

# Lebensweg:

## Rhythmen, Übergänge und Lebensspirale (Teil 2)

Aus den im ersten Teil des Artikels vorgestellten Überlegungen ergibt sich für den folgenden zweiten Teil, dass man Prozesse des Erkrankens und Gesundens sowie der Wirkung von Therapien als Bewegungen auf der Gesundheitsscheibe darstellen kann.

Jede Ortsveränderung auf ihr lässt sich in zwei Richtungen aufspalten (siehe die Pfeilrichtungen in Abb. 4): in eine tangentielle (auf einem Kreis um den Mittelpunkt, konstantes  $r$ ) und eine radiale (auf einer Geraden genau vom Mittelpunkt weg oder zu ihm hin, konstantes  $\alpha$ ). Grundsätzlich sind die beiden Bewegungen voneinander unabhängig, sie werden allerdings durch die Lebensspirale miteinander verknüpft. Wandert ein Punkt radial nach innen, wird der entsprechende Mensch immer ausbalancierter und gesünder. Das Umgekehrte passiert bei einer Bewegung radial nach außen. Wegen der Lebensspirale ändert aber auch die Bewegung bei konstantem  $r$  (d. h. bei konstantem Grad der Balance) den Gesundheitsstatus. Wenn dabei nicht die Grenze Vata / Kapha überschritten wird, gilt generell: Die Bewegung im Uhrzeigersinn entspricht einem Gesünderwerden, gegen den Uhrzeigersinn einem Kränkerwerden.

Abb. 4 zeigt das genauer: Zwei Punkte in Vata (Symbole  $\star$ , Winkel  $\alpha = 180^\circ$  entsprechend Metall) werden betrachtet, u. z. mit  $r = 0,5$  und  $r = 0,75$ . Beide Punkte liegen außerhalb der Lebensspirale, entsprechen also kranken Zuständen. Bei kontinuierlicher radialer Bewegung des Punktes zum Mittelpunkt hin ( $\blacktriangleleft$ ) wird schließlich beim Punkt  $\circ$  die Lebensspirale gekreuzt und damit der Übergang von krank nach gesund erreicht. Dasselbe geschieht auch bei tangentialer Bewegung auf einem Kreis im Uhrzeigersinn (Anfangs-

richtung:  $\rightarrow$  nach rechts). Im Fall  $r = 0,5$  kreuzt der Kreis die Lebensspirale ca. beim Winkel  $\alpha = 115^\circ$ , im Fall  $r = 0,75$  erst bei ca.  $\alpha = 15^\circ$  (vgl. Abb. 3a). Die Meridiane werden nun in anderer Weise als in Abb. 3b bezeichnet: sechs ‚Rechts-Meridiane‘ R1-6 und sechs ‚Links-Meridiane‘ L1-6 gemäß Diamond (1993). Das wird weiter unten genauer erläutert.

Wenn wir annehmen, dass der menschliche Organismus einen einmal erreichten Grad der Balance (entsprechend einem bestimmten  $r$ ) gut halten kann, heißt das, dass er sich durch die kreisförmige Bewegung im Uhrzeigersinn gesund erhalten kann. Allerdings ist das der bequeme Weg, der aus zwei Gründen bedenklich ist: Erstens gelangt man einmal zur Grenze Kapha / Vata. Selbst wenn man dort weiterkommt (was noch zu besprechen sein wird), fällt hier der Radius der Lebensspirale abrupt, sodass man plötzlich ziemlich krank wird.

Zweitens ist der Weg im Uhrzeigersinn gegen den natürlichen Alterungsprozess gerichtet. Man kann auch von einer Regression sprechen, die zwar momentan hilfreich sein kann, auf die Dauer aber nichts bringt. Unter therapeutischer Begleitung macht die Regression aber Sinn. Wenn es irgendwann einmal ein traumatisches Ereignis gegeben hat, wo es ab diesem Zeitpunkt nicht mehr möglich war, den Lebensweg auf der Lebensspirale fortzusetzen, sondern auf den entsprechenden

Kreis gewechselt wurde, kann man durch eine Rückführung wieder zu diesem Punkt gelangen, das Trauma bearbeiten lassen und dann wieder gegen den Uhrzeigersinn gehen, u. z. diesmal auf der Lebensspirale, bis man wieder sein ‚richtiges‘ Alter erreicht hat.

Wenn eine Erkrankung durch Bewegung radial nach außen schwerer wird (Balance kann immer weniger gehalten werden), dann ist erst recht die Verlockung groß, diesen Prozess nicht stoppen zu müssen, sondern einfach im Uhrzeigersinn auszuweichen. Dann gelingt es vielleicht, parallel zur Lebensspirale zu gehen und subjektiv wenigstens nicht kränker zu werden. Trotzdem nimmt die Schwere der Krankheit aber zu, weil man immer näher zum Scheibenrand kommt.

Ein anderes Problem kann darin bestehen, dass man so schleichend radial nach außen wandert, dass einem gar nicht auffällt, wie man langsam immer kränker wird. In diesem Fall kann eine Reiztherapie helfen, die den Punkt rasch noch ein Stückchen nach außen schiebt. Diese Belastung stellt aber zugleich einen Aufmerksamkeitsreiz dar. Damit wird eine Gegenregulation des Organismus provoziert, die den Punkt auf der Scheibe wieder nach innen bringt. Eine andere Art von Belastung ist eine Verschiebung gegen den Uhrzeigersinn. Auch diese Form der Reiztherapie macht dem Immunsystem rasch klar, dass etwas nicht stimmt. Der schulmedizinische Ansatz wäre hingegen ein entlastender, der die Gegenregulation im Allgemeinen nicht einbezieht.

**Letztlich können also Anstöße in entgegengesetzten Richtungen dasselbe bewirken – was dem entspricht, dass sowohl Schulmedizin als auch Homöopathie zum Ziel führen können.**

Tab. 2: Paarweise Zuordnung von Rechts- und Links-Meridianen gemäß Diamond (1993, S. 224). Yang-Meridiane erscheinen mit fett gedruckten Abkürzungen. <sup>1</sup> Zwei-Dosha-Bereiche (vgl. Abb. 4, sechs Sektoren der Scheibe); <sup>2</sup> z. B. R4: Milz-Pankreas, L4: Blase (s. Abb. 4)

Nr.	Rechts (R)	Links (L)	Bereiche <sup>1</sup>
1	Lu: Lunge	<b>3E</b> : Dreifacher Erwärmer	VK / VK
2	Le: Leber	<b>Ma</b> : Magen	PK / PK
3	<b>Ga</b> : Gallenblase	He: Herz	PV / <u>VP</u>
4 <sup>2</sup>	MP: Milz-Pankreas	<b>Bl</b> : Blase	KP / KP
5	Ni: Niere	KS: Kreislauf-Sexualität	KV / KV
6	<b>Di</b> : Dickdarm	<b>Dü</b> : Dünndarm	VP / <u>PV</u>

Den dynamischen Lebensprozess kann man sich so vorstellen, dass man je nach den anstehenden Anforderungen, Belastungen und sonstigen Einflüssen auf der Gesundheitsscheibe umherwandert und den Belastungen jeweils ausweicht. Die Frage, die sich dabei stellt, ist, warum man dann überhaupt krank wird. Eine mögliche Erklärung liegt darin, dass die freie Beweglichkeit auf der Scheibe nicht überall gegeben ist. Der Hauptkandidat



## Prof. Dr. phil. Karl W. Kratky

Die Schwerpunkte seiner Forschung und Lehre sind: asiatische Heilweisen, Homöopathie, Ethnotherapien und interkulturelle Bezüge. Daraus sind Vorträge, Publikationen und Projekte entstanden. Er ist Mitglied des Vorstands der wissenschaftlichen Gesellschaft, 'Dynamik – Komplexität – menschliche

Systeme' (Wien) sowie des wissenschaftlichen Beirats der Zeitschrift 'Forschende Komplementärmedizin und Klassische Naturheilkunde', der Wiener Internationalen Akademie für Ganzheitsmedizin und des Instituts für Ethnomusiktherapie (Schloss Rosenau). Am zuletzt genannten Institut und an der Inter-Uni Graz (Masterlehrgang für komplementäre, psychosoziale und integrative Gesundheitsförderung) ist er auch Dozent.

### Kontakt:

Institut für Experimentalphysik der Universität Wien  
Boltzmannngasse 5; A-1090 Wien  
karl.kratky@meduniwien.ac.at  
<http://homepage.univie.ac.at/karl.kratky/>

dafür ist die Grenze Vata / Kapha, also  $\alpha = 240^\circ$ . Bei diesem Winkel gibt es ja die Unstetigkeit der Lebensspirale – deswegen wurde dort übrigens auch der Sprung von  $\alpha = 240^\circ$  auf  $-120^\circ$  gewählt; außerdem sind dort Tod und Geburt zu finden (Element Flora).

Wegen der Unstetigkeit der Lebensspirale bei Flora tritt bei einer Überquerung dieser Grenze im Uhrzeigersinn - wie besprochen - eine plötzliche Verschlimmerung der Krankheit ein. Gegen den Uhrzeigersinn ist zwar das Gegen-

und ihrer Überwindung begleitet ist, u. z. bis zum Abschluss, der Initiation. Das Gefühl, enormen Gefahren ausgesetzt zu sein und mehrere Male Todes- und Wiedergeburtserlebnisse gehabt zu haben, ist charakteristisch für das Erlernen der Seelenreise und dem damit verbundenen Heilen in Trance. Es liegt nun nahe, dass solche Gefühle mit dem Überqueren der Vata / Kapha-Grenze bei Flora auftreten, die in normalem Bewusstseinszustand nicht überschritten werden kann, ohne daran

teil zu erwarten, aber der Tod dabei zu gewärtigen (Ende der Lebensspirale). Nun ist ein gesunder Tod für uns ein paradoxer Begriff, aber in Zusammenhang mit der Ethnomedizin durchaus sinnvoll. Für den Schulmediziner ist der Tod eines Patienten eine Niederlage; hingegen besteht eine der Hauptaufgaben eines Schamanen darin, einen Menschen über die Schwelle vom Leben in den Tod zu begleiten (Rolle als Psychopomp). Ein geglücktes Sterben und ein guter Tod ist dann der gelungene Abschluss des Prozesses.

Freilich gibt es auch noch eine andere Fähigkeit, die von einem Schamanen gefordert wird: das Heilen in veränderten Bewusstseinszuständen (Trance). Das zu Erlernen ist ein wichtiger Aspekt bei der Ausbildung, die oft von Angst

real zu sterben. Tatsächlich lassen sich so genannte  $\delta$ -Wellen im EEG, die außer im Tiefschlaf nur in stark veränderten Bewusstseinszuständen auftreten, mit Flora in Verbindung bringen (Kratky 2003, S. 212).

## Bezug zur Kinesiologie

Gemäß dem Ayurveda beginnen Krankheiten oft in Vata. Wenn die Vermutung stimmt, dass die eingeschränkte Beweglichkeit nahe der Grenze zu Kapha daran Schuld ist, müsste das irgendwie zu verifizieren sein. Nun gibt es bei Diamond (1993) tatsächlich einen diesbezüglichen Hinweis. Er betrachtet zunächst die Schwächung bestimmter Meridiane durch Stress. Dabei werden sechs Meridiane dann geschwächt, wenn die rechte Gehirnhälfte dominiert, die sechs anderen, wenn gerade die linke Gehirnhälfte dominiert (Diamond 1993, S. 125 u. 163). Die Gehirnhälften werden wiederum auf den Seiten 107 und 111 genauer charakterisiert.

### Insgesamt ergibt sich:

Rechte Gehirnhälfte (schwächt R-Meridiane):  
Intuition, Sympathikus (3a)

Linke Gehirnhälfte (schwächt L-Meridiane):  
Logik, Parasympathikus (3b)

R-Meridiane:  
Testpunkte auf beiden Körperseiten (4a)

L-Meridiane:  
Testpunkte auf der Mittellinie des Körpers (4b)

Die Testpunkte der Meridiane (Diamond 1993, S. 215) entsprechen übrigens den Alarmpunkten (siehe Thie & Thie (2003), S. 78f). Auf Seite 224 setzt Diamond dann die Meridiane paarweise zueinander in Beziehung. Die dort angegebene Reihenfolge wird nun in Tab. 2 verwendet. Jetzt werden sie dementsprechend von 1 bis 6 durchnummeriert und mit R und L versehen (Rechts- bzw. Links-Meridiane als Kurzform für jene Meridiane, die beim Überwiegen der rechten bzw. linken Gehirnhälfte geschwächt werden). Zum Vergleich sind die Bezeichnungen von Tab. 1 angegeben (bei Diamond wird der 3E hingegen oft 'Schilddrüse' genannt).

Aus Tab. 2 kann man zunächst ersehen, dass bezüglich Yin- und Yang-Meridianen (letztere wieder mit fett gedruckten Abkürzungen) keine Systematik erkennbar ist. So gibt es Yin- bzw. Yang-Meridiane sowohl unter den Spalten R als auch L. Außerdem kann ein zusammengehöriges Paar bezüglich Yin und Yang gemischt sein (Nr. 1-4), es können aber auch beide Yin (Nr. 5) oder Yang (Nr. 6) sein. Wenn man aber die Bezeichnungen R1-6 und L1-6 im Kreis aufrägt (siehe Abb. 4, Yang-Meridiane wieder fett), ergeben sich interessante Zusammenhänge. Dazu soll zunächst an die drei Doshas erinnert werden (Vata V, Pitta P und Kapha K), die sich jeweils in ein Paar Zwei-Dosha-Bereiche aufspalten (VP, VK; PV, PK; KV, KP). Diesmal sollen sie aber voll gezählt werden (sechs Sektoren der Gesundheitsscheibe) und nicht - wie in Abb. 3b - um den ausgegli-

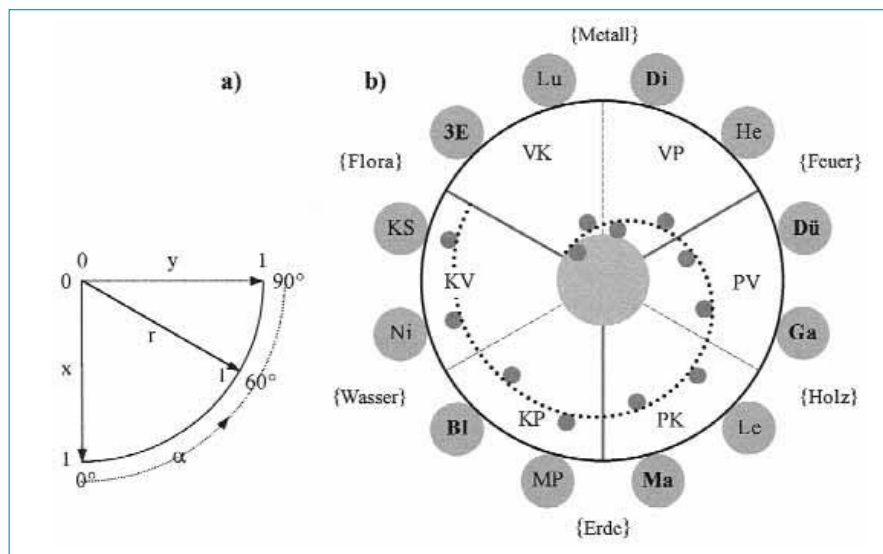


Abb. 3: Erweiterung der Kreisdarstellung zur Gesundheitsscheibe. a) Charakterisierung eines Scheibenpunktes durch Radius  $r$  und Winkel  $\alpha$ . b) Erweiterung des kreisförmigen Lebenswegs von Abb. 2b zur Lebensspirale, die gegen den Uhrzeigersinn durchlaufen wird. Geburt und Tod unterscheiden sich nun im Abstand vom Mittelpunkt. Neben den erweiterten chinesischen Elementen ist auch die Anordnung der Meridiane zu sehen. Außerhalb der Scheibe sind ihre Abkürzungen verzeichnet (vgl. Tab. 1), innerhalb sind die jeweiligen Orte auf der Scheibe angegeben. Ferner sind die sechs indischen Zwei-Dosha-Typen angegeben.

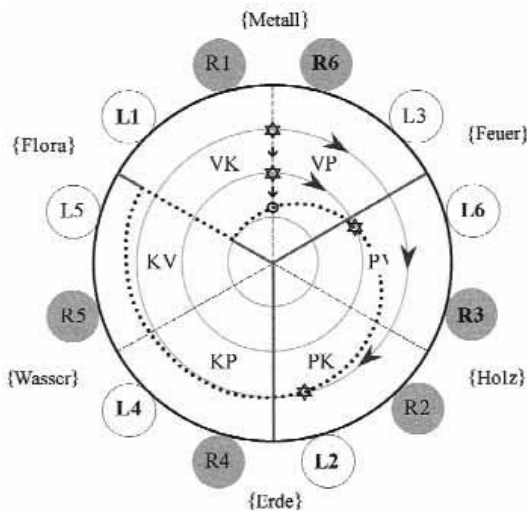


Abb. 4: Gesundheitsscheibe (Radius 1) und Lebensspirale. Zwei dem Metall bzw. Vata zugeordnete kranke Zustände sind mit dem Symbol ☆ eingzeichnet. Das innere Symbol hat den Abstand  $r = 0,5$  vom Mittelpunkt (mittelschwere Krankheit), das äußere  $r = 0,75$  (schwere Krankheit). Eine Bewegung auf einem Kreis (also bei konstanter Disbalance) führt im Uhrzeigersinn (→) zu einem Schnittpunkt mit der Lebensspirale = Übergang zur Gesundheit. Dieser ist wieder jeweils mit ☆ gekennzeichnet. Neben der angegebenen tangentialen Bewegung führt auch eine radiale Bewegung in Richtung Mittelpunkt (↓) zu einem Schnittpunkt (○) mit der Lebensspirale, u. z. in Vata. Zur neuen Bezeichnung der Meridiane siehe den Text.

chenen Bereich vermindert werden. Dementsprechend ist dieser scheibenförmige Bereich um den Mittelpunkt jetzt in Abb. 4 nicht grau ausgefüllt, sondern bleibt offen.

Um R- und L-Meridiane optisch leichter unterscheiden zu können, sind in Abb. 4 die entsprechenden Kennzeichnungen außerhalb der Scheibe nach dem Grauwert unterschieden (grauer Untergrund bei R-, weißer Untergrund bei L-Meridianen). Man erkennt, dass auf jeden der sechs Zwei-Dosha-Bereiche je ein L- und ein R-Meridian kommt. Außerdem stimmt in den meisten Fällen die Nummerierung überein (Ausnahmen: 3 und 6). Ein Tausch der Lage der beiden Feuer-Meridiane He (L3) und Dü (L6) würde auch diese Ausnahme beseitigen, ohne etwas an der oben angegebenen Zuordnung von je einem R- und L-Meridian zu den Zwei-Dosha-Bereichen zu ändern.

Derselbe Sachverhalt lässt sich auch aus der letzten Spalte von Tab. 2 ersehen. Dort sind die Ausnahmen unterstrichen. Das kann als Hinweis aufgefasst werden, dass die geometrische Anordnung von He und Dü gegenüber Abb. 3 und 4 zu vertauschen ist. Durch den Platztausch kommt **Dü (L6)** neben **Di (R6)** in VP zu liegen, sowie He (L3) neben **Ga (R3)** in PV. Diese Nachbarschaft sollte sich in ähnlichen Eigenschaften der Meridiane ausdrücken. Tatsächlich gibt es entsprechenden Belege: Laut van Schijndel (2003) können Störungen von **Di** und **Dü** dieselben Folgen haben, und gemäß Diamond (1993, S. 225) sind die negativen Emotionen der Meridiane He (Zorn / Ärger) und **Ga** (Jähzorn / Wut) sehr ähnlich – die Emotionen von **Ga** sind die pri-

mitiveren Varianten bzw. der Ausdruck der Emotionen von He. Eine weitere Verfeinerung der Emotion von He stellt laut van Schijndel (2003) diejenige des im Kreis benachbarten **Dü** dar: Verletzbarkeit von **Dü** im Vergleich zu Verletztheit von He. Die Zuordnung von Emotionen zu Meridianen unterscheidet sich übrigens von Autor zu Autor, was nur zum Teil durch sprachliche Auffassungsunterschiede zu erklären ist. Das wäre eine eigene Untersuchung wert. Im Zweifelsfall ist es jedenfalls ratsam, die Zusammenhänge der Emotionen verschiedener Meridiane innerhalb des Systems eines Autors zu ergründen und mit den Zusammenhängen, die ein anderer Autor findet, zu vergleichen.

Nun gibt es gemäß Diamond je einen führenden Meridian, der beim Einsetzen einer Belastung besonders geschwächt wird: Lu bzw. **3E**, je nachdem, ob die rechte oder linke Gehirnhälfte dominiert (Lu = R1 und **3E** = L1 in meiner Schreibweise). Man könnte das auch so ausdrücken, dass es einen weiblichen und einen männlichen Weg der versuchten Stressbewältigung (bzw. Krankheit – je nach Sichtweise) gibt; vgl. dazu auch Heines (2005). Wie man aus Abb. 3b ersehen kann, liegen beide Meridiane in VK, demjenigen Teil von Vata, der näher bei Kapha ist. Somit ist die Vata / Kapha-Grenze nahe, die üblicherweise nicht überschritten werden kann.

#### Damit schließt sich der Kreis unserer Überlegungen:

Im Sinn von Diamond kann man sagen, dass die Krankheit typischerweise in VK beginnt.

Schwächung der entsprechenden Meridiane in VK heißt aber, dass der Punkt auf der Scheibe, der den jeweiligen Zustand eines Menschen kennzeichnet, von Vata und der Vata / Kapha-Grenze weggetrieben wird. Dieses Ausweichen ist der Beginn eines Prozesses, der letztlich wieder zur Gesundheit, aber auch immer tiefer in die Chronifizierung führen kann. Die Details der entsprechenden Kaskaden werden noch zu studieren sein.

### Literaturhinweise

- Bauhofer, U. (1997), Aufbruch zur Stille. Maharishi Ayur-Veda, eine leise Medizin für eine laute Zeit. Lübbe, Bergisch Gladbach.
- Chopra, D. (1993), Die Körperseele. Grundlagen und praktische Übungen der indischen Medizin. Droemer Knauer, München.
- Diamond, J. (1993), Die heilende Kraft der Emotionen. VAK Verlag für Angewandte Kinesiologie, Freiburg im Breisgau.
- Heines, J. (2005), Typical Woman, typical Man. In: G.E. Lasker and K.W. Kratky (Eds.): Health, Healing and Medicine, Vol. XI. Comparative and Integrative Medicine. The International Institute for Advanced Studies in Systems Research and Cybernetics, Windsor, Canada 2005 (pp.7-14).
- Kratky, K.W. (2002), Die drei Prinzipien in östlichen und westlichen Heilsystemen. In: A. Stacher & W. Marktl (Hrsg.), Ganzheitsmedizin in der Zukunft II. Facultas, Wien (S.22-44).
- Kratky, K.W. (2003), Komplementäre Medizinsysteme. Vergleich und Integration. Ibero / European University Press, Vienna 2003.
- Schijndel, E. v. (2003), Raumfahrt-Technologie dekodiert die Ursachen von chronischen Krankheiten. CO/MED 03/ 2003 (S.110-114).
- Schwarz, A.A. & R.P. Scheweppe (1998), Praxisbuch Tibetische Medizin. Ganzheitlich behandeln durch Ernährung, Massagen, Meditation und tibetische Arzneimittel. Ludwig, München.
- Thie, J.F. & M. (2003), Touch for Health in Aktion. Grundtechniken und neue Dimensionen. VAK, Kirchzarten bei Freiburg.
- Thie, J.F. (2006), Gesund durch Berühren. Touch for Health. Hugendubel, Kreuzlingen.