

Die Gestalt des Qi

Die Weiterentwicklung des Vokabulars für den Qi-Kontakt in der Akupunktur

Charles Chace

Ein gemeinsames Vokabular für die Empfindung von *Qi*-Qualitäten zu finden, ist schwierig. Charles Chace hat sich dieses Themas angenommen und sich verschiedener feinfühler Methoden bedient, um der Gestalt des *Qi* einen Namen zu geben.

Der folgende Text untersucht die Integration der osteopathisch-palpatorischen Wahrnehmung in die Praxis der Akupunktur, besonders in Bezug auf Pulsdiagnose und die Beurteilung der Gesamtheit des *Qi*. Ich möchte damit jedoch nicht sagen, dass wir uns zu Osteopathen ausbilden lassen müssen, um zu besseren Akupunkteuren zu werden. Im Gegenteil, meine grundsätzliche Prämisse ist, dass wir einige Konzepte und Fähigkeiten zur Wahrnehmung aus der Kranialen Osteopathie übernehmen können, ohne uns mit duralen Blockaden oder sphenobasilaren Läsionen befassen zu müssen. Darum habe ich die osteopathische Ausdrucksweise auf ein Minimum beschränkt und mich dagegen mehr auf generelle palpatorische Konzepte fokussiert, die einfacher in die Praxis der Akupunktur eingebaut werden können. Jedem, der sich für eine ausführlichere Diskussion der Kranialen Osteopathie interessiert, empfehle ich Franklin Sills' *Craniosacral Biodynamics*.

Diese Diskussion ist in den Kontext von *Toyohari*, einem speziellen Akupunkturstil, eingebaut. Entwickelt wurde *Toyohari* vor ungefähr 50 Jahren in Japan von blinden Akupunkteuren. *Toyohari* ist eine von vielen Meridiantherapiestilen, der durch die hoch entwickelten palpatorischen Fähigkeiten der Therapeuten und die vermehrte Anwendung von Kontaktnadelung [Anm. d. Ü.: nicht invasiv] charakterisiert ist.

Weil sanfte Palpation ein Schwerpunkt im *Toyohari*-Stil und der theoretische Hintergrund relativ klein sind, eignet es sich besonders für die Integration palpatorischer Wahrnehmungen, die hier beschrieben werden, und schafft eine nützliche Verbindung zwischen den Ausführungsarten. Allerdings bin ich der grundsätzlichen Meinung, dass diese Feinfühler für fast alle Akupunkturstile wichtig ist.

(Eine detailliertere Diskussion über *Toyohari* kann unter www.Toyohari.org gefunden werden.)

Das Ausgleichen des Qi

Bei den meisten Akupunkturstilen neigen wir dazu, das Behandlungsziel als Harmonisierung oder Regulation des *Qi* zu beschreiben. Wenn unsere Patienten fragen, was Akupunktur bewirken soll, geht die Antwort meist in die Richtung, dass es ihr *Qi* wieder ins Gleichgewicht bringt. Um das zu erreichen, können wir entweder Schwäche tonisieren oder Fülle zerstreuen bzw. ausleiten, jedoch ist unser primäres Behandlungsziel, dass die Beschwerden des Patienten verschwinden, wenn ihr *Qi* ausgeglichen ist. Doch wie ist zu erkennen, ob wir das *Qi* ausgeglichen haben oder irgendeinen Einfluss darauf hatten?

In der klassischen Literatur wird ausgeglichenes, harmonisiertes oder reguliertes *Qi* oft im Zusammenhang mit einer positiven Veränderung von der Qualität des Blutes, des Glanzes der Haut, der Qualität des Gewebes oder des Glitzerns in den Augen beschrieben. Es überrascht nicht, dass *Qi* hauptsächlich durch die Art und Weise wahrgenommen wird, wie es Dinge beeinflusst und dies eine definierende Charakteristik von *Qi* ist. Tatsächlich wird das Wort *Qi* manchmal als Einfluss übersetzt.¹ Ob wir es nun realisieren oder nicht, sprechen wir meistens eher über den *Qi*-Ausdruck als über das eigentliche *Qi*. Wir reden über das Gefühl der Luftzirkulation durch unsere Lungen, der Qualität des Abdomens, der Stimme, des Pulses. Aus diesen Zeichen ziehen wir Rückschlüsse auf den Zustand des *Qi* oder den Einfluss, den wir darauf haben.

Der Ausdruck des Qi

Die Pulsdiagnose ist in der Akupunktur eines der wichtigsten Werkzeuge, um Gesundheit oder Krankheit zu beurteilen. *Toyohari* benutzt den Puls als wichtigsten Indikator, um den Zustand des Qi in jedem Moment anzuzeigen. Um sicher zu sein, palpieren wir das Abdomen, bestreichen die Meridiane, hören die Qualität der Stimme und stellen Fragen während der Diagnose und im Behandlungsverlauf. Trotzdem nehmen wir den Puls, um alle kleinen Veränderungen wahrzunehmen, die sich in jedem Stadium der Nadelung zeigen. Wie direkt die Pulsdiagnose auch erscheinen mag, dürfen wir nicht vergessen, dass das meiste, was wir fühlen, nicht Qi ist. Das einzige, was wir sagen können ist, dass wir den Qi-Ausdruck im Puls fühlen. Es scheint, dass wir in der Diagnose bestenfalls immer mindestens einen Schritt davon entfernt sind, direkt mit dem Qi in Kontakt zu treten. Wenn wir einen schwachen Puls in der rechten, mittleren Pulsposition finden, könnten wir sagen: „das Milz-Qi dieser Person ist sehr schwach“. Jedoch wissen wir nur wirklich sicher, dass es eine schwache Stelle auf der radialen Arterie gibt. Alles, was darüber hinausgeht, ist eine reine Annahme.

Wenn wir erkannt haben, dass Puls, Zunge, Abdomen, Gewebe und Haut nur zweitrangige Ausdrücke des Qi sind, dann wundern wir uns, was wohl die Beurteilung des Qi auf einer mehr fundamentalen Ebene sein könnte. Wie mag es aussehen oder sich anfühlen? Wir neigen eher dazu, über das Gefühl, das wir während der Nadelung in unseren Händen spüren, als direkte Erfahrung mit dem Qi zu sprechen und es auch als solches zu beurteilen. Wir sagen, dass das Qi angekommen ist oder allgemein ausgedrückt, dass wir die Ankunft des Qi gespürt haben. Wir haben das Gefühl, dass wir Qi-Veränderungen von Moment zu Moment verfolgen. Die Ausdrucksweise, die wir benutzen um diese Erfahrungen zu beschreiben, hinterlässt einen falschen Eindruck von der Unmittelbarkeit unserer Qi-Erfahrung.

Trotzdem ist die Ankunft des Qi nicht nur an dem Punkt unterhalb der Nadel wahrzunehmen. Es ist sofort spürbar für jemanden, der den Puls tastet und weiß, nach welcher Veränderung er im Puls zu suchen hat. Dies geht über die Mechanik der Flüssigkeitsdynamik im Gefäß hinaus. Im *Toyohari*-System ist die Ankunft des Qi als energetische Welle zu spüren, die sich von der eigentlichen Pulsveränderung unterscheidet. *Toyohari* Praktizierende sind sorgfältig ausgebildet, um die Ankunft des Qi in dieser Art und Weise zu verfolgen und um der Person, die nadelt, Auskunft über die Effektivität der Nadeltechnik zu geben. Das ist eine wichtige Komponente der sogenannten *Kozato*-Methode, um Nadeltechniken zu üben.²

Wenn wir aufhören darüber nachzudenken, ist es klar, dass Qi nicht nur am Akupunkturpunkt oder im Puls, sondern dass es sozusagen überall gleichzeitig ankommt. Egal, welche diagnostischen Parameter, wie z.B. Puls, Abdomen, Haut oder Gewebe, wir benutzen, nehmen wir eine fast sofortige Veränderung dieser Parameter bei einer effektiven Nadelung wahr. Normalerweise erklären wir dieses Phänomen mit den Worten, dass wir eine gesamte Qi-Veränderung erreicht haben. Gibt es eine andere Technik, diese allgemeine Qi-Veränderung nachzuverfolgen, als nur über den Ausdruck davon im Puls, Abdomen usw.? Dieser Artikel stellt eine Untersuchung der Voraussetzung dar, dass der Qi-Zustand einer Person in jedem Moment überall am Körper spürbar ist, und die Informationen, die wir erhalten, eine klinische Relevanz besitzen. Er ist auch ein Versuch, ein einheitliches Vokabular für diese Wahrnehmungen zu entwickeln, um unsere Fähigkeiten und unsere Kommunikation darüber zu verfeinern.

Dem Qi lauschen

Grundsätzlich denken wir, dass das Qi im und durch den ganzen Körper spürbar ist. Daher erscheint es ziemlich ironisch, wie viel Zeit wir darauf verwenden das Qi auf seinen Ausdruck zu abstrahieren, den es auf Puls, Zunge und Abdomen hat. Wir verbringen die meiste Zeit während unserer offiziellen Akupunkturausbildung damit, mit diesen abstrakten Vorstellungen zu arbeiten, und sehr wenig Zeit damit zu lernen, das Qi selbst zu erfassen. Trotzdem entwickeln viele von uns genau diese Fähigkeiten durch viele Jahre in der praktischen Ausübung. Deswegen verfügen wir oft nicht über die Fähigkeit, unsere Wahrnehmung anderen so zu vermitteln, dass sie es verstehen, da wir hier auf uns gestellt sind. Besonders Schüler denken oft, wenn deren Lehrer eine dieser außergewöhnlichen Erfahrungen beschreiben, dass dies nur durch jahrzehntelange Praxis erfahren werden kann. Das Problem dabei ist nicht, dass ihnen die Erfahrung fehlt oder die Fähigkeit, so etwas zu fühlen, sondern oft fehlen Lehrern die Worte, Erfahrungen zu beschreiben und klar zu kommunizieren. Was uns Akupunkteuren fehlt ist ein einheitliches Qi-Vokabular: Eine verbale und konzeptuelle Landkarte, die es erlaubt, uns mehr mit dem Terrain zu verbinden, dass wir immer dann betreten, wenn wir Patienten behandeln.

Vor einigen Jahren nahm ich an einer großen *Kozato*-Übungsgruppe teil, die im Rahmen des jährlichen Treffens von *Toyohari*-Therapeuten in Tokyo stattfand. Acht oder neun blinde Akupunkteure standen eng mit mir und einem erfahrenen Lehrer um eine Behandlungsliege herum. Der Lehrer hielt den Puls an einem und ein anderer Teilnehmer den Puls am anderen Handgelenk. Der Rest

der Teilnehmer hatte jeweils nur eine Hand irgendwo am Patienten aufgelegt. Die beiden Personen am Puls gaben mir Feedback über meine Nadeltechnik in einer für eine *Kozato*-Übung typischen Art und Weise. Sie informierten mich von Moment zu Moment über Pulsveränderungen, die ich durch die Nadeltechnik verursacht hatte. Mich verwunderte, dass die Personen, die ihre Hand nicht am Puls, sondern irgendwo am Körper platziert hatten, genau das gleiche Feedback zur gleichen Zeit wie die Personen am Puls abgaben.

Wie immer sie es auch bezeichneten; für mich war klar, dass sie dem *Qi* lauschten. Obwohl *Toyohari* eine sehr präzise Terminologie und einen konzeptuellen Rahmen für die Beurteilung von Veränderungen im Puls, Abdomen und der Haut entwickelt hat, ist es seltsam, dass es absolut kein Vokabular für diese unmittelbare Art hat, das *Qi* zu beurteilen. Jedenfalls gibt es zu mir bekannten Behandlern aus dem Westen keine Kommunikation darüber.³

Mein Interesse an *Qi*-Palpation war niemals nur auf Chinesische Medizin beschränkt. Für die Entwicklung meiner

eigenen palpatorischen Bewusstheit hatte die osteopathisch-palpatorische Sensibilität sehr großen Einfluss. Meine Erfahrung mit Osteopathen, die oft viel mehr Fähigkeiten hatten als ich, hat mich überzeugt, dass diese Disziplin den Akupunkteuren sehr viel zu bieten hat, um ein flüssigeres Vokabular der *Qi*-Palpation zu entwickeln. Wenn ich z.B. von dem „*Qi* als Ganzes“ rede, meine ich damit die Summe aller verschiedenen Arten von *Qi*, die in der Chinesischen Medizin beschrieben sind und die sich im Puls, in der Zunge, im Abdomen, in den Meridianen, im Glanz der Augen usw. zeigen. Aus der osteopathischen Perspektive umfasst das „*Qi* als Ganzes“ auch den Zustand des Nervensystems einer Person, ihrer Flüssigkeiten, physiologischen Funktionen und andere Strömungen, die man spüren kann, wenn man mit einer Person in Kontakt geht. Die Kapazität, das *Qi* auf diesen Ebenen zu beurteilen, fügt eine zusätzliche Dimension ein, um den Gesamtzustand eines Patienten zu erfassen.

Konstitutionelle Meridiantherapie

Berufsbegleitendes
Nachdiplomstudium

2013-2014

Informationen finden sie auf:
www.benshen.ch

Josef Viktor Müller

Ben Shen Schule für Akupunktur

Seestrasse 45 | 8002 Zürich

www.benshen.ch | info@benshen.ch

Ben Shen
Schule für Akupunktur

Nachdiplomausbildungen in fernöstlicher Medizin

本
神

Block 1 3 Behandlungsebenen:

| Die psychosomatischen Profile der 5 Wandlungsphasen und ihre Behandlung über den Shen-Aspekt der Punkte.

| Die Transmissionsachsen von Pathologie über die energetischen Verbindungen der Meridiane und ihre Regulation über die *Qi*-Wirkung der Akupunkturpunkte.

| Die Behandlung von körperlicher Pathologie durch die Punktfunktionen ausgehend von der Punktklassifikation.

Block 2 Integration von ausserordentlichen Gefässen, tiefen Verläufen, Muskelmeridianen und Luo-Gefässen in die Behandlung von regulären Meridianen zu einem umfassenden Therapiemodell des Leitbahnsystems.

Block 1 31.8.2013-25.2.2014

| 5 Wochenende & 4 Tage Ambulatorium

Block 2 23.8.2014-7.12.2014

| 6 Wochenende

Kosten Block 1: 2800.- CHF | Block 2: 2200.- CHF | beide: 4000.- CHF

Anmeldung www.benshen.ch

Heilungsdynamik

Eine essentielle Prämisse der bio-dynamischen Herangehensweise an die Kraniale Osteopathie ist, dass es für jede bedeutsame Systemveränderung des Patienten einen Punkt der stillen Selbstregulierung, der „neutral“ genannt wird, geben muss. Kraniale Osteopathen halten diesen neutralen Zustand für das Fundament der Heilung im Körper. Diese Perspektive von Heilungsdynamiken hat tiefgreifende Auswirkungen auf die Praxis der Akupunktur, und ich werde später noch mehr auf die Rolle der Neutralität im Bezug zu unserem Verständnis von Qi eingehen. In diesem Moment ist es ausreichend zu sagen, dass „neutral“ ein allgemeines Phänomen ist, das man überall im Körper spüren kann. Darum ist es ein sehr guter Bezugswert für ein System, in dem das Qi ausgeglichen ist. Die Krankheitszustände mögen noch nicht behoben sein, jedoch wurden die nötigen Voraussetzungen dafür geschaffen um sie aufzulösen.

Einige meiner Cranio-Lehrer waren sehr geschickt darin, ein Konzept für Schüler zu erstellen, um die einzelnen Schritte und Besonderheiten aufzuzeigen, die der Körper auf dem Weg zu dem Neutralzustand beschreitet. Ich war überrascht, wie die Erklärungen dieser Lehrer mit dem Pulsvokabular der Chinesischen Medizin übereinstimmten. Langsam wurde mir klar, dass beide Fachrichtungen in ihren Wurzeln letztlich die gleichen Phänomene beobachten. Diese Einsicht erlaubte mir, in beiden Bereichen meine palpatorischen Fähigkeiten zu verfeinern.

Die folgenden Überlegungen sind weniger ein Bestreben, die osteopathischen Techniken oder Terminologien in die Praxis der Akupunktur einzuführen, sondern eher ein Versuch, die Gesamtheit der Wahrnehmungen oder den Zugang zur Palpation zu reflektieren, die die Osteopathie ausmachen. Mit wenigen beachtenswerten Ausnahmen ist das Vokabular dieses Textes zu einem gewissen Teil schon in der chinesischen Pulsdiagnose verwendet worden. Ich versuche hier, den Anwendungsbereich auf einen Bereich auszuweiten, für das wir nur wenige Ausdrücke haben, obwohl dieser Bereich so zentral für die effektive Anwendung von Akupunktur ist. Selbst Konzepte, die wirklich neu für Akupunkteure sind, beschreiben ein Gebiet, das nicht völlig fremd sein sollte.

Das Qi formt den Puls

Die Pulsdiagnose aus der Chinesischen Medizin beinhaltet das differenzierteste Vokabular, das uns zur Verfügung steht um das Qi greifbar zu machen. Im Besonderen hat *Toyohari* einen sehr formalisierten Beurteilungsmaßstab für die generellen Eigenschaften einer positiven Pulsveränderung. Eine effektive Nadelung sollte vier fundamenta-

le Veränderungen im Puls und Qi hervorrufen. Während und nach der Nadelung sollte ein Niederlassen, eine Verlangsamung, eine zunehmende Geschmeidigkeit und Integration spürbar sein. Diese Eigenschaften sind nicht nur auf den Puls begrenzt, sondern sind Anzeichen einer positiven Veränderung des gesamten Qi, die überall am Körper wahrnehmbar ist. Viele *Toyohari*-Therapeuten benutzen gewöhnlich einen etwas anderen Wortschatz, aber ich bevorzuge die folgenden Ausdrücke, weil ich glaube, dass sie präziser wiedergeben, was ich im Puls und gesamten Qi fühle.

Niederlassen (engl: Settling)

Ich bevorzuge die Formulierung „Niederlassen“ gegenüber „Sinken“, da sich tiefe Pulse letztendlich etwas zur Mitte hin heben sollten. Trotzdem sollte eine effektive Nadelung ein Gefühl des Niederlassens oder Sinkens hervorrufen, dass von der Person, die nadelt und der Person, die den Puls nimmt, gespürt werden kann, selbst bei Patienten mit tiefen Pulsen. Ich denke, dass der Begriff des Niederlassens allgemeiner und integrativer ist und ein Gefühl der Erdung hervorruft, das oft, aber nicht immer, ein Sinken des Pulses darstellt.

Verlangsamung (engl: Slowing)

Wir erwarten, dass eine effektive Nadelung den Puls des Patienten mit einer ausgeprägten Bradykardie etwas beschleunigt, allerdings sind die Pulse in unserer Kultur eher schnell als langsam. Die Pulsrate wird sich wahrscheinlich im Rahmen von zwei bis zehn Schlägen pro Minute verlangsamen. Jedoch fühlt sich der Puls manchmal nach einer Nadelung einfach weniger getrieben an, ohne dass eine messbare Veränderung der Pulsrate stattfand. Das Phänomen der Verlangsamung ist Teil von einem Gefühl der allgemeinen Entspannung im Qi, die nach einer effektiven Nadelung eintritt.

Geschmeidigkeit (engl: Suppleness)

Diese Entspannung bedeutet keinen Verlust von Form oder Struktur. Der Puls sollte einfach geschmeidiger werden – ein harter, drahtiger oder angespannter Puls sollte weicher werden und ein weicher unkonsolidierter Puls sollte mehr Umgrenzung bekommen. Die Radialarterie wird biegsam. Wenn dies im gesamten Qi wahrgenommen wird, fühlt sich die geschmeidige Qualität wunderbar fließend an, die gleichzeitig ein Gefühl der Struktur und Integration fördert.

Integration

Bezüglich der Pulsdiagnose kann die Qualität der Integration als Unterkategorie der anderen gesehen werden. Der

Puls als Ganzes wird mehr verbunden und besser organisiert. Sie ist unleugbar die subtilste der Qualitäten, die hier besprochen werden, hat aber trotzdem einige sehr konkrete Ausdrucksweisen. Im *Toyohari* wird dieses Gefühl der Integration oft als Konsolidierung bezeichnet. Es genügt nicht, wenn ein Puls stärker wird; die Stärke sollte in gut definierten Grenzen eingebunden sein, ohne das Gefühl zu vermitteln, hart oder eingezwängt zu sein.

Wenn die Qualität der Integration im *Qi* wahrgenommen wird, kann sie leichter unterschieden werden, da sie als eigene Charakteristik herausragt. Das *Qi* wird oft als mehrschichtig und mehrteilig wahrgenommen. Durch eine effektive Behandlung machen wir eine Erfahrung der Homogenisierung und erreichen eine erhöhte Stimmigkeit im *Qi*. Die Integration ist im Grunde genommen unser fundamentalstes Anliegen, wenn wir *Qi* als Ganzes beurteilen. Die restliche Diskussion sollte deshalb im Zusammenhang mit dieser Qualität verstanden werden.

Es ist offensichtlich, dass all diese Faktoren voneinander abhängen und, um eine optimale Veränderung im Puls und *Qi* zu erreichen, alle zusammen vorhanden sein müssen. Die grundlegende Voraussetzung besteht darin, dass alle effektiven therapeutischen *Qi*-Interventionen den Puls, wie gerade beschrieben, verändern. Es ist weniger eine Charakteristik des radialen Pulses als eine Charakteristik des *Qi*, die sich im ganzen Körper ausdrückt. Darum ist die Veränderung am ganzen Körper spürbar. Mehr noch, alles was im Puls wahrgenommen werden kann, ist im *Qi* am gesamten Körper spürbar.

Ungefilterte Wahrnehmung

Um diese Vorstellung noch weiterzuführen, können einige Qualitäten einfacher im Puls, andere jedoch einfacher im *Qi* wahrgenommen werden. Einige dieser Qualitäten haben eine sofortige Relevanz in der Praxis von *Toyohari*. Zum Beispiel ist eins der ausschlaggebenden Aspekte einer effektiven *Ho*-Technik (tonisierende Technik) im *Toyohari*-Stil zu wissen, wann die Nadel entfernt werden muss. Das sollte kurz bevor die Ankunft des *Qi* ihren Höhepunkt erreicht geschehen. Wie bereits erwähnt, handelt es sich hier um eine „*Qi*-Welle“, die nicht unbedingt mit der Pulsation der Arterie etwas zu tun hat. Diese Unterscheidung ist für Anfänger oft schwierig nachzuvollziehen. Wenn die *Ho*-Technik gut war, ist der Puls kurz vor dem Entfernen der Nadel weicher, langsamer, geschmeidiger und mehr integriert.

Das *Qi*-Gefühl von Kommen und Gehen im Puls ist ein *Qi*-Phänomen, dass sich im Puls ausdrückt, jedoch in Wirklichkeit ein allgemeiner Effekt ist, der überall am Körper spürbar ist.⁴ *Toyohari*-Anfänger verwenden viel

Zeit damit, die *Qi*-Welle im Puls zu fühlen, obwohl es etwas ist, das vielmehr mittels des Pulses passiert. Wir müssen es aus den normalen physiologischen Eindrücken des Blutflusses durch die Arterie herausfiltern. Meiner Erfahrung nach ist es für Studenten einfacher, eine Hand irgendwo auf den Körper aufzulegen, um diese charakteristische *Qi*-Welle zu spüren, als sie im Puls zu suchen.

Diese allgemeinere palpatorische *Qi*-Bewusstheit hat das Potential, unser Urteilsvermögen über den Gesundheitszustand einer Person deutlich zu erhöhen. Es beeinflusst unser Verständnis auf eine Art und Weise, die weit über die Beurteilung von Puls, Abdomen, Zunge usw. hinausgeht.

In der Pulsdiagnose tendieren wir dazu, die Informationen aus dem Puls aufzuspalten. Wir sagen z.B. selten, dass ein Puls oberflächlich (*Fu*) und gleichzeitig gefangen (*Lao*) ist. Jedoch beschreiben wir einen Puls oft als drahtig und schwimmend an der Oberfläche und weich, matschig und schwach in der Tiefe. Weil unsere Pulswahrnehmung eng mit der Stärke der Druckausübung beim Tasten verbunden ist, neigen wir dazu, uns auf die eine oder andere Eigenschaft zu fokussieren. Wenn wir das *Qi* palpieren, ist es jedoch viel einfacher, das *Qi* einer Person in seiner Gesamtheit zu erfassen. Es mag sein, dass wir das *Qi* oben als leicht und oberflächlich und unten als kräftig und hart empfinden, mit wenig Aktivität in der Mitte. Weil es so viel einfacher ist, alle diese Schichten auf einmal zu verstehen, können wir das *Qi* als Ganzes besser beurteilen. Die Bandbreite der Informationen, die uns dann zu Verfügung steht, ist sehr abwechslungsreich, erscheint fast endlos und geht definitiv über diesen Artikel hinaus. Im Folgenden möchte ich auf Phänomene eingehen, die sowohl im *Qi* als auch im Puls auftreten und mit Ausdrücken versehen sind, die Pulsdiagnostiker mehr vertraut sind. Doch auch mit dem rudimentärsten Eindruck, den wir durch die *Qi*-Palpation des ganzen Körpers als allgemeine Information erhalten, bereichern und vervollständigen wir unsere anderen diagnostischen Werkzeuge.

Die perfekte Berührung

Bevor wir auf die Einzelheiten einer systematischen Erfahrung des *Qi* eingehen, lohnt es sich die Art und Weise zu definieren, wie wir uns mit dem *Qi* befassen. Im *Toyohari* verbringen wir viel Zeit damit, unsere Berührung zu verbessern. Wir lernen Akupunkturpunkte in einer bestimmten Weise zu lokalisieren und zu nadeln. Im Vergleich zu anderen Akupunkturstilen ist unser Kontakt so leicht wie möglich. Um mit dem *Qi* als Ganzes in Kontakt zu treten, ist es wichtig, auf mehr als nur eine leichte Berührung zu

achten und wir sollten vielmehr eine andere Art von palpatorischen Fähigkeit kultivieren.

Vieles aus diesem Bereich wird in der Kranialen Osteopathie beschrieben. Es gibt drei Aspekte des effektiven Kontakts. Als Erstes muss der Kontakt den richtigen Druck oder die richtige Festigkeit besitzen. Es hängt von Patient und Therapeut ab, ob er leichter oder schwerer ist, muss aber angenehm für den Patienten sein. Unsere Berührung sollte nicht zu schwer, jedoch auch nicht zu „ätherisch“ sein. Eine zu leichte Berührung hat oft nicht genug Präsenz, um mit dem Qi tiefgreifend zu reden. Es kann den Patienten das Gefühl geben, dass der Behandler gar nicht richtig da ist. Als Nächstes muss unsere Berührung sanft, fast wie Wasser sein und vor allem in der Lage, Dinge zu spüren. Unsere Hände müssen weicher werden, fast schmelzen um das Qi zu empfangen. Der letzte und vielleicht am schwersten fassbare Aspekt des Kontakts ist, dass wir die richtige Präsenz finden müssen, damit wir das Qi dazu bewegen können, mit uns zu sprechen.

Letztendlich müssen wir uns dem Qi gegenüber weder aufdringlich noch überheblich zeigen. Eines der schwierigsten Dinge für uns Menschen ist präsent zu sein. Viele Meister-Akupunkteure haben eine sehr leichte Berührung. Was ihren Kontakt so bemerkenswert, beruhigend und therapeutisch macht, ist jedoch, dass sie dem Patienten ein Gefühl der mitfühlenden Präsenz durch ihre Berührung vermitteln. Wir müssen in der gleichen Weise, wie eine Mutter ihr Kind in den Armen hält, in Kontakt treten. Es einfach halten, dass Qi wissen lassen, dass wir präsent sind und es zu schätzen wissen, ohne jedoch zu beurteilen, zu suchen oder zu fragen. Wenn wir uns dem Qi mit einer vorgefertigten Meinung nähern, wie leicht oder fest wir den Körper berühren wollen, um die Informationen zu erhalten, die wir suchen, dann hören wir nicht richtig hin. Das Qi hat eine eigene Agenda.

Absichtslosigkeit

In der Chinesischen Medizin im Allgemeinen und im *Toyohari* im Besonderen fragen und analysieren wir die ganze Zeit. Im *Toyohari*-System haben wir nur vier diagnostische Möglichkeiten für das primäre *Sho* bzw. Muster und das sekundäre Muster ist typischerweise noch limitierter. Wir sind gezwungen, unsere Wahrnehmung in eine fast absurd kleine Menge an Kisten zu packen. Das erfordert einiges an diagnostischer Analyse. Ein Teil der Schönheit dieses Systems besteht jedoch darin, dass wir innerhalb dieses fast lächerlich simplen Modells einen bemerkenswerten Grad an Freiheit haben, um direkt mit dem Qi zu arbeiten. Jedoch dürfen wir uns nicht von einem Modell einschränken lassen. Wenn wir unsere Auf-

merksamkeit auf das Qi als Ganzes richten, dann müssen wir zumindest anfänglich unseren diagnostischen Plan außen vorlassen und nur dem Qi zuhören. Nachdem wir die Situation vollständig überblickt haben, können wir die erhaltenen Informationen in Zusammenhang mit dem Behandlungskonzept bringen, mit dem wir arbeiten.

Die Vielfalt palpatorischer Erfahrungen

Ein Großteil der ausdifferenzierten Beschreibung in der Pulsdiagnose kann direkt zur Beschreibung der Qi-Palpation übernommen werden. Zum Beispiel ist für Anfänger der oberflächliche Puls am einfachsten zu fühlen. Oberflächliche oder schwimmende Pulse kommen sehr häufig bei gestressten Menschen vor. Es ist deshalb keine Überraschung, dass das Qi von gestressten Menschen eine Tendenz hat, oberflächlich zu sein. Damit meine ich, dass wir bei diesen Menschen das Qi näher an der Oberfläche des Körpers finden.⁵ Bei solchen Menschen kann es auch schwierig sein, das Qi in der Tiefe zu fühlen, es scheint irgendwie nicht verwurzelt zu sein. Genauso wie ihr Puls, können dann auch die Personen als Ganzes nicht verwurzelt sein. Egal ob wir tonisieren oder sedieren bzw. ausleiten, wenn wir effektiv nadeln, werden Pulse langsamer und geschmeidiger und wir haben ein Gefühl der Einschwingung, die auch in tiefen Pulsen spürbar ist. Dasselbe gilt für das Qi. Die Einschwingung, die ich meine, bedeutet nicht, dass das Qi zusammenbricht und sich nicht mehr selber aufrecht halten kann. Es ist die Einschwingung des Qi zurück zu einem Zustand der Stille und Klarheit, wie die Reinigung von Sedimenten aus einem großen Fluss. Das ist die Basis auf der alle anderen positiven Veränderungen gründen und dies wird in der Kranialen Osteopathie als „neutrale“ oder „holistische Veränderung“ beschrieben. Jedes Gewebe und alle physiologischen Funktionen des Körpers schwingen sich ein und homogenisieren sich. Alle Gewebearten erreichen einen Zustand der harmonischen Resonanz, so dass eine Unterscheidung zwischen ihnen bedeutungslos wird. Eine immer tiefer werdende dynamische Stille ist die hervortretende Eigenschaft der Neutralität. Alles integriert sich, wird undifferenziert, absolut still, hat jedoch gleichzeitig eine vibrierende Belebtheit. Hier kann die innenwohnende Intelligenz des Selbstheilungsmechanismus ansetzen und alles Notwendige veranlassen.

Dies ist eine Definition einer effektiven Grundbehandlung, wie man sie sich nur wünschen kann. Die Akupunktur ist ein wirkungsvolles Werkzeug, um eine solche holistische Veränderung zu ermöglichen. Aus der *Toyohari*-Perspektive sollte jede Nadel und jede Berührung den Puls verbessern. Aus meiner Perspektive sollte

dies auch den Patienten in Richtung „neutral“ bewegen. Dieses Niederlassen ist auf allen Ebenen zu spüren und es überrascht nicht, dass Patienten typischerweise das Gefühl haben, in die Behandlungsliege zu sinken.

Wenn wir nadeln und nicht die Wahrnehmung einer Einschwingung und Homogenisierung haben, dann spüren wir es mit fast anzunehmender Sicherheit auch nicht im Puls. Aber wenn alle Gewebearten, Flüssigkeiten, Ströme und Funktionen im Körper mit einer einheitlichen Stimme zu uns sprechen, dann wird es uns sagen, was zu tun ist, wenn wir verstehen darauf zu hören. Das Gefühl der systematischen Integration, das im *Qi* spürbar ist, wenn wir den Körper nur berühren, prägt und bereichert die relativ mechanische Erfahrung eines weichen, entspannten Puls, den wir als völlig ausgeglichen definieren.

Die feinen Unterschiede: „You say tomato ...“

Der Puls und das *Qi* können uns ähnliche Dinge auf verschiedene Arten erzählen. Zum Beispiel können auch relativ erfahrene Behandler bei der Punktlokalisierung in einer Übungssituation über den Punkt mit dem Finger hinweggleiten, bevor die Person, die den Puls kontrolliert, sagen kann, ob er oder sie den besten Punkt gefunden hat. Der Puls antwortet auf die richtige Punktlokalisierung auf eine fast binäre Weise. Die Lokalisation ist entweder richtig oder falsch. Im Gegensatz neigt das Gefühl des Sinkens und Niederlassens, das durch das *Qi* zum Ausdruck gebracht wird, dazu sich etwas gradueller zu entwickeln. Es lässt uns wissen, wann der optimale Punkt erreicht wird, so dass wir nicht einfach darüber hinweggleiten. Dieses Phänomen trifft sowohl für die Person am Puls als auch für die Person, die den Punkt lokalisiert, zu.

Ein gutes Maß für das Verständnis der eigenen Wahrnehmung besteht darin, wie klar sich jemand darüber ausdrücken kann. Das ist schwerer als man denkt, auch wenn die Wahrnehmung einer Person scheinbar eindeutig ist. Doch ist es wichtig, offen für jegliche Information zu bleiben und mit so wenig konzeptueller Befangenheit wie möglich an die Sache heranzugehen. Es ist anfänglich oft nützlich, die Information mit Worten zu beschreiben, die uns vertraut und einfach zu verstehen sind. Das ist zumindest ein Grund dafür, dass wir in der Pulsdiagnostik als Erstes beurteilen, ob der Puls oberflächlich oder tief, schnell oder langsam und kräftig oder schwach ist. Wir können ein sehr ähnliches Kriterium wählen, wenn wir anfangen, über das *Qi* zu sprechen. Es hat vier wichtige Qualitäten. Wir können den allgemeinen Grad der Oberflächlichkeit (engl: buoyancy) beurteilen; wir können die Tiefe beurteilen, in der das *Qi* am stärksten oder kompaktesten (dich-

testen) zu spüren ist; wir können die allgemeine Stärke beurteilen; und wir können das Gefüge (engl: grain) des *Qi* beurteilen.

Oberflächlichkeit (engl: Buoyancy)

Die Oberflächlichkeit des *Qi* verhält sich sicherlich analog zur Oberflächlichkeit des Pulses. Sowohl Puls als auch *Qi*, können oberflächlich, sinkend oder irgendwo dazwischen sein. Beide scheinen an der Oberfläche zu sein, jedoch fühlen sie sich immer noch verwurzelt zum Knochen an. Umgekehrt können beide oberflächlich jedoch nicht verwurzelt sein.

Tiefe (engl: Depth)

Auch sollten wir die Tiefe beurteilen, in der das *Qi* am deutlichsten zu fühlen ist. Genauso wie wir die Tiefe des Pulses, also dessen Magen-*Qi* beurteilen. Ist es nicht der Gesamtzustand des *Qi* in einem Körper, der den Puls oberflächlich oder sinkend macht? Warum sollte diese Qualität nicht in einer generalisierten Art und Weise tastbar sein? Eine andere Art der Beschreibung besteht in der Definition, auf welcher Ebene sich das *Qi* am dichtesten anfühlt.

Die Schichtung (engl: Stratification)

Direkte *Qi*-Palpation kann uns oft ein klareres Gefühl der gesamten Schichtung und Integration des *Qi* geben. Manchmal kann ein Puls, der sehr oberflächlich erscheint, am stärksten in der Tiefe mit viel Druck zu spüren sein. Diese Unterscheidungen werden deutlich, wenn das *Qi* direkt palpirt wird. Wir blicken auf die Stärke des Pulses, um etwas über die Vitalität des *Qi* zu erfahren, aber diese Information wird auch bereitwillig durch das Gesamt-*Qi* preisgegeben. Ich habe normalerweise nicht den Eindruck, dass das *Qi* langsam oder schnell ist, jedoch bekomme ich üblicherweise ein Gefühl für die Gesamtaktivität des *Qi*, das sich von der Stärke unterscheidet.

Das Gefüge (engl: Grain)

Die Qualität der Aktivität übermittelt auch ein Gefühl für die Rauheit oder Feinheit, das Gefüge. Es hilft mir, wenn ich mir vorstelle, dass das *Qi* eine sprudelnde Qualität hat, so wie die Luftblasen in Sodawasser oder in Champagner. Die Blasen können groß und wirbelnd sein oder klein und fein wie Nadelstiche. Sie können sich aufgeregt oder träge anfühlen. Ich denke, dass die Vorstellung von Blasen deshalb passend ist, da die Luftblasen eigentlich mit leerem Raum gefüllte kleine Pakete sind, die sich durch Flüssigkeit bewegen. Die Vorstellung verbindet uns einerseits mit den flüssigen Qualitäten, aber auch mit der essenziellen

Stille des *Qi*. Also kann es hilfreich sein, das Gefüge des *Qi* durch die Art des Sprudeln zu definieren.

Wir können natürlich auch noch andere Dinge spüren. Wir fühlen vielleicht die Strömung von Flüssigkeiten und Gezeiten und viele andere Dinge, die wir gar nicht benennen können, aber die gerade beschriebenen vier Kriterien sind der Zugang für unser Verständnis des *Qi*. Es ist aber wichtig im Kopf zu behalten, dass wir nicht diagnostizieren, sondern nur beschreiben.

Nachdem wir einen Eindruck über das *Qi* in dieser Weise gewonnen haben, ist der nächste Schritt, es mit unseren Pulsfindungen zu vergleichen. Stimmen sie völlig überein? Falls nicht, welche Aspekte unterscheiden sich? In den meisten Fällen besteht eine beträchtliche Übereinstimmung zwischen Puls und *Qi*, aber würden sie immer übereinstimmen, wäre es überflüssig, beide zu untersuchen. Manchmal ist eine Qualität deutlicher im Puls zu spüren, eine andere Qualität wiederum kann vermehrt im *Qi* wahrgenommen werden. Wir nehmen zum Beispiel eine Schicht mit Unruhe, Dichtigkeit oder Härte auf einer *Qi*-Ebene wahr, jedoch fühlen wir es auf einer anderen Ebene im Puls. So wie Zunge, Abdomen und Puls uns je etwas anderes über den Zustand des Patienten vermitteln können, so ist auch das *Qi* dazu in der Lage. Diese Unterschiede werden sich im Laufe der Behandlungen angleichen und sich letztendlich auflösen, wenn das System sich mehr und mehr integriert hat.

Die Verzögerungszeit

Der Nutzen dem *Qi* zuzuhören liegt darin, inwieweit es die Informationen bereichert, die durch andere diagnostische Methoden gewonnen wurden. Die Art und Weise, wie sich Puls und *Qi* darstellen, wenn Patienten seit einigen Tagen eine Erkältung haben, mag ein anschauliches Beispiel für dieses Prinzip sein. Der Puls des Patienten mag noch immer oberflächlich sein und die Symptome mögen zeigen, dass das Pathogen immer noch im äußeren Bereich steckt. Im Gegensatz dazu kann man das Gefühl haben, dass das *Qi* im Inneren ist oder man fühlt es an der Oberfläche, jedoch gepaart mit einer seltsamen kollabierenden Wahrnehmung, wie die ersten Fischfutterflocken, die langsam in ein Aquarium sinken. In diesem Fall kündigt das sinkende *Qi* eine Bewegung des Pathogens in den *Qi*-Aspekt an bzw. ein tieferes Eindringen in das System. Das alles ist nur noch nicht im Puls spürbar. Dies ist eine nützliche Information für Akupunkteure und Kräutherapeuten. Besonders, wenn andere eindeutige diagnostische Indikatoren fehlen, kann es der ausschlaggebende Faktor sein um zu entscheiden, auf welche Ebene man seine Therapie konzentriert.

The Treatment of Infertility with Chinese Medicine

A three-day workshop with Prof. Yuning Wu, China's pre-eminent TCM-Western medicine doctor in the treatment of female infertility. Prof. Wu's treatments are entirely herbal medicine but her diagnosis, prognosis and cutting-edge understanding of the integration of biomedicine and Chinese medicine are invaluable to anyone working in the field of infertility.

Lectures and clinical sessions with patients

April 12th to 14th 2013

Holiday Inn, Brighton seafront
Price (inc. lunch, teas/coffees & pastries) £290

Acupuncture in Pregnancy & Childbirth

A weekend seminar with Debra Betts (author of *The Essential Guide to Acupuncture in Pregnancy & Childbirth*)

Saturday: a week-by-week guide to treating the pregnant body
Sunday: an A-Z of pregnancy care for specific conditions

May 4th and 5th 2013
Holiday Inn, Brighton seafront
Price (inc. lunch, teas/coffees & pastries) £190

For full details and online booking:
www.jcm.co.uk/seminars-events
email: info@jcm.co.uk
mail: The Journal of Chinese Medicine,
22 Cromwell Road, Hove BN3 3EB England

Wir haben festgestellt, dass das *Qi* den Puls formt und wir können daher annehmen, dass wir Veränderungen zuerst im *Qi* wahrnehmen. Manchmal ist das Gegenteil der Fall, und wir fühlen Veränderungen zuerst im Puls. Wenn wir allerdings etwas im *Qi* fühlen, dann kann es noch andere Informationen enthalten, die noch nicht im Puls spürbar sind. Es ist, als ob von Moment zu Moment manche Informationen durch das *Qi* vermittelt werden und andere im Puls zu lesen sind. Ein Tanz von Informationen findet zwischen ihnen statt.

Dann sind wieder Details leichter im Puls zu fühlen. Das *Qi* mag unser Verständnis des Großen Ganzen erweitern, aber der Puls kann noch immer das Mittel sein um zu entscheiden, wo genau die Nadel gesetzt wird. Der Puls kann uns sagen, dass die Härte, die wir fühlen, sich im Dünndarm konzentriert. Wir können sehen, wie das Problem im Dünndarm-Meridian eine Resonanz erzeugt, die im gesamten Körper spürbar ist. *Qi* und Puls ergänzen sich.⁶ Manche von uns werden unzweifelhaft in der Lage sein, *Qi*-Ströme viel tiefer und geschickter zu spüren, als ich es hier beschrieben habe. Jedoch beinhalten die Konzepte, die ich vorgestellt habe, die Grundlagen für alle Ebenen der palpatorischen Wahrnehmung. Unabhängig davon, wie tief jemand in das *Qi* eintauchen kann, es wird jede therapeutische Veränderung durch ein allgemeines Niederlassen, Verlangsamten, geschmeidig werden und integriert sein kennzeichnen. Mit was für Qualitäten von Oberflächlichkeit, Schichtung oder Erregung wir auch immer angefangen haben, so wird es sich zu einem Gefühl der Einstimmigkeit homogenisiert haben, die letztendlich eine Stille des Patienten ermöglicht. Welchen Akupunkturstil wir auch immer verwenden, dies ist die Definition einer Grundbehandlung (engl: root treatment).

Es gibt viele Wege, wie man das Konzept einer Grundbehandlung in Worte fassen kann. Ich stelle mir eine Grundbehandlung am liebsten so vor, dass ich die optimalen Voraussetzungen für den nächsten Schritt schaffe, wie auch immer dieser Schritt aussehen mag. Grundbehandlungen sind unser Versuch, die gegebene Situation zu nutzen, eine Neigung oder ein Momentum (*shi*) und einen sanften Schubs in die richtige Richtung zu geben. Je geschickter wir sind, desto weniger müssen wir intervenieren. Dinge folgen einem spontanen Ablauf, die symptomatische Behandlung (engl: branch treatment) ist mühelos bzw. wir erlauben einfach der innewohnenden Körperintelligenz sich selber zu heilen. *Toyohari* ist ein meisterhafter Ausdruck dieses minimalistischen Vorgehens, um das *Qi* zu leiten.

Aus dem Weg gehen

Wenn wir das *Qi* tatsächlich soweit haben, in die richtige Richtung zu gehen, dann mag es das Beste sein, einfach aus dem Weg zu gehen. Letztendlich ist der Körper des Patienten viel schlauer als wir. An diesem Punkt ist unsere Herausforderung weniger, das *Qi* zu leiten als dem *Qi* zu folgen. Das *Toyohari*-System kann hier paradox sein, denn mit jeder Berührung oder Streichung und jedem Kontakt können wir das System in Richtung „neutral“ leiten. Wenn wir allerdings darauf beharren, jedes Pulsdetail zu behandeln, dann können wir die Entwicklung des *Qi* hin zu dem vollständigen Ausdruck von Übereinstimmung und dynamischer Stille behindern.

Besonders bei sensiblen Patienten kann es ein hilfreiches Arbeitsmittel sein, dem *Qi* zuzuhören um dieser Falle zu entgehen. Auch wenn das *Qi* sich sehr integriert hat, stimmig und still ist, ist es nicht selten, dass man im Puls noch immer feine oder auch gröbere Unstimmigkeiten spüren kann. Die Vollständigkeit hat sich vielleicht noch nicht im Puls gezeigt, obwohl sie sich bei manchen Patienten auch nie zeigen kann. In diesen Fällen vertraue ich dem *Qi*. Ich schließe lieber eine Behandlung mit einem guten, wenn auch nicht fehlerlosen Puls und einem Gefühl einer stimmigen Stille im *Qi* ab, als mit einem perfekten Puls und dem quälenden Verdacht, dass ich mit dem *Qi* vielleicht zu viel gemacht habe. Ein Gefühl der Irritation oder Aufgeregtheit taucht oft zuerst im *Qi* auf, bevor es sich im Puls zeigt, typischerweise wird es oberflächlich. Wenn es sich dann auch im Puls zeigt, ist es meistens schon zu spät. Wenn wir diesem Aspekt Beachtung schenken, kann es uns vielleicht vor dem Impuls retten, noch eine letzte Nadel zu setzen und damit all unsere meisterhafte Arbeit zu zerstören, die wir bis dahin geleistet haben.

Ménage à trois

Die *Kozato*-Methode der Nadelübung erfordert mindestens drei Teilnehmer. Eine Person liegt auf der Behandlungsliege und wird genadelt, die zweite Person nadelt und die dritte Person nimmt den Puls und gibt Feedback über Punktlokalisierung und Nadeltechnik. Das Niederlassen, Verlangsamten, geschmeidig und integriert werden, das ich oben beschrieben habe, ist ohne Frage für alle Teilnehmer spürbar, wenn ihre Wahrnehmung geschult ist, egal welche Position sie in der Gruppe haben. Der Zusammenhang zwischen der eigenen Erfahrung bei der Palpation, Nadelung oder genadelt zu werden, wurde mir in einem *Toyohari*-Workshop (London, September 2007) klar. Einer der Lehrer dort gab einen sehr guten Ratschlag, wie man die eigene Punktlokalisierung verbessern kann. Er schlug vor, dass wir jeden Tag *Taibai* (Mi 3) an uns selber lokali-

sieren und nicht nur das Gefühl in unseren Fingern wahrnehmen sollen, sondern auch unsere innere Erfahrung. Dieses innere Gesamtgefühl von Wohlbefinden, das aufkommt, wenn wir genau den richtigen Punkt an uns selber gefunden haben. Eigentlich hat er uns dazu aufgefordert, unsere eigene kleine *Kozato*-Gruppe zu werden und uns selber (als Subjekt) zu spüren, an uns selber den Punkt zu lokalisieren und zu evaluieren. Wir können die Wahrnehmung, die wir als Subjekt spüren, dazu benutzen, sie zu verstärken und sie auf unsere Hände übertragen, wenn wir Punkte lokalisieren oder nadeln.

Der Lehrer war wohl absichtlich sehr vage mit seiner Beschreibung, was wir fühlen sollen, weil er verstanden hat, wie subjektiv die palpatorischen Empfindungen sein können. Andererseits ist meine Erfahrung, dass bei sorgfältiger Betrachtung der palpatorischen Phänomene, die entstehen, wenn wir einen Punkt präzise lokalisieren, wir viele Qualitäten entdecken, die wir auch im Puls finden. Natürlich werden wir auch Empfindungen haben, die einzigartig für jeden von uns sind, genauso wie wir sicherlich auch Veränderungen im Puls beobachten können, die jenseits unseres gemeinsamen Vokabulars liegen. Jedes Nervensystem ist ein einzigartiger palpatorischer Apparat und jeder Behandler bzw. jede Behandlerin muss lernen, mit den Werkzeugen, die er oder sie (wortwörtlich gemeint) zur Hand haben, umzugehen. Jedoch sind unsere Nervensysteme sehr ähnlich. Wenn das nicht so wäre, dann könnten Menschen nie einen Konsens über irgendeine Erfahrung finden. Darum ist es sinnvoll, nach gemeinsamen Erfahrungen mit dem Qi Ausschau zu halten, um anzufangen sie zu definieren. Das Gefühl des Wohlbefindens, das dieser Lehrer beschrieben hatte, kann zumindest grob als eine Erfahrung der Einschwingung, Verlangsamung, Entspannung und Integration definiert werden. Nachdem ich alle möglichen Therapeuten mit verschiedenen Ausrichtungen und Fähigkeiten unterrichtet habe, bin ich zuversichtlich, dass diese Qualitäten eine Grundlage für ein Arbeitsvokabular für unsere Erfahrungen mit dem Qi auf allen Ebenen als Therapeut, Patient und Lehrer bilden.

Wenn jemand im Rahmen einer *Kozato*-Übung an mir Punkte lokalisiert, dann habe ich oft das Gefühl, dass manche Punkte besonders aktiv oder summend sind. Gewöhnlich hatte ich diese als die lebendigsten oder verfügbarsten Punkte identifiziert und darum sollten diese zum Nadeln ausgewählt werden. Jedoch fanden die Personen am Puls oft, dass ein anderer Punkt die besseren Pulsveränderungen hervorrief. Ich habe lange Zeit gebraucht um zu begreifen, dass ich auf eine sensorische Wahrnehmung fokussiert war, die nur einen Teil des Gesamten abbildete. Jetzt glaube ich, dass meine Empfindung des Niederlassens und Verlangsamens, die ihren Ausdruck im Puls fin-

det, ein viel verlässlicherer Indikator ist, als allein das mehr oberflächliche Gefühl von Qi-Aktivierung.

Dasselbe Prinzip gilt auch beim Nadeln. Das Gefühl des Aufwallens des Qi und des Gipfeln des Qi, wenn wir nadeln, ist eigentlich nur eine Teilbeschreibung. Ein Ausdruck des Yang, dessen Yin-Anteil das Niederlassen ist. Das bedeutet nicht, dass wir uns nur auf dieses Gefühl des Niederlassens konzentrieren sollen, sondern wir müssen beidem Aufmerksamkeit schenken.

In den Abgrund

Die Qualität des Qi auf einer tiefen Ebene

Dieses Prinzip, den beiden Ausdrucksformen, dem Yin- und Yang-Aspekt des Qi, Aufmerksamkeit zu schenken, spielt in vielen Dingen eine Rolle, wenn wir nadeln. Wenn wir z.B. im *Toyohari*-Stil nadeln und das *Oshide* der nadelnden Person ist zu schwer, dann macht das den Puls hart oder diffus.⁷ Natürlich gilt unsere grundsätzliche Sorge nicht dem Puls. Der Puls ist nur ein Ausdruck einer mehr allgemeineren Resonanz des Qi im Blutgefäß. Ein schweres *Oshide* findet seinen Ausdruck im gesamten Körper dadurch, dass es die natürliche Tendenz des Qi behindert, sich zu erden und einzuschwingen und das Qi generell wieder oberflächlich wird. Manchmal scheint das Qi irgendwie zu erstarren, träge oder zähflüssig zu werden. Diese Qualitäten zeigen sich nicht in der Qi-Welle; sie werden auf einer Ebene wahrgenommen, die viel tiefer ist. Genauso wie wir versuchen, dass sich der Puls in einer bestimmten Weise einschwingt, langsamer und geschmeidiger wird, so muss sich auch das Qi in einer bestimmten Weise niederlassen. Wenn im *Toyohari* das *Oshide* der nadelnden Person zu offen ist oder in einer anderen Weise nicht perfekt ist, dann sagen wir, dass Qi ausfließt. Das findet im Puls seinen Ausdruck, in dem der Puls keine Struktur oder Grenzen zu haben scheint, obwohl der Puls langsamer geworden und gesunken ist. Ein lasches *Oshide* neigt auch dazu, eine einzigartige Empfindung innerhalb des Qi zu verursachen. Obwohl es immer noch sinkt, kann sich das Qi so anfühlen als ob es in einen Abgrund stürzt. Unsere Qi-Wahrnehmung als Ganzes gibt uns ein klares Gefühl, dass es keinen Behälter hat. Wie ein Baby, das sich wohler fühlt, wenn es eng eingebunden ist, braucht das Qi eine Art Struktur, das ihm hilft, sich selber zu definieren. Wenn wir irgendwann fähig sind, unter unserem Finger die Struktur und Integration oder ihr Fehlen klar zu identifizieren, dann sind wir nicht länger von einem Puls-Feedback abhängig. Wir wissen von Moment zu Moment, wie gut wir darin sind, einen Behälter für das Qi aufrechtzuhalten und können unsere Technik dementsprechend anpassen.

Die Kommunikation über eine verfeinerte Wahrnehmung

Das Zufügen einer spezifischen *Qi*-Lauscher Position zu dem *Kozato*-Trio benutzt diese fast unerschlossene Quelle in der *Kozato*-Methode, um unseren Kontakt zum *Qi* zu verfeinern. Das ist wahrscheinlich die Art, wie große *Kozato*-Gruppen in Japan über Jahrzehnte funktioniert haben, bis zum Beginn der jetzt so populären Puls-Kette.⁸ Was hier hinzugefügt wurde ist ein ein Mittel, das jedem Teilnehmer erlaubt, untereinander artikulierter zu kommunizieren und sie mit diesen *Qi*-Lauschern zu einem Austausch zu bringen, der allen nützt, die involviert sind.

Die *Kozato*-Methode ist meiner Meinung nach eine der effektivsten Techniken, die uns heute zur Verfügung stehen, um die eigenen Akupunktur-Fähigkeiten zu verbessern.

Literatur

Sills, F. (2001): *Craniosacral Biodynamics*, Volume One, Berkeley California: North Atlantic Books.

Anmerkungen

1. Siehe z. B., Unschuld, P. (1985), *Medicine in China, A History of Ideas*, Berkeley: University of California Press.
2. Die *Kozato*-Methode ist eine der Grundlagen für die *Toyohari*-Praxis. Es ist ein systematisches Verfahren, um die eigenen diagnostischen Fähigkeiten und die Nadeltechnik zu verbessern und erfordert mindestens drei Personen. Eine Person nadeln, eine Person liegt auf der Behandlungsliege und gibt Feedback über die Qualität der Nadelung und eine Person verfolgt die Veränderungen am Radialispuls, die durch die Nadelung ausgelöst werden.
3. Diese Aussage wurde von Steven Birch und Junko Ida bestätigt. Sie sind die zwei erfahrensten *Toyohari*-Lehrer im Westen.
4. Für sensible Individuen ist es nicht ungewöhnlich, etwas wahrzunehmen und zu verfolgen, selbst wenn sie nur im Raum sind.
5. Natürlich müssen auch saisonale Faktoren in Betracht gezogen werden. Wir erwarten z.B., dass das *Qi* im Sommer oberflächlicher und im Winter tiefer ist.
6. Hier ist anzumerken, dass erfahrene Osteopathen routinemäßig in der Lage sind viszerale Blockaden zu identifizieren, in dem sie den Körper nur berühren. In diesem Beispiel kann das *Qi* genauso informativ sein wie der Puls, um ein Dünndarmproblem zu erkennen. Diese Ebene der palpatorischen Sensitivität geht jedoch weit über den Rahmen dieses Textes hinaus.
7. Das *Oshide* wird mit Daumen und Zeigefinger gebildet und sieht aus wie ein Ring. Die Nadel wird durch das *Oshide* hindurch (zwischen Daumen und Zeigefinger) an die Haut gehalten.
8. Obwohl ich in einem Seminar Ende der achtziger Jahre in Boston miterleben konnte, wie Dr. Yoshio Manaka etwas ähnliches demonstrierte, entstand die *Toyohari*-Pulschette anscheinend in einem großen Übungsseminar in den USA. In einer großen Gruppe, als viele Leute um die Behandlungsliege standen und warteten, bis sie an der Reihe waren, griff sich jemand den Puls der Person, die den Puls der liegenden Person hielt. Eine andere Person wiederum nahm dessen Arm/Puls und dies erlaubte dann allen Teilnehmern die Pulsveränderung während der Nadelung zu spüren. Diese Technik ist nun Standard in großen *Toyohari*-Übungsgruppen. Ich gebe zu, dass es ein zweckmäßiges Mittel ist,

Ich habe in diesem Text oft auf die *Kozato*-Methode verwiesen, da ich mit ihr sehr vertraut bin. Aber sie ist nur eine von vielen Methoden, die wir in unserer Gemeinschaft benutzen, um miteinander zu kommunizieren. Ich glaube, das hier präsentierte Vokabular hat ein nützliches Potenzial für viele Akupunkturstile. Wie immer man es auch verwende, es ist nur der Anfang und noch keine richtige Sprache, sondern eine rudimentäre Syntax, die uns erlaubt, uns klarer auszudrücken, wie viele von uns schon das *Qi* erreichen. Die Ausdrücke selber sind nicht so wichtig wie die gemeinsame Erfahrung, auf die sie hinweisen. Wenn wir dann fähig sind, so miteinander zu sprechen, dass wir es alle verstehen, können wir beginnen, einerseits unser *Qi*-Vokabular zu erweitern und andererseits unsere palpatorischen Wahrnehmungen zu verfeinern.

viele Leute in eine *Kozato*-Übung mit einzuschließen und hilfreich für manche Übungsstadien ist. Allerdings bin ich der Meinung, dass es letztendlich mehr Probleme macht als es löst. Es ist oft schwer, die Störungen im Puls des Pulsketten-Nachbarn von dem des am Tisch liegenden Subjekts zu unterscheiden. Befürworter der Pulsketten-Technik haben Recht mit der Aussage, dass die hier beschriebene „old style“-Technik, dem *Qi* zu lauschen, sehr anstrengend für die auf der Behandlungsliege liegende Person während der *Kozato*-Übung ist, da sie mit den vielen Händen, die sie berühren, zurechtkommen muss. In jedem Fall liegt das Problem in der Objektivität der Teilnehmer. Was für eine Technik auch bevorzugt wird, ist es essentiell, dass wir unsere eigenen Beeinflussungen so weit wie möglich raushalten. Das Problem mit der Pulskettenmethode ist, dass es für die meisten von uns schwierig ist, unseren Pulsketten-Nachbarn einen neutralen Puls zu präsentieren.

Charles Chace

ist seit über 20 Jahren Student der Chinesischen Medizin und auf Palpation basierenden Akupunkturstilen. Er ist Übersetzer vieler Bücher und Artikel über klassische Akupunktur und Chinesische Medizin, so z.B. das *Huang Di Zhen Jui Jia Yi Jing* und das *Qi Qing Ba Mai Kao*. Außerdem ist er langjähriger Zen-Schüler. In Boulder, Colorado unterhält er eine Praxis und unterrichtet palpatorische Akupunkturansätze am Seattle Institute of Oriental Medicine.



Der Artikel erschien zuerst in der „Lantern – Journal of Traditional Chinese Medicine“ (Volume 5/Issue 1). Wir danken für die freundliche Abdruckgenehmigung. Übersetzung ins Deutsche von Anja Stiehle.