

Inhalt

19	Vorwort von Ted J. Kaptchuk
21	Einführung und Begriffsbestimmungen
22	Teil I
28	Teil II
30	Teil III
30	Mit Patienten arbeiten
31	Anthropomorphisierung der Energie
32	Fragmentierung der Praxis im Westen
33	Das Nervensystem
34	Spezielle Begriffe: Verwendung und Schreibung
35	Illustrationen
35	Standpunkt
36	Spirituelle Begriffe
39	1. Kapitel
	Chinesische Medizin und Psychologie:
	Kongeniale therapeutische Partner
41	Ganzheitliche Diagnose
43	Symptome als Botschaften
44	Abstieg in die Hölle
45	Himmlische Punkte
48	Die Rolle des Heilers
49	Der Akt des Beobachtens
51	Philosophie der Mitte
53	Lebenskraft oder $E = mc^2$
54	Synthese von Ost und West
57	2. Kapitel
	Chinesische Medizin und Psychologie: Erste Begegnungen
58	Mentale und muskuläre Zustände
58	Akupunktur bewirkt Bewusstheit
60	<i>Gedanken eines Akupunkturpatienten</i>
62	Der diagnostische Prozess als Therapie
64	Rigide Energietransformationen

64	<i>Der Fall H.</i>
66	<i>Muskuläre und emotionale Spannung</i>
68	<i>Zungendiagnose</i>
69	<i>Akupunktur bei emotionaler Spannung</i>
70	<i>Pulsdiagnose</i>
72	<i>Verdrängter Zorn</i>
73	Die Beziehung eines Teils zum Ganzen
75	3. Kapitel
	Die grundlegenden Energiekonzepte der chinesischen Medizin
77	Voraussagbarkeit und Paradox
78	Elf Systeme plus eines
79	Qi: Die Lebenskraft
80	Gefangene der Pathologie
81	Vom Unaussprechlichen zum Materiellen und zurück
82	Eine frühe innere Medizin
84	Eine Dosis östlicher Medizin
86	Chinesische Medizin: Einheit von Medizin und Leben
87	<i>Ein Fall von frühem Schock</i>
93	4. Kapitel
	Psychosomatische Medizin in Ost und West
94	Einleitende Betrachtungen über Körper und Geist
95	Westliche Medizin und Psychosomatik
97	Die klassische chinesische Medizin – eine psychosomatische Medizin
100	Die fünf inneren Krankheitsursachen
102	Gleichgewicht, Zirkulation und Energie
104	Der Zyklus von Sheng und Ke
106	Tabelle: Das Gesundheits-Krankheits-Kontinuum
107	5. Kapitel
	Das traditionelle System der Fünf Wandlungsphasen:
	Emotion und Krankheitsprozess
108	An der Front der emotionalen Verteidigung
109	Verdrängte Emotionen und das Organsystem Leber
110	Hitzezustände
112	Schwere Hitzezustände
113	Der homöostatische Prozess
113	Die Gallenblase: Fu-Organ und Phasen-Partner

115	Wasser: Die Mutter der Wandlungsphase Holz
116	Feuer: Das Kind der Wandlungsphase Holz
117	Metall: Der Beherrscher der Wandlungsphase Holz
117	Erde: Unter der Kontrolle der Wandlungsphase Holz
119	Emotionen und Organsysteme
119	Nachdenken beeinflusst die Milz
120	Freude beeinflusst das Herz
122	Angst und Traurigkeit beeinflussen die Niere
123	Kummer beeinflusst die Lunge
124	Zorn beeinflusst die Leber
124	Sorge und durch Schuldgefühle bedingte Angst beeinflussen den Herz-Puls
126	Diagramme I und II: Vor der Geburt – Nach der Geburt
127	6. Kapitel
	Die traditionellen Konzepte von Emotion im Kontext des Systems der Fünf Wandlungsphasen – neu interpretiert
131	Nährende Energie
135	7. Kapitel
	Einführung in die natürlichen Funktionen und Disharmoniezustände nach dem System der Fünf Wandlungsphasen
136	Entwicklungsstadien in der »Evolution des Seins«
138	Bindungen, Rhythmen, Identität, Geist
139	Früher Himmel und Später Himmel
140	Die Phase in der Phase
140	Ein revidiertes System von Entsprechungen
142	Persönlichkeitsmerkmale
144	Yin und Yang
145	Gleichgewicht
146	Mangel und Überschuss
149	Kompensatorische Merkmale
153	Vorbemerkung zu den Kapiteln 8 – 12
153	Natürliche Funktionen
154	Die Yin- und Yang-Aspekte der Wandlungsphasen

155	8. Kapitel
	Die Wandlungsphase Wasser
156	Die natürlichen Funktionen des Energiesystems Niere
156	Nieren-Yin
156	Materielle Ebene
158	Spirituelles Sein
160	Nieren-Yang
160	Materielle Ebene
162	Spirituelles Sein
162	Nieren-Qi
162	Materielle Ebene
164	Spirituelles Sein
164	Wasser und Feuer: Ererbter Geist und erworbener Geist
165	Allgemeine geistige, emotionale und spirituelle Disharmonien des Energiesystems Niere
166	Persönlichkeit: Expansives Ich
166	Weitere Merkmale einer Disharmonie der Nieren-Energie
168	Disharmonien des Nieren-Yin
169	Nieren-Yin-Mangel bei intaktem Zentralnervensystem
169	Persönlichkeit: Der brutale Konkurrent
170	Merkmale eines Nieren-Yin-Mangels: Angeboren oder anerzogen
171	Weitere Merkmale eines Nieren-Yin-Mangels
174	<i>Ein Fall von Aggression</i>
174	Nieren-Yin-Mangel bei Störung des Zentralnervensystems
175	<i>Ein Fall von Lernstörung</i>
177	<i>Ein Fall von Unfähigkeit, abstrakte Begriffe zu verwenden</i>
178	Schizophrenie
178	Beeinträchtigte Urteilsfähigkeit
179	Geistiges Zurückgebliebensein
179	Nieren-Yin-Überschuss
179	Persönlichkeit: Stolz auf das überlegene Gehirn
181	Linke und rechte Gehirnhälfte
181	Affekt
181	Angst
181	Depression
182	Kognition
182	Psychose: Tendenziell paranoid
182	Liebe
182	Sex
183	Bioenergetik

183	<i>Ein Fall von Linkshemisphärendominanz</i>
184	<i>Ein Fall von Rechtshemisphärendominanz</i>
184	Disharmonien des Nieren-Yang
184	Nieren-Yang-Mangel
184	Persönlichkeit: Mangelnde Tatkraft
185	Weitere Merkmale eines Nieren-Yang-Mangels
187	<i>Ein Fall von geistiger und körperlicher Müdigkeit</i>
188	Nieren-Yang-Überschuss
188	Persönlichkeit: Wille und Antrieb
190	Weitere Merkmale eines Nieren-Yang-Überschusses
191	<i>Ein Fall von Grenzüberschreitung</i>
192	Disharmonien des Nieren-Qi
193	Nieren-Qi-Mangel
193	Persönlichkeit: Mangel an Vertrauen
193	Weitere Merkmale eines Nieren-Qi-Mangels
195	<i>Der Fall eines ewigen Verlierers</i>
196	Nieren-Qi-Überschuss
196	Persönlichkeit: Rigide und konformistisch
197	Weitere Merkmale eines Nieren-Qi-Überschusses
199	<i>Ein Fall von fanatischer Verehrung</i>
201	9. Kapitel
	Die Wandlungsphase Holz
202	Die natürlichen Funktionen des Energiesystems Leber
204	Allgemeine Disharmonien des Energiesystems Leber
204	Bioenergetik und Disharmonien der Wandlungsphase Holz
207	Träume und Disharmonien der Wandlungsphase Holz
209	Disharmonien des Leber-Yin
209	Leber-Yin-Mangel
209	Persönlichkeit: Ein Rückzug ist unmöglich
210	Weitere Merkmale eines Leber-Yin-Mangels
212	<i>Ein Fall von ständigem Kampf</i>
213	Leber-Yin-Überschuss
213	Persönlichkeit: Ewiger Rückzug
214	Weitere Merkmale eines Leber-Yin-Überschusses
215	Kinder mit Leber-Yin-Überschuss
216	Disharmonien des Leber-Yang
217	Die Holz-Energie zwischen Geburt und drittem Lebensjahr
219	Leber-Yang-Mangel

219	Persönlichkeit: Passiv-aggressiv
221	Weitere Merkmale eines Leber-Yang-Mangels
223	<i>Ein Fall von unterdrückten Gefühlen</i>
225	Leber-Yang-Überschuss
225	Persönlichkeit: Ständig aggressiv
226	Weitere Merkmale eines Leber-Yang-Überschusses
229	<i>Ein Fall von extremer Aggression</i>
231	10. Kapitel
	Die Wandlungsphase Feuer
233	Die natürlichen Funktionen des Phasensystems Feuer
233	Herz-Yin
234	Herz-Yang
235	Disharmonien des Herz-Yin
235	Herz-Yin-Mangel
235	Persönlichkeit: Der fantasielose Bürokrat
238	Weitere Merkmale eines Herz-Yin-Mangels
240	Feuer und Depression
242	Weitere Merkmale eines Herz-Yin-Mangels
245	Bioenergetik und Herz-Yin-Mangel
246	<i>Ein Fall von massiver Angst</i>
248	Herz-Yin-Überschuss
248	Persönlichkeit: Agitiertheit und Unruhe
249	Weitere Merkmale eines Herz-Yin-Überschusses
250	<i>Ein Fall von zu vielen Ideen</i>
251	Disharmonien des Herz-Yang
253	Herz-Yang-Mangel
253	Persönlichkeit: Unverwirklichte Ideen
254	Weitere Merkmale eines Herz-Yang-Mangels
256	<i>Ein Fall von Schreibblockade</i>
257	Herz-Yang-Überschuss
257	Persönlichkeit: Der zwanghafte Kommunikator
258	Weitere Merkmale eines Herz-Yang-Überschusses
260	<i>Ein Fall von unerfüllten frühen Versprechungen</i>
261	Herzbeutel
261	Die natürlichen Funktionen des Herzbeutels im Allgemeinen
265	Die natürlichen Funktionen des Herzbeutel-Yin
267	Disharmonien des Herzbeutel-Yin
267	Persönlichkeit bei Herzbeutel-Yin-Mangel bzw. -Überschuss
270	Kognition

270	Angst
271	Depression
272	Liebe und Sex
273	Psychose und Träume
274	Bioenergetik
274	<i>Ein Fall von Herzbeutel-Yin-Mangel: Bedürfnis nach Aufmerksamkeit</i>
275	<i>Ein Fall von Herzbeutel-Yin-Überschuss: »Verschlossenes Herz«</i>
276	Die natürlichen Funktionen des Herzbeutel-Yang
277	Disharmonien des Herzbeutel-Yang
277	Persönlichkeit bei Herzbeutel-Yang-Mangel bzw. -Überschuss
278	Weitere Merkmale eines Herzbeutel-Yang-Mangels bzw. -Überschusses
281	<i>Fälle von Herzbeutel-Yang-Mangel bzw. -Überschuss</i>
282	Dünndarm: Die natürlichen Funktionen
283	Disharmonien des Dünndarms
283	Dünndarm-Yang-Mangel
284	<i>Ein Fall von Dünndarm-Yang-Mangel</i>
285	Dünndarm-Yang-Überschuss
285	<i>Ein Fall von Dünndarm-Yang-Überschuss</i>
286	Dreifacher Erwärmer: Die natürlichen Funktionen
288	Mangelzustand des Dreifachen Erwärmers
288	Persönlichkeit: Mangel an Integration
289	<i>Ein Fall von gespaltener Persönlichkeit</i>
291	11. Kapitel
	Die Wandlungsphase Erde
292	Einführung: Erd-Yin (Milz) und Erd-Yang (Magen)
292	Erd-Yin (Milz): Die natürlichen Funktionen
292	Bindungen
294	Ich-Entwicklung und Grenzen
296	Mangel an Erd-Yin: Probleme beim Eingehen von Bindungen
296	Mangelhafte Unterstützung der Erd-Energien während der intrauterinen und nachgeburtlichen Phase
298	Schizophrenie
298	Persönlichkeit
300	Kognitive Störungen
302	Energetische Beziehungen
302	Träume und Ängste

303	Paranoia
304	Nahrungsmittelallergien
305	<i>Ein Fall von Schizophrenie</i>
306	Schizoide Persönlichkeitsstörung
306	<i>Ein Fall von Verlassenheit</i>
307	Mangelnde Unterstützung für die Erd-Energie in Säuglingsalter und früher Kindheit (sechs Monate bis zwei Jahre)
307	Der orale Charakter
309	Persönlichkeit
310	Fallträume
311	Bioenergetische Einschätzung
311	Probleme im kognitiven Bereich
313	Angst
314	<i>Ein Fall von Abhängigkeit</i>
315	Übermäßig liberale Eltern
316	<i>Ein Fall von Formlosigkeit</i>
316	Überschuss an Erd-Yin: Probleme beim Eingehen von Bindungen
317	Narzissmus
319	<i>Ein Fall von Hilflosigkeit</i>
320	Erd-Yang (Magen): Die natürlichen Funktionen
320	Trennung
320	Mangel an Erd-Yang: Trennungsprobleme
320	Abschirmung
321	<i>Ein Fall von versäumten Gelegenheiten</i>
322	Symbiose
323	<i>Vater und Tochter</i>
323	Überschuss an Erd-Yang: Trennungsprobleme
323	Hart werden oder zu Grunde gehen
325	<i>Ein moderner Robin Hood</i>
326	Fehlendes Selbstgefühl
326	<i>Ein Fall von innerer Distanz</i>
329	12. Kapitel
	Die Wandlungsphase Metall
330	Die natürlichen Funktionen des Phasensystems Metall
330	Die Verwandlung der Bindungen
332	Yin-Funktionen der Wandlungsphase Metall
333	Yang-Funktionen der Wandlungsphase Metall
333	Das Selbst
333	Selbst: Die Yin-Funktionen der Wandlungsphase Metall

- 335 Selbst: Die Yang-Funktionen der Wandlungsphase Metall
 337 Die Funktionen der Wandlungsphase Metall und deren
 Beziehung zum Geist
 339 Disharmonien des Lungen-Yin
 339 Lungen-Yin-Mangel
 Persönlichkeit: Unfähigkeit, Beziehungen zu gestalten
 340 Weitere Merkmale eines Lungen-Yin-Mangels
 342 *Ein Fall von Isolation*
 344 Lungen-Yin-Überschuss
 Persönlichkeit: Dominierend und besitzergreifend
 344 Weitere Merkmale eines Lungen-Yin-Überschusses
 345 *Ein Fall von Aufdringlichkeit*
 347 Disharmonien des Lungen-Yang
 347 Lungen-Yang-Mangel
 Persönlichkeit: Energiemangel
 348 Weitere Merkmale eines Lungen-Yang-Mangels
 350 *Ein Fall von Anhaften*
 350 Lungen-Yang-Überschuss
 Persönlichkeit: Sich treiben lassen
 351 Weitere Merkmale eines Lungen-Yang-Überschusses
 352 *Ein Fall von Dilettantismus*
- 355 13. Kapitel
 Angst und Depression
- 356 Angst
 357 Das klassische chinesische Modell der Angst
 359 Angst und Energetik: Ein ontogenetisches Modell
 359 Angst vor dem Unbekannten
 360 Trennungsangst
 Die erste Trennung: Mitose
 361 Die zweite Trennung: Geburt
 363 Die dritte Trennung: Selbstdurchsetzung – Das »Nein«-Stadium
 364 Die vierte Trennung: Ödipus/Elektra-Komplex
 366 Die fünfte Trennung: Ersatzeltern
 367 Die sechste Trennung: Beziehungen mit Gleichaltrigen
 369 Die siebente Trennung: Übertragung der Autorität auf die
 eigene Person
 370 Die achte Trennung: Liebe für andere
 371 Die neunte Trennung: Erforschung des eigenen Selbst
 371 Die zehnte Trennung: Der große Abschied

372	Vortäuschung
374	Unterdrückte Erregung
374	Ein tröstliches Gefühl
375	Magische Kunstgriffe
375	Schuldgefühle als Talisman
375	Existenzielle Angst
376	Angst als motivierende Kraft
376	Angst als Lebensgefühl
377	Depression
379	Die Phasen der Individuation und die für sie charakteristischen Depressionen
379	Endogene Depression
380	Anaklitische und zylothyme Depression
381	Agitierte Depression
382	Hysterische und reaktive Depression
382	Dysphorische Depression
383	Bipolare Störungen
384	Narzisstische Depression
385	Sekundäre anaklitische Depression
385	Depression aus Trauer um das verlorene Selbst
385	Involutionsdepression
386	Einsamkeit
387	Depression der Seele
387	Depression des Geistes
389	14. Kapitel
	Das Systemmodell nach Dr. Shen
390	Die vier großen Organsysteme
391	Zusammenhänge zwischen den Vier Systemen und den Fünf Transportpunkten
392	Shaoyang: Das Kreislaufsystem
395	Yangming: Das Verdauungssystem
396	Taiyin, Shaoyin, Jueyin: Das Organsystem
399	Taiyang: Das Nervensystem
402	Das Taiyang-Nervensystem beeinflussende Faktoren: Der Zeitpunkt ihrer Wirksamwerdung
403	Konstitutionell und genetisch bedingte Faktoren
404	»Schwachtes Nervensystem«
406	<i>Der Fall einer kranken Verwandten</i>
406	»Angespanntes Nervensystem«

407	Angeborene, während der Schwangerschaft entstandene Störungen
407	Unterernährung
407	<i>Substanzmissbrauch</i>
408	Emotionaler Stress
408	Exzessive körperliche Aktivität
409	Schwere Krankheit
409	Lärm
409	Angeborene, während der Geburt entstandene Schäden
411	Natürliche Ursachen
411	»Volles Herz«
412	»Kleines Herz«
413	Iatrogene Faktoren
413	Störungen des abstrakten Denkens
414	Lern- und Persönlichkeitsstörungen
415	Frühes Leben
416	<i>Emotionales Trauma</i>
417	Das Qi ist »wild«
418	Vorpubertät und Pubertät
418	<i>Körperliche Betätigung und Ernährung</i>
420	Sex
421	Drogenmissbrauch
422	Organdysfunktion
424	<i>Beispiele für ein starkes und ein schwaches Nervensystem</i>
425	Das Nervensystem beeinflusst andere Organe und umgekehrt
426	Herz
426	Herz-Yang-Mangel
427	Herz-Yin-Mangel und Blut-Mangel
427	»Angespanntes Herz«
428	»Nervöses Herz«
429	»Verschlossenes Herz«
429	»Kleines Herz«
430	»Schwachtes Herz«
430	»Volles Herz«
431	Der Zustand des Herzens und Schlafmuster
431	Leber
432	Leber-Yin-Mangel
433	»Aufsteigendes Leber-Yang«
433	»Emporlodernes Leber-Feuer«
433	»Leber-Wind«

433	Leber-Yang-Mangel
434	Niere
435	Nieren-Yin-Mangel
435	Nieren-Yang-Mangel
435	Magen und Milz
435	Magen-Yin-Mangel
436	Milz-Yang-Mangel
437	Lunge
437	Lungen-Yang-Mangel
438	Lungen-Yin-Mangel
438	Fu-Organ und Ich-Funktionen
439	Magen
439	Dickdarm
440	Dünndarm
440	Gallenblase
440	Dreifacher Erwärmer
440	Blase
441	Emotion
443	Sich allmählich aufbauender emotionaler Stress
443	Verdrängter Zorn
445	Chronische Angst
446	Übermäßiges Denken
447	Sorge
448	Spannung
453	Frustration
454	Kummer und Gram
455	Traurigkeit
457	Enttäuschung
459	Plötzlicher emotionaler Stress
460	Auswirkungen auf das Herz
461	Alter
462	Schädliche Einflüsse
463	Qi-Stagnation
463	Stagnation der Nahrung
463	»Schleim-Feuer«
464	<i>Ein Fall von geistigem Verwirrtsein</i>
465	Iatrogene Krankheiten
466	<i>Fallbeispiel</i>
467	Medikamente stören die homöostatische Intelligenz
468	Schlussbemerkung

469	15. Kapitel
	Ein medizinisches Modell
471	Das Band, das verbindet
475	Einheit von Medizin und Leben
477	Innere Dämonen
479	Angemessene Lebensführung
481	Die Energie des Arztes
484	Chinesische Medizin im Westen
486	Medizin und Gesellschaft
487	16. Kapitel
	Zusammenfassung
490	Die chinesische Medizin ist »rund«
493	Anmerkungen
499	Danksagung
502	Bibliographie
506	Index
509	Über den Autor