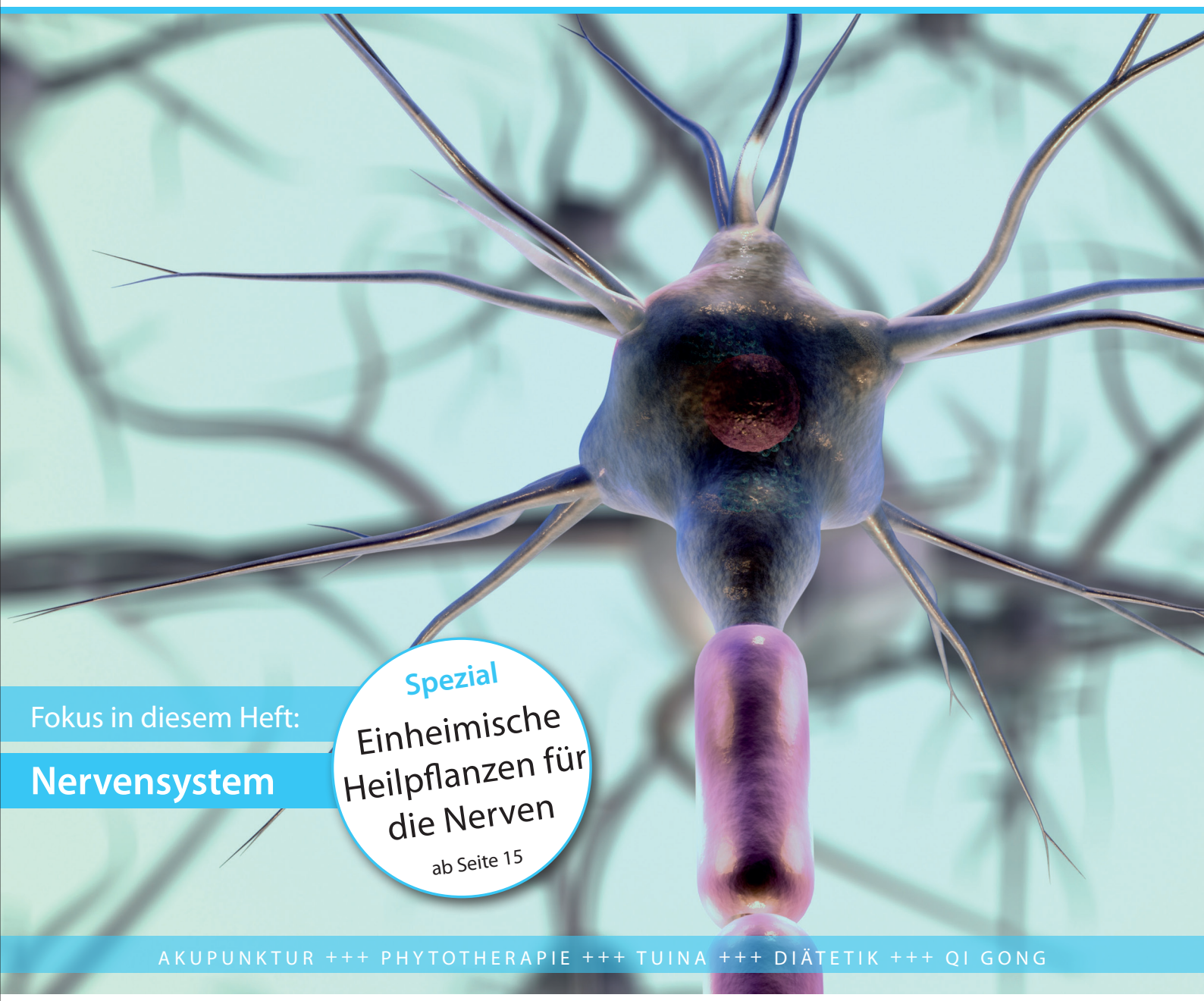
Nr. 4 I Dezember 2024

YIN YANG

TCM FACHMAGAZIN



Fokus in diesem Heft:

Nervensystem

Spezial

Einheimische Heilpflanzen für die Nerven

ab Seite 15

AKUPUNKTUR +++ PHYTOTHERAPIE +++ TUINA +++ DIÄTETIK +++ QI GONG

Kultivierung für Akupunkteure

Von Dr. Hung D Tran, MBBS, LiAc, übersetzt von Alex Bechinger – «Kenne alle Theorien, beherrsche alle Techniken, aber wenn du eine menschliche Seele berührst, sei einfach eine andere menschliche Seele.» Carl Jung

Viele moderne Akupunkturkurse und Postgraduiertenprogramme konzentrieren sich auf die Behandlung des Patienten vor der Nadel, aber was ist mit der Präsenz des Praktikers?

Die meisten Akupunkteure und Heilpraktiker, mit denen ich zusammengearbeitet habe, wollen ihren Patienten aufrichtig helfen, sich besser zu fühlen.

Die Herausforderung besteht jedoch darin, dass aufgrund der jahrelangen Indoktrination, die wir erfahren haben, jede Faser unseres Körpers mit dem Wunsch zuckt, eine Diagnose zu stellen, das Problem zu beheben und schnell eine Lösung anzubieten, sobald wir von den «Beschwerden, Herausforderungen oder dem Zustand» des Patienten hören. Das ist «pawlowisch» und löst unsere Kampf-Flucht-Überlebensreaktion aus.

Das ist der Grund, warum sich viele Therapeuten sehr anstrengen, um vernünftige Behandlungspläne zu entwickeln, die einfach nicht so wirkungsvoll sind. Das liegt daran, dass sie nicht so relevant sind und dass die wirklichen gesundheitlichen Herausforderungen des Patienten oft unerkannt und damit ungelöst bleiben.

Außerdem berücksichtigen die modernen Lehrbücher nicht die Nuancen der realen Lebensszenarien, und die alten Lehrbücher sind übermäßig kryptisch, so dass viele Praktiker ratlos sind und unnötigerweise unter dem «Hochstaplersyndrom» leiden. Das muss nicht so sein.

Der Knackpunkt des Problems:
Für viele Akupunkteure basiert der derzeitige Ansatz zur Behandlung von Patienten darauf, etwas mit ihnen zu machen. Mit anderen Worten: Wir stellen eine Diagnose – ein Etikett – und formulieren einen Plan zur Behandlung dieses Etiketts. Dabei geht es um die Bewältigung des Krankheitsprozesses und nicht darum, den Heilungsprozess zu fördern. Das ist zwar zunächst nützlich, geht aber unweigerlich weit an den tieferen Bedürfnissen des Patienten vorbei. Für fast alle Akupunkteure /Heilpraktiker ist dies der Ansatz in der Medizin, der uns indoktriniert wurde und an den viele noch immer glauben.
Wenn ein Patient anfängt, uns sein Problem zu schildern, ist es wichtig, sich daran zu erinnern, dass das, was er uns erzählt, selten das eigentliche Problem ist. Wenn wir uns einmischen, um die Dinge in Ordnung zu bringen, kann das in dreierlei Hinsicht schief gehen: Wir behandeln das falsche Problem; wir nehmen dem Patienten die Arbeit ab, die er tun sollte, um sich selbst zu heilen; und die Heilung findet nicht so effektiv statt, wenn überhaupt.

Aus diesem Grund hilft es dem Praktiker nicht, wenn er sich nur auf die äußere Aktivität der Theorie, die Anwendung der Techniken und auf das Marketings der Akupunktur konzentriert, um sich sicher und wohl zu fühlen, wenn es darum geht, mit Wirksamkeit und Leichtigkeit zu praktizieren.

Wenn wir leichtere, zufriedenstellendere und wirksamere Ergebnisse erzielen wollen, müssen wir uns von der Fixierung des Patienten wegbewegen und seinen Heilungsprozess unterstützen.

Der Wendepunkt
Die «Klassische Chinesische Medizin" geht über die klinische Anwendung hinaus. Sie ist eine Lebenspraxis, die Therapeuten und Patienten befähigt, ihren Ausdruck zu erforschen und einen Weg zur persönlichen Entwicklung bietet.

Das Huangdi Neijing (der innere Klassiker des Gelben Kaisers) ist einer der am meisten verehrten Texte der Akupunktur und der chinesischen Medizin und stammt aus dem zweiten Jahrhundert vor Christus. Dieser und andere klassische Texte sind zwar reich an einem differenzierten Verständnis und an Strategien zur Behandlung menschlicher Krankheiten, aber sie betonen nicht so sehr die Protokolle oder die Art und Weise der Behandlung von Krankheiten. Vielmehr präsentierten sie einen Ansatz für Gesundheit und Heilung, der auf dem metaphysischen Prinzip des Dao beruht und der Menschheit zeigt, wie man einfach und harmonisch mit sich selbst und der Natur leben kann. Sie betrachteten dies als die höchste Medizin. Dies inspirierte nachfolgende Generationen von Praktizierenden, viele Systeme zur Heilung von Krankheiten zu entwickeln und ihren Patienten zu helfen, ihre authentische Natur zu entdecken und ihrem eigenen, einzigartigen Dao zu folgen.

Für mich ist die Botschaft der Klassiker ganz klar: Wir können andere nur in dem Maße heilen, wie wir selbst geheilt sind. Dazu gehört auch ein tieferes Verständnis unserer selbst durch die Kultivierung unseres 心 xīn (Herz-Geist), der für die Daoisten der Sitz des Bewusstseins und der Erkenntnis ist. Dies wird in modernen medizinischen Texten, Akupunkturinstituten oder postgradualen Ausbildungsprogrammen nicht besonders hervorgehoben, wenn überhaupt.
Die Kultivierung verbessert unser Leben und unsere klinische Praxis.

Selbstkultivierung bedeutet im Wesentlichen, sich mit der Liebe zu verbinden und sie zuzulassen; es geht darum, in unserer Souveränität zu stehen. Der Ansatz zur Heilung beinhaltet auch das Erwachen aus der Illusion der Trennung, die durch die universelle Liebe hervorgerufen wird. Dies ist die Art von Liebe, die vielleicht die generative Kraft von allem ist, was hier und jetzt ist.



Und indem wir bereitwillig und schrittweise zulassen, dass sich unsere Herzen öffnen, werden wir lebendiger und können authentischer und von ganzem Herzen leben.

Es beginnt damit, dass wir zu der Liebe in uns und für uns selbst zurückkehren und die Dinge so lieben, wie sie sind. Wenn wir uns selbst gegenüber,ein liebevollerer und freundlicherer Freund werden, können wir schließlich auch der Welt gegenüber ein besserer Freund werden. Mit echter Liebe und Weisheit in unserem Herzen können wir zu einem heilsamen und effektiven Vermittler von Heilung und Transformation werden.

In die Praxis umsetzen

Heilung geschieht in der Gegenwart. Das Erste, was ich in jede Sitzung mitbringe ist also Präsenz, die den Patienten einlädt und ihm die Erlaubnis gibt, ebenfalls präsent zu werden.

Ich gehe davon aus, dass jeder Mensch die Fähigkeit hat, sich selbst zu heilen. Wir müssen nur lange genug aus unserem Denken aussteigen, damit wir sehen können, was uns blockiert, und damit frisches, neues Denken entstehen kann. Meine Aufgabe ist es daher, ein Klima zu schaffen, das es meinen Klienten ermöglicht, Zugang zu diesem inneren Wissen zu erhalten.

Praktisch bedeutet das, dass ich keine Agenda habe und einfach nur den Menschen hinter seinen Beschwerden kennenlernen möchte.

Ich zentriere mich in meinem Körper, öffne meine Ohren und höre einfach zu. Ich höre vor allem auf meine inneren Reaktionen und auf gewohnheitsmäßige und wenig hilfreiche Tendenzen – ich überprüfe und erkenne meine Urteile, Annahmen und Ängste an, um schnell eine Lösung anzubieten und mich selbst zu bestätigen. Ich höre auch auf das, was sich am lebendigsten anfühlt, und bleibe offen dafür, das zu erkunden. Ich weiß, dass mein Wissen und meine Fähigkeiten hilfreich sind, aber ich stelle sie nicht an die erste Stelle. Das Zuhören hat Priorität.

Hier ist ein Fall, um dies zu veranschaulichen.

60 Jahre alte Frau mit Nierenversagen im Endstadium

Eine 60-jährige Frau, die im Alter von 18 Jahren an Krebs in der rechten Niere erkrankte. Ihre linke Niere begann zu versagen, als sie 30 Jahre alt war, und sie wurde an die Dialyse angeschlossen, die jedoch versagte, so dass sie nur noch wenige Monate zu leben hatte. Nach ein paar Monaten wurde ihr eine Spenderniere transplantiert.

Jetzt versagt die Spenderniere, die Dialyse hilft nicht, und man gibt ihr noch etwa 6 Monate bis ein Jahr, falls sich kein geeigneter Spender findet. Ihre Labor-Blutwerte zeigten ein fortgeschrittenes Nierenversagen und hohe Entzündungsmarker. Sie sagte, sie habe ein schweres Gefühl im linken unteren Quadranten, als ob etwas verstopft wäre, und sie sei sehr besorgt wegen der ungewissen Zukunft.

Als sie sich mir vorstellte, wurde ich sehr präsent in meinem Körper und beobachtete meine Gedanken und Gefühle. Ich nahm nichts an und mein einziger Wunsch war es, eine menschliche Verbindung zu ihr herzustellen und ihr zu ermöglichen, sich wohlzufühlen. Aus Erfahrung weiß ich, dass sich alles, was nötig ist, daraus entwickelt, dass wir beide präsent sind und uns sicher fühlen.

Während des Gesprächs bat ich sie um Erlaubnis, ihr eine Frage stellen zu dürfen. Sie stimmte zu und ich fragte, «Wenn ein Wunder für Sie geschehen würde und Sie morgen aufwachen würden, woran würden Sie merken, dass es geschehen ist? Wie würden Sie sich fühlen? Was würden Sie dann tun? Wo würden Sie sein?»

Sie hielt einige Augenblicke inne, ihr Blick fiel auf ihren Körper, als ob sie hören würde, was sie sich wirklich wünschte. Dann antwortete sie, «Frieden. Frieden, mit allem, was passiert.»

Ihre Stimme war sehr klar und klangvoll, und eine heilige Stille trat in den Raum ein. Wir verweilten beide einige Augenblicke lang in dieser Stille. Dann fragte ich, «Bitte erzählen Sie mir mehr über diesen Frieden. Wo spüren Sie ihn in Ihrem Körper? Was sind seine Merkmale für Sie?»

Sie hielt inne und antwortete dann mit, «Ich spüre ihn in meinem Herzen und er strahlt in meinen ganzen Körper aus. Es ist leicht und es gibt keine Angst, nur ein Gefühl der Liebe, dass alles gut sein wird.»

Biomedica ZH
Weiterbildungen

Vorbereitung für HFP

P1 Fallstudie für HFP
25.02.2025 - 26.02.2025 - online
21.05.2025 - vor Ort
18.09.2025 - 19.09.2025 - online

P2 Fachgespräch für HFP
16.01.2025 - vor Ort
23.04.2025 - vor Ort

Qualitätszirkel
Diverse Daten, siehe Webseite

Muskuloskelettale Schmerzsyndrome

Hüftgelenk: 29.01. - 30.01.2025
Knie und Fuss: 24.09. - 25.09.2025

Schulmedizin

Red Flags
Vorbereitung für M1
05.05. - 08.09.2025 - online

Schulmedizin in der Praxis
Vorbereitung für M1 - praktisch
17.01. - 07.03.2025 - vor Ort
02.07. - 10.09.2025 - vor Ort

Training

Schlüsselsymptome der Zang Fu
27.01. - 28.01.2025 - online

TCM-Patho-Mechanismus
20.02.2025 - vor Ort

Bewegendes Tuina
08.05.2025 - vor Ort

Nadeln fokussiert führen
22.05.2025 - vor Ort

Einstieg noch möglich bei
- TCM-Ernährungstherapie
- Westliche Arzneimittel

Weitere Kurse und Daten
auf biomedica.ch

Hier scannen und anmelden.
Wir freuen uns auf Sie!

biomedica seit 1980
bildungszentrum für tcm und westliche medizin www.biomedica.ch Flughofstrasse 41 | 8152 Glattbrugg T 043 321 34 34

Wieder nahmen wir beide die Wahrheit dieses Satzes in uns auf. Ich fragte sie dann, ob ich ihren Puls ertasten dürfe, sie stimmte zu, und während ich den Puls der Radialarterie ertastete, erklärte ich ihr, dass ich nicht auf der Suche nach etwas Falschem bin. Was ich höre, ist der Fluss des Lebens durch alle Schichten ihres Körpers - der Rhythmus und die Präsenz des Herzens, wie es alle bekannten Schichten ihres Wesens informiert und durchdringt. Sie schien sich dabei zu entspannen. Ich erklärte ihr, welche Schichten der Puls umfasst und welche Bedeutung er hat. Für mich war dies eine tiefere Ebene der Konversation, die die Patientin in die Lage versetzte, zu verstehen, was in ihrem System vor sich geht. Das lud dazu ein, sich mehr mit dem zu verbinden, was in jedem Moment vor sich geht. Ihr Puls veränderte sich, als sie sich dessen bewusstwurde, was vor sich ging. Dieser innere Dialog über die Pulse veränderte den ursprünglichen Befund.

Ihr Puls war anfangs in allen Positionen angespannt und schnell – ein Hinweis darauf, dass Ressourcen festgehalten wurden, da es verständliche Angst gab. Ich bemerkte den Puls eines außerordentlichen Gefässes namens «Yang Wei Mai». Ich erläuterte meinen Eindruck, den ich in ihrem Puls wahrgenommen hatte, und fragte, ob das mit dem übereinstimme, was sie fühle. Sie bejahte dies, und als sie spürte, dass sie auf einer tieferen Ebene gehört wurde, veränderte sich der Puls. Schließlich verschoben sich die anfänglichen Impulse und zeigten dann, dass alle Primärpositionen gut funktionierten. Für mich wurde der Körper durch den Frieden in ihrem Herzen informiert, da sie sich gehalten und gehört fühlte.

Ich unterstützte dies mit einer daoistischen Behandlung namens San Cai, bei der drei Punkte beidseitig genadelt werden – bei Männern zuerst rechts, dann links und bei Frauen andersherum:

Sp21, 大包, Dabao, Great Wrap St25, 天枢, Tiān shū, Heaven's Pivot Sp8, 地机 Dì jī, Earth Pivot

Ich überprüfte ab und zu den Puls, um zu sehen, was sich verändert hatte, und erkundigte mich bei ihr, wie es ihr ging. Damit soll sichergestellt werden, dass sie in Kontakt mit dem gegenwärtigen Moment bleibt und mit dem, was sich in ihrem Körper-Geist verändert. Im Behandlungsraum herrschte ein Gefühl der Leichtigkeit und des Friedens. Die Nadeln wurden in der umgekehrten Reihenfolge herausgezogen, in der ich sie gesetzt hatte. Ich bat sie, sanft zurück in den Raum zu kommen und sich zu orientieren. Sie saß auf und verweilte einen Moment sitzend auf der Behandlungsliege. Sie wirkte klar und absorbierte den Moment. Sie äußerte, dass sich das Engegefühl im unteren linken Quadranten des Abdomens stark verändert habe und dass sie das Gefühl habe, etwas Schweres sei von ihr genommen worden. Sie fühle sich so ihre Worte leicht, hoffnungsvoll und habe das Gefühl, alles sei gut, wie es ist.



Autor: Dr. Hung D. Tran, MBBS, LiAc.

Seit 1998, praktiziert Hung westliche und östliche Medizin und hatte eine viel beschäftigte Praxis im Zentrum von London. Im Jahr 2017 war er der Organisator des ersten «Mentorship Programm in klassischer, chinesischer Medizin». Zurzeit arbeitet er als Berater und Mentor für den 18-monatigen Lehrgang «Daoist Acupuncture Apprenticeship», welcher zum ersten Mal in der Schweiz, im März 2025, über Acumax unterrichtet wird.

www.acupunctureapprenticeship.ch



Zum ersten Mal in der Schweiz bieten wir einen Lehrgang in daoistischer Medizin an. In der TCM arbeitet man vorwiegend mit Primär-Meridianen. Was die daoistische Medizin, die eigentliche Wurzeln der heute praktizierten TCM jedoch auszeichnet, ist das sogenannte "5-Kanal System". Je nachdem, wo sich die Pathologie im Körper befindet, benutzt man hier die dafür verantwortlichen Gefässe, was eine viel spezifischere Behandlung ermöglicht.

Dieses Wissen vermitteln wir an 18-Wochenenden, die sich durch eine hohe Präsenz von zwei bis drei Dozenten pro Workshop und einer gesunden Mischung aus theoretischen und praktischen Anteilen zusammensetzt. Es ist uns ein grosses Anliegen, dieses alte und hocheffektive Wissen zu teilen, da es einerseits unsere Medizin um einen massgeblichen Teil bereichert und sich andererseits die klinischen Resultate dadurch deutlich verbessern werden.

Informationen unter acupunctureapprenticeship.ch
oder Sie kontaktieren mich persönlichen
Alexander Bechinger - 079 419 90 92