

# **Daoistische Akupunktur nach Dr. Feng Ninghan**

## **Akupunkturstile aus der Tradition einer jahrhundertealten Ärztesfamilie**

**Die daoistischen Akupunkturstile der Ärztesfamilie Feng aus Hangzhou wurden über mehrere Generationen hinweg angewandt und weitergegeben. Dr. Feng Ninghan hat sie in über 40-jähriger Arbeit als Akupunkturarzt praktiziert und weiter entwickelt. Seine langjährige Schülerin, Ulla Althans, berichtet über ihn, über ihre erste Begegnung im Eisenbahnkrankenhaus in Hangzhou und stellt seine Akupunkturstile vor.**

Dr. Feng Ninghan, einer der beiden Söhne von Dr. Feng Daqi, begann im Alter von vierzehn Jahren die Traditionelle Chinesische Medizin von seinem Vater zu erlernen. Er begleitete ihn bei seinen Hausbesuchen, assistierte ihm bei den Behandlungen und übte mit ihm Qigong- und Taijiquan am frühen Morgen. Noch bevor er an der TCM - Universität Hangzhou studieren konnte, musste er einige Jahre als Barfussarzt auf dem Land arbeiten. Sein Talent im Umgang mit den Nadeln und sein tiefes Interesse am Studium der alten Klassiker bildet die Basis für seinen Erfolg als Akupunkturarzt. Er leitete 20 Jahre lang bis Juni 2008 die Akupunktur-Abteilung des Eisenbahn-Krankenhauses in Hangzhou, das seit 10 Jahren Lehrkrankenhaus der Zhejiang-Universität ist. Dabei eröffnete sich für ihn die Möglichkeit chinesische und später auch westliche Studenten zu unterrichten. Inzwischen wurde er von seinem Arbeitgeber pensioniert, unterrichtet aber weiterhin ausländische Studenten an der Zhejiang-Universität und arbeitet halbtags in der Ambulanz der TCM-Universitätsklinik Hangzhou.

Als ich 1998 als Dolmetscherin einer Praktikantengruppe der Amara-Heilpraktikerschule dem Eisenbahn-Krankenhaus zugeteilt wurde, waren wir die ersten ausländischen Studenten in seiner Abteilung. Die Aufregung stand allen ins Gesicht geschrieben, doch seine Herzlichkeit und Offenheit, wie auch die seiner KollegInnen, half beiden Seiten sich zu entspannen. Mit großer Sorgfalt wurden wir in seine Akupunkturstile eingeführt. Während emsiger Patientenbetrieb herrschte unterrichtete uns Dr. Feng auf sehr engagierte, passionierte Weise ohne den Eindruck zu erwecken, etwas verheimlichen zu wollen. Er stellte uns die theoretischen Hintergründe seiner Methoden vor, wie auch die Verbindungen zu den gängigen Akupunkturmethoden. Erst nachdem wir Dr. Feng schmerzfrei nadelten bekamen wir die Erlaubnis, seine chinesischen Patienten zu akupunktieren. In den darauffolgenden Jahren entwickelte sich ein regelmäßiger Austausch zwischen Dr. Feng und verschiedenen deutschen Institutionen bzw. Therapeuten, wodurch er ein gutes Verständnis der westlichen Mentalität und Kultur bekam. Diese Erfahrungen machen ihn zu einem guten Vermittler zwischen östlichen und westlichen Auffassungen der Chinesischen Medizin.

### **Akupunkturtechniken der Ärztesfamilie Feng**

Das Beherrschen einer guten Akupunkturtechnik ist eine wesentliche Voraussetzung für den Behandlungserfolg. Ähnlich wie ein Profifussballer flexibel und spielerisch mit dem Fussball umgeht und immer im Kontakt mit ihm bleibt, sollte auch der Therapeut die Nadel handhaben.

Die Nadel soll als Verlängerung des Fingers empfunden werden, bei maximaler Konzentration von Qi an der Nadelspitze sollte trotzdem größtmögliche Geschmeidigkeit in Haltung und Handhabung der Nadel möglich sein. Hierbei wird das Handgelenk in relativer Nullstellung gehalten, Ellenbogen und Schulter in entspannter offener Position. Der eigene Atemrhythmus wird zunächst dem des Patienten angepasst, danach wird die Nadel mit der Ausatmung gestochen. Dieses Vorgehen ermöglicht auch mit einer Stahlnadel und ohne Führungsröhrchen ein nahezu schmerzfreies Nadeln.

Die Ärztesfamilie Feng vermittelt verschiedene Techniken, um das De-Qi- Gefühl auszulösen. Die einfachste Art ist das Heben und Senken der Nadel im Atemrhythmus des Patienten. Hierbei wird mit der Einatmung und dem natürlichen Anheben der Bauchdecke die Nadel mit einer Drehung um 180° gegen den Uhrzeigersinn etwas an die Oberfläche gebracht, mit der Ausatmung und dem Senken der Bauchdecke mit einer Drehung im Uhrzeigersinn tiefer gestochen bis der Therapeut die De- Qi -Sensation ausgelöst hat, er selbst das Qi an der Nadel spüren kann und der Patient vom dumpfen ziehenden Gefühl berichtet.

Dr. Feng legt besonderen Wert auf die Fähigkeit der Qi-Wahrnehmung an der Nadel. Die Schulung der Sensibilität fördert er durch einfache Körperübungen. Im Umgang mit den Nadeln und dem Qi rät er zu innerer Gelassenheit und der richtigen geistigen Grundhaltung.

Die Nadelstimulation wird in ähnlicher Weise wie beim Suchen des De-Qi ausgeführt. Um zu tonisieren wird die Nadel mit dem Atemrhythmus angehoben und gesenkt, um zu reduzieren entgegengesetzt. Weitere Stimulationstechniken gehören selbstverständlich zu seinem Repertoire und sind in seinem Beisein gut zu erlernen.

Eine besondere Art der Nadelinsertion ist die langsame Insertionstechnik. Sie ist für den Patienten eine schmerzfreie Einstechtechnik mit enorm großer Wirkung. Für den Arzt ist sie eine besonders schwierige Aufgabe. Ohne die Nadel zu drehen, wird die die Nadel ohne Druck kontinuierlich senkrecht zur Haut gehalten. Qi sammelt sich mit längerem Halten an der Nadelspitze bis die Haut nachgibt und die Nadel eindringt. Das De-Qi wird in der Regel sehr stark empfunden und die Wirkung kann so stark sein, dass keine weiteren Nadeln nötig sind. Stabiles, kräftiges Qi und eine klare Absicht des Therapeuten sind dabei von größter Bedeutung.

Dr. Feng Ninghan entwickelte im Lauf seiner praktischen Arbeit eigene Ansätze, in denen er die Methoden seiner Familientradition mit theoretischen Grundsätzen der chinesischen Astrologie, dem Daoismus, oder dem Grundlagenwerk der Akupunktur: „Jiayi Jing“ verband.

## **1. Ren-Dumai-Methode – eine daoistische Form der Zeitakupunktur**

Die Verbindung von Renmai (Konzeptionsgefäß) und Dumai (Lenkergefäß) bildet entsprechend der daoistischen Tradition den kleinen himmlischen Kreislauf. Der harmonische Fluss von Qi und Blut innerhalb dieses Kreislaufs gewährleistet einen gesunden und starken Körper, der auch widerstandsfähiger gegenüber Krankheiten ist. Alle zwölf Hauptleitbahnen stehen mit dem Renmai und Dumai in Verbindung. Dadurch wird über eine gezielte Renmai- und Dumai - Behandlung gleichzeitig eine übergeordnete Regulierung aller Yin- und Yang - Leitbahnen ermöglicht. Für die Ren-Dumai-Methode wurden zwölf Punkte mit besonders starker Konzentration von Qi und Blut auf beiden Bahnen ausgewählt. Jedem dieser Punkte wurde ein Hexagramm aus dem Yijing sowie eine Tageszeit zugeordnet. Die Punktauswahl basiert auf der Differenzierung der Symptome nach den acht Leitkriterien und dem zeitlichen Auftreten der Beschwerden.

## **2. Der Einsatz der Neun-Palast-Methode in der Akupunktur**

Die Neun-Palast-Methode basiert auf den mystischen Diagrammen „He-Tu“ und „Luo -Shu“. „He-Tu“, der „Plan des gelben Flusses“ wird dem Herrscher Fu Xi zugeschrieben, der damit die sogenannte vorweltliche Ordnung beschrieb. Er entdeckte diesen Plan der Legende nach auf dem Rücken eines Drachenpferdes. Er stellt ein magisches Kreuz aus den Zahlen 1 bis 9 dar. Daraus entstand das numerologische Schema der fünf Wandlungsphasen. Auf dem Rücken der mystischen Schildkröte Ling Gui soll Kaiser Yu (2205 v.Chr.) die Abbildung des „Luo-Shu“, die Schrift des Flusses Luo, entdeckt haben. Diese Abbildung steht zusammen mit dem nachgeburtlichen Bagua für die innerweltliche Ordnung. Die Kombination der Zahlen

aus dem Luo -Shu und der Darstellung des nachgeburtlichen Bagua ist die Grundlage für die Anwendung der Neun-Palast-Methode. Danach wurden die Zahlen 1 bis 9 in gleicher Anordnung wie das Luo-Shu in ein Quadrat übertragen. Die optimale Harmonie und Ausgewogenheit kommt dadurch besser zum Ausdruck. Die Quer-, Längs- und Diagonalsumme des Quadrats ergeben immer die Zahl 15, deshalb wird es auch als magisches Quadrat und die neun Zahlen als die „Neun Paläste“ bezeichnet.

Die Mitte des Quadrats steht für die Zahl 5, sie wird dem Polarstern als fixes Zentrum zugeordnet. Im Modell der Fünf Wandlungsphasen entspricht dies dem Element Erde. Die Zahl 9 steht für Feuer, die Zahl 7 für Metall, die Zahl 1 für Wasser und die Zahl 3 für Holz. Den ungeraden Zahlen des Quadrats und dem entsprechenden Hexagramm wird jeweils ein Zang-Organ zugeordnet.

Die Aussage der Klassiker, dass die Zahl 9 für oben, die 1 für unten steht, die 4 und 2 für die Schultern, die 7 für rechts, die 3 für links und 8 und 6 für die Füße steht, findet hier ihre Integration.

Schulter <b>4</b>	oben <b>9</b> <b>Herz</b>	Schulter <b>2</b>
links <b>3</b> <b>Leber</b>	<b>5</b> <b>Milz</b>	rechts <b>7</b> <b>Lunge</b>
Fuss <b>8</b>	unten <b>1</b> <b>Niere</b>	Fuss <b>6</b>

In Analogie zu dem Prinzip, dass sich der Makrokosmos im Mikrokosmos widerspiegelt, lässt sich auch die Neun-Palast-Methode je nach Beschwerdebild entweder auf den ganzen Körper oder nur auf ein erkranktes Körperteil wie z. B. Wirbelsäule, eine Körperregion mit Hautveränderung oder Haarausfall anwenden. Insbesondere lässt sie sich auch auf die Bauchakupunktur übertragen.

Ziel ist bei allen Anwendungsformen der Ausgleich von Schwäche und Fülle. Ein Quadrant, der Schwäche zeigt, wird über die Tonisierung der anderen Quadranten, die auf der gleichen Diagonalen, Horizontalen oder Senkrechten liegen, gestärkt. Die optimale Harmonie wird somit auf Zang-Fu-Ebene wieder hergestellt oder im lokalen Bereich eine Regeneration der Strukturen erreicht. Der/Die Behandler/in kann dieses System sehr flexibel einsetzen. Die Neun-Palast-Methode lässt sich auch mit anderen Akupunkturkonzepten kombinieren, die hieraus resultierende Synergie optimiert den Behandlungserfolg nachhaltig.

## 2.a. Neun-Palast-Methode in der Bauchakupunktur

Der Einsatz der Bauchakupunktur empfiehlt sich besonders bei allen Erkrankungen, die mit Störungen des Aufsteigens und Absinkens einher gehen, z.B. Asthma, Hypertonie, Migräne, als auch bei Problemen des Aufnehmens und Abgebens, z. B. Durchfall, Schilddrüsenerkrankungen, Cystitis.

Das magische Quadrat wird mit der Zahl 5 als Zentrum auf den Nabel übertragen. Der Quadrant mit der Zahl 9 steht dann über dem Nabel, derjenige mit der Zahl 1 darunter. Der Quadrant mit der Zahl 7 liegt links lateral des Nabels, derjenige mit der Zahl 3 rechts lateral. Die Quadranten mit den Zahlen 2, 4, 6 und 8 bilden jeweils die Ecken. Die Haut und das Gewebe um den Bauchnabel werden mittels Sicht- und Tastbefund nach

Auffälligkeiten und Abweichungen beurteilt. So zählen Verhärtungen, Vertiefungen, Farbveränderungen der Haut, Körperbehaarung als auch Form und Struktur des Nabels zu wesentlichen Kriterien für die Diagnose und Punktauswahl. In der Regel werden ertastete Leere-Punkte immer genadelt. Fülle-Punkte sind bei Berührung variabler und verschiebbar. Das Nadeln dieser Punkte ist meist schmerzhafter, weshalb sie nicht immer behandelt werden müssen. Pro Quadrant kann eine oder mehrere Nadeln oder auch keine Nadel gesetzt werden. Die Nadel wird nach erreichtem De-Qi so häufig wie die entsprechende Zahl des Quadranten vorgibt tonisiert oder sediert. Die Reihenfolge der Nadelstimulation erfolgt in Richtung des Uhrzeigersinns. Mit dieser Form der Bauchakupunktur wird die Zang-Fu-Organebene angeregt und ausgeglichen, Dysbalancen des Verdauungstraktes werden harmonisiert und falsche Qi-Dynamik korrigiert. Nach mehreren Sitzungen kann sich ausserdem das lokale Hautgewebe wie auch die Nabelform verändern.

## **2.b. Neun-Palast-Methode an der Wirbelsäule**

Die Neun-Palast-Methode wird bei krankhaften Veränderungen der Wirbelsäule wie z. B. Ischialgie, Skoliose, Bandscheibenprotrusion, Spinalkanalstenose, Wirbelgleiten angewandt.

Regionen, die bei der Untersuchung mittels Sicht- und Tastbefund als schwach oder verspannt imponieren, werden mit der Neun-Palast-Methode behandelt. Hierbei kann man sich auf ein oder zwei Wirbelkörper beschränken oder auch mehrere Wirbelkörpersegmente in die Behandlung mit einbeziehen. Sind einige Abschnitte der Wirbelsäule schmerzhaft oder auffällig, so können auch mehrere magische Quadrate nach der Neun-Palast-Methode über oder untereinander angesetzt werden. In jedem Abschnitt wird dadurch das gestörte Gleichgewicht wieder hergestellt.

Akupunktiert werden Punkte des Dumai und Huaotuo Jiaji Punkte. Die Zuordnung zu den 9 Zahlen erfolgt nachdem alle Nadeln gesetzt wurden. Liegt eine extreme Schwäche vor, wie sie z.B. bei einem Bandscheibenvorfall zu finden ist, empfiehlt sich der Einsatz von allen 9 Nadeln. Ansonsten kann man ähnlich wie bei der Bauchakupunktur nur die auffälligsten Regionen akupunktieren. Jeder Akupunkturpunkt wird dann entsprechend der zugeordneten Zahl und des vorliegenden Ungleichgewichts tonisiert oder sediert.

Weiterhin kann die Neun-Palast-Methode bei Alopezia areata, Ekzemen gut angewendet werden.

Anschrift der Verfasserin:

Ulla Althans  
Albrechtstr.17  
72072 Tübingen

Veröffentlicht: NATURHEILPRAXIS 4 /2009 ISSN 017 - 6754