



Foto: URSULA PFENNIG

Die Heilkraft des Qi

Traditionelle chinesische Medizin (TCM) wurde lange Zeit nur mit Akupunktur in Verbindung gebracht. Doch immer mehr Zentren bieten umfassende Diagnostik und Therapie auf der Grundlage fernöstlicher Heilkunde.

Alles eine Frage des Gleichgewichts: In der Vorstellung der traditionellen chinesischen Medizin ist ein Mensch gesund, wenn sich Körper, Geist und Seele in perfekter Balance befinden, genährt durch das „Qi“, einen harmonischen Fluss von Lebensenergie. Doch leider gibt es viel, was dieses harmonische Gefüge aus der Bahn werfen kann. Dr. med. Christiane Müller, die die Abteilung für traditionelle chinesische Medizin am Evangelischen Krankenhaus Hamm leitet, gibt Beispiele: „Das können körperliche Belastungen sein, unsere Ernährungsgewohnheiten, aber auch Wind und Kälte oder Trauer und Stress.“ Das Qi gerät ins Stocken, der Mensch wird krank. Was tun?

Auch in der traditionellen chinesischen Medizin steht am Anfang eine Diagnose. „Ein ausführliches Gespräch mit dem Patienten ist die Voraussetzung für jede Behandlung“, sagt Dr. Christiane Müller. In der Abteilung werden Patienten aus dem Krankenhaus behandelt, zum Beispiel Krebspatienten, die Schmerzlinderung suchen. Doch gleichzeitig steht die Praxis allen offen, die zum Beispiel bei Allergien, Burn-out oder gynäkologischen Beschwerden Rat und Hilfe suchen. Die fundierte westliche Diagnose gehört für Dr. Müller ebenso zum Erstgespräch wie chinesische Untersuchungen wie die Zungen- und Pulsdiagnose. Die chinesische Pulsdiagnose zählt nicht nur die Schläge, sondern unterscheidet mehr als 30 verschiedene Arten, wie der Puls schlagen kann. Schlägt er tief, schlüpfig oder gespannt wie eine Gitarrensaite?

Die westliche Medizin ist naturwissenschaftlich und analytisch begründet. Im Idealfall identifiziert der Arzt das kranke Organ und behebt

den Schaden. Das funktioniert prima bei Beinbrüchen und Blinddarmentzündungen. Schwieriger wird es, wenn eine Reihe von Beschwerden ineinandergreifen oder die Ursachen nicht klar zutage treten.

Der chinesischen Medizin liegt ein ganz anderer Ansatz zugrunde. Sie ist eine Erfahrungswissenschaft, basiert also auf Beobachtungen. Und sie ist weniger analytisch als ganzheitlich ausgerichtet. Das einzelne Organ interessiert da weniger als die Zusammenhänge, das Funktionieren. Das chinesische Modell geht davon aus, dass die

Tai-Chi und Qigong

Zen-Trum, Merklingshausstr. 76, 59557 Lippstadt, Tel. 02941/2867736, www.zen-trum.info

Taichi-Schule Claudia Bartels, Schillerstr. 31, 48155 Münster, Tel. 0251/665629, www.taichi-muenster.de

Tai Chi Schule Willi Pfeiffer, Zum Möhneweher 2, 59755 Arnsberg-Neheim, Tel. 02932/83577, www.taichi-willipfeiffer.de

Traditionelle chinesische Medizin

Abteilung für Traditionelle Chinesische Medizin am Evangelisches Krankenhaus Hamm, Werler Str. 110, 59063 Hamm, Tel. 02381/5891291, www.evkhamm.de

TCMedic im Hapimag Resort Hochsauerland, Holtener Weg 21, 59955 Winterberg, Tel. 02981/808600, www.hapimag.com/de/die-traditionelle-chinesische-medicin.htm

Abteilung für Traditionelle Medizin und Schmerztherapie im Grönemeyer Institut für Mikrotherapie, Schwerpunkt TCM, Universitätsstr. 142, 44799 Bochum, Tel. 0234/9780490, www.groenemeyer-medicin.de

Hans-Jürgen Platzek unterrichtet den dynamischen Chen-Stil des Tai Chi in Lippstadt (L.)

verschiedenen Körperregionen und Organe über die „Meridiane“ in Verbindung stehen, Leitbahnen, auf denen die Lebensenergie Qi fließt. Diese Meridiane kann man nicht finden, wenn man einen Körper aufschneidet. Da ist nichts Materielles. Trotzdem scheinen sie zu funktionieren: Sticht man eine Nadel in die Hand, reagiert der Magen. Die Akupunktur wird mittlerweile von den Krankenkassen bezahlt und ist auch bei Schulmedizinern weit verbreitet.


Doch TCM ist viel mehr als Akupunktur. Die Akupunktur ist zusammen mit der Moxibustion (dem Verbrennen von Beifußkraut) nur eine von fünf Säulen der traditionellen chinesischen Heilkunde. Die anderen vier: Arzneimittelkunde, Tuina-Massage, Ernährungslehre und schließlich Qigong und Tai-Chi. Gerade bei den letzten beiden Punkten – Ernährung und Bewegung – wird klar: Die alten Chinesen waren der Auffassung, dass der Patient selbst etwas zu seiner Heilung beitragen muss. Oder besser noch: zu seiner Gesunderhaltung.

„Leider kommen die meisten Menschen erst zu uns, wenn sie bereits eine lange Leidensgeschichte hinter sich haben“, bedauert Jürgen Hermann von TCMedic im Hapimag-Resort Winterberg. Seit Juni 2011 werden hier alle fünf Säulen der TCM auch für Menschen angeboten, die nicht Mitglieder bei Hapimag sind. Bei TCMedic betreut zwar ein westlicher Schulmediziner die Diagnose, alle Behandlungen werden jedoch von Chinesen durchgeführt. „Diese Ärzte haben ein fünf- bis sechsjähriges Studium in TCM absolviert. Ihre Fachkenntnis ist einfach nicht vergleichbar mit Ärzten, die die Griffe der Tuina-Massage oder die Akupunktur in ein paar Monaten gelernt haben.“

Bei TCMedic bemüht man sich, auch die vorbeugenden Ansätze stärker ins Bewusstsein zu rücken. „Unsere chinesischen Kollegen schütteln häufig den Kopf, wie nachlässig wir mit unserer Gesundheit umgehen“, erzählt Hermann. So gibt es in Winterberg auch das für jedermann zugängliche Restaurant „Wok 5“, in dem die chinesische Ernährungslehre nach den fünf Elementen umgesetzt wird.

Auch Tai-Chi und Qigong gehören zu den fünf Säulen der TCM. Schon der Name verrät, worum es geht: „Qi“ ist der harmonische Fluss der Lebensenergie, „Gong“ steht in etwa für „beharrliches Üben“. Spezielle Bewegungsabläufe sollen nicht nur die Sehnen und Muskeln dehnen und stärken, sondern den Energiefluss im ganzen Körper stimulieren. Claudia Bartels führt bereits seit 20 Jahren eine Tai-Chi-Schule in Münster und bildet auch Tai-Chi-Lehrer aus. „Als ich damit anfing, kamen hauptsächlich Leute, die sich für die chinesische Philosophie interessierten“, erinnert sie sich. „Heute habe ich großen Zulauf von Berufstätigen, die auf der Suche nach Ausgleich für die Anforderungen des Alltags sind.“

Die Bewegungsabläufe im Qigong sind kürzer, um den Fokus zunächst mehr auf die Atmung und Körperwahrnehmung zu richten. Im Tai-Chi wird anhand einer „Form“ geübt, also eine Art Choreographie. Hans-Jürgen Platzek unterrichtet den klassischen Chen-Stil des Tai-Chi in Lippstadt. Bevor er in seine westfälische Heimat zurückkehrte und hier das „Zen-Trum“ für Zen-Meditation, Kalligraphie und Tai-Chi eröffnete, verbrachte er 30 Jahre im japanischen Kloster. Er versteht Tai-Chi als „innere Kampfkunst“. Er sagt: „Tai-Chi klärt und entwickelt den Energiefluss, der seit unserer Geburt in Körper und Geist zugegen ist, uns aber mangels Unterweisung und falscher Lebensweise abhandengekommen ist. Es gilt einfach, zu seiner Natürlichkeit zurückzukehren. Ganz einfach, nicht mehr und nicht weniger.“

Ursula Pfennig 

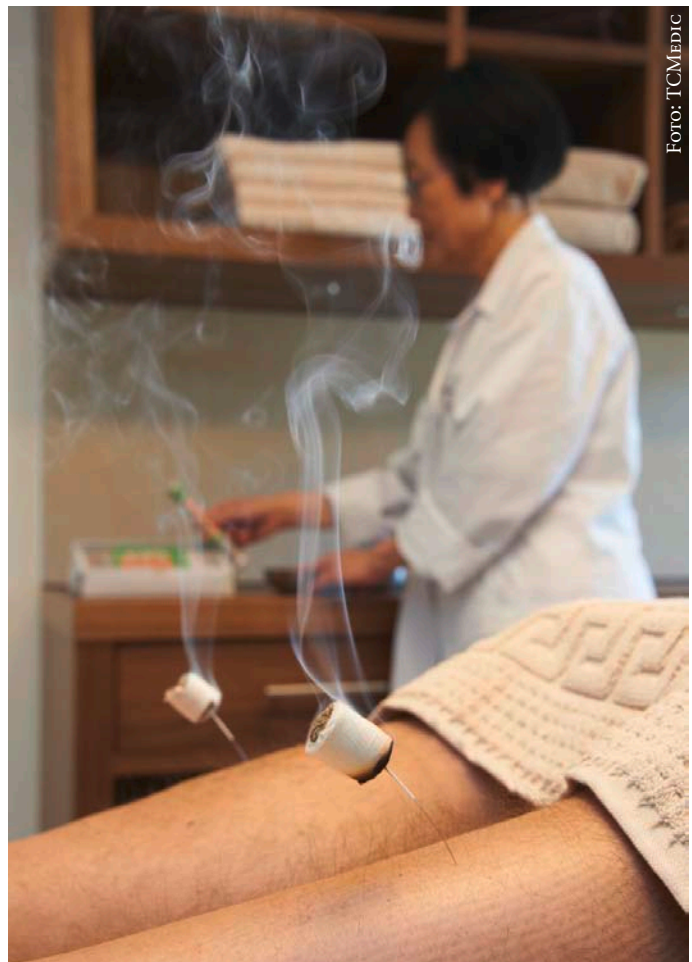


Foto: TCMedic



TCM im Hapimag Resort Hochsauerland: Moxibustion (o.) und Schröpfung (u.)

Foto: TCMedic