

✉ J. Gleditsch

Das Bild vom Menschen in der TCM und im I Ging

Die phänomenologische, analoge und polare Sichtweise als Schlüssel zur Psychosomatik

Image of man in TCM and I Ging

Phenomenology, analogy and polarity of perception as a key to psychosomatic medicine

Zusammenfassung

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) wie im I Ging werden Phänomenologien, Analogien wie auch die Polarität anschaulich und nachvollziehbar. Sie führen zum Verständnis tieferer Zusammenhänge, die wiederum für die Diagnostik und Therapie wegweisend sind. Die moderne Psychosomatik erfährt durch diese Sichtweise eine Ergänzung und bildhafte Somatopsychik.

Im I Ging wird – in Symbolen verschlüsselt – der Reifungsweg des Menschen über Stufen der Wandlung ablesbar: ein evolutiver Entfaltungsbogen mit vier dynamischen Prozessen, die den psychischen Analogien von vier der TCM-Elemente entsprechen.

Schlüsselwörter

I Ging, Traditionelle Chinesische Medizin, Psychosomatik

Abstract

Traditional Chinese Medicine (TCM) and I Ging alike make phenomenologies, analogies as well as the polarity clear and comprehensible. They lead to an understanding of profound interrelationships, which in turn point the way to diagnosis and therapy. This perspective provides modern psychosomatics with a complement and graphic somatopsychic.

Encoded in symbols – the I Ging depicts man's road to maturity through stages of transformation: an evolute arch of development comprising four dynamic processes corresponding to the psychic analogies four of TCM elements.

Keywords

I Ging, Traditional Chinese Medicine, psychosomatic medicine

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) wie auch die alte Weisheit des I Ging vermitteln eine erweiterte Sicht des Menschen – in seinem Wesensbezug zu sich wie auch zur Welt. In der chinesischen Kultur und Medizin werden Körper und Seele nicht so streng getrennt gesehen, sondern weit mehr in ihrer Wechselbeziehung. Darum können wir aus der TCM gewinnbringende Folgerungen für die heutige Psychosomatik herleiten. Das in der asiatischen Kultur verwurzelte Wahrnehmen von Phänomenologie, Analogie und Polarität bleibt nicht theoretisch, sondern führt zur praktischen Umsetzung – so auch in der Medizin. Auf diese Weise ergibt sich ein erweitertes, facettenreicheres Menschenbild, das die westliche Medizin und Psychologie zu bereichern vermag [1, 2].

Die Phänomenologie der drei Vertikalachsen

Die phänomenologische Sichtweise, die sich am Erscheinungsbild orientiert, entspricht unserer Fähigkeit zum ganzheitlichen Wahrnehmen (rechte Hirnhemisphäre). Bei den drei von Kopf bis Fuß ziehenden Vertikal-Achsen, den Meridiankopplungen *Tai Yang*, *Shao Yang* und *Yang Ming*, treten phänomenologische Merkmale deutlich vor Augen: Diese drei Achsen markieren eine dorsale, eine laterale wie auch eine ventrale Ausrichtung des Menschen. Durch diese drei Koordinaten wird seine Stellung in Raum und Zeit offensichtlich.

Die Dorsale Achse *Tai Yang* symbolisiert den Bezug des Menschen zum Rück-wärtigen – räumlich wie zeitlich. Rückendeckung vermittelt Geborgenheit und Sicherheit; der Mensch findet Schutz im Rück-zug (flight). Der Leib verlangt Rück-sicht auf seine Bedürfnisse. Zeitlich liegt das leiblich Durchlebte und Durchlittene „hinter uns“ als Grunderfahrung, was sichernde Reflex-Mechanismen auslöst. Hinten steht – symbolisch – auch der eigene Stamm – die Vorfahren: so die unversöhnten Beziehungsnot mit den Eltern, was sich nicht selten im Dorsum auswirkt. Eine positive Einstel-

lung zur eigenen Herkunft wie auch zur eigenen Biografie führt, wie die Therapie häufig bestätigt, zu stärkerem Rückhalt. Es gilt, den Stand – das Gerüst – zu festigen und „zu sich zu stehen“.

Die Laterale Achse *Shao Yang* veranschaulicht hingegen den Frei- und Spielraum des Menschen: Er will sich in seinem Umkreis – seinem Terrain – ausleben und verwirklichen. Das Laterale steht – anders als das Dorsale und Ventrale – sich selbst polar (rechts-links) gegenüber, was zu rotativem Schwung – somatisch wie psychisch – beiträgt. Das sich hier darstellende Ich darf seinen Platz beanspruchen und die Weite und Freiheit, den Mut und die Lust des eigenen Wollens auskosten – in kraftvoller Durchsetzung ebenso wie in situativer Anpassung.

Die Ventrale Achse *Yang Ming* schließlich versinnbildlicht die Ausrichtung des Menschen nach vorn – hin zum Gegenüber und zu allem, was auf ihn zukommt und ihn fordert. Kon-Frontation kann nicht mit Reflex-Reaktionen bezwungen werden: Hier ist bewusstes Erkennen angesagt samt prozessuellem Verarbeiten. „Vor“ dem Menschen liegt das Kommende, die Zukunft, jede neue Herausforderung wie auch alles Befürchtete. Oft liegt eine vorgebeugte Körperhaltung nicht nur an einer Dorsal-Schwäche (Wirbelsäule), sondern an alimentär, kognitiv oder auch sozial Unbewältigtem, das „unverdaut im Magen liegt“.

So steht der Mensch – phänomenologisch gedeutet – in einer dreifachen Ausrichtung, symbolisiert in einer Haltungs-, einer Bewegungs- und einer Begegnungs-Achse. Dies legt ihm einerseits Bedingungen auf, bringt andererseits aber auch wichtige Ressourcen ein [3].

Analogie als Schlüssel zur Psychosomatik

Mittels der analogischen Sichtweise können wir Parallelen und Übereinstimmungen durchschauen, die auf einen gemeinsamen

Nenner hinweisen. Dank der Analogien lassen sich in Diagnostik und Therapie erweiterte Zusammenhänge aufdecken. Dies gilt insbesondere für die Parallelen zwischen den somatischen und psychischen Aspekten der TCM-Elemente: Die hier diskutierten Folgerungen gehen zum Teil über die TCM-Aussagen hinaus; ergänzen diese jedoch wesentlich. Die psychischen Entsprechungen sind bei vier Funktionskreisen als disharmonisches Verhalten überliefert: nämlich Angst, Zorn, Grübeln, Trauer. Dank der somatisch-psychischen Analogie lassen sich jedoch vier harmonische Bilder definieren und der Therapie zugrunde legen. Diese Weiterführung bereichert nicht nur die TCM-

Lehre, sondern erklärt auch die Wechselwirkungen zwischen Soma und Psyche – bis hin zu einer „Somatopsychik“ [4, 5]. Für den Funktionskreis Niere/Blase mit der hier zugehörigen harten Halte-Struktur (Knochen, Rückgrat) ergibt sich als psychisches Korrelat nicht nur Angst, sondern als positive Ressource: innere Festigkeit, Sicherheit und Geborgenheit. Existenzielle Angst entspringt aus dem Sicherheitsbedürfnis und kann lebensrettend sein; erlittene Traumen aber begründen nicht selten eine fortdauernde Einschüchterung. Kälte und Härte als weitere Analogien des Nieren-Systems trainieren das Durchstehvermögen, das Überleben in bedrohlichen Situationen. Das stimmt mit der Erfahrung der EAV (Elektroakupunktur nach Voll) überein, dass die sogenannte Yang-Niere der Nebennieren-Funktion (Adrenalin etc.) entspricht.

Für den Funktionskreis Leber/Gallenblase sollten als das psychische Äquivalent nicht nur Wut, Zorn und Ärger gelten, sondern primär – als Analogie zur muskulären Bewegungsdynamik – die Vielfalt der seelischen Bewegtheit: das weite Spektrum der Affekte, Emotionen samt Mut, Unternehmungslust („Fun“), Schwung, Impulsivität, Originalität wie auch Wendigkeit und situative Anpassung.

Für den Funktionskreis Milz/Magen ist als psychische Entsprechung nicht nur Grübeln und Sorge anzusehen, sondern ebenso – analog zur somatischen Mund-Magen-Funktion – die Fähigkeit, mit Neuem, Fremdem (Nahrung, Information) konstruktiv umzugehen; hierzu gehören Kontakt, Hereinnahme, Erkennen, Erschließen und Verarbeiten. Die hier geltende Integrationskraft – Binden und Gebunden-Werden – ist somatisch im zugehörigen Bindegewebe repräsentiert.

Für den Funktionskreis Lunge/Dickdarm bilden der Atem – das In- und Expirium – sowie die Symbiose das Muster für die analoge positive psychische Verhaltensweise, nämlich die Fähigkeit zum Hinnehmen wie auch zum Hergeben und zum Loslassen: also nicht nur – wie überliefert – Trauer und Wehmut, sondern vor allem die Bereitschaft zu Aussöhnung und innerer Reifung. Der Funktionskreis Herz/Dünndarm hat bekanntlich als Einziger ein positives psychisches Äquivalent: die Freude, die Harmonie, die Teilhabe am „Shen“ – dem Geistigen [6].

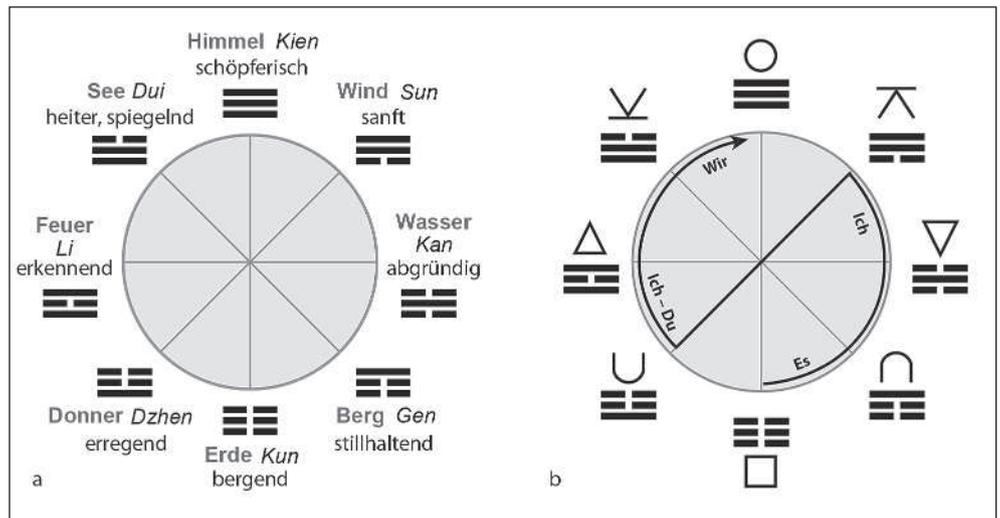


Abb. 1: a) Der Achter-Trigramm-Kreis mit den überlieferten Bezeichnungen
 b) Der Kreis mit den überlieferten Symbolen und der Mittendurchkreuzung

Die polare Wandlungsdynamik im I Ging

Die Polarität, als eine das asiatische Weltbild prägende Grunderfahrung, wird im I Ging, dem uralten Weisheitsbuch als dem „Buch der Wandlungen“, besonders anschaulich. Auch im I Ging finden sich weitere aufschlussreiche Folgerungen für die TCM-Funktionskreise, speziell bezüglich der psychischen Verhaltensformen. Im Gegensatz zu den disharmonischen Bildern, wie sie dem TCM-Therapeuten begegnen, lassen sich auch aus der Urstruktur des I Ging positive Verhaltensweisen ableiten.

Die überlieferten disharmonischen Bilder der TCM (Angst, Wut, Grübeln, Trauer) stellen sich dem Therapeuten quasi als „Ist-Werte“ dar. Es erweist sich als sinnvoll, diese Bilder in gleicher Weise wie in biologischen und technischen Regelsystemen auf ihren Soll-Wert hin zu definieren. Denn gerade für die Psyche gilt, dass sie dem Wandel unterliegt. Im I Ging ist allerdings nicht die übliche Polarität Yin/Yang maßgebend, sondern „Weich/Fest“: also nicht die gegenseitige Ergänzung, sondern die Wandlungsdynamik einer fortschreitenden Formung.

Aus den spezifischen Aussagen – Namen und Symbolen – der dem I Ging zugrunde liegenden Achter-Struktur mit ihren im Kreis angeordneten acht Wandlungsschritten lässt sich auf acht psychische „Soll-Werte“ schließen: auf Bilder für seelische Ausgeglichenheit und Harmonie. Die derart transparent werdenden Soll-Werte sind allerdings keine ethisch-moralischen Forderungen wie die religiösen Gebote („du sollst nicht“). Vielmehr sind es in Symbolen aufgezeigte Möglichkeiten und Fähigkeiten, die – übereinstimmend mit der TCM – die jeweils analogen somatischen Funktionen spiegeln.

Im I Ging ist das Polare als Binär-Code verschlüsselt: Die beiden Urzeichen sind eine ungebrochene sowie eine gebrochene (geteilte) Linie, was der modernen Codierung 0/1 entspricht. Das bekannte Orakel besteht aus 64 Hexagrammen, von denen jedes ein unterschiedliches Bild von sechs Etagen-Linien darstellt. Jedem Hexagramm ist ein metaphorartiger Sinnspruch zugehörig, der sich seit Jahrtausenden als hilfreiche Wegweisung für den Ratsuchenden erwiesen hat [7, 8]. In den letzten Jahrzehnten ist eine Parallele zwischen den 64 unterschiedlich

zusammengesetzten Hexagramm-Zeichen und den 64 Triplets des genetischen Codes aufgedeckt worden [9, 10]. Es finden sich also erstaunenswerte Fakten im I Ging, was die Faszination von so großen Geistern wie C.G. Jung, Hermann Hesse, Werner Heisenberg u. a. erklärt.

Dem 64er-Hexagramm-Orakel liegt als Fundament eine Achter-Struktur von acht im Kreis angeordneten dreistöckigen Trigrammen zugrunde. Jedes Trigramm ist durch einen aus der Natur entlehnten Namen (wie z. B. Wasser, Wind etc.) samt Eigenschaft sowie durch eine Symbol-Figur charakterisiert. Diese ausdrucksvollen Symbole finden sich in einem alten I Ging-Kommentar (*Shuo Gua*) ausgemalt [11]. Sie sind bisher kaum beachtet worden. Im Achter-Kreis steht am Nadir als Ursprung das Trigramm „gebärend, Mutter, Erde“ mit dem Symbol „Quader“ (Kubus): codiert mittels drei geteilter Linien bzw. 000. Gegenüber am Zenit findet sich das Trigramm „Vater, schöpferisch, Himmel“ mit dem Symbol „Kugel“ (Sonne): codiert mittels drei Voll-Linien bzw. 111. Zwischen dem Ursprung (000) und dem Ziel (111) entfaltet sich der Weg vom „ungeformten Weich“ zum „ausgeformten Fest“. Bei jedem Wandlungsschritt ändert sich eine der drei Trigramm-Linien als Anzeichen der fortschreitenden Wandlung: in kybernetisch-codierter Abfolge 000-001-010-011-100-101-110-111.

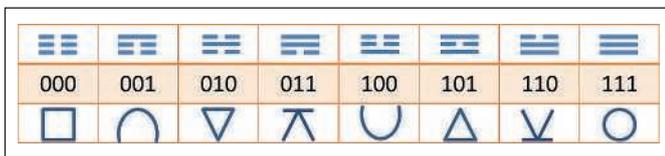


Abb. 2: Die Achterfolge der Trigramme und Symbole samt binärer Chiffrierung

Dieser achtfache I Ging-Wandlungsweg zwischen Ursprung (000) und Ziel (111) spiegelt die Phasen des menschlichen Reifens und Werdens: Aus den Charakteristika von Trigramm-Name, Eigenschaft und Symbol werden Bilder und Aussagen ablesbar, die sich auf das Wesen des Menschen und seine stufenweise Wandlung beziehen, wie sie z. B. C.G. Jung als Weg zum „Selbst“ beschrieben hat. Er definierte die vier-Stufen-Individuation als den Weg vom ES zum ICH, zum sozialen ICH-DU, zum transpersonalen WIR. Eine analoge Vierer-Ordnung („Quaternio“), nämlich vier Grundfunktionen der Psyche, beschrieb ebenfalls Jung: Empfinden (endosomatisch), Emotion, Ratio und Intuition [12].

Dieser in Symbolen verschlüsselte Weg eines evolutiven Entfaltungsbogens vom Ursprung (Kubus-eckig) zum Ziel (Kugel-rund) stellt sich bildhaft als „Circulatur des Quadrats“ dar. Er führt über vier dynamische Prozesse von Wechselwirkungen zwischen je zwei Nachbar-Trigrammen, die als Töchter (w) bzw. Söhne (m) ausgewiesen sind und ein zusammengehöriges und doch polares (w/m)-Paar bilden. Zwischen je zwei Partner-Trigrammen – zwischen ihren unterschiedlichen Aussagen – spielt sich der Entwicklungsprozess von Psyche und Bewusstsein ab: Wandlung als fortschreitende Formung des Individuums mit dem Ziel der Selbstfindung.

Die vier Wandlungsprozesse symbolisieren nicht nur die Individuationsstufen, sondern auch die psychischen Verhaltensbilder von vier Funktionskreisen (Elementen) der TCM. Die psychischen TCM-Bilder, die – wie erwähnt – disharmonisch überliefert sind, sollen als „Ist-Wert“ gelten; der anzustrebende „Soll-Wert“ erfüllt sich erst im dynamischen Zusammenspiel

von einem (w/m) Paar. Erst durch das gegenseitige Bedingen und Bewirken wird das gemeinsame Ziel – seelische Harmonie und Ausgeglichenheit – erreicht.

Erste Wandlungsstufe (analog dem Nieren-Element)

Die zwei dem Nieren-Element analogen Trigramm-Bilder sind ein Quadrat bzw. Kubus (w) sowie eine Bogensäule (m). Der Kubus am Ursprung („Mutter, gebärend“) kann auch als Energie-liefernde Batterie gesehen werden: Diese in sich geschlossene Hülle birgt das ganze Lebens-Potenzial, laut TCM die Ur-Essenz. Das Partner-Trigramm, die Bogensäule, heißt „Berg, still haltend“ und symbolisiert die Aufrichtung und Standhaftigkeit, wie sie auch das hier zugehörige feste Skelett (Wirbelsäule) einbringt. Die beiden Bilder verdeutlichen den Unterschied zwischen Yin- und Yang-Niere: zum einen Energie-Ressourcen samt Regenerationsfähigkeit; zum andern Gestaltung zu innerer Festigkeit („Berg“), zu Durchhaltekraft samt Zeugungsvermögen (Generation: Säule = Phallusbild). Der sich hieraus ergebende Soll-Wert ist Vitalität: Überlebenskraft dank des Wechselbezugs zwischen Ressourcen (Ruhe) und Aufbruch in die Aufrichtung – in die leibliche Wahrnehmung und Erfüllung. Selbst existenzielle Traumata, die ein Rückzugs-Verhalten „engrammiert“ haben, können durch das leibvermittelte Urvertrauen wieder überwunden werden. Therapeutisch ist daher hier die Leibtherapie von Vorteil. Angst dient primär der Sicherung und ist naturgegeben samt dem Flucht-Reflex. Die das Nieren-Element auszeichnende Urkraft drängt jedoch zur Erfüllung der eigenen Bestimmung – zum Aufbruch ins Leben.

Trigramm-Duo Erste Wandlungsstufe		
	Trigramm	
000	Code	001
	Symbolfigur	
Kubus	Symbolname	Bogensäule
Erde (KUN)	Kenn Name	Berg (GEN)
bergend, gebärend	Kenn Eigenschaft	ruhend stillhaltend
(w)	Sohn-Tochter bzw. Vater-Mutter	(m)
Urgrund, Potenzial	Symbol Aussage	Aufrichtung Leib-Erleben

Zweite Wandlungsstufe (analog dem Leber-Element)

Die zwei dem Leber-Element analogen Trigramm-Bilder sind ein Dreieck mit nach unten gerichteter Spitze – Kreisel, Vulkan (m) sowie eine Wippen-artige Figur (w). Das Dreieck-Trigramm heißt „Wasser, dunkel, abgründig“ als Symbol für die oft ungezügelt wallenden Affekte und Emotionen (Wirbel!). Das Folge-Trigramm mit dem Namen „Wind, sanft, nachgiebig“ findet in der Wippen-Balance sein Symbol: Bild für Wendigkeit, Flexibilität, Anpassung, aber auch Wankelmut; der Terrain-Anspruch zeigt sich in weit gestreckten Armen. Die gegenseitige Ergänzung der beiden Trigramme ist offensichtlich: zum einen die groben Emotionen – samt Wagemut; zum

ändern die weich-geschmeidige Anmut. Die beiden so widersprüchlichen Emotionalkräfte weisen auf die Ist-Werte (Wut, Zorn bzw. Wendehals) hin. Doch in ihrer Wechselwirkung ergibt sich der Soll-Wert: dynamisch-situatives Ausleben der Gefühle in der Selbstbehauptung und Durchsetzung ebenso wie in der lockeren Anpassung. Laut TCM gehört zu diesem Element die muskuläre Bewegungsdynamik, die sich analog ebenso in eine Grob- und Fein-(sanft)-Motorik differenzieren lässt. Das „Sanfte“ kommt heute in den emotionalen Gefühlswallungen zu kurz, ebenso wie bei der üblichen Bevorzugung der Grob-Motorik im Fitness-Training. Qi Gong, Yoga, Feldenkrais, Psychotonik (Glaser) sind geeignet, die Balance zu trainieren – motorisch wie emotional. Als Merkhilfe mögen die vielen mit „W“ beginnenden Begriffe dienen.

Trigramm-Duo Zweite Wandlungsstufe		
	Trigramm	
010	Code	011
	Symbolfigur	
Dreieck, Kreisel	Symbolname	Wippe
Wasser (KAN)	Kenn Name	Wind (SUN)
Dunkel, tief abgründig	Kenn Eigenschaft	Sanft, eindringend
(m)	Sohn-Tochter bzw. Vater-Mutter	(w)
Ich-Kraft, Terrain-Anspruch	Symbol Aussage	Wendigkeit, Eigenwert

Dritte Wandlungsstufe (analog dem Milz-Element)

Die zwei dem Milz-Element analogen Trigramm-Bilder sind eine offene Schale (m) sowie ein Dreieck, Pyramide (w). Das Schalen-Trigramm heißt „Donner, regsam, betriebsam“ (Management, busy); das Dreieck-Trigramm „Feuer, Klarheit, Erkenntnis“. Die Schale steht als Symbol für Offenheit, Neu-Gier, Begehrt, Interesse; die Pyramide hingegen für Ordnung, Abgrenzung, Zusammenschluss. Damit sind Extreme ausgedrückt, die der gegenseitigen Ergänzung und Durchdringung bedürfen – vom Ist-Wert („das Problem, Grübeln“) hin zum Soll-Wert: d. h. sowohl offen sein, aufnehmen, fassen; als auch das Aufgenommene assimilieren, ordnen, zum Resultat bringen (Einverleibung, Gedächtnis).

Mehr noch als in den anderen TCM-Elementen kommen in der Analogie zum Milz-Element die vielen Nöte und Forderungen unserer Zeit ins Blickfeld: Anspruchshaltung, Konsumbedürfnis, Überfülle an Nahrung und Information; das viel zu Reichliche kann kaum sinnvoll verdaut, verarbeitet und zu eigen gemacht werden. Das Partner-Trigramm Pyramide jedoch steht für Klarheit und Einsicht, Vernunft und Disziplin – letztlich für das Maßhalten – bis hin zu Zufriedenheit und Genuss. Das gilt auch im Sozialen: die Grenze einhalten zwischen Nähe und Distanz. In diesem Milz-Problemkreis liegen die leiblichen Vorgaben für Harmonie zwischen Ist- und Soll-Wert u. a. in bewusster Abtastung der Nahrung (engl. „taste“) durch geduldiges

Trigramm-Duo Dritte Wandlungsstufe		
	Trigramm	
100	Code	101
	Symbolfigur	
Offene Schale	Symbolname	Dreieck, Pyramide
Donner (DZHEN)	Kenn Name	Feuer (LI)
Erregend, anregend	Kenn Eigenschaft	Klar, haftend, erkennend
(m)	Sohn-Tochter bzw. Vater-Mutter	(w)
Begehrt, Anspruch	Symbol Aussage	Ordnung, Sinn

Kauen und Schmecken („Schmauen“): eine Disziplin-Übung, die sich alltäglich wiederholen lässt. Der TCM-Begriff „Milz“ meint weit eher die Magen/Pankreas-Funktionen. Als Merkhilfe eignet sich das „M“: Magen, Mund, Matrix (Bindegewebe bzw. inneres Milieu nach Pischinger), Mental-Funktion, Mukos (Schleim); als Problem: Mehr-haben/Machen-wollen; als Chance und Lösung: Mäßigung!

Vierte Wandlungsstufe (analog dem Lungen-Element)

Die zwei dem Lungen-Element analogen Trigramm-Bilder sind zum einen ein Flügelpaar bzw. nach oben gestreckte Arme (w) mit der Bezeichnung „See, heiter“ (d. h. Licht reflektierend); zum anderen das Zielbild Kugel bzw. Sonne (m) mit dem Namen „Himmel, schöpferisch“. Die Flügel symbolisieren Loslassen, Hingabe, Sehnsucht und Hoffnung. Hier gilt es, nicht im „Ist-Wert“ der Traurigkeit (Depression) und Enttäuschung zu verharren, sondern durch Aufgeben der Ich-Ansprüche die weit größere innere Freiheit zu erringen, die hier als „Heiterkeit“ im Symbol aufscheint. Diese „abrundende“ Wandlung – Symbol der Kugel – ist weit entfernt von egomaner Selbstverwirklichung, wie sie heute aus der falsch verstandenen Evolutionslehre abgeleitet wird. Es geht vielmehr um das Aufgehen im transpersonalen Wir und das Sich-Einfügen in die das Ego überschreitende Stimmigkeit und Gesamtübereinstimmung. Solches ist ein Transzendieren des rational-dualen „Entweder/Oder“ bis hin zum Ganzheits-bezogenen „Sowohl/Als-auch“. Somatisch findet dies seine Entsprechung in dem wechselseitigen Bedingen und Bewirken, wie es der ökologisch-symbiotische Austausch in Lunge (Respiration) und Darm(-flora) vorgibt [13].

Trigramm-Duo Vierte Wandlungsstufe		
	Trigramm	
110	Code	111
	Symbolfigur	
Flügel, Fühler	Symbolname	Kreis, Kugel
See (DU)	Kenn Name	Himmel (KIEN)
Heiter, Licht reflektierend	Kenn Eigenschaft	Schöpferisch, Impulsgebend
(w)	Sohn-Tochter bzw. Vater-Mutter	(m)
Sehnen, Hingabe	Symbol Aussage	Identität im Selbst

Wandlung als ein evolutiver Bewusstseinsprozess

Die vier Wandlungsstufen sind auch als ein zunehmendes Bewusstsein zu sehen, als die Chance, das eigene Wesen sinnvoll zu erfüllen dank der in uns angelegten Möglichkeiten und Fähigkeiten. Das gilt 1. für die bewusst erfahrene und erfüllte Leiblichkeit (Nieren-Element); 2. für die bewusst locker-frei und doch situativ-angepasst ausgelebte Emotionalität (Leber-Element); 3. für das maß- und sinnvolle Eingehen von Bindungen (Nahrung, Information, sozial), sodass Zufriedenheit resultiert (Milz-Element); und schließlich 4. für die spirituelle Öffnung durch Meditation, Qi Gong, Yoga etc.: sich einlassen auf die Zugehörigkeit und Einstimmung im größeren Ganzen (Lungen-Element). Jede solche Bewusstwerdung erweist sich als eine das Qi stärkende Ressource.

Die dargestellten Zusammenhänge bestätigen sich in transkultureller Sicht: Die chinesische Weisheit zu integrieren heißt, sie mit dem Wissen und den Erfahrungen unserer westlichen Kultur zu durchdringen und auch weiter zu folgern. Der I Ging-Achterkreis wurde bisher als ein zyklisches Auf- und

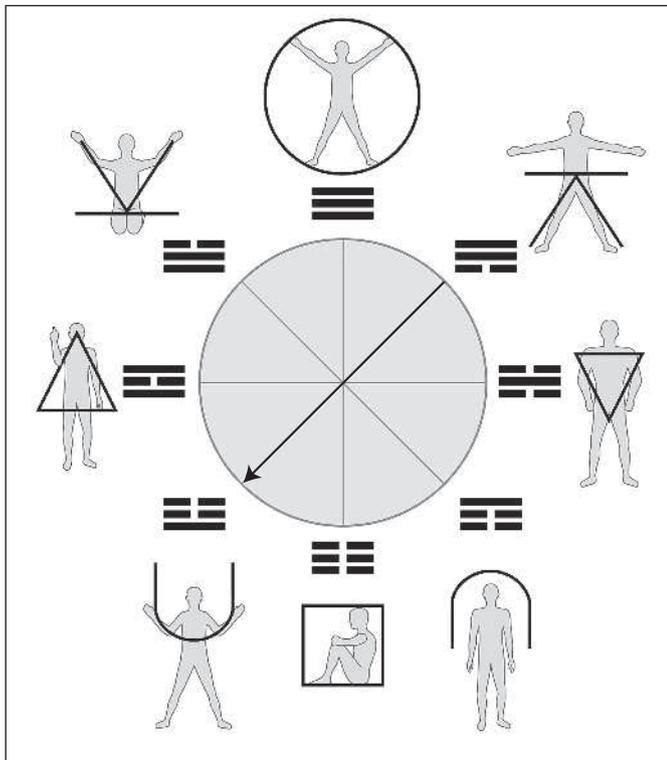


Abb. 3: Der stufenweise Individuationsweg des Menschen vom umschlossenen Ursprung zur vollen Identität und Authentizität. Auf diesem Weg muss die eigene Mitte durchkreuzt werden.

Absteigen – entsprechend dem Mondumlauf – gesehen, wie auch der Kreis der TCM-Elemente ein zyklischer ist. Alte I Ging-Bilder zeigen jedoch eine die Kreismitte kreuzende Diagonale, die auch im Buch „I Ging und Akupunktur“ des französischen Arztes Maurice Mussat zu finden ist [14]. Zum Erstaunen ergibt sich solch ein Diagonaldurchstich zwangsläufig, wenn man die chinesischen Linien-Zeichen übersetzt in die kybernetische Ziffernfolge 000 bis 111. Dann erweist sich der Weg vom Ursprung zum Ziel als evolutiv, d. h. er läuft – ohne Wiederkehr – auf beiden Kreishälften aufsteigend. Eben dies entspricht den heutigen Erkenntnissen – sogar im Hinblick auf die Individuation laut Jung und die Bewusstseinsentfaltung laut Wilber und Gebser. Die Diagonalkreuzung symbolisiert die kritische Lebensmitte: Diese Krise ist zugleich Chance, denn es gilt, durch Sinnfindung – Tao – der eigenen Mitte bewusst zu werden: Der maßgebliche Übersetzer des I Ging, der deutsche Pfarrer Richard Wilhelm, hat nach reiflicher Prüfung den kaum übertragbaren Begriff „Tao“ als „Sinn“ wiedergegeben [15].

Es dürfte ein Urwissen der Menschheit sein, das im I Ging verschlüsselt ist: Der Mensch auf dem Weg zu sich selbst in Identität, Authentizität und Würde. Für uns Therapeuten ist es hilfreich, diesen Wandlungs- und Entfaltungsweg vor Augen zu haben – im Hinblick auf uns selbst wie auch auf unsere Patienten, die wir durch manche Krise begleiten.

Literatur

1. Gleditsch JM. Akupunktur und Psychosomatik. In Stacher A, Markt W, ed. Ganzheitsmedizin in der Zukunft. Wien: Facultas, 2001
2. Platsch KD. Psychosomatik in der Chinesischen Medizin. München: Urban u. Fischer (Elsevier), 2000
3. Gleditsch JM. Reflexzonen und Somatotopien – vom Mikrosystem zu einer Gesamtschau des Menschen (9. vollst. überarb. Aufl.) München: Urban u. Fischer (Elsevier), 2005
4. Ots T. Akupunktur. In: Stuppäck C, Lehofer M, eds. Depressionstherapien – Pharmakotherapie, Psychotherapie, Soziotherapie, Ergänzende Therapien. Stuttgart: Hippokrates, 2005:72–6
5. Ots T. Akupunktur in Psychosomatik und Psychiatrie. In: Möller HJ, Laux G, Kapfhammer HP, eds. Psychiatrie; Psychosomatik und Psychotherapie (4. Aufl.). Heidelberg: Springer, 2011:1111–6
6. Gleditsch A. Vom Bewusstsein zum Gewißsein. Augsburg: Opal, 1991
7. Graefe EH. Die acht Urbilder des I Ging. Oberursel: Graefe, 1973
8. Van Osten R. I Ging – das Buch vom Leben. Aitrang: Wildpferd, 2000
9. Schönberger M. Verborgener Schlüssel zum Leben – Weltformel I Ging im genetischen Code. 2. Aufl. Aitrang: Wildpferd, 2003
10. Walter K. Chaosforschung, I Ging und genetischer Code. München: Diederichs, 1992
11. Govinda A. Die innere Struktur des I Ging (2. Aufl.) Braunschweig: Aurum, 1993
12. Jung CG. Welt der Psyche (6. Aufl.) München: Kindler, 1981
13. Gleditsch JM. Selbstfindung durch Wandlung – I Ging Code des Lebens. München: Kiener-Verlag, 1. Aufl., 2014
14. Mussat M. Akupunktur und I Ging, eine quantenmedizinische Studie. Essen: VGM, 1983
15. Wilhelm R. I Ging – Das Buch der Wandlungen. Düsseldorf: Diederichs 1956

Alle Abbildungen nach: [13], mit freundlicher Erlaubnis des Verlags