



師

Dr. med. Christopher Po Minar

# Der Weg des Meisters

Das Geheimnis des Qigong und der  
Traditionellen Chinesischen Medizin

»Die Kunst, das Leben mit einem  
Lächeln zu meistern«



道

südwest<sup>o</sup>

# 1. Ein Vergleich

## „Traditionelle Chinesische Medizin“ versus „Westliche Schulmedizin“

Schon bei meinem ersten Studienaufenthalt in China war ich einem alten, graubärtigen Professor zugeteilt, den ich auf Schritt und Tritt verfolgte und natürlich in jugendlicher Neugier mit Fragen löcherte: „Was macht die Traditionelle Chinesische Medizin bei. . . ? Wie behandelt die Traditionelle Chinesische Medizin. . . ? Wie ist die Traditionelle

Chinesische Therapie von. . . ?“  
Eines Tages, sichtlich durch meine  
Fragen ermüdet, konterte er mit  
einem Gegenangriff: „Was macht  
denn die traditionelle westliche  
Medizin bei. . . ? Und wie  
behandelt die traditionelle  
westliche Medizin. . . ?“



„Gesundheit ist  
nicht alles, aber  
ohne Gesundheit  
ist alles nichts.“  
*Schopenhauer*

In diesem  
Augenblick  
wurde mir  
bewusst,  
dass es in  
China gar  
keine

„Traditionelle Chinesische  
Medizin“ gab. Was es gab, war  
„Chinesische Medizin“. Den  
Begriff „Traditionell“ hatten

eigentlich nur wir Westler eingeführt, ganz so als ob es nur in China eine Tradition gebe und bei uns nicht. Auch der Begriff „Westliche Schulmedizin“ scheint für mein Verständnis etwas verwirrend. Gehen chinesische Ärzte denn etwa nicht zur Schule? Natürlich tun sie das, und zwar mindestens fünf Jahre lang bevor sie das Studium der Chinesischen Medizin abschließen können, ganz zu schweigen von den Jahren an Training, die dem Studium folgen.

Dieses Kapitel könnte also genauso „Chinesische Schulmedizin versus Traditionelle Westliche Medizin“ heißen. Nichts desto trotz blickt die chinesische Medizin auf etwa

3000 Jahre an Erfahrung zurück, das älteste medizinische Buch dürfte in etwa 2000 Jahre alt sein. Aus praktikablen Gründen habe ich dennoch in diesem Buch immer wieder die geläufige Abkürzung „TCM“ für „Traditionelle Chinesische Medizin“ verwendet.

Was ist Gesundheit?

Zu Beginn möchte ich mich ein wenig dem Begriff der „Gesundheit“ widmen. Laut WHO (World Health Organisation) umfasst Gesundheit nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, sondern auch das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden.

In der fernöstlichen Version, hier

am Beispiel der ayurvedischen Medizin, klingt dies in etwa so: „Ein Mensch ist gesund, dessen Physiologie (Doshas), Stoffwechsel (Agni), Gewebe (Dhatus) und Ausscheidung (Malas) im Gleichgewicht sind und dessen Seele (Atma), Sinne und Geist sich dauerhaft im Zustand inneren Glücks befinden“ (Sushrut Samtita).

Dies trifft zwar in Grundzügen sowohl im Westen als auch im Osten zu, dennoch gibt es einige wesentliche Unterschiede, was die weitere Beschreibung von „Gesundheit“ betrifft. Beginnen möchte ich im Westen.

## Die westliche Vorstellung