



# Traditionelle chinesische Medizin

Jahrgang I, Ausgabe I

29.06.2003

## Vorwort

Liebe Patientin, lieber Patient

Ich stelle in den Medien und auch Seitens der Patienten ein Interesse an der chinesischen Medizin und Philosophie fest.

Viele Patienten und Interessenten haben zwar von den vielen Möglichkeiten der chinesischen Medizin gehört, tapfen jedoch wenn es um ein tieferes Verständnis geht, im Dunkeln. Ziel dieser Publikation ist es, Licht in das oben erwähnte Dunkle zu bringen.

Was Sie liebe/r Leser/in, mitbringen müssen ist Zeit und das Interesse, sich dem Unbekannten zu öffnen. Es wird nicht immer einfach sein, aber Ihre Geduld wird am Schluss belohnt.

In dieser Ausgabe:

Die westliche und die chinesische Betrachtungsweise	2
Das Schriftzeichen Yin und Yang	2
Yin und Yang und seine Wandlung	2
Yin und Yang und sein Konzept	3
Yin und Yang Beispiele auf den Menschen übertragen /	4
Das Yin und Yang Symbol /	
Yin und Yang und die Anatomie	
Organe und Ihre Zuordnung zu Yin und Yang /	5
Aufzählung der Yin und Yang Organe	
Schlusswort	6

陰  
Yīn



陽  
Yáng

## Die westliche und die chinesische Betrachtungsweise

Das Yin und Yang-Konzept hat mit jenem von Qi (Energie) die chinesische Philosophie über die Jahrhunderte durchdrungen und unterscheidet sich radikal von jeglichen westlichen philosophischen Ideen. Im allgemeinen basiert die westliche Logik auf der Gegenüberstellung von Gegensätzen. Dementsprechend können zwei gegensätzliche Aussagen, wie „Der Tisch ist rechteckig“ und „Der Tisch ist nicht rechteckig“ nicht beide richtig sein. Diese Annahme hat das westliche Denken seit mehr als 2000 Jahren geprägt.

Das chinesische Yin- und Yang-Konzept ist von diesem Denksystem grundlegend verschieden: Yin und Yang repräsentieren gegensätzliche, jedoch einander ergänzende und ineinander übergehende Eigenschaften.

Jedes Ding, jedes Phänomen kann gleichzeitig es selbst und sein eigener Gegensatz sein. Ausserdem enthält Yin, den Keim des Yang und umgekehrt, so dass im Gegensatz zur aristotelischen Logik, A auch nicht A sein kann.



### Das Schriftzeichen Yin und Yang



Das chinesische Schriftzeichen für Yin bezieht sich auf die Schattenseite eines Hügels. Das chinesische Schriftzeichen für Yang bezieht sich auf die Sonnenseite eines Hügels.

Somit steht also das Schriftzeichen für Yin für die schattige Seite des Hügels, hingegen das Schriftzeichen für Yang steht für die sonnige Seite des Hügels. Da es auf der schattigen Seite des Hügels (Yin) weniger Licht als auf der sonnigen Seite des Hügels hat, ist es dort logischerweise dunkler. Auf der Sonnenseite des Hügels (Yang) ist es heller, weil dort die Sonne scheint. Es ergeben sich also die Gegensätze Hell und Dunkel. Man kann auch sagen, dass es auf der Schattenseite des Hügels (Yin) schattig, oder kalt ist. Auf der Sonnenseite des Hügels (Yang) ist es heller weil dort mehr Licht ist und auch warm, weil dort die Sonne scheint.

Schon haben wir folgende Unterscheidungen: Yin = Dunkel, Schattig, Kalt. / Yang = hell, sonnig, warm.

### Yin und Yang und seine Wandlung

Wir wissen natürlich, dass wir auf der Welt nicht 24 Stunden am Tag hell oder dunkel haben. Wir haben es am hellsten und sonnigsten um 12.00 h mittags (Grosses Yang). Ebenso haben wir es um 24.00 h Mitternachts am dunkelsten (Grosses Yin). Dazwischen liegen fließende Abstufungen. In der Zeit des Sonnenaufganges wird das Yang aktiv (Sonne geht auf), es ist die Zeit des Kleinen Yang, das sich bis 12.00 h Mittags verstärkt und schliesslich zum Grossen Yang wird. Die Zeit nach Mittag ist die Zeit des Kleinen Yin. Das Kleine Yin mehrt sich bis um Mitternacht 12.00 zum Grossen Yin. Die Dunkelheit trägt den Keim der Helligkeit in sich und umgekehrt. Wenn es keine Dunkelheit geben würde, gäbe es auch keine Helligkeit. Wie kann etwas unten sein, wenn es kein Oben gäbe. Bleiben wir bei den Beispielen. Sonnig, warm = Yang / Schattig, kalt = Yin.

Wenn wir logisch vorgehen ist es A: in der Schweiz kälter (= Yin), als in Spanien (wärmer = Yang). In diesem Vergleich ist die Schweiz (kälter = Yin) und Spanien wärmer (= Yang).

Der Nordpool ist kälter (= Yin) als die Schweiz (wärmer = Yang). In diesem Beispiel ist die Schweiz wärmer (=Yang) im Vergleich zum Nordpool kälter (= Yin). Die Schweiz ist also nicht fix Yin oder Yang. Es kann also sein das etwas Yin und Yang ist. Oder A auch nicht A sein kann.

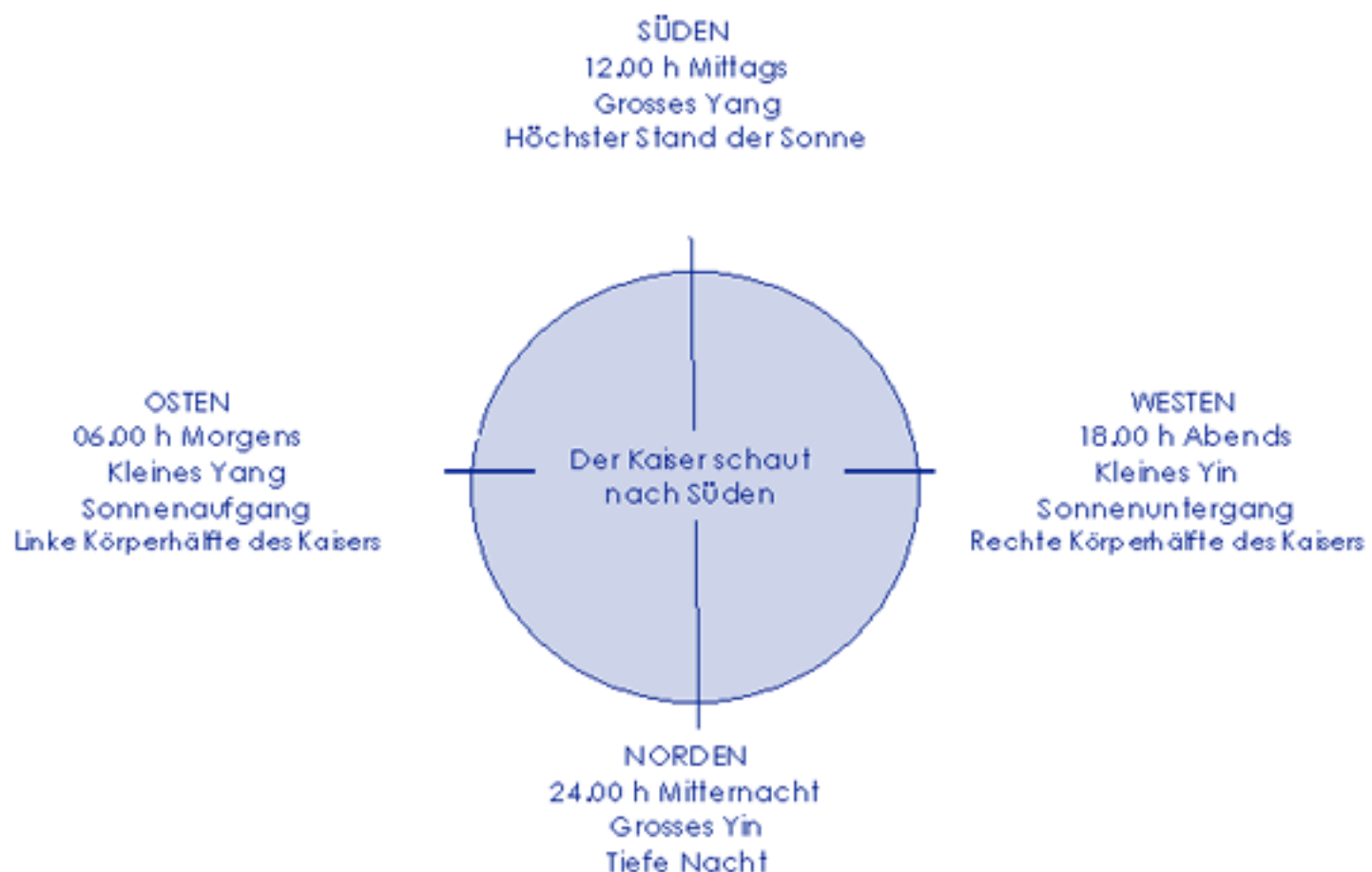
## Yin und Yang und sein Konzept

Wie wir festgestellt haben ist Yin und Yang nicht etwas fixiertes, sondern etwas lebendiges im Rhythmus der Natur und Gezeiten. Die Nacht geht in Tag über und der Winter in den Frühling.

Der Himmel (wo die Sonne ihren Sitz hat) ist deshalb Yang, und die Erde ist Yin. Die alten chinesischen Bauern nahmen den Himmel als ein rundes Gewölbe und die Erde als flach wahr. Daher ist die runde Form Yang, die rechteckige Yin. Der Himmel mit Sonne, Mond und Sternen, auf denen die chinesischen Bauern ihren Kalender aufbauten, entspricht der Zeit. Die Erde, die in Felder unterteilbar ist, korrespondiert mit dem Raum.

Da die Sonne im Osten auf- und im Westen untergeht, gehört der Osten zum Yang und der Westen zum Yin.

In der chinesischen Kosmologie wurden die Richtungen des Kompasses unter der Annahme definiert, dass man nach Süden schaut. Das zeigt sich auch in Kaiserlichen Zeremonien. Der Kaiser blickte nach Süden, seine Untertanen sahen nach Norden. Der Kaiser öffnete sich also dem Einfluss vom Himmel, (Höchster Stand der Sonne = Grosses Yang) und Süden. Der Süden ist daher wie der Himmel, er liegt obenauf, der Norden ist daher wie die Erde, zuunterst liegend. Indem er nach Süden blickt, identifiziert der Herrscher seine linke Körperseite mit dem Osten (Sonnenaufgang = Kleines Yang) seine rechte Körperhälfte mit dem Westen (Sonnenuntergang = Kleines Yin). Siehe Abbildung unten.



## Yin und Yang Beispiele auf den Menschen übertragen

Wir erkennen also anhand des oben genannten Zeremoniells und der Zuteilung der Himmelsrichtungen, dass die linke Seite des Körpers Yang und die Rechte Seite des Körpers Yin entspricht. Die Sonne im Himmel ist Yang, die Sonne ist oben. Der obere Teil des Körpers wird also dem Yang zugesprochen, die Erde ist unten und wird folgerichtig dem Yin zugeteilt, ebenso wie der untere Teil des Körpers.

Dem Bauer, der gebückt auf dem Reisfeld steht, scheint die Sonne auf den Rücken. Aus dieser Beobachtung wurde die Rückseite des Körpers dem Yang zugeordnet.

Nachdem die Sonne (Yang) aufgeht ist der Mensch aktiv, und in der Nacht (Yin) schläft er. Daraus lassen sich zwei weitere Zustände ableiten. Aktiv = Yang, Passiv = Yin.

## Das Yin und Yang Symbol

Das Yin wird durch die dunkle Hälfte symbolisiert (Schattenseite des Berges). Das Yang wird durch die helle Hälfte symbolisiert (Sonnenseite des Berges). Wie wir inzwischen wissen, beschreibt Yin und Yang kein fester Zustand. Es ist ein fließen und ineinander übergehen z. B. wie Morgen, Mittag, Nachmittag, Abend. Wie gesagt ohne Wärme keine Kälte. Jedes trägt das Potential des anderen in sich, was durch den hellen kleinen Kreis (Yang) in der dunklen, grossen Hälfte (Yin) und umgekehrt durch den kleinen dunklen Kreis (Yin), in der grossen, hellen Hälfte (Yang) symbolisiert wird.



## Yin und Yang und die Anatomie (Körperbau)

Repetition: Erde, Dunkelheit, Kälte = Yin / Himmel, Sonne, Wärme = Yang

In der traditionellen chinesischen Medizin werden die Körperflüssigkeiten inklusive Blut dem Yin zugeordnet. Ebenso die Knochen. Das weniger Materielle, z. B. die Seele, der Geist, die Psyche werden dem Yang zugeteilt.

Die Psyche der Geist und die Seele sind wie der Himmel (Yang), nicht greifbar. Die Körperflüssigkeiten inklusive Blut, kann man schon anfassen, wie die Erde (Yin). Die Muskeln und Sehnen sind noch fester greifbar (Materie), als Blut und somit noch stärker (Yin), gefolgt von den Knochen, Knorpeln etc., die noch stärker greifbare Materie (Energie) sind und somit noch stärker Yin.

Erinnern Sie sich an das Beispiel auf Seite 2, in dem die Schweiz je nach Land mit dem sie verglichen wurde, entweder Yin oder Yang war. So ist Blut relativ feine Materie (Yang) im Vergleich zu den Knochen (festere Materie = Yin).

## Organe und ihre Zuordnung zu Yin und Yang

Es gibt in der traditionellen chinesischen Medizin eine Aufteilung in Hohl- (z.B. Magen) und Speicherorgane, z.B. Leber. Die Hohlorgane werden „Fu“ genannt und werden dem Yang zugeteilt. Die Speicherorgane werden Zang genannt und werden dem Yin zugeordnet.

Die chinesischen Zeichen Zang & Fu bedeuten beide Organ!

Im Schriftzeichen „Zang“ sind das Zeichen für „Fleisch“ und das Zeichen für „speichern“ enthalten.

Im Schriftzeichen „Fu“ sind das Zeichen für „Fleisch“ und für „Regierungssitz“ enthalten.

Die Zuordnung der Organe zu Yin-Organen und Yang-Organen geschieht über die Betrachtung von Struktur, Lage und Funktion.

Die Yin-Organen sind von festerer Struktur = Yin, (siehe Seite 4, unterster Abschnitt), sie sind innen, und speichern die reinen Substanzen (Wie die Erde = Yin, den Samen).

Die Yang-Organen sind von weniger fester Struktur = Yang. Sie liegen oben (wie der Himmel = Yang), und sie füllen sich und scheiden die weniger reinen Substanzen aus.

### Aufzählung der Yin Organe = Speicherorgane (Zang)

	<u>Zang</u>	
Chinesischer Begriff	Deutsche Übersetzung	Gebräuchliche Abkürzung
Shen	Nieren	Ni
Pi	Milz / Bauchspeicheldrüse	MP
Gan	Leber	Le
Xin	Herz	He
Fei	Lunge	Lu
Xin Bao	Kreislauf	KS

### Aufzählung der Yang Organe = Hohlorgane (Fu)

	<u>Fu</u>	
Chinesischer Begriff	Deutsche Übersetzung	Gebräuchliche Abkürzung
Pang Guang	Blase	Bl
Wei	Magen	Ma
Dan	Gallenblase	Gb
Xiao Chang	Dünndarm	DÜ
Da Cang	Dickdarm	Di
San Jiao	Dreifachewärmer	3E



Rolf Eggenschwiler  
Seevorstadt 53  
2502 Biel

Telefon: 032 - 322 07 70  
Fax: 032 - 325 98 70  
E-Mail: [equilibre@gmx.ch](mailto:equilibre@gmx.ch)

---

Kraft ist wie ein Tanz um eine  
Mitte, in der gespannt ein grosser  
Wille steht!

Sie finden mich auch im Internet!  
<http://www.equilibre-shop.com>



## Schlusswort

Liebe Leserin, lieber Leser

Kompliment, Sie haben sich soeben in ein anspruchsvolles Gebiet eingearbeitet. Es würde natürlich den Rahmen dieser Hauszeitung sprengen, das Thema Yin und Yang ganz abzuhandeln. Wie ich auf der ersten Seite geschrieben habe, geht es um ein besseres Verständnis der chinesischen Medizin und Philosophie und nicht um eine Ausbildung.

Sollten Unklarheiten entstanden sein, so fragen Sie mich einfach. Ich werde mich bemühen, Ihnen zu helfen.

Je nach meinen zeitlichen Möglichkeiten, werde ich Ihnen die zweite Ausgabe in etwa vier Wochen zustellen. Die Hauszeitung „Traditionelle chinesische Medizin“ ist nicht kommerziell. Es ist mir ein persönliches Anliegen, Sie über diese Themen zu informieren. Sollten Sie noch weitere Interessenten kennen, können Sie mir deren Adressen mitteilen. Ich werde auch Ihren Freunden gerne diese Informationen zukommen lassen.

Mit freundlichen Grüssen

Rolf Eggenschwiler