit mangelndem Respekt vor den Autoren zu tun, die mich leiten, unterrichten und inspirieren, sondern dient lediglich der besseren Übersicht.

Zum Verständnis meiner „Symbole und Abkürzungen“ sei hier auf das gleichnamige Kapitel 3.1 auf Seite 29 hingewiesen.

2.2.1 Infertilität

Unfruchtbarkeit kann viele Ursachen haben. Folgende Syndrome differenzieren die wichtigsten Ursachen und führen neben Infertilität weitere Symptome auf. Der jeweilige Therapieansatz richtet sich nach der Ursache, bzw. nach dem Syndrom.

Syndrom: Nieren-Jing

Symptome: Beschwerden/Schmerzen in Knien und/oder Lumbalregion, Vergesslichkeit, Störungen des Knochenstoffwechsels, Osteoporose, lockere Zähne, Haarausfall, Hörprobleme, Schwindel, Tinnitus, vorzeitige Senilität, nachlassende sexuelle Aktivität.

Bei Kindern: Retardierte geistige Entwicklung, späte körperliche Reifung, später Zahnwechsel, später Fontanellenschluss, Wachstumsverzögerung.

Puls: Dünn, Schwach, Leer, u.U. Trommelpuls Zunge: Evtl. Dünn, schwach

Ätiologie: Embryopathien, chron. KH, natürlicher Alterungsprozess, erblich bedingte Konstitution, Überarbeitung, zuviel Sex, Lebensumstände, die viel Yin verbrauchen, konsumieren in Extremsituationen auch die „Reserve“ Jing,⁶⁰ das als feinster Aspekt des Yin gilt. Chronische Depression, Schreck und Schock verbrauchen ebenfalls Jing.⁶¹ Häufig in Kombination mit NiYin/NiYang und anderen Syndromen, z.B. des Herzens und der Lunge.

Therapiekonzept: Essenz nähren, Nieren $\Upsilon \uparrow$, NierenYin $\Upsilon \uparrow$, Mitte $\Upsilon \uparrow$.

Akupunkturpunkte: Ni 3+, Ni 6+, RM 4+, Bl 23+/ uvam. / Nur bei klarem Yang mit Moxa.

⁵⁶ Lorenzen, Udo: Mikrokosmische Landschaften, Bd. 2., S. 193

⁵⁷ Ebenda S. 194

⁵⁸ Lorenzen, Udo: Mikrokosmische Landschaften, Bd. 2, S. 194

⁵⁹ Ebenso die Funktion der Kontrolle der unteren zwei Yin (After/Harnröhrenöffnung)/s.o.

⁶⁰ Extreme Formen des körperlichen Raubbaus wie z.B. im Spitzensport, besonders, wenn Doping mit im Spiel ist, sind noch nicht richtig nach CM-Kriterien erforscht. Aber ich denke, dass ein unnatürliches Anpeitschen des Körpers zu Höchstleistungen mit freiwillig eingenommenen exogenen pathogenen Faktoren, hier den „verbotenen“ Doping-Substanzen, nicht nur Yin, sondern auch Jing verbraucht. Es wäre interessant, einmal zu erfahren, wie sich systematisches Doping im Spitzensport auf Sex und Fortpflanzung, bzw. auf das genetische Erbe eines Menschen unter CM-Aspekten auswirkt.

⁶¹ Solange diese Erlebnisse von kurzer Dauer sind, kommt es in der Regel nicht zum generalisierten, pathologischen Jing.

Ergänzende Massnahmen: Alles, was die Nierenkraft und die Mitte stärkt, bzw. die zusätzlich betroffenen Elemente stärkt.

Syndrom: NierenYin

Symptome: Schwindel, Tinnitus, Schwerhörigkeit, Vergesslichkeit, Hitze der Fünf Flächen, Nachschweiss, bes. heiße Füsse vor dem Einschlafen, Durst, Mundtrockenheit, nächtlicher und/oder vorzeitiger Samenerguss, traumgestörter Schlaf, Verstopfung, dunkler, spärlicher Harn, traumgestörter Schlaf, Schwäche und Schmerzen in den Knien und in der Lumbalregion, Infertilität. Allg. Yin-Zeichen.

Puls: Oberflächlich, leer, dünn, schnell Zunge: Rot, belaglos / Risse

Ätiologie: Überanstrengung, zuviel Sex, chronische KH, Erschöpfung der JinYe, Blutverlust, chronische Depression, chronische, unbehandelte Angst, Drogenmissbrauch, Alkoholabusus, Überdosierung „heisser“ Kräuter. Das NiYin ist die Wurzel allen Yins und damit z.B. auch oft an Herz, Leber und Lunge gebunden, deshalb tritt ein NiYin selten isoliert auf.

Therapiekonzept: NiYin-Hitze *, NiYin ↑ und bewahren, Geist-Shen beruhigen.

Akupunkturpunkte: Ni 3+, Bl 23+, Ni 6+, Ni 7+ (bei Nachschweiss in Komb. mit He 6+), Ni 10+, Rm 4+, Mi 6+/ uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Anfeuchtende, nährende und kühlende (kalt-salzige und kalt-süsse) Nahrungsmittel. Alles, was Ruhe, innere Einkehr und die Stärkung der Mitte unterstützt. Wenn möglich, die Yin-„Fresser“ erkennen und entsorgen.

Syndrom: NierenYang, Versiegen des MingMen

Symptome: Da die Nieren die Wurzel von Yin und Yang sind, wirkt sich ein NiYang auch auf alle anderen Zang-Fu mit der Tendenz zum Yang aus, bei den Zang-Organen Mi, He und Lu, aber auch bei den Fu-Organen Bl, Ma, Di und Dü. Deshalb: Allg. Yang-Zeichen wie z.B. Kälteempfindlichkeit, leuchtend weisser Teint („durchsichtig“), viel und klarer Urin, („Hahnenschrei“-)Diarrhoe, Kreuzschmerzen, v.a. in der Lumbalregion, Gliederschmerzen, Kälteempfinden im unt. SJ, kalte Füsse und Knie, Libidomangel, Impotenz, Ejaculatio praecox, Spermatorrhoe, Ejakulationsunfähigkeit, Amenorrhoe, Infertilität.

Puls: Tief, schwach, langsam Zunge: Blass, schlaff, evtl. dünner, weisser Belag.

Ätiologie: Konstitution, Kälteexposition, Feuchtigkeits- bei MiQi/MiYang. Chron. KH, natürlicher Alterungsprozess, zuviel Sex/Masturbation, Erschöpfung der Essenz-Jing, viele Geburten, Angst, psychischer Stress, emotionaler Stress.

Therapiekonzept: NierenYang ䷔↑/ Mingmen ䷕↑, Nieren䷲↑.

Akupunkturpunkte: RM 4+ M, RM 12+ M, Du 4+ M (Bei Du4 ist viel Respekt vor Mingmen geboten!, kein Moxa bei Patienten, die jünger als 20 Jahre alt sind), Ma 36+, Bl 23, Ni 3, RM 5 nur Moxa/ uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Wärmung von innen her durch warme Nahrung. Energetisch warme, warm-scharf, warm-süsse Nahrungsmittel.

Syndrom: Blut- mit Jing

Symptome: Neben Blut- und Jing-Zeichen: Hauttrockenheit, Varizen, Unterbauchschmerz, Infertilität.

Puls: Tief, Rauh. Zunge: Blass, bis evtl livide, u.U. Blutpunkte/Petechien

Ätiologie: Lange bestehende Qi oder Trauma. / S.a. Die Ätiologien von Blut- und Jing.

Therapiekonzept: Blut ䷂↑• ≈ ☰, Jing ䷓↑, Mitte nähren ䷁↑.

Akupunkturpunkte: Neben der Jing-Therapie (s.o.) auch: Bl 17, Bl 18, Gbl 34, Mi 6+, Mi10 +, Mi 9 +, Ma 36 +, Le 3, Pe 6, uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Jing schonen und unterstützen, Blut bewegende, Blut stärkende Nahrung.

Syndrom: Leber-Qi- mit Jing

Symptome: Neben LeQi- und Jing-Zeichen: Reizbarkeit, Flankenschmerz, Depression, Schwäche und Schmerzen in der Lumbalregion bzw. in den Knien, Schwindel, Tinnitus, Vergesslichkeit, Hauttrockenheit, Infertilität, uvam. Alle Symptome verschlechtern sich unter anhaltender LeQi- bzw. bei ungeklärten, unterdrückten, unausgelebten Emotionen. Globus hystericus, Knoten im Bereich der Meridiane und Netzgefäße (Jing Luo > z.B. Strumabildung)⁶²

Puls: Saitenförmig, dünn Zunge: Blass oder dunkel, v.a. die Ränder/ Dünn, weisser Belag.

Ätiologie: Chron. Allg. Qi-/ Lang unterdrückte Gefühle wie z.B. Zorn, Wut.

Therapiekonzept: LeQi-Fluss in Gang bringen, Holz-Energie ☰≈•, Nierenkraft ䷲↑, (s. auch Jing-Z-Therapie)

Akupunkturpunkte: SiGuan: Le 3 und Di 4, Le 3, Le 14-, Le 13-, Gbl 34-, Mi 6, Pe 6, Le 5 (Luo•/ die LeLB umrundet das Skrotum!) / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

⁶² Focks, et.al.: Leitfaden Chinesische Medizin, 4. Aufl., S. 867

Ergänzende Massnahmen: Alles, was den LeQi-Fluss in Gang bringt und harmonisiert und die Stagnation beseitigt: Z.B. QiGong⁶³, Ernährungsumstellung⁶⁴, Änderung der gehemmten, stagnierenden Lebensweise⁶⁵.

Syndrom: Schleim-Feuchtigkeit

Symptome: Schleimproduktion, Völlegefühl, thorakales und/oder epigastrales Schweregefühl, Morgenmüdigkeit, weiche Stühle, Erschöpfung, Adipositas, Infertilität, Impotenz uvam.

Puls: Schlüpfrig, saitenförmig Zunge: Geschwollen, Zahnmale, u.U. blass

Ätiologie: MiQi□, Qi□, Qi!□, Einflüsse, die die Mi schädigen: Fehlernährung, Grübeln,

Therapiekonzept: Schleim ○ in Feuchtigkeit und ○, Mitte ↑ ䷪

Akupunkturpunkte: Mi 6, Mi 3, Mi 4, Ma 36, RM 12, Bl 20, / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Schleimbildner wie Milchprodukte, raffinierte Kohlenhydrate, Kaltes und Rohes meiden.

Syndrom: Feuchte Hitze steigt ab

Feuchte Hitze in Milz und/oder Leber fliesst nach unten.⁶⁶

Symptome: Entzündungen im Genitalbereich, Dysurie, Impotenz, Ejaculatio praecox, Spermatorrhoe, Infertilität, uvam.

Puls: Schnell, schlüpfrig Zunge: Rot, gelber Belag

Ätiologie: Fehlernährung über längere Zeit: Fette, heisse Nahrung, Alkoholabusus, zuviel weisser Zucker, u.a.

Therapiekonzept: Hitze * und klären, Feuchtigkeit ○○, Mitte ䷪↑●,

Akupunkturpunkte: Mi 9, Mi 10, RM 12, Mi 6, Ma 36, Pe 6, Bl 20, Bl 21, Di 11, Ma 44, Gbl 34, Du 14, Le 5, Gbl 34 / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Ernährungsumstellung dringend notwendig! Kühlende, Feuchtigkeit ausleitende Nahrungsmittel. Schleimbildner meiden.

Syndrom: Qi□ und Blut□

Symptome: Allg. Blut□- und Qi□-Zeichen wie Erschöpfung, Schwächezustände, Blässe, Dyspnoe, Schwindel, Tinnitus, leise Stimme, u.U. zusätzlich: Spontanschweiss, Appetitverlust, Palpitationen, Infertilität, uvam.

Puls: Sanft, schwach, leer, Zunge: Blass, schmal, schlaff, Belag: Dünn, weiss.

Ätiologie: Überanstrengung, zuviel Sex, chronische KH, Lebensumstände, die Yin und Qi verbrauchen, Trauma, Blutverlust, Geburt/en.

Therapiekonzept: Qi↑䷪, Blut↑䷪

Akupunkturpunkte: RM 4, Ma 36, Mi 6, Mi 10, Bl 17, Bl 18, RM 6, RM 12, Bl 23, Ni 3, / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Die richtigen Schwerpunkte im Leben setzen, u.U. Entschleunigung des Lebens. Alles einsetzen, was Qi und Blut aufbaut: Nahrung: Hirse, Getreide, Wurzelgemüse, Kraftsuppen, uvam.

Metall

Es fällt auf, dass das Element Metall bei den im Teil 2 behandelten Syndromen nicht auftaucht. Gleichwohl sind die Wu Xing, die Fünf Elemente, immer als Gesamtkomplex zu bewerten, auch wenn Syndrome klar umschriebene Organ-, Elemente- oder Leitbahnbezüge aufweisen. So wirken sich emotionale Belastungen wie Trauer, Verlust oder Depression oft auf die Lunge und/oder den Dickdarm aus. Insofern gibt es kein Element, was nicht an den Männerkrankheiten beteiligt sein kann. Auch das Rauchen wirkt sich nachteilig auf das LungenYin und die JinYe insgesamt aus, ein nachteiliger Effekt des Rauchens auf Fertilität, Erektion und Ejakulation ist nachgewiesen.

„Junge Männer möchten treu sein und sind es nicht.
Alte Männer möchten untreu sein und können es nicht.“
Oscar Wilde

2.2.2 Impotenz

Das Wort *Impotenz* kommt aus dem Lateinischen und bedeutet wörtlich: *Nicht können, Unfähigkeit*. Nicht umsonst ist dieser Begriff so weit gefasst, denn er kann alles bedeuten, was Unfähigkeiten im männlichen Teil des Geschlechtsaktes und den der Zeugung angeht.

⁶³ z.B. Zöllner, Josephine Dr. med.: Das Tao der Selbstheilung / Die chinesische Kunst der Meditation in der Bewegung – Ein Weg der Selbsthilfe und Heilung/ Otto Wilhelm Barth Verlag, 5. Auflage, 1987 / neben unendlich vielen anderen Anleitungen zum QiGong / Bücher können eine gute Ergänzung sein, aber das Wichtigste sind gute LehrerInnen!

⁶⁴ z.B. Temelie, B./ Trebuth, B.: Das Fünf Elemente Kochbuch, Joy Verlag, 19. Auflage 2004

⁶⁵ Wenn die Esszenzen des Lebens, Jing, Qi, Shen, Blut und JinYe, sich über längere Zeit stauen, sind das sichere Wegbereiter für Krankheiten. Hier eignen sich besonders QiGong und TaijiQuan, und Ernährung nach den bewährten, Jahrtausende alten Rezepten der Chinesischen Medizin/ s.a. Fussnote 58 und 59

⁶⁶ Ross, J.: Zang Fu, S. 257 („Feuchte Hitze steigt ab“)/Focks, et al.: Leitfaden Chinesische Medizin, 4. Aufl., S. 1029 ff. („Feuchte Hitze fliesst nach unten“)

Der Begriff „Impotenz“ vereint viele verschiedene Symptome. Wer von Impotenz spricht, sollte sich im Klaren darüber sein, welches Symptom tatsächlich gemeint ist. Impotenz ist also bestenfalls eine Annäherung an die Diagnose, die für ein klares Therapiekonzept weiter differenziert werden muss. Ich liste hier die Bedeutungen auf, die sich unter dem Begriff „Impotenz“ versammeln.⁶⁷

- **Impotentia coeundi** (lat.): Paarungsunfähigkeit, die Unfähigkeit, den Geschlechtsverkehr zu vollziehen, sei es aus physischen oder psychischen Gründen.
- **Impotentia generandi** (lat.): Zeugungsunfähigkeit, Sterilität des Mannes.
- **Impotentia concipiendi** (lat.): Empfängnisunfähigkeit, Sterilität der Frau.
- **Impotentia erigendi** (lat.): Erektionsstörungen / s.a. 2.2.2.1.
- **Impotentia nervosa irritiva** (lat.): Impotenz durch nervöse Reizbarkeit und Schwäche, psychogene Ursachen (häufig durch unvollständige Erektion und/oder verkürzten Geschlechtsakt). / S.a. 2.2.2.1.
- **Impotentia satisfactionis** (lat.): Befriedigungsunfähigkeit, entweder durch Orgasmolepsie⁶⁸ oder durch die fehlende Befriedigung beim Orgasmus.
- **Impotentia alcoholica** (lat.): Alkoholisch bedingte Zeugungs-, Erektions- oder Ejakulationsunfähigkeit des Mannes.

Impotenz kann viele Ursachen haben. Eine Differenzierung erfolgt durch die Symptome bzw. durch die Syndrome, die der Störung zu Grunde liegen.

Syndrom: NierenYang > s.a. 2.2.2 Infertilität

Syndrom: Feuchte Hitze in Milz und/oder Leber > s.a. 2.2.2 Infertilität

Syndrom: Herz-Blut und Milz-Qi

Symptome: HeBlut- und MiQi-Zeichen wie Palpitationen, traumgestörter Schlaf, Ängstlichkeit, Erschöpfung, Blässe, Appetitlosigkeit, schwache Erektion bis hin zur Impotenz.

Puls: Tief, schwach, dünn **Zunge:** Blass, Belag: Dünn, weiss

Ätiologie: Überanstrengung, emotionaler Stress, chron. KH, mangelhafte Quelle für die Produktion von Qi und Blut.

Therapiekonzept: Mi ䷚ und He ䷈ / Blut↑ ䷃, Qi↑ ䷀, besonders MiQi↑ ䷁, Geist-Shen ☰• ≈, Ursachen beseitigen.

Akupunkturpunkte: Bl 15, He 7, Pe 6, RM 4, Mi 6, Bl 20, Ma 36, Bl 23 / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Yoga, QiGong, TaiJiQuan, Spazierengehen, alles, was Blut↑ ䷃.

Syndrom: Leber-Qi

Symptome: neben den bekannten LeQi-Zeichen auch Schwache Erektion bis hin zur Impotenz, Ejakulationsunfähigkeit, Seufzen, Schwindel, Reizbarkeit, Depression, thorakales Spannungsgefühl,

Puls: Saitenförmig **Zunge:** Normal oder rote, (aufgerollte) Ränder,

Ätiologie: Unterdrückte Gefühle, v.a. Wut, Zorn, Ärger/ Alle Ursachen, die allgemein zu Stagnation führen.

Therapiekonzept: Stagnation aufheben, Qi-Fluss anregen.

Akupunkturpunkte: SiGuan: Le3/Di4, Le 5, Le 14, Gbl 24, Gbl 34, / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Ursachen erkennen und ändern. U.U. Verhaltenstherapie

Syndrom: Herz-Qi und Gallenblasen-Qi

Symptome: Schwache Erektion bis hin zur Impotenz, Ängstlichkeit, Schüchternheit, Nervosität, Palpitationen, Schlafstörungen, Bindungsängste, u.a.

Puls: Saitenförmig, dünn **Zunge:** Normal, blass, u.U. ein Riss der bis zur Z.-Spitze durchreicht.

Ätiologie: Konstitutionelle Instabilität⁶⁹, Schock, Trauma, Fehlernährung, chron. KH, geistige Überarbeitung, alles was die Milz verletzt bzw. falsch behandelt, lässt die Produktion von Qi und in dessen Folge auch das Blut mangelhaft werden.

Therapiekonzept: Qi↑ ䷀, Blut↑ ䷃, Milz↑ ䷁, Ängstlichkeit beseitigen, Geist-Shen ↑ ䷁ ☰• ≈, Herz nähren und ↑ ䷁ ☰,

Akupunkturpunkte: He 7, Pe 6, Bl 15, Bl 19, Bl 20, Gbl 39, Gbl 34, Gbl 37, Gbl 40, / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Lernen, klar zu entscheiden und zielorientiert und zu arbeiten. Alles, was das Therapiekonzept unterstützt: Verhalten, Bewegung, Ernährung, Entspannung.

⁶⁷ Bornemann, Ernest: Lexikon der Liebe, Bd. 1, List Verlag, 1968, S. 478 ff.

⁶⁸ Orgasmolepsie bezeichnet das Fehlen des Orgasmus und ist nicht identisch mit Impotenz, Frigidität oder Ejakulationsstörungen/ s.a. Bornemann, Ernest: Lexikon der Liebe, Bd. 2, List Verlag, 1968, S. 144

⁶⁹ Focks, et al.: Leitfaden CM, S. 898

弱之胜强,柔之胜刚

2.2.2.1 Erektile Dysfunktion

Die erektilen Dysfunktionen gehören zum Komplex der Impotenz. Sie bekommt hier eine Sonderstellung, weil sie weit verbreitet ist, und weil sie als klar definiertes Symptom mehr Ursachen haben kann, als Mann gemeinhin vermutet.

Dieses Kapitel stützt sich ganz und gar auf einen Artikel von Peter Deadman im „Journal of Chinese Medicine“ Nr. 85/2007. Weil ich mich bewusst sehr eng an diesen Artikel halte, scheint er formal das bisherige Muster der oben aufgeführten Syndrome zu verlassen. Inhaltlich ist er aber keineswegs ein Widerspruch zu den oberen Abschnitten, sondern ergänzt die Sichtweise der anderen Autoren vielmehr durch seine eigene Herangehensweise. Diese wollte ich so wenig wie möglich verfälschen, nicht zuletzt, weil auch die therapeutischen Konsequenzen manchmal deutliche Unterschiede zeigen.

Die erektilen Dysfunktionen

Es wird angenommen, dass bis zu 50% aller Männer unter ED (erektiler Dysfunktion) in unterschiedlichen Stufen leiden. Mit zunehmendem Alter von z.B. 70 Jahren und älter steigt die Rate auf bis zu 66% an. ED bezeichnet „die Unfähigkeit eine Erektion zu bekommen und zu behalten, um den Geschlechtsverkehr oder sexuelle Aktivitäten auszuführen“.⁷⁰ ED ist häufig ein Zeichen anderer, manchmal bis dahin unerkannter Grunderkrankungen wie Herz-Kreislauf-Störungen oder Diabetes. ED tritt oft im Zusammenhang von Depression, mangelndem Selbstwertgefühl auf. Aus der Sicht chinesischer Medizin kann eine Disharmonie der ZangFu oder ein Pathogener Faktor die Ursache sein. „Akupunktur bietet Möglichkeiten in der Behandlung der ED, besonders für Männer, die keine Medikamente nehmen wollen, oder bei denen die Medikamente keine Abhilfe schaffen oder bei denen es zu unerwünschten Nebenwirkungen kommt.“⁷¹

Ging man lange davon aus, dass der Hauptgrund von Erektionsstörungen im psychogenen Bereich liegt, gilt es heute als erwiesen, dass 70% der Fälle bei den unter 35-Jährigen organische Ursachen haben, bei den über 50-Jährigen sind es sogar 85%.⁷²

„Ich glaube, ein Mann will von einer Frau das Gleiche
wie eine Frau von einem Mann: Respekt.“
Clint Eastwood

Die psychischen Ursachen

unterteilen sich in Angst, Depression, Beziehungsprobleme und zwanghafte Störungen. Es ist die Angst vor dem sexuellen Versagen, Probleme mit der Geschlechtsidentität, Angst vor Schwangerschaft, die „Witwer-Schuld“, also Schuldgefühle, wenn die Gattin gestorben ist, die Angst, dass der Körper nicht richtig ausgestattet ist, mangelndes Selbstwertgefühl, religiöse Schuldgefühle.

Über die Hälfte der Männer, die von ED betroffen sind, leiden unter Depressionen, wobei der Schweregrad der Depression mit dem Schweregrad der ED korreliert.⁷³

Eine der Schlüsselsymptome von psychogen verursachter ED ist die Tatsache, dass der Betroffene in einer sexuell anregenden Situation oder beim Masturbieren keine Erektion bekommt, aber nachts in der REM-Phase des Tiefschlafs durchaus mehrere Erektionen haben kann.⁷⁴

ED kann aber auch das erste, sozusagen „versteckte“ Zeichen undiagnostizierter Krankheiten z.B. des Herz-Kreislauf-Systems, der Blutgefäße oder Diabetes sein, die ihrerseits wiederum zu ernsthaften Problemen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall führen können.⁷⁵

Ebenso können Medikamente gegen Bluthochdruck, oder Antidepressiva oder Tranquillizer zu ED führen.

Ben – Biao

Das Hauptproblem in der therapeutischen Arbeit ist eine sorgfältige Anamnese und Diagnose. Beides geht nur mit dem Vertrauen des Patienten. Da Männer ohnehin Schwierigkeiten haben, zum Arzt zu gehen, weil es ihr Image nicht zulässt, krank zu sein (s.o.), wie hoch muss erst die Schwelle sein, wenn es um die männliche Potenz geht. Alleine der Wirkstoff Sildenafil-Zitrat, auch besser bekannt als Viagra⁷⁶, das genau vor 10 Jahren auf den Markt kam und zum Synonym für schnelle Hilfe bei Erektionsproblemen geworden ist, zeigt interessante Veränderungen in der Anzahl der erektionsgestörten Männer. Die Zahl der Männer mit ED hat sich in den letzten 10 Jahren in den USA schlichtweg verdoppelt! Alleine das Auftauchen eines

⁷⁰ Deadman, Peter: The Treatment of Erectile Dysfunction by Acupuncture, The Journal of Chinese Medicine 85/ 2007, P. 5-15

⁷¹ ebenda S. 5

⁷² ebenda

⁷³ ebenda

⁷⁴ ebenda

⁷⁵ ebenda

⁷⁶ Neben Viagra gibt es noch viele andere Präparate: Cialis (Tadalafil), Levitra (Vardenafil-Hydrochlorid), u.a.

wirksamen Medikaments hat das Tabu, über Erektionsstörungen zu sprechen, sehr stark verändert. Viagra nährte also plötzlich die Hoffnung auf den sexuellen Jungbrunnen und schuf damit ein Sprachrohr für sonst tabuisierte Bereiche männlicher Gesundheit.⁷⁷

Längst sind von Viagra auch starke Nebenwirkungen wie lebensgefährliche Herz-Kreislauf-Störungen bekannt. Ebenso wird unter dem Einfluss von Viagra eine Veränderung der männlichen Fertilität diskutiert. Entscheidend aber ist, alle diese Medikamente behandeln Biao, die Zweige, die Symptome und nicht Ben, die Wurzel, die Ursache.⁷⁸

Was braucht Mann für guten Sex?

Nach Deadman gibt es vier Faktoren für eine befriedigende sexuelle Begegnung:

Shen: Begehrten ist eine Manifestation des Shen. Wenn der Shen in Harmonie ist, kann der Shen sich auf den Penis konzentrieren, um sexuelles Verlangen zu schaffen.⁷⁹

Yin und Blut: „Eine Erektion ist eine „substantielle“ Transformation, die durch Yin ermöglicht wird. Wirksames Yin und Blut muss deshalb zum Penis fliessen, um ihn anwachsen und steif werden zu lassen.“⁸⁰

Qi und Yang: Qi und Yang muss zum Penis fliessen, damit er sich aufrichtet und Hitze erzeugt.⁸¹

Jing: Schliesslich muss Jing zum Penis fliessen, um die Ejakulation zu ermöglichen.

Die ZangFu

Die Organe, die für den physiologischen Vorgang der Erektion verantwortlich sind, sind gemäss den Ursachen einer ED entsprechend beteiligt und zeigen diese Verbindung über die vielfältigen Muster der Syndrome. ⁸²

Die Nieren

„Die Nieren sind die Wurzel sexueller Entwicklung, der Libido, der Harnleiter und der Hoden⁸³. Wenngleich all diese Funktionen der Nieren zugerechnet werden, so stehen ihre Störungen in engem Zusammenhang mit ihren unterschiedlichen Aufgaben.⁸⁴

Das **Nieren-Yang** ist notwendig, um das Bao, „the room of sperm“, den „Raum des Spermias“, zu wärmen. Ohne das ministerielle Feuer wäre der Spermaraum kalt, was zu Libidoverlust und ED führen kann. Begleitsymptome können Kälte in den Genitalien sein, ausbleibende morgendliche oder nächtliche Erektion, Schwäche oder Schmerzen im unteren Rücken, oder andere NiYang-Zeichen.

Das **Nieren-Yin** ist die Basis allen Yins des Körpers und hauptverantwortlich, dass sich der Penis ausreichend (mit Blut/ Anm. SD) füllt. Dementsprechend führt ein Yin zu einer unvollständigen Erektion oder dazu, dass sie nicht gehalten werden kann. Yin-Hitze kann zu einer gesteigerten Libido führen, was deutlich zeigt, dass ED nicht mit Libidomangel gleichzusetzen ist.

ED kann also NiYin in Verbindung mit NiYang zur Ursache haben.

Das **Nieren-Jing** setzt sich zusammen aus dem vorhimmlischen Jing und dem nachhimmlischen, erworbenen Jing. Das vorhimmlische Jing ist verantwortlich für die Entwicklung der sekundären Geschlechtsmerkmale, ein (Jing-) Mangel kann kleine Hoden verursachen, spärliche Kopfbehaarung oder ein lebenslanges Desinteresse an Sex. Ein Mangel an nachhimmlischem Jing, entsprechend dem Lebensalter oder einem ausschweifenden Leben (und entsprechend der chinesischen Tradition, exzessiv zu ejakulieren) kann zum Libidoverlust oder einem spärlichen Ejakulat führen.⁸⁵

Leber und Gallenblase

Das Hauptgefäß der LeLB umkreist die äusseren Genitalien, das Luo-Gefäß der Le steigt zu den Genitalien auf, der Seitenkanal der LeLB steigt zur Schamhaarregion auf und die tedino-muskuläre LB der Le verbindet sich mit allen anderen tedino-muskulären LB bei den Genitalien.

Der Penis wird Zōng Jīn 宗 筋 genannt, was direkt übersetzt bedeutet: Familie/Ahnen/Ziel, Zweck und Sehnen/Muskeln/hervortretende Ader.

Leber-Feuer ⁸⁶

„Obwohl die tiefe und nachhaltige Wurzel des sexuellen Feuers das ministerielle Feuer der Nieren ist, die plötzliche Erregung des Zong Jin ist eine Manifestation des Feuers der Leber“. ⁸⁷ Der Verlauf des

⁷⁷ Deadman, Peter: The Treatment of Erectile Dysfunction by Acupuncture, The Journal of Chinese Medicine 85/ 2007, S. 6

⁷⁸ ebenda, S. 7: Als heisses Medikament verbraucht es Yin, und es baut auch Jing ab, besonders bei älteren Männern, die ohnehin nicht mehr so viel davon haben.

⁷⁹ ebenda, S. 7

⁸⁰ ebenda

⁸¹ ebenda

⁸² s.a. Lorenzen, U./ Noll, A.: Die Wandlungsphasen in der TCM / Die WP Wasser

⁸³ Wörtlich bei Deadman: „Die Hoden sind auch als Wai Shen bekannt“: „extern kidneys“ > Äussere Nieren > bedeutet hier „Hoden“ Deadman, Peter: The Treatment of Erectile Dysfunction by Acupuncture, The Journal of Chinese Medicine 85/ 2007, S. 7

⁸⁴ ebenda

⁸⁵ ebenda, S. 8

⁸⁶ Deadman benutzt hier das Bild des LeberFeuers im Sinne einer physiologischen Kraft, ich gehe davon aus, dass hier das Leber-Yang gemeint ist. Möglicherweise ist diese Wortschöpfung analog zur „Feuerniere“ zu sehen, die ja auch die spezifische physiologische Kraft der Niere bezeichnet./ S. 8

⁸⁷ ebenda

ministeriellen Feuers zur Leber kann bereits bei Kindern kurzfristig und zwischendurch auftauchen, aber in der Regel erreicht es seinen Gipfel in der Pubertät, wenn der Junge beinahe ständig Erektionen an sich entdeckt.

Exzessives LeberFeuer ist üblicherweise nicht im Zusammenhang mit ED gesehen, aber es kann durchaus z.B. zu Priapismus führen, einer andauernden, abnormalen und schmerzhaften Erktion. Das Muster des LeberFeuer□ wird normalerweise in der CM nicht diskutiert, wenngleich über einen Zusammenhang mit einem GbIQi□ nachgedacht wird.

Leber-Schwäche Le□

Weil der Penis mit Yin und Blut aufgefüllt werden muss, um anzuschwellen, kann ein LeBlut□ oder LeYin□ zur ED führen.

Feuchte Hitze

Feuchtigkeit und Hitze⁸⁸ können in den unteren SJ absinken und den geschmeidigen Fluss von Qi und Blut in den Adern/Meridianen, besonders beim Penis blockieren, und sorgen damit für Schlaffheit.⁸⁹

Leber-Milz-Disharmonie

LeQi□ unterdrückt die Milz und erzeugt Hitze, die Kombination aus Feuchtigkeit, die aus der unterdrückten Milz und stagnierendem LeFeuer resultiert, kann zu feuchter Hitze führen, die in den unteren SJ sinkt. Daraus entsteht Yin□ und Feuchtigkeit, die ihrerseits bei längerem Bestehen zusätzlich feuchte Hitze bilden kann.

LeQi□ kann den geschmeidigen Blut- und Qifluss zu den Genitalien verhindern. Dazu kommen Symptome wie Depression, Libidomangel, Schmerz und Spannungsgefühl in den Hoden. Weil dieses Muster durch emotionale Stagnation ausgelöst werden kann, wird sie auch den psychogenen Mustern der ED zugerechnet. Auch das viele Sitzen wirkt sich nicht gerade gut auf den freien Fluss von Qi und Blut aus. Schliesslich kann auch Kälte die LeLB befallen und damit den freien Fluss von Qi und Blut zu den Genitalien verhindern.

Die Gallenblase

Der Hauptunterschied zwischen Le und GbI ist – was die tendino-muskulären LB⁹⁰ angeht – dass die Le Blut zu den tendino-muskulären LB dirigiert, und die GbI sie mit Qi versorgt. Auf der psychologischen Ebene steht die gesunde GbI für Mut und Entschlusskraft, eine gestörte GbI leidet demzufolge unter Ängstlichkeit und Feigheit. Männer, die unter GbI□ (Gallenblasen-Schwäche) leiden, sind also sexuell ängstlich und furchtsam und wegen ihrer Sexualität zurückhaltend. Auch wenn es unwichtig erscheint, aber es braucht Mut und Entschlossenheit, auf eine Frau zuzugehen und die Initiative für den Sex zu ergreifen. GbI□ (auch bekannt als Herz- und GbI□) ist eine der psychogenen Ursachen für ED und ist von Symptomen wie Palpitationen, Schlaflosigkeit, Ängstlichkeit, exzessives Träumen, Schreckhaftigkeit, Furchtsamkeit und Depression begleitet.

Man geht bei dieser Art von GbI□ von zwei Ursachen aus: Die erste ist sehr viel schwerer zu behandeln, und ist eine anhaltende Unterdrückung in der Kindheit durch grausame, verächtliche und ätzende Eltern, bzw. durch einen schikanösen, tyrannischen Umgang, der manchmal sogar im Erwachsenenalter auftritt. Die zweite Ursache geht auf einen oder mehrere Schocks zurück und entspricht dem post-traumatischen Belastungssyndrom.

Die Milz

Die Mi ist für die Herstellung des nachhimmlichen Qi verantwortlich und die Transformation von Essen und Trinken in Blut.

Wenn die Mi schwach ist, kann das Blut nicht ausreichend das He versorgen und den Penis mit Qi und Blut anfüllen und aktivieren.⁹¹

⁸⁸ Deadman benutzt hier das Muster „Leber-Exzess“ / Deadman, Peter: The Treatment of Erectile Dysfunction by Acupuncture, The Journal of Chinese Medicine 85/ 2007, S. 8 / Feuchte Hitze ist ein wichtiges Muster bei sexuellen und genitalen Störungen des Mannes und geht möglicherweise auf die Geschichte sexuell und anders übertragener Infektionen, wie Prostatitis oder genitaler Herpes, oder Symptome wie genitaler Juckreiz, Eiter und spärlicher, dunkler Urin. Die Ursache dürfte ein feucht-heisser äusserer pathogener Faktor oder ein infektiöser Erreger sein.

Die inneren Ursachen dafür liegen meistens in der Ernährung im Form von üppigem, fettem, heißen Essen und Getränken, vor allem Alkohol.

⁸⁹ ebenda, S. 9 / Feuchte Hitze ist ein wichtiges Muster bei sexuellen und genitalen Störungen des Mannes und geht möglicherweise auf die Geschichte sexuell und anders übertragener Infektionen, wie Prostatitis oder genitaler Herpes, oder Symptome wie genitaler Juckreiz, Eiter und spärlicher, dunkler Urin. Die Ursache dürfte ein feucht-heisser äusserer pathogener Faktor oder ein infektiöser Erreger sein.

Die inneren Ursachen für liegen meistens in der Ernährung im Form von üppigem, fettem, heißen Essen und Getränken, vor allem Alkohol.

⁹⁰ Deadman spricht hier nicht mehr von den „sinew channels“, sondern nur noch von den „sinews“, was „Sehnen, Bänder, geschwollene Adern“ bedeutet.

⁹¹ Artikel: Deadman, Peter: The Treatment of Erectile Dysfunction by Acupuncture, The Journal of Chinese Medicine 85/ 2007, S. 9 / Dieses Muster kann verursacht werden durch zuviel mentale Arbeit und zuwenig Bewegung, durch ernsthafte, lange KH oder Ängstlichkeit, die einhergehen können mit anderen Mi□- und He□-Zeichen wie Blässe, Schwäche, Ängstlichkeit (besonders bezüglich der Sexualität), Schlaflosigkeit, exzessives Träumen, Appetitmangel, schwache Verdauung, weiche Stühle.

Das Herz

Chen Shiduo, ein Arzt aus der Qing-Dynastie im 17. Jhd. sagte „Wenn Männer aus Unzufriedenheit über ihr Leben und ihre Leistungen depressiv und bedrückt sind, kann das zu Depression und Ängstlichkeit führen, was ED oder schwache Erektionen zur Folge haben kann.“

Auch wenn hier nicht explizit der organische Zusammenhang zwischen Herz und ED hergestellt wird, so besteht doch ein enger funktioneller und damit energetischer Zusammenhang.

Dazu schreibt Mengke Kou: „Wenn Männer mit Frauen Sex haben wollen, können sie plötzlich ein Versagen der Erektion erleben. Obwohl sie versuchen, sich mit hundert Methoden zu stärken, keine hilft. Diese Situation wird gewöhnlich als Schwäche des Feuers des Lebens bezeichnet.“⁹²

Chen Shiduo dagegen sieht darin weniger eine Schwäche der Feuer-Niere, sondern vielmehr ein HerzQi \square begründet. Er sagte: „Sobald Herz-Feuer (Der Kaiser) entfacht, wird die Niere (sein Minister) folgen“. Das bedeutet, wenn das Herz-Feuer richtig arbeitet, kann es absteigen, um sich mit dem Feuer des Lebens zu verbinden, dann können Männer für eine lange Zeit „kämpfen“. Andererseits sagt er: „Wenn der Kaiser zu schwach ist, spielt es keine Rolle, wie sehr der Minister den Kaiser (Herz-Feuer) vorwärts drängt, der Kaiser lässt sich einfach nicht erregen.“ Deshalb schlägt Chen Shiduo vor, die Behandlung von ED sollte oben das Herz und unten die Nieren wieder auffüllen, um beide mit Energie aufzufüllen.

Mit anderen Worten, der Shen ist für Gefühle wie Begehrungen verantwortlich, welches ohne sexuelle Aktivität keine Befriedigung erfährt. Wenn das Herz schwach oder das HerzFeuer blockiert ist, wird jede noch so tonisierende Behandlung der Niere die Situation nicht verbessern.⁹³

Das Herz ist mit dem unteren SJ durch den Bao Mai (besser in der Gynäkologie als Uterus-Gefäß bekannt) und durch den Chong Mai verbunden und durch diese Kanäle steigt das HerzFeuer und HerzBlut zu den Genitalien hinab.

So wie wir bei der Gallenblase gesehen haben, dass Ängstlichkeit und Schreckhaftigkeit zu ED führen können, so kann eine Herz \square ebenso zu ED führen.

Es sollte jedoch erwähnt werden, dass in der klinischen Praxis AP-Punkte der He-LB für die Behandlung der ED ungeeignet sind. Besser sind Punkte auf dem DuMai wie z.B. Du 20 BaiHui, oder Du 24 ShenTing, ebenso wie Ex-HN-3 YinTang. (s.u.)

Blut \square

Blut \square neigt dazu, eher eine Komplikation anderer Muster zu verursachen, als ein einzelnes, klar trennbares Muster zu erzeugen.

Eine Vielzahl von Faktoren kann den geschmeidigen Blutfluss beeinträchtigen: Kälte, anhaltende Qi \square , Qi \square , anhaltende obstruktive Verlegung durch Feuchtigkeit, Schleim und/oder Hitze, Bewegungsmangel, zuviel Sitzen, traumatische Verletzungen, Operationen und invasive medizinische Eingriffe.

Akupunkturpunkte

Wie viele andere Störungen auch, wird ED üblicherweise durch eine Auswahl von Hauptpunkten therapiert, die die darunter liegenden Störungen (Ursachen) behandeln und ebenso auf die manifeste Störung (Symptome) wirken. Die Sekundärpunkte beziehen sich nur auf die zu Grunde liegenden Muster.

Hauptpunkte, die bei allen Mustern wirksam sind:⁹⁴

DuMai 20	BaiHui
Bl 35	HuiYang
Bl 32	CiLiao
RM 4	GuanYuan
Ma 30	QiChong
Mi 6	SanYinJiao

Hauptpunkte bei Ni \square , NiYin \square , NiYang \square oder Jing \square :

Bl 23	ShenShu
Bl 52	ZhiShi
Du 4	MingMen

Eine Folge der Mi \square ist Feuchtigkeit, die sich ansammeln und in den unteren SJ sinken und sich dort in feuchte Hitze oder Schleim umwandeln kann. Feuchtigkeit und Schleim werden durch einen schmierigen Zungenbelag angezeigt, Feuchtigkeit in der Genitalregion, insbesondere Schleim, wird durch das Symptom der Fettleibigkeit angezeigt.

⁹² Journal of Chinese Medicine 2003, / s.a. Artikel: Deadman, Peter: The Treatment of Erectile Dysfunction by Acupuncture, The Journal of Chinese Medicine 85/ 2007, S. 9

⁹³ Eine chinesische Studie verglich zwei Patienten-Gruppen mit ED verursacht durch Ni \square . Eine Gruppe bekam Kräuter, um die Nieren zu tonisieren, während die andere Gruppe Kräuter bekam, die sowohl die Nieren tonisierten als auch den Blutkreislauf verbesserten. Man fand heraus, dass die Ni \square -Behandlung bei 60,5% Wirkung zeigt, wobei 13% eine deutliche Verbesserung der Erektionsstörungen erfuhr, während eine zusätzliche Behandlung der Blut \square bei der Vergleichsgruppe bei 84,5% Wirkung zeigt, wobei in dieser 2. Gruppe 46,6% eine deutliche Verbesserung der Erektionsstörungen feststellten.

⁹⁴ Ich verzichte hier aus Platzgründen auf die detaillierte energetische Wirksamkeit und verweise sowohl auf den Artikel, als auch auf Peter Deadman, et al.: „Grosses Handbuch der Akupunktur“ s. Literaturhinweise

RM 6	QiHai
Ni 10	YinGu
Le 8	QuQuan
Ma 36	ZuSanLi
Le 5	Ligou
Ni 2	RanGu
Ni 3	TaiXi
Le 1	DaDun

Sekundärpunkte bei NiYang

Bl 23 ShenShu, Du 4 MingMen, RM 4 GuanYuan, Mi 6 SanYinJiao, Ma 36 ZuSanLi, Ni 3 TaiXi.

Sekundärpunkte bei NiYin mit Leere-Feuer

RM 4 GuanYuan, Ni 2 RanGu, Ni 12 DaHe, Mi 6 SanYinJiao, Ni 3 Taixi, Bl 23 ShenShu.

Sekundärpunkte bei Nijing

RM 4 GuanYuan, RM 6 QiHai, Bl 23 ShenShu, Ma 36 ZuSanLi, Mi 6 SanYinJiao, Ni 3 TaiXi.

Sekundärpunkte bei Feuchter Hitze, die nach unten fliest (in die Le-LB und Ni-LB), gewöhnlich mit einer zu Grunde liegenden Ni

RM 3 ZhongJi, Ma 30 QiChong, Bl 23 ShenShu, Le 8 QuQuan oder Ni 10 YinGu oder Mi 9 YinLingQuan, Le 5 Ligou, Mi 6 SanYinJiao,

Sekundärpunkte bei LeQi

Bl 18 GanShu, RM 4 GuanYuan, RM 2 QuGu, Ma 30 QiChong, Le 5 LiGou, Le 3 TaiChong, Le DaDun.

Sekundärpunkte bei He und GbIQi (auch Schreckverletzung der Nieren genannt)

Bl 15 Xinshu, Bl 18 GanShu, RM 4 GuanYuan, He 8 ShaoFu, He 7 ShenMen, GbI 34, YangLingQuan, Mi 6 SanYinJiao.

Sekundärpunkte bei LeBlut und LeYin

Bl 18 GanShu, Bl 20 PiShu, Bl 23 ShenShu, RM 4 GuanYuan, Mi 6 SanYinJiao, Le 3 TaiChong.

Sekundärpunkte bei He- und Mi

Du 20 BaiHui, Du 24 ShenTing, Ex-HN-3 YinTang, He 7 Shenmen, Bl 15, XinShu, Bl 20 PiShu, Bl 23 ShenShu, RM 4 GuanYuan, Ma 36 ZuSanLi, Mi 6 SanYinJiao.

Sekundärpunkte bei Mi mit Feuchtigkeit und Schleim

RM4 GuanYuan, Ma 36ZuSanLi, Ma 40 FengLong, Mi 9 YinLingquan, Mi 6 SanYinJiao, Mi 3 TaiBai.

Sekundärpunkte bei Kälte in der LeLB

RM 6 QiHai, RM 4 GuanYuan, Ma 29 GuiLai, Ma 30 QiChong, Le 5 LiGou, Le 1 DaDun.

Generelle Behandlungsgrundsätze

Obwohl man versucht ist, alle Disharmonien zu behandeln, die bei einem Patienten entdeckt werden, bringt es die besten Resultate, sich auf das Hauptproblem zu konzentrieren. Wenn das Hauptproblem effektiv behandelt wurde, können die anderen Probleme in Folge angegangen werden, wie z.B. Asthma oder Knie-Schmerzen, die der Patient neben der ED auch noch hat. Eine Ausnahme bildet natürlich z.B. ein akuter Wind-Kälte-Angriff, der z.B. zu einer Verschlimmerung des Asthma führen kann, dann braucht der Patient natürlich hier eine Akutbehandlung (damit der ÄPF nicht tiefer eindringt und dort zu einer Verschlimmerung der Gesamtsituation führt/Anm.SD). Auch Gemütsveränderungen, die der Patient von Woche zu Woche mitbringt, sollten die Grundbehandlung nicht weiter beeinflussen. Es hängt schliesslich von der klinischen Beurteilung der Begleitsymptome ab, wie sehr sie in die Grundbehandlung mit einfließen.

Die **Punkteauswahl** sollte einige wenige (1–2) umfassen, wobei die Hauptpunkte, so sie wöchentlich verwendet werden, gleich bleiben können, zusätzlich können 1–2 Sekundärpunkte genadelt werden.

Das **DeQi-Gefühl** sollte, soweit die Punkte im Sakral-Bereich oder im unteren Abdomen liegen, in den genitalen und perinealen Bereich ausstrahlen.

Die **Sexuelle Aktivität** des Patienten sollte mit dem Beginn der Behandlung für einige Wochen lang insofern verändert werden, als er Ejakulationen zurückhalten sollte, obwohl Sex mit kurzer Ejakulation in Ordnung ist. Wenn bei Patienten mit Libidomangel ungewohnte Gefühle aufkommen, ist die Versuchung

gross, ihnen nachzugeben. Wenn Ni \square der Grund für die ED ist, kann Sex bis zum Punkt der Ejakulation dieses leichte Wachstum (an Nierenkraft/Amn.SD) wieder verschleudern.

Lebsumstände

Rauchen stellt eindeutig eine Ursache für ED dar, besonders wenn sie von Blut-Hochdruck begleitet wird. Das wurde in weltweiten Studien eindeutig belegt. **Körperliche Bewegung** senkt nachweislich erheblich das Risiko, unter ED zu leiden. Fettleibige Männer haben entsprechend ein erhöhtes Risiko, unter ED zu leiden. Zuviel **Fahrradfahren** erhöht ebenso die Gefahr, unter ED zu leiden, auch das ist hinreichend belegt. Ebenso ist allerdings nachgewiesen, dass nur exzessives, leistungsmässiges Sitzen auf harten Rennsätteln nachteilige Effekte auf die Erektionsfähigkeit haben kann.⁹⁵ **QiGong** wirkt sich gut auf die männliche Gesundheit aus. Besonders das so genannte „Eiserne-Weichteile-QiGong“ soll hierfür sehr wirksam sein.⁹⁶

Auch wenn die AP grosse Erfolge in der Behandlung der ED verzeichnen kann und dies auch in vielen Studien in China und z.B. Australien nachgewiesen ist, so fehlt immer noch die generelle medizinische Akzeptanz dieser Methode.⁹⁷



2.2.3 Ejakulationsstörungen

Die Ejakulationsstörungen werden meist weiter differenziert. Wie die Infertilität oder Impotenz kann auch das Leitsymptom Ejakulationsstörungen viele Gründe haben. Folgende Syndrome differenzieren die unterschiedlichen Ursachen.

Verfrühte Ejakulation

Syndrom: Niere und Herz harmonieren nicht

Es betrifft eine Störung der Feuer-Wasser-Achse, in der das HeYang das NiYin erwärmt und das NiYin das HeYang befeuchtet und kühlt.

Symptome: Palpitationen, Schlafstörungen, Hitzesensationen, u.U. Nachtschweiß, Rastlosigkeit, Vergesslichkeit, Schwindel, Tinnitus, Ejakulationsstörungen, nächtlicher Samenverlust, Lumbalgia, und andere NiYin \square und HeFeuer-Zeichen.

Puls: Dünn, schnell Zunge: Rot, trocken, u.U. belaglos,

Ätiologie: Chron. KH, Überanstrengung, emotionaler Stress wie Ängstlichkeit, Traurigkeit, Depression, Trauma, Schock.

Therapiekonzept: Herz und Nieren ↑ $\ddot{\wedge}$, HeFeuer * und klären.

Akupunkturpunkte: RM 4, Ni 6, Mi 6, Bl 52, Ni 2, He 8, / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Ruhe, Entspannung, QiGong, TaiJiQuan, für klare Ruhezeiten und gute Schlafstrukturen sorgen (Rituale zum Einschlafen etc.).

Syndrom: Das Nieren-Qi ist ohne Wurzel

Häufig begleitet oder ausgelöst von NiYang \square .

Symptome: Schwäche und/oder Schmerzen in Knien und Lumbalregion, Unfähigkeit, die Körperflüssigkeiten festzuhalten>häufiger Miktionstrang, kalter Schweiß, Spermatorrhoe Ejakulationsstörungen, Ejaculatio praecox,

Puls: Schwach, auf den Chi-Positionen evtl. tief, dünn und schwach Zunge: Blass, schlaff. Dünner, weisser Belag

Ätiologie: Kälteexposition, Überanstrengung, zuviel Sex, viele Kräfte zehrende Geburten, erblich bedingter oder altersbedingter Jing \square , körperliche und/oder emotionale Überanstrengung, chron. KH.

Therapiekonzept: Das Element Wasser, besonders die Nieren ↑ $\ddot{\wedge}$ ☰.

Akupunkturpunkte: Bl 23, Ni 3, Du 4, RM 4, Ni 7, RM 4:Lu7/Ni6, Mi 6, Ma 36, falls keine Hitzezeichen vorhanden sind, ist hier Moxibustion angezeigt / n. Focks: Ex-Ca Yijing⁹⁸ „Samenverlust“ (1 Cun lateral

⁹⁵ Wer mässig radelt und für einen weichen oder so genannten „nasenlosen“ Sattel sorgt, braucht sich keine Sorgen zu machen. Es gibt mittlerweile Sättel, die „Nasen“ haben, die aber so gebaut sind, dass sie anatomisch die Genitalien weitgehend vom Druck entlasten.

⁹⁶ Deadman, Peter: The Treatment of Erectile Dysfunction by Acupuncture, The Journal of Chinese Medicine 85/ 2007, S. 13/14

⁹⁷ ebenda

⁹⁸ Focks, et al.: Leitfaden CM, S. 1032 ff.

von RM 4 GuanYuan/nach Maciocia: Ex-B JingGong „Palast der Essenz“ 0,5 Cun lat. v. BI 52 ZhiShi⁹⁹ / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Ruhe und Entspannung, Kräfte schonen. Insgesamt den Körper und die Seele wärmen und warm halten.

Ejakulationsunfähigkeit¹⁰⁰

Syndrom: Leber-Qi  > s.o.

Syndrom: Nieren-Yang  > s.o.

Syndrom: Milz-Qi

Symptome: Appetitmangel, Schweregefühl, weiche Stühle, Ejakulationsunfähigkeit,

Puls: Schläfrig, saitenförmig Zunge: Blass, geschwollen

Ätiologie: Fehlernährung, körperlicher und emotionaler Stress, zuviel Grübeln, uam.

Therapiekonzept: Milz und MilzQi  ↑ .

Akupunkturpunkte: Mi 3, Mi 4, Mi 6, Ma 36, RM 4, RM 6, Le 3 bei allg. Qi  ¹⁰¹ / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Gute und regelmässige Ernährung (selber hochwertig kochen), Schleimbildner meiden, Selbstvertrauen aufbauen.

Spermatorrhoe

Die Spermatorrhoe lässt sich durch ihre Ursachen und die daraus entstehenden Syndrome unterscheiden:
Syndrom Das Nieren-Qi ist ohne Wurzel > s. a. 2.2.5 Ejakulationsstörungen.

Hier ist der nächtliche Samenerguss ohne sexuelle Aktivitäten oder Träume gemeint, die Essenzen können hier nicht gehalten werden.

Syndrom: NierenYin  / s.a. 2.2.2 Infertilität

Hier sind die unbeabsichtigten, nächtlichen Samenergüsse in Verbindung mit Träumen und/oder sexueller Aktivität vielmehr „Zeichen der Fülle des Yang und der Leere des Yin“. ¹⁰²

Peter Deadman führt weitere, symptomatische Differenzierungen auf wie z.B.: ¹⁰³

Durch Furcht und Schrecken > Du 1

Sexuelles Belastungssyndrom > Le 8.

2.2.4 Prostatabeschwerden

In den klassischen Texten der Chinesischen Medizin findet die Prostata keine Erwähnung.¹⁰⁴ Nach der Westlichen Medizin stellt sie als Vorsteherdrüse neben den Spermien und den Sekreten weiterer Drüsen bis zu 30% des Ejakulats zur Verfügung. Das Prostatasekret ist in der „ersten Fraktion des Ejakulats enthalten“ und hat „eine Oberflächenschutzfunktion zwischen Urethra und Ejakulat und ist insbesondere für die Verflüssigung des koagulierten Samens von Bedeutung“. ¹⁰⁵ Diese Funktion macht sie nach CM-Kriterien zur Produktions- und Lagerstätte des Jing und zählt damit energetisch und funktional zu dem Element Wasser.

Für eine Behandlung von Prostatabeschwerden sollte ein Prostata-CA eindeutig ausgeschlossen sein.

Wie wir oben gesehen haben, gehören die Funktionen sexueller Aktivität zum Hoheitsgebiet der Nieren. Auch die Blase als organischer Yang-Aspekt des Element Wassers kann von unterschiedlichen pathogenen Faktoren betroffen sein. So sind bei Udo Lorenzen verschiedene Ursachen bei Prostatabeschwerden zu finden: Blasen-Syndrom der unzureichenden Verdampfung. „Bei einer Nieren-Qi-Schwäche hat die Blase nicht genügend Qi, um sich zu öffnen und den Harn herauszulassen. Ebenfalls kann dieses Muster auftreten bei einer Schwäche des SanJiao, der für die Durchgängigkeit und Öffnen der Kanäle im unteren Jiao zuständig ist. Vor allem tritt diese Störung auf nach Traumen – körperlich wie emotional – und Operationen im Unterleib. Auch Ansammlungen von Schleim können die Harnwege blockieren. Im höheren Alter ist die nahezu physiologisch auftretende Qi-Schwäche der Nieren ursächlich für die unzureichende Verdampfung.“ ¹⁰⁶

Syndrom: Syndrom der unzureichenden Verdampfung

Symptome: Miktionsbeschwerden, Anurie, Dysurie. „Spannungen und Völlegefühl im Unterbauch, weil die von Milz und Dünndarm angelieferten Flüssigkeiten weder vom NiYang ausreichend erwärmt, noch von ihrem Qi bewegt werden können. Es treten Schwäche und Trockenheitssymptome im oberen Erwärmer auf, wie Luftnot und Kurzatmigkeit. Der Harn kann nicht ausreichend ausgeschieden werden.“ ¹⁰⁷ >

⁹⁹ Maciocia, G.: Grundlagen der CM, S. 267 und 498

¹⁰⁰ Focks, et al.: Leitfaden CM, S. 1032 ff.

¹⁰¹ Deadman, P. et al.: Grosses Handbuch der Akupunktur, S. 693

¹⁰² Lorenzen/Noll: Die Wandlungsphasen in der TCM/WP Wasser, S. 296

¹⁰³ Deadman, P. et al.: Grosses Handbuch der Akupunktur, S. 693

¹⁰⁴ Lorenzen, U.: Mikrokosmische Landschaften, S. 174 ff.

¹⁰⁵ Schill, W.B. et al.: MännerMedizin, S. 47

¹⁰⁶ Lorenzen/Noll: Die Wandlungsphasen in der TCM/WP Wasser, S. 322

¹⁰⁷ Lorenzen, U./Noll, A.: Wandlungsphasen in der TCM, WP Wasser, S. 322

Puls: k.A. Zunge: k.A.

Ätiologie: s.o.

Therapiekonzept: NiQi↑ Υ , durchgängig machen der Gefäße im unteren SanJiao.

Akupunkturpunkte: / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: NiQi↑ Υ , BlasenQi↑ Υ . Wärmende Speisen.

Syndrom: Nässe Kälte in der Blase

Symptome: Schmerzhafter, sehr dringender Harndrang bei geringer Miktion, Dysurie, Schweregefühl im Hypogastrium, trüber, gelber, übelriechender Harn.¹⁰⁸

Puls: Langsam, schlüpfrig, tief Zunge: Blass/ Belag: Weiss, schmierig

Ätiologie: Kälteexposition, meist als ÄPF, Yang \square und Qi \square begünstigen dieses Syndrom, die Kälte verhindert das Aufsteigen der Flüssigkeiten, die Nässe sinkt gemäss ihrer Natur abwärts.

Therapiekonzept: Wärmen, Feuchtigkeit $\diamond\odot$, Wasserwege \rightarrow .

Akupunkturpunkte: Mi 9, Mi 6, BI 39, BI 22, RM 3, RM 6, Ma 28, Ma 29, Lu 7, SJ 6/wenn keine Hitze beteiligt ist > auch Moxa! / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Wärmen sowie das Feuchte, Nasse, und Kalte meiden.

Syndrom: Feuchte Hitze in der Blase

Symptome: Dysurie, erschwerte Miktion, häufiger Harndrang, dunkler, trüber Urin mit süß-scharfem Geruch¹⁰⁹, Hämaturie (das starke Yang schädigt das Blut¹¹⁰), Sand im Urin¹¹¹, Fieber, Durst, bei Feuchtigkeits \square und Schleim kann es zu Steinen kommen,

Puls: Schnell, schlüpfrig, saitenförmig Zunge: Rot, Belag: Gelb-Schmierig

Ätiologie: Hitze von innen entsteht aus Yin \square , Yang \uparrow , Feuchtigkeits \square aus MiQi \square , Dü \square , Diätfehler/ Hitze von aussen durch ÄPF wie z.B. Nässe-Kälte, die sich bei längerer Stagnation in Nässe-Hitze umwandelt/ Mißtrauen und Eifersucht über lange Zeit /Häufig in Ländern mit viel Feuchtigkeit und Kälte¹¹²/ uam.

Therapiekonzept: Hitze \diamond , Nässe $\diamond\odot$, u.U. zuerst ÄPFS

Akupunkturpunkte: Mi 9, Mi 6, BI 22, BI 28, RM 3, BI 63, BI 66, Le 8 / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Nahrungsmittel mit einer Energetik, die „bitter-kalt“¹¹³ ist.

2.2.4.1 Prostatitis

Die akute Prostatitis

Wenn es überhaupt zur akuten Prostataentzündung Literatur gibt, dann in der modernen TCM. Selbst diese spärlichen Angaben differenzieren nicht eindeutig im Sinne der Lin-Syndrome.¹¹⁴ Die Syndrome, die Feuchte Hitze in den Organen des unteren SanJiao haben, insbesondere die Lin-Syndrome, sind im Kapitel 2.2.4.2 zu finden.

Die chronische Prostatitis

Die chronische Prostataentzündung lässt sich auf verschiedene Syndrome zurückführen:¹¹⁵

Syndrom: NiYang \square > s.O.

Syndrom: LeberYin \square und NierenYin \square mit Leere-Hitze > s. Yin \square -Syndrome mit Leere-Hitze

Syndrom: Kälteblockade im Leber-Meridian

Dieses Syndrom zieht sich durch alle KH, die die Geschlechtsorgane und ihre Funktionen betreffen.¹¹⁶

Symptome: Kältegefühl im Unterbauch und Hodensack, besser durch Wärme, u.U. weiss gelbes Sekret nach dem Wasserlassen, meist chron. Verlauf,

Puls: Tief, langsam Zunge: Weisser Belag

Ätiologie: ÄPF, uam.

Therapiekonzept: Kälte aus der LeLB \odot , LeLB erwärmen, Qi \bullet \approx \uparrow

Akupunkturpunkte: Le 3, RM 4, Gbl 34, Le 14, Ma 28, Ma 29/ uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Wärmen, wärmende Speisen, Entspannung und alles, was das Yang wieder aufbaut.

¹⁰⁸ ebenda, S. 324 / Maciocia, G.: Grundlagen der CM, S. 301

¹⁰⁹ Lorenzen, U./Noll, A.: Wandlungsphasen in der TCM, WP Wasser, S. 318

¹¹⁰ ebenda

¹¹¹ Maciocia, G.: Grundlagen der CM, S. 300

¹¹² ebenda

¹¹³ Lorenzen, U./Noll, A.: Wandlungsphasen in der TCM, WP Wasser, S. 318

¹¹⁴ Focks, C. et al.: Leitfaden CM, 4. Aufl., S. 1033/ Leider ist auch hier nur vom „Hitze-Lin-Syndrom“ die Rede, das nicht eindeutig zu den 5 Lin-Syndromen der klassischen Texte zuzuordnen ist.

¹¹⁵ ebenda

¹¹⁶ In der westl. Medizin auch bekannt als Prostatadynie oder vegetatives Urogenitalsyndrom/s.a. Focks, C. et al.: Leitfaden CM, 4. Aufl., S. 1035

Wie alle chronischen Entzündungen kann auch die chron. Prostatitis durch tief eingedrungene, nicht ausgeleitete ÄPF entstehen, die den DuMai anfüllen und schwächen, der über einen abdominalen Ast bzw. den Blasenmeridian mit dem urogenitalen Bereich verbunden ist.¹¹⁷

2.2.4.2 Benigne Prostatahyperplasie und Lin-Syndrome

Benigne Prostatahyperplasie Qián Liè Xiàng Zēng Shēng Zhèng 前列腺增生症 und Lin-Syndrome Lín Zhèng 淋证

In der westlichen Medizin ist die Prostata umfassend erforscht und ein Organ typisch männlicher Pathologien geworden.¹¹⁸ In der Chinesischen Medizin ist die Prostata nicht immer offiziell relevant gewesen.¹¹⁹ Besonders dieses Kapitel stützt sich auf die Arbeiten von Udo Lorenzen, weil sonst kein Autor die BPH (Benigne Prostatahyperplasie) so ausführlich beschrieben hat.¹²⁰ Gleichwohl können die fünf Lin-Syndrome, die „Tröpfelnde-Harn-Syndrome“, als eine stille Brücke aus der Zeit der klassischen Texte hinein in unsere Zeit gesehen werden. Sie differenzieren bereits präzise die typisch männlichen Leiden unter dem Leitsymptom der Dysurie. Etwas weiter unten im Text sind die 4 Hauptsyndrome nach der TCM zu finden, die explizit die Pathologie der BPH beschreiben.

Die fünf Lin-Syndrome

1. Syndrom: Shí-Lín = Das Stein-Lin 石淋

Symptome: Erschwertes, u.U. sehr schmerhaftes Wasserlassen, dunkler, blutiger Urin mit Sand oder Steinen, Schmerzen im Unterbauch (Nierenkolik), RS u.U. einseitig, die ins Abdomen ausstrahlen.

Puls: k.A. Zunge: k.A.

Ätiologie: Hitze im unteren SJ, welche den Urin verdampft und eindickt. Dadurch entsteht Sand, der zu Steinen verklumpt./ Klass. Texte: „Nierenschwäche lässt Hitze zerstörerisch werden, Hitze ist der Grund, dass sich Steine bilden“.¹²¹

Therapiekonzept: Hitze * und klären, Nässe ausleiten, Steine auflösen.

Akupunkturpunkte: Xi-Cleft•, je nachdem, wo der Stein sitzt: Bl 63/Ni 5/Le 6. Ebenso sind die Luo• angezeigt. RM 4, RM 5 moxen,/ uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Nieren ↑YY, Entspannung, gut dosierte Bewegung wie z.B. Spazierengehen, Qigong, TaiJiquan, uam.

2. Syndrom: Láo-Lín = Das Strapazen-Lin 勞淋

Symptome: Entspricht in der Symptomatik dem Burn-Out-Syndrom.

Puls: Kraftlos/Ruo, bei zusätzl. Hitze: Schnell/Shuo Zunge: blass, geschwollen, feucht/ Bei Hitzebeteiligung: Rote Zunge.

Ätiologie: Chron. Mi□ und Ni□, Nässe- und Hitzeansammlungen sorgen für Dysurie und eine erschwere Miktion.

Therapiekonzept: Je nach Ursache: Mi↑YY und/oder Ni↑YY und/oder Hitze*.

Akupunkturpunkte: Ni 8, Mi 3 moxen, Pe 8, Le 14/ uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Ursachen erkennen und ausräumen. Wertigkeiten im Leben u.U. neu sortieren.

3. Syndrom: Xuè-Lín = Blut-Lin 血淋

Symptome: Alle oben aufgeführten Lin-Syndrome-Symptome + Hämaturie, Hitze und Fieber.

Puls: Schnell/ shuo , Überflutend/ hong Zunge: Rot, gelber Belag

Ätiologie: Zu viel Hitze im unteren Jiao blockiert den Qi-Fluss und führt zu Blut im Urin.

Therapiekonzept: Zwischen Leere-Hitze und Fülle-Hitze differenzieren! Fülle-Hitze: Hitze klären und * sowie die JinYe schützen/ Leere-Hitze: Yin↑YY und Blut↑YY

Akupunkturpunkte: Ni 2, Ni7, RM 5 moxen, Bl 32/ uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Die Ursache der Hitze erkennen und entsorgen.

4. Syndrom: Qi-Lín = Das Qi-Lin 氣淋

Qi□ im unt. San Jiao

Symptome: Alle oben aufgeführten Symptome, ziehende Schmerzen, schwacher Harnstrahl mit ständigem Tröpfeln/ u.U. alle Symptome der Blasenentzündung.

¹¹⁷ Kirschbaum, B.: Die 8 außerordentlichen Gefäße in der TCM, S. 63 ff

¹¹⁸ Westliche Medizin: Prostata: Vorsteherdrüse beim Mann/Lage: Um die Harnröhre herum, vom Rektum aus zu tasten, an der Stelle, wo die Harnröhre in den Penis übergeht./Grösse: Normalerweise kastaniengross, kann pathologisch bis zu pampelmusengross werden und dann Probleme bei der Miktion machen./Funktion: Sie bildet das Prostata-Sekret, das bei der Ejakulation mit abgesondert wird und ausgestossen wird./ s.a. Schill,W.B.: MännerMedizin, S. 47 ff

¹¹⁹ s. a. das Kapitel 2.2.6 Prostatabeschwerden

¹²⁰ Lorenzen, Udo in Noll/Ziegler(Hrsg.): Der ältere Patient in der CM, S. 376 ff

¹²¹ ebenda

Ätiologie: Heisses, stagnierendes Qi, z.B. bei Blasenentzündung

Therapiekonzept: Qi \downarrow lösen, Diurese \uparrow

Akupunkturpunkte: SJ 6, Gbl 34, RM 3, Ma 28 / Patentrezept bei Blasenentzündung: Mi 6, RM 3, Ma 28 / Ni 8, Mi 9, Le 1, RM 5 moxen/ uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Sanfte Bewegung wie Qigong, Taijiquan, Qi-Fluss in Gang bringen.

5. Syndrom: Gā o-Lín = Das Fett-Lin 膏淋

Symptome: Entspricht der Gonorrhoe, auch Rou-Lin genannt, wegen seinem fettigen, schmierigen Ausfluss, Urin ist trüb und die Miktion ist erschwert./ Leere-Typ, oft mit Kälte – Fülle-Typ, oft mit Hitze.

Ätiologie: Milz \square , Nieren \square ,

Therapiekonzept (laut klassischer Texte): Milz $\uparrow\mathbb{Y}$ und Niere $\uparrow\mathbb{Y}$, dadurch werden die Fettansammlungen aufgelöst/ Bei Fülle: Hitze \ast und Nässe \odot

Akupunkturpunkte: Wichtig ist, die betroffene/n LB zu behandeln/ Mi 9, RM 4, Gbl 39, Le 1, Bl 32, Ni 6, Ni 5, RM 2, Bl 27, Ni 8, Ni 2, Bl 33, Ni 3, Mi 3, Mi 9, / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Alles, was Milz und Nieren stark macht.

Die BPH in der TCM

In der modernen TCM wird die BPH nach 4 Syndromen differenziert.¹²²

1. Syndrom: Nässe-Hitze im unteren SJ Shī Rè Xià Zhù 濕熱下注

Symptome: Schwellung der Prostata, Harn gerötet und trübe, trockener Mund, klebriger Mundgeschmack, Durst, ohne das Bedürfnis, zu trinken,

Puls: Hua, shuo Zunge: Gerötet, gelber, schmieriger Belag

Ätiologie: Ursache Nr. 1: Ni \square , Mi \square + Hitze in der Blase + Ernährungsfehler (Ernährungsfehler sind die erste Ursache, weil die Milz für den Transport und die Transformation der Nahrung verantwortlich ist.) die Milz versucht verzweifelt, die entstandene Hitze weiter zu schieben.

Ursache Nr. 2: Zu lange im Wasser gewesen, nasse Füsse bekommen, Kälte abbekommen.

Therapiekonzept: Hitze klären, Diurese \uparrow , Nässe \odot

Akupunkturpunkte: RM3, Ma28, Mi 6, Mi 9, Wasser \ast , Xi-Cleft \bullet : z.B. Bl 63 / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Ernährungsumstellung: Alkohol, süßes und Fettes meiden.

2. Syndrom: Leber-Qi-Stagnation Gān Qì Yù Zhì 肝氣魚滯

Symptome: Prostataschwellung, Völlegefühl und Unruhe in Abdomen und Brust, Miktionsbeschwerden (s.o.), LeQi \downarrow -Zeichen wie bitterer Mundgeschmack, trockene Kehle, Reizbarkeit, uam.

Puls: Xian, shuo Zunge: Rot, gerötet, Aufgerollte Löffelzunge und unbewegliche Zunge (typisch LeQi \downarrow), rote Ränder sprechen für Hitzebeteiligung.

Ätiologie: Durch lang anhaltende Frustration, Depression und unterdrückte Wut durch z.B. Mobbing, Arbeitslosigkeit, mit zunehmendem Alter, bei veränderter, meist unterdrückte Sexualität: all das führt zu Qi \downarrow und JinYe \downarrow

Therapiekonzept: Qi-Fluss $\uparrow\mathbb{Y}$ – Qi-Fluss befreien und in Gang bringen, Diurese $\uparrow\mathbb{Y}$.

Akupunkturpunkte: SiGuan: Le3/Di4, Le 8, RM3, Le 6, Le 5, / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Erkennen der Lebensumstände, v.a. beim Mann. QiGong, Taiji, Sport, u.U. Paartherapie/Partnertherapie.

3. Syndrom: Blut \downarrow im unteren SJ Xià Jí ào Yū Zǔ 下焦淤阻

Symptome: Vasektomie¹²³

Puls: Chen, Xi, Se Zunge: Purpur, violette Flecken, UZV: Gestaut

Ätiologie: Durch Trauma, Schlag, Sturz, viel Fahrradfahren, Vasektomie in dieser Region kommt es zur Schwellung der Prostata mit allen (oben genannten) Symptomen + stechenden Schmerzen. Nach einigen zeitgenössischen Autoren durch Blut \downarrow -Syndrom verursacht.¹²⁴

Therapiekonzept: Blut $\uparrow\mathbb{Y}\bullet$ und Blut \downarrow lösen. „Das Harte erweichen, Nässe befreien“.¹²⁵

Akupunkturpunkte: Bl 17, Mi 10, Mi 3, Le 3, Le 8, Xi-Cleft \bullet der LeLB, MiLB, NiLB, / uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Die Praxis zeigt, dass Vasektomien die Versorgung und Durchblutung der Prostata verschlechtert. Bei vasektomierten Männern empfiehlt sich daher regelmässig (alle 3–6 Mon.) die Nadelung der XiCleft \bullet der versorgenden Gefäße (Milz, Niere und Leber). Auch die Narbe sollte entstört werden.

¹²² Lorenzen, Udo: Vortrag „BPH und Lin-Syndrome“ Arbeitskreis Hamburg/ ABZ-Nord/ Hamburg, 05.03.2008

¹²³ Lorenzen, Udo: Vortrag „BPH und Lin-Syndrome“ Arbeitskreis Hamburg/ ABZ-Nord/ Hamburg, 05.03.2008 / Hier wurde auch die aktuelle medizinische Diskussion angesprochen, ob eine Vasektomie die Bildung von Prostata-CA begünstigt.

¹²⁴ Lorenzen, Udo in Noll/Ziegler(Hrsg.): Der ältere Patient in der CM, S. 380 ff

¹²⁵ ebenda

4. Syndrom: Milz und Niere sind beide leer Pí Shèn Li ā ng Xū 脾腎兩虛

Symptome: Kälte überall, FeuerNi > Impotenz, Potenzprobleme, alles typische Symptome für den Yang („der Sexdrive fehlt“/U.Lorenzen). LWS-Probleme, Knie-Probleme, Hinter chron. RS steht meist eine Ni, Inkontinenz bei Miktionsverzögerung, Husten, Niesen oder körperlicher Anstrengung.

U.U. viele weiteren MiYang-Zeichen bzw. NiYang-Zeichen.

Puls: Ruo, chen, xi **Zunge:** Blass, geschwollen

Ätiologie: YangQi von Mi und Ni durch zunehmendes Alter, Überarbeitung, Ernährungsfehler,

Therapiekonzept: MiYang↑, NiYang↑

Akupunkturpunkte: Moxa, Shu, Bl 20 z.B., MingMen und NiYang beleben: Bl 23, Du 4/ uvam. – je nach Symptomatik und Therapieschwerpunkt.

Ergänzende Massnahmen: Wärme, Wärme, Wärme! Kräfte schonen, Überanstrengung meiden.

"Güte beim Denken erzeugt Tiefe,
Güte beim Verschenken erzeugt Liebe,
Güte in den Worten erzeugt Wahrheit."
LaoDse, DaoDeDsching, Kapitel 8

2.2.5 Weitere Erkrankungen

Hier werden – ohne Anspruch auf Vollständigkeit– einige weitere Erkrankungen männlicher Geschlechtsorgane und ihre symptomatische Behandlung aufgeführt.¹²⁶

Hoden

Retraktion (Hodenhochstand): Ma 29, Ma 30, Le 3, Le 5, RM 6, RM 7,

Abdomineller Schmerz durch Retraktion (Hodenhochstand): Gbl 27

Plötzliche Schwellung und Schmerz: Le 5

Hodenschmerz: Ma 30

Schmerz, der in die Lumbalregion ausstrahlt: Bl 27

Schwellung: Le 1, Le 3, Le 12, RM 1

Schwellung und Schmerz: Ni 8, Le 10.

Zusammengezogene Hoden: Mi 6

Penis

Kaltes Gefühl in der Eichel: RM 1

Kontraktion: RM 2

Plötzliche, unwillkürliche Erektion: Ni 6, Le 2.

Priapismus: Le 5

Schmerz im Penis: Lu 7, Ma 29, Mi 6, Ni 12, Le 2, Le 8, Le 12.

Schmerz im Bereich der Eichel: Le 1, RM 1.

Schmerz mit Schwellung: Ma 30

Ungenügendes Anschwellen: Bl 28, RM 1¹²⁷

Zurückziehen: Niere 12

Genitalien, allgemein

Eingezogen: Le 1

Generelle Erkrankungen: RM 1

Juckreiz: Lu 10, He 6, Bl 35, Ni 2, Ni 6, Ni 8, Le 5, Le 10, RM 3,

Juckreiz des Skrotums: Ni 10

Schwellung: Bl 60

Schwellung und Juckreiz: Le 8.

Weitere Aspekte

Die letzten Kapitel stehen stellvertretend für eine Vielzahl von weiteren Themen, die hier keinen Platz mehr finden, wie z.B.: Ist Gewalt typisch männlich? Worin liegt latentes und offenes Gewaltpotential begründet? Warum essen und trinken Männer qualitativ deutlich schlechter als Frauen? Wie isst Mann gesund? Morbidität und Mortalität im Geschlechtervergleich? Die Unterschiede der Geschlechter im Drogenkonsum. Männer und Alkohol. Sucht und Männlichkeit – ist das die Suche nach Männlichkeit? Aus dem Reich der Androtopien, also den Plätzen, die typischerweise von Männern belegt werden, liessen sich weitere zahllose Aspekte ableiten. Stellvertretend für die vielen Fragen zu meinem Thema möchte ich die beiden folgenden Kapitel anführen.

¹²⁶ Deadman, P./Khafaji M./Baker, K.: Grosses Handbuch der Akupunktur, Verlag für Ganzheitl. Medizin E. Wühr, 2002, S. 685,686

¹²⁷ Nach Udo Lorenzen der „Viagra“-Punkt/Seminar von U. Lorenzen „Element Feuer“/HH/16.+17.12.2006/s.a. Mein Skript

Ich halte sie, genauso wie den 1. Teil dieser Arbeit, für unverzichtbar, weil sie – nach dem wichtigen, klinischen Teil – wieder das Denken aufmachen sollen, um den Mann nicht nur über Hoden, Penis und Prostata zu begreifen, sondern als Ganzes.

„Das Universum ist bloss eine flüchtige Idee im Geiste Gottes.
Ein ziemlich unbehaglicher Gedanke,
besonders, wenn man gerade die
Anzahlung für ein Haus geleistet hat.“
Woody Allen

2.2.6 Das Alter und der Jugendwahn

Jeder möchte gerne alt werden, aber keiner möchte alt sein! Dieser Widerspruch markiert treffsicher das Dilemma des Älterwerdens: Wir stellen uns in Idealbildern zwar vor, alt zu werden, aber die physische und psychische Realität des Älterwerdens erwischt uns in der Regel eiskalt, ohne dass wir die Chance wahrgenommen hätten, uns darauf vorzubereiten. Einerseits werden wir faktisch heute immer älter, aber es fehlt uns offenbar die Bereitschaft, auch alle Konsequenzen des Älterwerdens zu tragen. Damit sind nur die persönlichen Aspekte gemeint, von den gesellschaftlichen Folgen der auf dem Kopf stehenden Alterspyramide gar nicht zu reden.¹²⁸

Anti-Aging ist längst in der Männermedizin angekommen. Immerhin scheint bei den ernsthaften und kritischen Vertretern der westlichen Medizin mittlerweile eine differenzierte Sichtweise zu greifen, denn es ist neudeutsch vielmehr vom *Aging* die Rede, als vom Anti-Aging.¹²⁹ Das deutet zumindest auf fachlicher Seite eine Tendenz an, in einem ersten Schritt die physiologischen Gegebenheiten des Alterns zu akzeptieren, um sie zu verstehen und mit ihnen therapeutisch zu arbeiten.

Anti-Aging gab es auch schon im alten China. Es wurde nur viel poetischer das „Streben nach Unsterblichkeit“ genannt und hat im Daoismus eine lange Tradition. Allerdings war es meist nur Mönchen oder Kaisern vergönnt, sich darin zu üben, die irdischen Gesetze der Endlichkeit zu überwinden. Mancher Herrscher verlor sich geradezu in der Gier nach Unendlichkeit: Unendlich reich zu sein, ewig zu leben, den Göttern gleich sich aller irdischen Aufgaben zu entledigen. Diese hedonistische, selbstherrliche und unersättliche Gier aber verleugnete sämtliche Gesetze des Dao.¹³⁰

„Das wahre Ziel aller Alchimisten der inneren Tradition, nicht nur in China, war und ist die Veredelung der Persönlichkeit mit dem Ziel der kosmischen Verschmelzung. Es ist eine innere Entwicklung, die sich durch Sublimation, Reinigung und Umwandlung der innewohnenden Substanzen Jing 精, Qi 氣 und Shen 神 in einem langsamen Prozess bis zum Eintauchen in die grosse Leere des Universums vollzieht.“¹³¹
Das, was sich hier wie ein Wunder liest, bekommt im weiteren Verlauf des Buches konkrete Formen und durchaus auch gangbare Wege, um gesund alt zu werden.¹³²

2.2.7 Junge, Junge – Mann oh Mann!

Aus Jungen werden Männer, und wenn wir die Erziehung genau betrachten, müssen wir feststellen, dass eine Erziehung, die den Jungen adäquat wäre, im Grunde nicht vorhanden ist. Die Frauen kümmern sich erst um die Jungen, wenn sie auffällig werden.¹³³ Für eine Jungen-orientierte Erziehung gibt es keinen Anlass, erst später „bei massiven Grenzüberschreitungen interessiert sich die Gesellschaft für die Männer.“¹³⁴ Die Jungen laufen einfach so mit, und je besser sie mit Mädchen und anderen Jungs klar kommen, d.h. keine Auffälligkeiten entwickeln, desto weniger spielt eine geschlechtsspezifische Erziehung für Jungen eine Rolle. Der Junge, der am unauffälligsten ist, eckt am wenigsten an und kommt am besten durch. Was für einen Männer-Typus fördert dieses Erziehungsmodell? Wo bleibt da die Möglichkeit, sich als Junge zu entfalten und eine gute, verantwortungsbewusste, männliche Identität zu entwickeln?

¹²⁸ Auch und gerade in China mit den Folgen der Ein-Kind-Politik ist das ein grosses Problem / s.a. Strittmatter, Kai: Alt werden in Würde: Zum Beispiel China – ein Staat an der Grenze zur Vergreisung/ in Noll/Ziegler(Hrsg.): Der ältere Patient in der CM, Urban & Fischer, 2006S. 11 ff.

¹²⁹ Schill, W.B./Bretzel, R.G./Weidner, W. (Hrsg.): MännerMedizin in der allgemeinmedizinischen und internistischen Praxis, Urban & Fischer 2005, S. 211

¹³⁰ Lorenzen, Udo: Mikrokosmische Landschaften – Übergreifende Konzepte in der Chinesischen Medizin, Bd. 1, 2006/, S. 5 ff.

¹³¹ Lorenzen, Udo: Mikrokosmische Landschaften – Übergreifende Konzepte in der Chinesischen Medizin, Bd. 1, 2006/, S. 6 – 34

¹³² ebenda, S. 5 – 138

Andere Publikationen, die sich mit dem Älterwerden befassen z.B. Schleimer, Jochen Dr.med.: Akupunktur und Anti-Aging, Naturheilpraxis 8/2007, S. 1166 ff.// Noll, A. / Ziegler, B. (Hrsg.): Der ältere Patient in der Chinesischen Medizin – Gesund alt werden, Alterserkrankungen vorbeugen und behandeln, Urban & Fischer, 2006

¹³³ Es sind in den Jahren 0–10 eines Jungen tatsächlich überwiegend Erzieherinnen / siehe auch weiter oben

¹³⁴ Meier, Ulrich: Junge sein und Mann werden – Abenteuer oder Katastrophe? Teil 1 und 2 / in „Hinweis“, Monatliche Zeitschrift antroposophischer Einrichtungen in Hamburg/ Februar 2007 und März 2007

Sicher gibt es Einrichtungen, in denen männliche Erzieher den Jungen bewusst ihren Platz einräumen, in dem sie ihre typisch männlichen Energien ausleben und entwickeln können und in dem sie auch von männlichen Vorbildern geprägt werden. Das ist aber leider die seltene Ausnahme.¹³⁵ Ganz zu schweigen von dem weiblichen Anteil, der uns Männern ebenso immanent ist, wie den Frauen der männliche. Aus Angst davor, der Junge könnte zu unmännlich werden, wird z.B. Homosexualität oft mit einem Tabu belegt und eine diffuse Angst vor dem Schwulsein geschrökt. Angst vor Homosexualität ist ein Thema im Dasein der Männer, wird aber konsequent tabuisiert und ist – wie alle anderen unterdrückten Ängste auch – ein pathogener Faktor. Wenn wir nur richtig hinsehen würden, würde uns so manches Licht aufgehen! Dabei könnten wir uns z.B. bei den Schwulen und Lesben sehr viel an friedlichen und selbstbewussten, selbst bestimmten Lebens-Strategien abschauen. Es gibt noch viele andere gesellschaftliche Gruppen, die uns ein Beispiel dafür geben, wie wir bewusster und entsprechend unserer Bedürfnisse leben können.

千里之行，始于足下。

2.2.8 Männergesundheit – Ein Ausblick

Die Männermedizin gibt es nicht. Einmal, weil ein richtiger Mann offiziell „nicht krank“ ist. Zum anderen sind Männerkrankheiten meist Symptome und die komplexe Folge einer chronisch pathogenen Lebensführung. Wenn wir also dem Patienten über die Symptomatik hinaus helfen wollen, sollten wir die Wurzel der Erkrankung erkennen und behandeln. Die Differenzierung zwischen Biao und Ben führt uns überwiegend zu Wasser-, Holz-, Feuer- oder Erde-Problemen, wobei diese in der Chronifizierung natürlich unterschiedlich kombiniert sein können. Wenn Krebs, meldepflichtige Erkrankungen, Notfälle und andere Indikationen für ärztliche Behandlungen ausgeschlossen sind, ist der Patient in der Naturheilpraxis für Chinesische Medizin genau richtig. Ein gut ausgebildeter Therapeut, der mit klassischer Akupunktur arbeitet, ist sehr wohl in der Lage, die Ursachen aufzuspüren, die sich hinter den Syndromen und Symptomen verbergen. Gerade weil die CM einen konkurrenzlos guten und kostbaren Schatz an diagnostischen und therapeutischen Mitteln zur Verfügung stellt, kann sie den ganzen Mann sehen und behandeln.

Mein Blick auf die Männer und die Vermeidung ihrer Krankheiten, lässt sich mit folgenden Punkten zusammenfassen:

- Wir sehen, was wir wissen, was wir glauben und wovor wir Angst haben. Aber wir sehen nicht, was wir sehen. Wer Augen hat, möge sehen.
- Ganzheitliche Männermedizin ist mehr als die Zusammenlegung einzelner medizinischer Fachrichtungen. Die Naturheilkunde hat die besten Voraussetzungen, über die Einzelbetrachtung männlicher Organe und ihrer Pathologie hinaus, den Mann ganz zu betrachten und zu behandeln.
- Andrologie – Die Lehre des Mannes – wird erst ganzheitlich sein, wenn wir jenseits unerfüllbarer Idealbilder die Realität ganzer, männlicher Identität akzeptieren.
- Von der Lehre des Mannes zur Leere des Mannes. Auch wenn vielfach statt männlicher Identität nicht viel mehr als ein Vakuum zu beobachten ist, so ist dieses Vakuum doch immerhin ein leerer Raum, der mit eigenem Leben gefüllt werden kann.
- Die Behandlung der Männerkrankheiten ist so technisch – der Mann besteht nicht nur aus Technik und aus Trieb! So wie Sex nicht nur von körperlicher Lust angetrieben wird, sondern auch vom natürlichen Bedürfnis nach Wärme und Sicherheit, so suchen und brauchen wir Männer Geborgenheit und Nähe.
- Wenn wir Männer ernst genommen werden wollen, sollten wir bei uns selber anfangen.
- Statt uns an unerreichbaren Idealen abzuarbeiten, sollten wir Männer uns auf das Abenteuer „Selbstbewusstsein“ und „Selbstwert“ einlassen: Körperlich, geistig und seelisch. Wenn ich ein klares, friedliches und autonomes Selbstbewusstsein aufbaue, bin ich ganz da, nicht nur teilweise. Dann beginne ich, meinen inneren Raum mit mir selbst und meinem Leben zu füllen.
- Das Mann-Sein hat pathogenes Potential. Aber nur solange, wie wir krank machende Verhaltensmuster, die als typisch männlich gelten, unkritisch übernehmen. Gerade auf die stillen Pathogene sollten wir besonders achten. Wer nach der Natur lebt, wer gesellschaftlich

¹³⁵ Schnack, Dieter/ Neutzling, Rainer: Kleine Helden in Not – Jungen auf der Suche nach Männlichkeit, Rowohlt Taschenbuch Verlag, 6. Auflage 2003, S. 9 ff.

verantwortungsvoll sein Selbst lebt, folgt den Gesetzen des Dao. Das Dao ist ein guter Weg, um gesund zu bleiben.

- So sehr wir versäumt haben, uns selber als Männer zu emanzipieren, so sehr sollten wir eine Emanzipation leben, die sich nicht im Kritisieren und Negieren des anderen Geschlechts erschöpft. Das gilt für Männer wie für Frauen. Statt uns im Frust zu isolieren, sollten wir friedlich und gemeinsam mit dem anderen Geschlecht nach Gründen und Lösungen unserer Frustration suchen. It takes two to tango!
- Was nicht sofort zu ändern ist, lässt sich manchmal auf sanfte Art zum Besseren hin wandeln. Jede Lösung eines Problems birgt auch die Gefahr, alle positiven Aspekte mit aufzulösen. Das wollen wir nicht, denn der Mann soll ja seine guten, männlichen Energien behalten! Wandlung statt Veränderung!
- Leben ist Fluss und Bewegung! Bewegung – körperlich, geistig und seelisch – kann auch Spass machen.

„Wenn ich die See seh', brauch' ich kein Meer mehr“
Aus den Seemannsliedern von
A. Schäfer, M. Frowin und J. Kilian.

3 Bilder, Quellen und Symbole

3.1 Symbole und Abkürzungen

↑ = Fülle, Stärke, Stärkung, Aufbau, Belebung, Unterstützung / Stärkt, nährt, unterstützt, belebt, fördert, hebt an, baut auf,

□ = Mangel, Leere, Schwäche / Baut ab, leitet aus, eliminiert, beendet, macht weniger unschädlich,

↑↑ = Anheben an von z.B. kollabiertem Yang (verstärkte Aktivität in Richtung des Pfeils)

□□ = Absenken von z.B. Lungen-Qi (verstärkte Aktivität in Richtung des Pfeils)

□ = bringt zurück

□ = zerstreut, bringt hinaus

> = deshalb ... , als Folge davon ...

⌚ = leitet aus, vertreibt (ÄPF wie z.B. Wind, Feuchtigkeit)

⌚ = Klärt, beruhigt, besänftigt, entspannt, harmonisiert

• = bringt in Fluss, bringt in den Umlauf, macht durchgängig, macht funktionsfähig, beruhigt, stabilisiert

⌚ = wandelt um, transformiert (z.B. Schleim in Feuchtigkeit)

≈ = Fluss, bewegt / bedeutet, Bedeutung

* = Kälte, kühlt, vertreibt Hitze

⌚ = Wärme, wärmt, vertreibt Kälte

⚡ = Stärkt

↔ = Öffnet

⤒ = Stagnation, Stau, Stase, Retention

⊗ = Kreuzung, meist von Meridianen

• = Punkt, meist Akupunkturpunkt

♂ = Mann, männlich

♀ = Frau, weiblich

⚠ = Notfall

CM = Chinesische Medizin / TCM = Traditionelle Chinesische Medizin

AP = Akupunktur / AP• = Akupunkturpunkt/ + = tonisierend, konzentrierend, stärkend zu nadeln / - = sedierend, dispersierend, zerstreuen zu nadeln / M = Moxa / MiAd = Mikroaderlass / Schr = Schröpfen, unblutig / BluSch = Blutig Schröpfen

Pat = Patient / KH = Krankheit/en / Chron. = Chronisch / Komb. = Kombination / uvam. = und viele andere mehr / Lat./lat. = lateral und Lateinisch (je nach Inhalt)

WP = Wandlungsphase /

ÄPF = Äußerer pathogener Faktor / IPF = Innerer pathogener Faktor

LB = Leitbahn/en / Meri = Meridian/e / NG = Netzgefäß/e

Lu=Lunge / Di=Dickdarm / Ma =Magen / Mi=Milz / He=Herz / Dü=Dünndarm / Bl=Blase / Ni=Niere / Pe=Perikard / SJ=San Jiao / Gbl=Gallenblase / Le=Leber /

Du=DuMai / RM=RenMai / YinQM=Yin Qiao Mai / YangQM=Yang Qiao Mai / YinWM=Yin Wei Mai / YangWM=Yang Wei Mai / ChM=Chong Mai / DaiM=Dai Mai

S = Schmerzen / KS = Kopfschmerz / RS = Rückenschmerzen / BS = Bauchschmerzen / GS = Gliederschmerzen

ED = Erektile Dysfunktion / GV = Geschlechtsverkehr

S.a. / s.a. = siehe auch / Et. Al. / et al. = und andere/ k.A. = keine Angaben

Anm. = Anmerkung / v. = von,vom / SD = Sascha Dörfler

3.2 Chinesische Zeichen

Die Kalligraphien habe ich, Sascha A. Dörfler, zu verantworten. Sie bedeuten:

• Deckblatt: 冰封三尺,絕非一日之寒 – Bing feng san chi, jue fei yi ri zhi han ≈ Eis von drei Zoll ist nicht das Ergebnis eines kalten Tages. ~ Gut Ding will Weile haben./

Quelle: http://de.wikipedia.org/wiki/Chinesische_Sprichw%C3%B6rter#Chengyu

• S. 8: 水能載舟亦能覆舟 – Shui neng zai zhōu yì neng fu zhōu ≈ Wasser kann das Boot tragen und kann das Boot versenken./ Quelle: http://de.wikipedia.org/wiki/Chinesische_Sprichw%C3%B6rter#Chengyu

• S. 15: 弱之勝強,柔之勝剛 – Ruo zhi sheng qiang, rou zhi sheng gang ≈ Das Weiche besiegt das Harte, das Schwache triumphiert über das Starke. / LaoDse (6. Jh. v.Chr.)/ DaoDeDsching, Kap. 78

• S. 19: 流水不腐 – Liu shui bu fu ≈ Fließendes Wasser faulst nicht. / Lü Bu We (ca. 300 v.Chr. – ca. 235 v.Chr.) Chinesischer Kaufmann, Politiker und Philosoph.

• S. 26: 千里之行,始於足下 – Qian li zhi xing, shi yu zu xia ≈ Auch der längste Marsch beginnt mit dem ersten Schritt / LaoDse (6. Jh. v.Chr.)/ DaoDeDsching, Kap. 64

3.3 Literatur

- Alf, Renate, u.a.: Wenn Männer ihre Tage haben/Comics und Cartoons, Elephanten Press, 1985
- Borel, Henri: Wu Wei – Laozte als Wegweiser, Drei Eichen Verlag, 10. Auflage 1985
- Bornemann, Ernest: Das Patriarchat – Ursprung und Zukunft unseres Gesellschaftssystems, Verlag S. Fischer, 1975
- Bornemann, Ernest: Lexikon der Liebe, Bd. 1 und 2, List Verlag, 1968
- Bourdieu, Pierre F.: Die männliche Herrschaft. Suhrkamp, Frankfurt a. M. 2005 (franz. 1998)
- Cohen, Joseph: Das Penis Buch, Könemann Verlag 2004
- Deadman, Peter: The Treatment of Erectile Dysfunction by Acupuncture, The Journal of Chinese Medicine 85/ 2007, P. 5-15
- Deadman, P./Khafaji M./Baker, K.: Grosses Handbuch der Akupunktur, Verlag für Ganzheitliche Medizin Erich Wühr GmbH, 2002
- Flaws, Bob: Das Geheimnis der Chinesischen Pulsdiagnose, Verlag für Ganzheitliche Medizin Erich Wühr GmbH, 2001
- Focks, C. Dr. med./Hillenbrand, N. Dr. med.: Leitfaden Chinesische Medizin, 4. Aufl. 2003, Urban & Fischer Verlag
- Garret, Laurie: Das Ende der Gesundheit – Bericht über die medizinische Lage der Welt, Siedler Verlag, 2001
- Grossarth-Maticek, R.: Selbstregulation, Autonomie und Gesundheit – Krankheitsfaktoren und soziale Gesundheitsressourcen im sozio-psycho-biologischen System, De Gruyter, 2003
- Hammer, Leon I.: Psychologie & Chinesische Medizin, Joy Verlag, 5. Auflage 2008
- Huangdi Neijing, Der Klassiker des Gelben Kaisers zur Inneren Medizin / Bd. 1 Su Wen, „Reine Fragen“, Bd. 2 Ling Shu, „Achse der magischen Wirkkraft“ oder „Wundersame Türangel“ (Nadelklassiker)/ Es ist die heute allgemein gebräuchliche Fassung von Wang Bing aus dem Jahre 762, einem Arzt aus der Tang-Dynastie. Übersetzung ins Deutsche Wolfgang G.A. Schmidt
- Hueber: Handwörterbuch: Deutsch-Chinesisch / Chinesisch-Deutsch
- I Ging – Das Buch der Wandlungen, Text und Materialien, Übersetzung: Richard Wilhelm, Diederichs Verlag, 15. Auflage 1988
- Kirschbaum, Barbara: Die 8 außerordentlichen Gefäße in der traditionellen chinesischen Medizin, Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft mbH, 3. Auflage 2005
- Laotse/ Lia Dsi/ Dschuang Dsi: Der Taoismus, Voltmedia GmbH, ISBN 3-938478-63-2
- Laudse: Daudedsching, Reclam-Verlag, 3. Auflage 1978
- Lorenzen, Udo: Mikrokosmische Landschaften – Übergreifende Konzepte in der Chinesischen Medizin, Bd. 1, 2006/ Bd. 2, 2007/ Verlag Müller & Steinecke
- Lorenzen, Udo: Terminologische Grundlagen der traditionellen chinesischen Akupunktur, ABZ-Nord, Kiel, 3. unveränderte Auflage, Kiel
- Lorenzen, Udo/ Noll, Andreas: Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, 5 Bände, Verlag Müller & Steinecke / Bd. 1: WP Holz, 1. Aufl. 1992 / Bd. 2: WP Metall, 1. Aufl. 1994, 2. Aufl. 2007/ Bd. 3: WP Erde, 1. Aufl. 1996 / Bd. 4: WP Feuer, 1. Aufl. 1998 / Bd. 5: WP Wasser, 1. Auflage 2000
- Lown, Bernard: Die verlorene Kunst des Heilens, Schattauer, 2. Auflage, 2002
- Meier, Ulrich: Junge sein und Mann werden – Abenteuer oder Katastrophe? Teil 1 und 2 / in „Hinweis“, Monatliche Zeitschrift antroposophischer Einrichtungen in Hamburg/ Februar 2007 und März 2007
- Maciocia, Giovanni: Die Grundlagen der Chinesischen Medizin, Verlag für Ganzheitliche Medizin Erich Wühr GmbH, 1994
- Maciocia, Giovanni: Die Praxis der Chinesischen Medizin, Verlag für Ganzheitliche Medizin Erich Wühr GmbH, 1997
- Noll, A. / Ziegler, B. (Hrsg.): Der ältere Patient in der Chinesischen Medizin – Gesund alt werden, Alterserkrankungen vorbeugen und behandeln, Urban & Fischer, 2006
- Perry, Martin: Selbstvertrauen, Edition XXL GmbH, 2007
- Peilin, Sun: Schmerzbehandlung mit chinesischen Arzneien und Akupunktur, Urban & Fischer, 2005
- Pschyrembel Wörterbuch Sexualität, De Gruyter, 2003
- Riemann, Fritz: Grundformen der Angst, Weltbild Verlag, 37. Auflage 2006
- Schill, W.B./Bretzel, R.G./Weidner, W. (Hrsg.): MännerMedizin in der allgemeinmedizinischen und internistischen Praxis, Urban & Fischer 2005
- Schnack, Dieter/ Neutzling, Rainer: Kleine Helden in Not – Jungen auf der Suche nach Männlichkeit, Rowohlt Taschenbuch Verlag, 6. Auflage 2003
- Schleimer, Jochen Dr.med.: Akupunktur und Anti-Aging, Naturheilpraxis 8/2007, S. 1166 ff.
- Servan-Schreiber, David: Die neue Medizin der Emotionen–Stress, Angst, Depression: Gesund werden ohne Medikamente, Kunstmann Verlag, 2004
- Strittmatter, Kai: Alt werden in Würde: Zum Beispiel China – ein Staat an der Grenze zur Vergreisung/ in Noll/Ziegler(Hrsg.): Der ältere Patient in der CM, Urban & Fischer, 2006
- Temelie, B./ Trebuth, B.: Das Fünf Elemente Kochbuch, Joy Verlag, 19. Auflage 2004
- Unschuld, Paul U.: Medizin in China – Eine Ideengeschichte, Verlag C.H. Beck, 1980
- Urban, A.J.: Wörterbuch: Chinesisch-Deutsch/Deutsch-Chinesisch, Urban-Verlag 2007
- Zöllner, Josephine Dr. med.: Das Tao der Selbstheilung / Die chinesische Kunst der Meditation in der Bewegung – Ein Weg der Selbsthilfe und Heilung/ Otto Wilhelm Barth Verlag, 5. Auflage, 1987

3.4 多謝

多謝 – Du ö Xiè ≈ Vielen Dank an zwei meiner Lehrer: Udo Lorenzen und Thomas Hartz von Zacharewicz. Udo Lorenzen hat mir mit seinem unglaublichen Wissen, seiner Erfahrung und seiner Offenheit für spannende Themen gute Impulse für meine Arbeit gegeben. Thomas Hartz von Zacharewicz, bei dem ich nicht nur viel im Unterricht und in den Ambulatorien lernen durfte, sondern, der mir auch in seiner Haltung als Therapeut und Vertreter der klassischen Chinesischen Medizin ein wichtiges Vorbild ist, hat mir in jeder noch so schwierigen Phase mit seiner klaren und ruhigen Art geholfen. Kein Yang ohne Yin! Neben männlichem Coaching hatte ich auch weibliche Unterstützung. So möchte ich mich bei Peng Lan herzlich bedanken. Sie half mir mit der Übersetzung einiger Zitate ins Chinesische und in die Pinyin-Umschrift, und hat mir mit ihrer freundlichen, kompetenten und unkomplizierten Art auch immer viel Mut gemacht.
万分感謝,臘。

Nicht zu vergessen, die vielen Gespräche, die ich mit Patientinnen und Patienten, Freundinnen und Freunden, Kolleginnen und Kollegen, Ärztinnen und Ärzten, Familienangehörigen und vielen anderen geführt habe. Sie alle haben mir geduldig zugehört, mir widersprochen, mich inspiriert, mir ihre Angst gezeigt, mich belächelt und beflügelt, auch wenn ich sehr viel öfter grosse Fragezeichen hinterlassen habe, als Friede, Freude und Eierkuchen. 愛情。