无极
wújí

太极
tàijí

Wann keimte aus dem Einen (Wuji) ein Gegensatz (Taiji)?

Zur Geschichte des Dualismus und der Phasen
Von Helmut Jäger

Wir kennen alle die Yin/Yang-Lehre und die fünf Wandlungsphasen aus der chinesischen Weltanschauung und gehen meist davon aus, dass diese in China entstanden sind. Helmut Jäger stellt sie in einen größeren Zusammenhang und zeigt mögliche Ursprünge von dualistischem Denken in der Menschheitsgeschichte auf. Er verweist auf Verbindungen der chinesischen Wandlungsphasen zur Lehre Zarathustras und der griechischen Elementelehre, die möglicherweise bereits vor der Zeitenwende zusammen mit Unani, der »griechischen Medizin« in Asien bekannt wurden. Danach könnte die Quelle des heutigen Modells tatsächlich aus der Kaukasusregion stammen.

ABSTRACT

When did the one (wuji) generate a dichotomy (taiji)?
On the history of dualism and the phases of transformation
By Helmut Jäger
We are all familiar with the doctrine of yin/yang and the five phases of transformation from the Chinese world view, and most people assume that these arose in China. Helmut Jäger places these aspects in a broader context and indicates possible origins of dualistic thinking within human history. He points to connections between the Chinese phases of transformation and the teachings of Zarathustra and the Greek theory of the elements; these concepts may possibly have become known in Asia even before the Christian era, in connection with Unani or ›Greek medicine‹. Seen from this perspective, the sources of the current Chinese model may indeed originate from the Caucasus region.

Seit meiner ersten Begegnung mit chinesischer Bewegungskunst vor über zwanzig Jahren versuche ich zu »verstehen«. Einerseits meine ich: annehmen von Wissen und Kompetenzen, die andere erworben haben und die mir durch Schrift, Worte oder Training vermittelt werden. Zugleich verbinde ich mit dem Wort *»verstehen«* ein Verbinden des Aufgenommenen mit persönlichen Gegebenheiten, die sich aus meinen Erfahrungen, meiner Kultur und meiner Sozialisation ergeben. Alles, von dem ich glaube etwas verstanden zu haben, beruht auf persönlicher Aneignung.

(Helmut Jäger: Chinesisch-europäische oder europäisch-chinesische Bewegungskunst, TQJ 4/2013, S. 34-40)

Der folgende Text stellt Hypothesen vor, wie sich geschichtliche Zusammenhänge entwickelt haben könnten. Ich halte diese für plausibel und stelle sie zur Diskussion. Über Korrekturen meiner Irrtümer oder Ergänzungen freue ich mich.

In der chinesischen Philosophie vollzog sich die Wandlung der großen Gegensätze im Rahmen eines form- und namenlosen Ganzen. Zarathustra sah alle Existenz durchflutet von einer unaufhörlich fließenden Energie.

Nach Hippolytus von Rom (gestorben um 235) soll Zarathustra Pythagoras gesagt haben, dass *»die Ursachen aller seienden Dinge von Anbeginn an zwei sind, nämlich Vater und Mutter. Und der Vater ist das Licht und die Mutter die Dunkelheit: Und die Teile des Lichts sind die Wärme, die Trockenheit, das Leichte und Schnelle, und die der Dunkelheit das Kalte, Feuchte, Schwere und Langsame. Und aus diesen, aus Mann und Frau, setzt sich der gesamte Kosmos zusammen.«* (Hippolytus: Refutatio contra omnes haereses, zitiert aus Paul Wendland: Refutatio Omnium Haeresium, 1897, Nachdruck: de Gruyter Verlag)

In Europa dagegen zerbrach der Dualismus in kategorische Gegensätze. Die Erschaffung eines trennenden, parteiischen Gottes belohnte Gläubige und bestrafte Ungläubige. Aristoteles erfand ergänzend die begriffliche Wahrheit, das sichere und beweisbare Wissen (Episteme).

Bis dahin war die europäische Philosophie *»zu klug, um wahr zu sein«* (Karl Popper: Die Welt des Parmenides, Piper 1998). Seither ist das westliche Weltbild aber von starken Gegensätzen geprägt, die sich ausschließen: wahr – unwahr, richtig – falsch, gut – böse, materiell – geistig, … Erstaunlicherweise, denn der technische Fortschritt wäre undenkbar ohne eine Physik, die seit 100 Jahren ungeteilte Systemzusammenhänge und die Subjektivität von Beobachtungen wahrnimmt. Die östlichen dynamischen Dualismus-Auffassungen stehen den Gesetzmäßigkeiten der modernen System-Naturwissenschaft deutlich näher als die Fixierung auf Einzelfaktoren, die das Weltbild im Westen zunehmend bestimmt. (Ian McGilchrist: The Matter with things. Perspectiva Press 2021)

Die Gegensätze zwischen »Schwarz und Weiß«, »Null und Eins«, »Gut und Böse« sind relativ jung.

Alle Tiere konstruieren Unterschiede zwischen »sich« und anderem. Sie müssen beurteilen, ob etwas nützlich oder gefährlich für sie ist. Sonst könnten sie keine Rivalen verdrängen, Beute machen oder sich gegen Feinde verteidigen. Dennoch bleiben einfache Tiere eingebettet in einen Gesamtkontext, von dem sie bedingungslos abhängen und den sie kaum beeinflussen können.

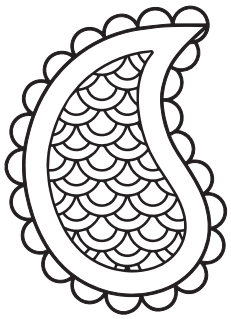
Säugetiere erschaffen sich zusätzlich zur individuellen noch eine Gruppenidentität, die manchmal eine größere Bedeutung erlangt als ihr einzelnes »Sein«. Mit dem Auftreten der Primaten, der Früh-Menschen und besonders mit dem Erscheinen der Gattung Homo sapiens gewannen die sozialen Zusammenhänge an Bedeutung. Das große, ungeteilte Ganze begann sich ganz allmählich aufzutrennen. Fließend: so wie Ionen im Säurebad einer Batterie an die Pole wandern und damit Spannung erzeugen.

Typisch für die Gattung Homo sapiens ist die Fähigkeit zu engen Paarbildungen und Beziehungen. In der griechischen Mythologie beginnt die Menschwerdung (nach der Zeit der Titanen) mit dem Auftreten von drei göttlichen Brüdern: Eros, Pothos und Himeros. (Erich Neumann: Ursprungsgeschichte des Bewusstseins, 1949, Patmos 2004) Eros bedeutet nicht etwa »Befriedigung durch Sex« (wie bei unseren Vettern, den Zwergschimpansen Bonobos), sondern symbolisiert einen energiegeladenen, zielgerichteten Spannungsbogen. Für die Frühmenschen standen zwischen dem Pfeil und seinem Ziel (der Erfüllung in den Armen des oder der Geliebten) nahezu unüberwindbare Hindernisse. Mühen und Todesgefahren, deren Überwindung heldenhafte Leistungen erforderten, die nur durch Sehnsucht (Himeros) und Verlangen (Pothos) ertragen werden konnten.

Erste Kultgegenstände vor 30.000 Jahren symbolisierten die Ziele geschlechtlicher Begierde. Höhlenbilder und frühe Felszeichnungen der gleichen Epoche spiegelten dagegen die dynamisch veränderliche Einheit mit einer umgebenden Tier-Realität.

Psychologen wie Julian Jaynes, Niclas Humphrey, Jean Clottes und Ian McGilchrist nahmen an, dass »Ich-Störungen« (als Ausdruck ungenügender Koordination der Großhirnhälften) noch bis vor viertausend Jahren den psychischen »Normalzustand« kennzeichneten. Der Alltag dieser Menschen scheint durch Besessenheit bestimmt worden zu sein: durch das Hören innerer Stimmen, die Geistern, Ahnen, Göttinnen oder Göttern zu-

Zarathustrische Tempel wurden viereckig gebaut und bargen in ihrer Mitte eine ewige Flamme, hier in Ateshgar, Aserbaidschan, erbaut über einer natürlich brennenden Erdgasquelle.
Foto: H. Jäger



Buta – die stilisierte Flamme ist Symbol der alles durchdringenden göttlichen Energie.

geordnet wurden und die sich (besonders bei starken Belastungen oder Stress) kommentierend oder befehlend in Handlungsabläufe einmischten.[1]

Irgendwann vor 10.000 Jahren erscheinen erstmals abstrakte Linien, Kreise und Muster. Spätestens ab dann wirkten in den Stämmen professionelle Vermittler zwischen den Welten des Absoluten (das den Alltagssinnen nicht zugänglich ist) und dem, was in der Gegenwart erfahren wird. Diese Schaman*innen konnten in Besessenheits-Trance fallen und anschließend von ihren Reisen berichten.

Der Begriff Ouroboros oder Uroboros stammt aus dem Altgriechischen und lässt sich als »Schwanzverzehrender« übersetzen. Er bezeichnet eine Schlange, die einen Kreis bildet, indem sie sich in den eigenen Schwanz beißt, hier eine Darstellung aus dem Grabschatz des Tutanchamun (Ägyptisches Museum Kairo).
Foto: Von Djehouty – Eigenes Werk, CC BY-SA 4.0, https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=57397072

Nach und nach begannen dann aber Menschen auch eigene Entscheidungen zu treffen. Die Koordination der Hirnhälften verbesserte sich, so dass mehrere innere Stimmen besser zu einem Ganzen verschmolzen werden konnten. Trance-Phänomene traten deutlich seltener auf und mussten künstlich durch Rituale, Trommeln oder Tänze ausgelöst werden. Spontan ereigneten sie sich oft nur noch bei Prophet*innen, Heiler*innen oder Priester*innen.

Die Philosophie des ungeteilten Kreises

Eines der ersten philosophisch-religiösen Symbole stellt der ungeteilte Kreis dar: als Bild des ewigen Werdens und Vergehens in einem großen Ganzen. Später wurde er oft dargestellt als eine Schlange, die sich selbst frisst (sogenannter Ouroboros). Die Kreissymbolik war ein Zeichen ununterbrochen-ewiger Bewegung in einem Universum, das alles (oder auch nichts) enthält (chinesisch: Wuji). Der Mensch war nach dieser Anschauung der Wirklichkeit nur einer von unendlich vielen Teilen göttlich durchwebter Natur.

Im Kaukasus tauchte zusätzlich ein anderes Symbol auf, das sich bis heute in vielen Textilien und Teppichen findet: das Buta-Zeichen. Es ist das Symbol ewiger, ununterbrochen fließender Energie. Seine Flammenform erinnert an die »brennenden Berge« (Yanar Dag) in Aserbaidjan: an das Vorkommen von entflammtem Erdgas, das dort aus Felsspalten austritt.

Die Ouroboros-Schlange war zwar auch in der Kaukasus-Region verbreitet. Aber dort hörte sie irgendwann damit auf, sich selbst zu fressen. Stattdessen kroch sie durch den vollen Kreis von unten nach oben und teilte ihn in zwei gleiche Hälften. Damit wurde der sich unendlich wandelnde Kreislauf unterbrochen. Das so neu entstandene Symbol wird in Aserbaidjan »Symbol des Todes« genannt: Denn ab jetzt gab es »Anfang und Ende« und »Geburt und Tod«.

Die Kreisphilosophie endete zeitgleich mit dem Zusammenbruch des altes Herrschaftskonzeptes der starken jungen Frau und des männlichen Helden. Und mit seinem Ersatz durch bäuerliche Frohn und Unterwerfung unter die Macht der großen verstädterten Reiche. Besungen wurde dieser Bewusstseinswandel im Gilgamesch-Epos (um 2.200 v. u. Z., erhalten um 1.700 v. u. Z.) (deutsch u. a.: Marix 2006, C. H. Beck 2007).

Diese erste zusammenhängende Geschichte der Menschheit beruht gegebenenfalls auf historisch belegten Ereignissen, die sich einige Jahrhunderte zuvor in dieser Region abgespielt hatten: Vor 4.300 Jahren ließ sich der König Anubani von Lulubi (Persien: Zagros, Kermānschāh) abbilden, wie er der Kriegs-Jagd-Liebes-Göttin Inanna Gefangene schenkte. Wenig später wurde er dann von Naram Sin, dem »Weltherrscher von Akkad«, besiegt: Inanna wurde in die Unterwelt verbannt, und Naram Sim huldigte nun dem männlichen Gott

[1] Niclas Humphrey: Cave Art, Autism, and the Evolution of the Human Mind, in: Cambridge Archaeological Journal 8 (02) 1998, S. 165
Jean Clottes: What Is Paleolithic Art? Cave Paintings and the Dawn of Human Creativity, University of Chicago Press 2016, http://gbv.eblib.com/patron/FullRecord.aspx?p=4437849
Julian Jaynes: Der Ursprung des Bewusstseins, rororo 1993, dazu gibt es im Internet einen Video-Vortrag und den Text einer Vorlesung: Kurt Bräuer: Julian Jaynes und Bewusstsein, Philosophische Aspekte der modernen Physik, Uni Tübingen 2014, uni-tuebingen.de/fileadmin/Uni_Tuebingen/Fakultaeten/MathePhysik/Institute/ITP/Braeuer/Vorles/2013_SS_PAMP/05_Jaynes_Bewusstsein_S.pdf; Gary Williams: What is it like to be nonconscious? A defense of J. Jaynes, in: Phenomenology and the Cognitive Sciences 2011, 10, S. 217-239;
Ian McGilchrist: The Master and his Emissary, Yale Univ. Press 2010; ders.: The Divided Brain and the Search for Meaning: Why We Are So Unhappy, Yale Univ. Press 2012

Enil. Im Gilgamesh-Epos wird beschrieben, wie nach diesem Sieg der neolithischen Weltordnung (vermittelt durch eine Schlange) der Tod in die Welt kam. Und dass es ab nun nötig sei, sich um das Wohlbefinden im Jenseits zu kümmern.

Wenige hundert Jahre später wurde in Mesopotamien die Bewusstseinsrevolution mit der Vernichtung des weiblichen Tiamet-Drachens durch den männlichen Gott Marduk abgeschlossen. Seither werden in vielen der späteren eurasischen Kulturen magische Schlangen und mythologische Drachen getötet und so die alten Symbole der nomadischen Herrschaftsprinzipen starker Frauen und Männer beseitigt. Picasso beschrieb diesen bis heute geführten Krieg in seiner Stierkampf-Serie. Sie huldigt der Ermordung des alten Eros-Machos der Jäger und Sammler (symbolisiert als gewaltiger Stier) durch den modernen Reiter, der nun die Natur beherrscht und gefeiert wird. (Picassos obsession with bullfighting, Guardian 20.4.2017)

Statt Erotik und zirkulärer Weltsicht herrschte nun lineare, zielorientierte Macht.

Dualismus – Philosophie – Religion

Der erste monotheistische Dualismus wurde vor 2.600 Jahren im medisch-persischen Vielvölkerstaat durch Kyros II. und Dareius I. zur Staatsreligion erhoben. Einige Hundert Jahre zuvor hatte der Priester-Philosoph Zarathustra den Kampf des Guten (des Einheitsgottes Ahura Mazda) gegen das Böse (den Teufel Ahriman) beschworen. Der »Eine Gott« werde zwar siegen und so den Dualismus einst wieder auflösen. Aber bis dahin müsse sich der Mensch aktiv für das Gute entscheiden. Nach dieser Weltsicht galt Feuer als Symbol ewig fließender (göttlicher) Energie: Sie durchdringe die Elemente, aus denen die Welt bestehe, und verwandele sie ineinander (Sina Vodjan: Zarathustra. Membran International, 2006)

Zarathustrische Tempel wurden viereckig gebaut. Sie bargen in ihrer Mitte eine ewige Flamme, und sind zum Teil wie in Ateshgar, Aserbaidschan, über einer natürlich brennenden Erdgasquelle erhalten. In Ateshgar lehrt man heute, dass die Kanten des Tempels die vier »griechischen« Elemente »Feuer, Wasser, Luft, Erde« und die Flamme die »Quintessenz« (die Wandlung) symbolisierten. Es ist jedoch wahrscheinlicher, dass zuerst die Lehre des Zarathustra mit der persischen Invasion nach Griechenland einsickerte, und die dortige Philosophie beeinflusste unter anderem Heraklit, der das Feuer als Grundlage allen Seins betrachtete. (Er lebte von 520 bis 460 v. u. Z. in Ephesos in Kleinasien, das vor seiner Geburt unter die Kontrolle der Meder und Perser gelangt war.) Die Zarathustra-Lehre ist sicher einige hundert Jahre älter als die »griechische Elementenlehre«, aus der später das erste Medizinmodell entstand.

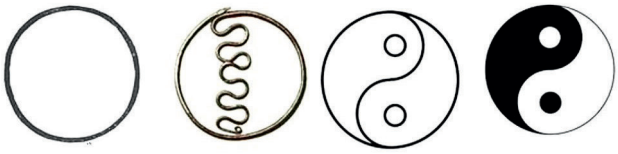
Die Philosophie des Zarathustra blieb auch nach der Invasion Alexanders in einem kleinen Landesteil des neuen (dann mazedonischen) Großreiches unberührt. In den übrigen von den Mazedoniern eroberten Regionen wurde die Religion der Gottesmutter und des Heilands (Soter) propagiert. Nur der Herrscher des Südkaukasus, Atropates, ein General der medisch-persischen Armee, konnte durch geschicktes Verhandeln eine religiöse Autonomie für sein Land erreichen. Hier blieb der Monotheismus des Zarathustra weitgehend intakt, was Jahrhunderte später seine Renaissance unter den Sassaniden ermöglichte.

Die Sassaniden dehnten ihren Herrschaftsbereich im 6. Jahrhundert (in Konkurrenz zu Ostrom) bis nach Jerusalem aus. Die zoroastrische Religions-Philosophie war daher bis kurz vor der Ausbreitung des Islam im östlichen Mittelmeerraum und auf der arabischen Halbinsel sehr präsent.

Ohne den Zarathustra-Dualismus gäbe es die drei auf dem Alten Testament fußenden Religionen nicht in der Form, wie wir sie kennen. Der Perser Kyros II. wurde als von Gott gesandter Heilsbringer von der jüdischen Elite im babylonischen Exil empfangen und ermöglichte deren Rückkehr. Seine Nachfolger schützten das Wachstum und die Ausreifung des jüdischen Monotheismus, dessen Wurzeln auf die Lehren des Pharaos Amenophis IV. (Echnaton) zurückreichen.

Allerdings war der Gott Zarathustras im Gegensatz zur jüdischen Religionstradition nicht parteiisch. Das göttliche Prinzip (das in einer Flamme dargestellt wurde) glich eher einem energetischen Fluss, der alles durchdringt. Ganz ähnlich der Vorstellung, die Baruch de Spinoza im 17. Jahrhundert formulierte: *»Es gibt nur eine, alle Determination und Negation von sich ausschließende, unendliche Substanz, welche Gott genannt wird, und das Ein-Sein in allem Dasein ist.«* (Baruch de Spinoza, 1632 – 1677, Tractatus theologico-politicus)

Die Schlange hört auf sich selbst zu fressen. Sie kriecht durch den Kreis nach oben und teilt ihn in zwei gleiche Hälften: Der ewige Kreislauf wurde unterbrochen. (Objekt aus der frühen Eisenzeit Aserbaidschans, ca. 1000 – 500 v. u. Z.)
Foto: H. Jäger

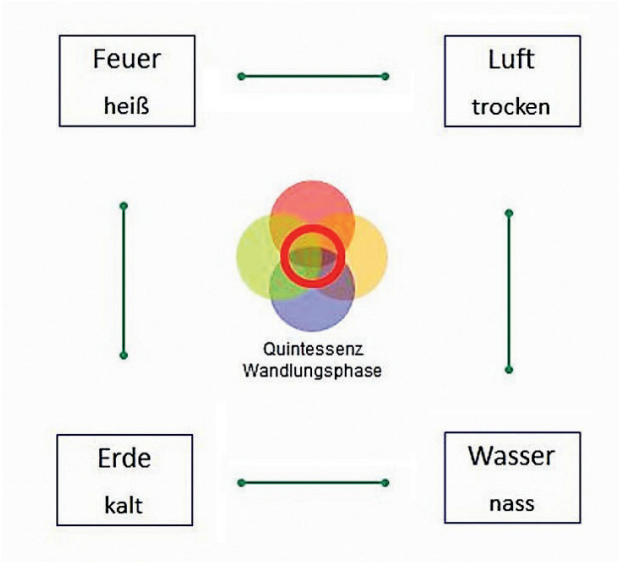


Ähnlichkeiten und mögliche Beeinflussungen entlang der Seidenstraße: der ewige leere Kreis, der alles umfasst (Ouroboros, chinesisch Wuji, das umfassende Nichts) – die Schlange, die irgendwann südlich des Kaukasus den Kreis zerteilte und so die Linearität von Geburt zu Tod einleitete – zwei aneinandergelegte Buta-Flammen – Taiji, das Symbol perfekter, reibungsfreier, dynamischer Dualität.
Grafiken S. 17-19: H. Jäger

Zoroastrisch dualistische Ideen (gut – böse, Himmel – Hölle, Gott – Teufel) prägen bis heute alle drei großen alttestamentarisch orientierten Weltreligionen.

Das erste Medizinmodell

Seit über 100.000 Jahren versöhnen Schaman*innen Kranke und Leidende mit den unsichtbaren Wirkkräften. Und bis heute bewirken traditionelle Esoteriker*innen und moderne »Placebolog*innen« Heilungen durch psychologisch einprägsame Rituale, Kasteiungen, Anwendungen und Opferzeremonien. Vermutlich noch länger hatten Hebammen den Gebärenden geholfen, erfahrene Jäger Wunden geschient oder ausgebrannt, ältere Frauen Kinder gehütet und Kranke gepflegt und Kräuterkundige Heilpflanzen gesucht, zubereitet und angewandt.



Nach Empedokles besteht das Sein aus den vier Elementen, die sich in einem fortwährenden Kreislauf der Veränderung befinden. Aristoteles ergänzte das Modell durch ein fünftes Element, die Quintessenz.

Erst vor etwa 2.500 Jahren wurde erstmals überliefert, dass sich Menschen in Europa und Asien fragten, wie Gesundheit oder Krankheit (ohne irgendeinen Einfluss halluzinierter Götter, Dämonen oder Geister) entstehen. Und ob man diese Zusammenhänge im Rahmen eines übergeordneten Erklärungsmodells beeinflussen könnte.

Diese ersten Medizin-Philosophen wollten Gesundheit fördern und erhalten, indem sie darüber nachsannen (lateinisch »meditatio«), wie die »Mitte« zu finden sei (lateinisch »medias«). Und so schufen sie ein erstes Medizinmodell, das die komplexe Realität einfach und handhabbar abbilden konnte. Daraus war es dann möglich, einfache Verhaltensregeln abzuleiten. Krankheiten sollten so möglichst erst gar nicht entstehen.

Ihre an allgemeineren Zusammenhängen interessierten Naturphilosophie-Kollegen versuchten um 500 v. u. Z. das unendlich Große (die »Kosmologie«) und das unendlich Kleine (das »Atom«) zu verstehen. Einige von ihnen nahmen an, dass alles eins und miteinander verbunden sei: entweder in sich bewegt (Heraklit) oder statisch-unbeweglich (Parmenides). Wären Menschen so Teil eines größeren Beziehungsgeflechtes und würden sie durch den »Atem des Universums« durchflutet, müssten die äußeren Kräfte gleichermaßen im Inneren wirken und sich die großen übergeordneten Harmonien auch in jedem Wesen widerspiegeln.

Die ersten Medizin-Philosophen, die in den großen Kultursphären Eurasiens ähnliche Gedanken anstellten, waren weder am Pflegehandwerk noch an der Kräuterkunde noch am Schamanismus interessiert. Stattdessen wollten sie quasi-religiöse Modelle konstruieren, aus denen heraus alle Zusammenhänge und Widersprüche erklärbar sein sollten. Ganz ähnlich wie das chinesische Buch der Wandlungen (Yijing), das sich aber nicht mit Gesundheit oder Krankheit beschäftigte.

Einer der ersten Denker eines Medizinmodells, das ohne einen Glauben an Geister oder Götter auskam, war Alkmaion von Kroton, der der Sekte der Pythagoreer angehört haben soll. Für ihn galt Gesundheit als Ergebnis einer inneren Ausgewogenheit (Isonomie). Ungleichgewichte der Elemente, die im Leben miteinander wechselwirken, führten zu Störungen oder Krankheit. Wie sein Zeitgenosse Anaximander erkannte er in der Realität nur scheinbare Gegensätze, die letztlich aus einem Einzigen entstünden und die sich dann unter anderem als warm, kalt, trocken oder feucht äußerten.

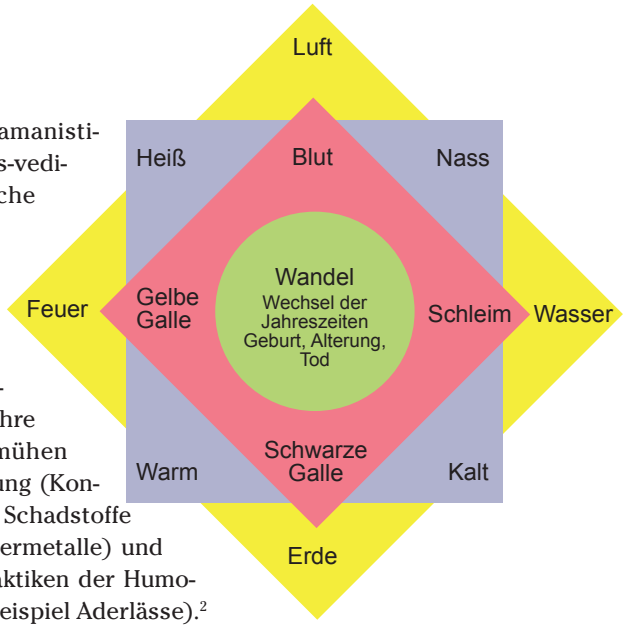
Das Konzept von Alkmaion wurde anschließend von Empedokles ausgebaut. Möglicherweise war er ebenfalls ein (gläubiger) Pythagoreer und außerdem ein Schüler von Parmenides, der eine statisch-unveränderliche Einheit allen Seins gelehrt hatte. Er vertrat die Ansicht, das Sein bestünde aus wenigen sehr klar definierten Elementen, die unterschiedlich abgemischt seien und sich in einem ewigen Kreislauf der Veränderung befänden. Durch Liebe (Verbindung) nährten sich diese Elemente gegenseitig, es entstehe Gesundheit. Durch Hass würden sie getrennt und voneinander abgestoßen: der Zustand der Krankheit. Anaximander sah zwischen solchen Elementen das *Apeiron* (den Lebenshauch), Empedokles nannte es *»die Seele«* und Aristoteles *»ein fünftes Element«: die Quintessenz*.

Praktisch stand für die mit diesem Modell ausgestatteten neuen Ärzte die Erhaltung des Gesundheitszustandes im Vordergrund: die Begrenzung schädlicher Umwelteinflüsse, insbesondere der klimatischen (Dürre, Hitze, Kälte, Nässe), Sauberkeit und gute Nahrung, die Verminderung selbstverschuldeter Ungleichgewichte im Innern, Mäßigung, gesund-

heitsbewusstes Verhalten und Bewegung (Gymnastik). Das Pneuma oder der Odem sollten fließen.
Unabhängig von diesen Modellen wurden natürlich auch Heilkräuter und Kleinchirurgie angewandt, aber dann fragte man nicht, warum es half, wenn es wirkte.
Das Gedankengebäude mit vier Elementen und einem fünften, quasi in einer anderen Dimension, wanderte mit den Militärärzten Alexanders nach Baktrien und breitete sich von dort im eurasisch-indischen Kulturraum aus.

Unani

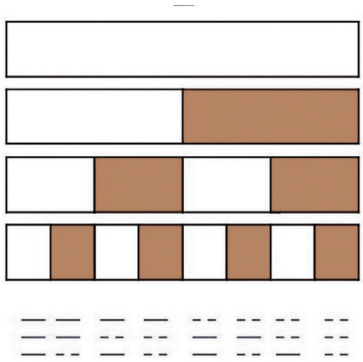
Unani oder Yunani (indisch für »griechische Medizin«) stellt eine bis heute erhaltene Urform des ersten Medizinsystems dar, das ohne die Konstruktion von Geistern, Dämonen oder Göttern auskam und das auf der Philosophie der Fünf-Phasen-Lehre zur Gesunderhaltung beruht.
Um effektiv Krankheiten diagnostizieren und entsprechend der Lehrmeinung auch behandeln zu können, musste das Modell zu einer »Vier-Säfte-Lehre« ausgebaut werden. Je nach Zustand des Patienten wurde versucht, Blockaden und Stauungen des inneren Flüssigkeits- und Energieflusses zu beseitigen und so wieder Ausgewogenheit herzustellen.
Eine Urform der Lehre wurde im 9. und 10. Jahrhundert als »arabisch-islamische Medizin« durch Abū ibn Sīnā (lat. Avicenna, geboren um 980 u. Z.) systematisiert und enthielt neben den philosophischen Grundprinzipien dann auch detaillierte diätetische, medikamentöse und chirurgische Vorschriften, Anleitungen und Rezepturen. Im 12. und 13. Jahrhundert wurden die arabischen Werke in katholischen Klöstern ins Lateinische übersetzt und wanderten dann in einer Primitivvariante nach Europa zurück, wo auf der Basis der Säfte-Lehre (Humoralpathologie) noch im 19. Jahrhundert die Cholera mit Aderlässen bekämpft wurde. Bis heute ist ihr Geist lebendig bei »Ausleitenden Verfahren« (Fasten, Darmreinigen). Und er klingt auch bei einigen Methoden der europäischen und der chinesischen Medizin an.
Varianten der Unani-Lehre (wie Ayurveda und Tibetanische Medizin) integrierten zusätzlich viele weitere traditionelle Heilkräuterlehren, Massagetechniken, schamanistische Rituale und religiös-vedische oder buddhistische Konzepte.
Viele heutige Unani-Mediziner in Afghanistan, Pakistan und Indien versuchen ihre Methoden zu standardisieren, verschulen ihre Ausbildungsgänge, bemühen sich um Qualitätssicherung (Kontrolle von Präparaten auf Schadstoffe wie Pestizide oder Schwermetalle) und sortieren gefährliche Praktiken der Humoralpathologie aus (zum Beispiel Aderlässe).[2]



Für die praktische Anwendbarkeit in der Medizin wurde die Elementelehre zu einer »Vier Säfte-Lehre« erweitert.

Die fünf Phasen in China

Im Gegensatz zur mesopotamisch-europäischen Wahrsage-Tradition des »Wenn-Dann« (von der Ursache zur Wirkung) werden in der Numerologie des Yijing aus einem einfach binären Zahlensystem unüberschaubar komplexe und zufällige Situationen realistisch (das heißt unberechenbar) abgebildet. Aus (+) und (-) entstehen vier Wandlungszeichen, aus denen sich acht Trigramme ableiten. Die Kombination von zwei Trigrammen bildet dann eines von 64 Worten. Oder von Möglichkeiten, wie eine Wandlungsphase gerade »sein *könnte*«. Die konfuzianisch verfeinerte Technik beschrieb eine (zufällig gezogene) persönliche Situation, wie sie jetzt gerade aussehen »könnte«. Dann wurde vorgeschlagen, die zur möglichen Situation passenden Aussagen und Empfehlungen so anzunehmen, »als ob« sie auf die aktuelle Situation tatsächlich zuträfen. Im modernen Coaching wird diese Methode »Reframing« genannt.
Um vielleicht 300 v. u. Z. sickerte dann die Fünf-Phasen-Lehre nach China ein: entweder mit den Händlern der Seidenstraße und über alternative Routen durch Tibet und die Mongolei oder vielleicht zogen mit den Karawanen auch Missionare, die die griechische Medizin-Religion in ihre eigenen Glaubenskonzepte integriert hatten: die Mahayana-Buddhisten der graeco-indischen Mischkultur Gandhara.
Das griechische Zahlenbild »Fünf« passte nicht so recht zum Zahlenwerk des Yijing. Die »Elemente oder Phasen« waren aus der

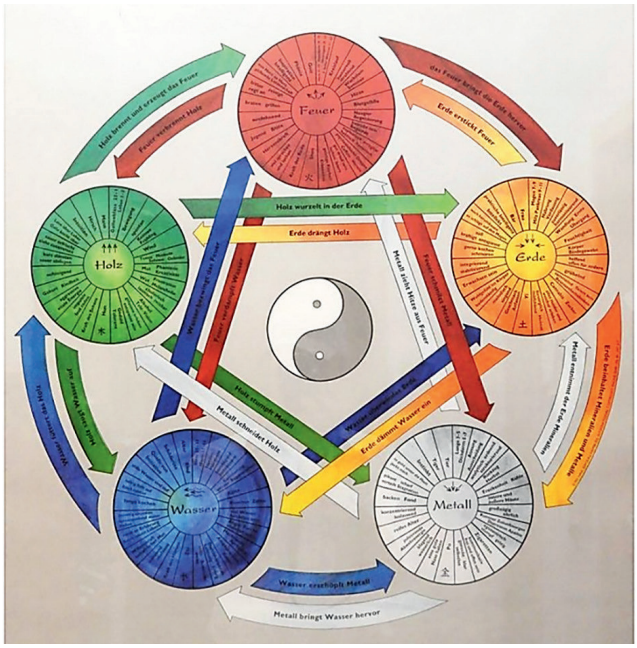


Die Erfindung der binären Logik aus der ursprünglichen dualen Teilung: Aus der weiteren Aufteilung in vier Varianten (stark-hell, schwach-hell, stark-dunkel, schwach-dunkel) ergeben sich acht Trigramme (Bagua). Aus deren Zweier-Kombination werden 64 Worte gebildet, ganz ähnlich wie bei der DNA, die ein Alphabet aus vier Buchstaben besitzt (die Nukleinbasen G, U, A, C). Aus ihnen entstehen ebenfalls 64 »Worte«.

[2] Vikaspedia http://vikaspedia.in/health/ayush/unani; Unani-Institute www.unani-institute.com/prinzipien/

Yin/Yang-Lehre vertraut, aber entsprechend der Yijing-Hexagramme spielte die Zahl sechs eine wichtige Rolle (Beispiele: sechs Künste (Liu Yi), Sechs heilende Laute (Liu Zi Jue, sechs Krankheitsstadien in Relation mit Tai Yang, Shao Yang, Yang Ming, Tai Yin, Jue Yin, Shao Yin nach Zhang Zhongjing (150 – 219 u. Z.)). Die »Fünf-Phasen-Lehre« musste im religiösen Daoismus angepasst verändert werden, um nützlich zu sein. (Robert B. Jefferson: The Doctrine of the elixier, Combe Spring Press 1982)

In der chinesischen Numerologie des Yijing ruht die Basis auf »Wuji«, dem »ungetrennt Einen«, das alles integriert. Es teilt sich auf in die Dualität des Lebens: Hell – Dunkel, Tag – Nacht, Yin und Yang im steten Wechsel. Daraus ergeben sich vier Phasen (»Junges und altes Yang« und »junges und altes Yin«) und zwischen ihnen der Wechsel oder der Durchgang durch eine Neutralphase (»Erde«).



Wu Xing, die fünf Wandlungsphasen, werden auf alle Bereiche des Lebens angewendet.
Grafik: © Michael Dackau, www.dackau.de

五行

wǔ xíng

Begünstigt wurde die Integration des griechischen Modells (als Viereck mit einem mittleren Kreis) durch die Ähnlichkeit mit chinesischen Münzen, die auf Schnüren aufgefädelt wurden, und mit dem chinesischen Löffel-Kompass, der sich aus seiner Mitte heraus dreht. (Paul Unschuld: Forgotten Traditions of Ancient Chinese Medicine: A Chinese View from the Eighteenth Century, Paradigm Publications 1998)

Der Daoismus betrachtete Aussagen ohnehin nur als Symbole und nicht als die Realität selbst. Daher konnte er problemlos verschiedene Lehren und Zeichen zum Nutzen der Alchemie transformieren, in der Hoffnung auf die Entdeckung von Wandlungszyklen. Das resultierende Bild des Wu Xing (»Erde, Metall, Wasser, Holz, Feuer«) wurde schließlich mit den fünf Tugenden des Konfuzius verschmolzen: Güte, Gerechtigkeit, Obrigkeit achtend, weise und ernst sein.

Dong Zhongshu (179 – 104 v. u. Z.) baute dieses Konzept weiter aus und vereinigte den Konfuzianismus mit der Yin/Yang-Lehre, den fünf Phasen (Wu Xing), den fünf Helden, den fünf Farben, der Essenz-Lehre (Qi) und mit dem Prinzip von Himmel – Erde – Mensch. Er schaffte ein Bezugssystem mit wechselseitig sich beeinflussenden Kräften von verwirrender Komplexität und mit dem Menschen in der Mitte.

Vorübergehender Niedergang und Rückkehr nach Europa

Unani wurde wegen der offensichtlichen Erfolglosigkeit der Humoralpathologie (Aderlassen, Schröpfen, Darmreinigen) angesichts der Seuchen verdrängt und ab dem Ausgang des 19. Jahrhunderts durch das (bis heute dominierende medizinische) Dogma der Keimtheorie ersetzt.

Die chinesische Variante der Fünf-Phasen-Lehre war im Westen bis Ende des 19. Jahrhunderts nur Insidern bekannt. Die dynamische Renaissance der »Fünf-Phasen-Lehre« begann erst lange nach dem zweiten Weltkrieg mit der Verbreitung der verschiedenen Bestandteile der sogenannten »Traditionellen Chinesischen Medizin«. (Paul Unschuld (Hrsg.): Huang Di Nei Jing Su Wen, Univ. California Press 2003, http://biblio.nhat-nam.ru/Huang_Di_Nei_Jing_Su_Wen-Paul_Unschuld.pdf; Antike Klassiker der Chinesischen Medizin: Ling Shu/Zhen-Jing, Czygnus 2015)

Zeitlos bleibende Bedeutung

Das »Fünf-Phasen-Modell« betont einen stetigen Wandel in Beziehungen, Wechselwirkungen und Zusammenhängen. (Paul Unschuld: Was ist Medizin? Westliche und östliche Wege der Heilkunst, Beck 2003) Es schildert die Welt als lebendes System und nicht als einen Haufen von Einzelfaktoren und toten Fakten. Mit dieser Auffassung ähnelt es der modernen Naturwissenschaft deutlich mehr als lineare, mechanische Medizin-Vorstellungen von einem Feind, der

die Ursache allen Übels sei und nach dessen erfolgreicher Bekämpfung alles wieder gut werde.

Das Fünf-Phasen-Modell kann als anschauliches Modell angewandt werden, »wie die Welt – einfach-aufgemalt – sein *könnte*«. Ähnlich wie es für das Verständnis der Quantenphysik nützlich sein kann, sich eine Apfelsine vorzustellen, die in der Mitte einer Kathedrale schwebt (Atomkern) und im Dom von einem Stecknadelkopf umschwirrt wird: dem Elektron. Für den Einstieg in das Verständnis von System-Zusammenhängen ist es nützlich, mit anschaulichen Bildern zu arbeiten. Solange nicht behauptet wird, es sei »unzweifelhaft wahr«, zum Beispiel dass es »Elektron und Atomkern« wirklich gäbe. Wenn ein Modell nutzt, ist es belanglos, ob es wahr und richtig ist. So können sich etwa Seefahrer deutlich besser orientieren, wenn sie glauben, die Gestirne »gingen auf oder unter«, was sie natürlich nicht tun.

Die Nutzung eines Modells wie der »Fünf Phasen« kann also (im Zusammenhang einer beziehungsreichen Medizin) Handlungsmöglichkeiten eröffnen. Sie kann Neuorientierungen anregen: zum Beispiel hinsichtlich Ernährung, Bewegung und Umgang mit Belastungen und widrigen Lebensumständen. Und sie kann so mithelfen, den Bedarf an Produkten und Leistungen des Medizin-Marktes zu senken.

Dr. Helmut Jäger
ist Arzt (im Ruhestand), Taijiquan-Ausbilder, Qigong-Lehrer und Coach.
www.medizinisches-coaching.net

Ausbildungsstarts im Herbst 2022

Übungsleiter- & Lehrerausbildungen in T'ai Chi Ch'uan und Qigong

Qigong:
- T'ai Chi/Qigong in 28 Schritten
- Die Übung des Kranichs
- Die Acht Brokate

T'ai Chi Ch'uan:
- Yang-Stil in Kurz- und Langform
- Partnerübungen
- Energiearbeit

Kneipp SKA aktiv & gesund

Sebastian-Kneipp-Akademie für Gesundheitsbildung
Adolf-Scholz-Allee 6–8
86825 Bad Wörishofen
Telefon: 08247 3002-132
Telefax: 08247 3002-198
E-Mail: ska@kneippbund.de

Uns zeichnet aus:
- anerkannte Ausbildung beim Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan (DDQT)
- modulare Ausbildungsstruktur
- Unterricht in festen Gruppen

Unser umfassendes Weiterbildungsangebot finden Sie im Kurskalender und online.

WWW.KNEIPPAKADEMIE.DE

Sebastian-Kneipp-Akademie sebastian_kneipp_akademie_de