

DAS TAO DER AKUPRESSUR UND AKUPUNKTUR

Die Psychosomatik der Punkte

Vorwort zur 1. Auflage:

Es ist mir ein Anliegen, in einem Buch über Akupressur und Akupunktur die positiven und lebensfördernden Wirkungen der Punkte darzustellen. Es scheint mir nicht ausreichend, die Wirkungen von Akupressur und Akupunktur allein in Krankheitsbegriffen zu definieren. Meridianmassage, Akupressur, Moxibustion und Akupunktur ebenso wie körperliche Übungen, die den Qi-Fluss in den Meridianen anregen, sind ein wunderbares Instrument, um unser körperliches und seelisches Wohlbefinden zu erhalten und zu fördern. Akupressur und Akupunktur sind dafür bekannt, unsere Beschwerden lindern und einige unserer Krankheiten heilen zu können. Genauso wichtig erscheint mir jedoch die Tatsache, dass sie imstande sind, unsere Gesundheit und Vitalität zu bewahren, uns Momente der tiefen Entspannung und des Glücks zu schenken und uns dabei zu helfen, ganz unterschiedliche Teile unseres Selbst kennen zu lernen, die unserem Alltagsbewusstsein normalerweise verborgen sind.

Die Lehre der Fünf Elemente und die Energetik der Organe, Meridiane und ihrer Punkte sind ein seit Jahrtausenden empirisch bewährtes Konzept, das den Menschen als Einheit mit der Natur und als Einheit von Seele, Körper und Geist versteht. Akupressur und Akupunktur sind daher auch imstande, den Bruch zwischen Körper und Geist (und zwischen Medizin und Psychologie) heilen zu helfen, der die Grundlage für das Unbehagen in unserer Kultur bildet.

Die bei der Beschreibung der Indikationen der einzelnen Punkte unter Anführungszeichen gesetzten Passagen geben subjektive Wahrnehmungen meridiansensitiver Menschen wieder. Die individuellen Bilder und Gefühle, die bei den meisten Punkten beschrieben werden, werden zitiert, um das Wirkungsspektrum des jeweiligen Punktes farbiger darzustellen und ihm eine Tiefenschärfe zu geben. Die psychischen Indikationen sind als Wegweiser für die Erkundung der Innenwelt gedacht; sie sind als Landkartenentwurf zu verstehen, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, die Beziehungen von der Oberfläche des Körpers zu den Tiefen der seelischen und geistigen Bereiche des Menschen anzudeuten.

Die Landkarte ist nicht die Wirklichkeit selbst, und sie kann, da die Forschung auf diesem Gebiet erst am Anfang steht, auch nicht mehr Genauigkeit für sich in Anspruch nehmen als die Seekarten der Phönizier und Karthager. Es ist zu hoffen, dass das vorliegende Werk andere Forscher dazu anregen wird, genauere Karten über den Zusammenhang zwischen Akupunkturpunkten und der Bilderwelt der Seele zu zeichnen.

Inwiefern jemand bei den einzelnen Punkten überhaupt eine Wirkung auf seelische und geistige Bereiche verspürt, hängt von der individuellen Wahrnehmungsfähigkeit und Sensitivität ab. Die Wahrnehmungsfähigkeit kann, wenn sie nicht als besondere Begabung von vornherein vorhanden ist, durch Meditation, Sensory Awareness und eine Vielzahl von körper- und gefühlorientierten Therapien und Methoden so weit geschult und entwickelt werden, dass der Zusammenhang zwischen Akupressurpunkt und Psyche erfahrbar wird.

Die angeführten psychischen Wirkungen der einzelnen Punkte können dabei helfen, den vielfältigen seelischen Hintergrund vieler Krankheiten und Beschwerden besser zu verstehen. Dadurch können wir unser Bild von der jeweiligen Erkrankung differenzierter gestalten und unseren Handlungsspielraum erweitern. Bei einem spontan druckschmerzhaften Akupressurpunkt können Rückschlüsse auf die seelischen Ursachen und Querverbindungen zu den bestehenden Symptomen gezogen werden. Bei der Behandlung können uns die beschriebenen psychischen Wirkungen - bei genauer Kenntnis des Patienten - dabei unterstützen, Punkte auszuwählen, die seiner persönlichen Geschichte gerecht werden und seiner individuellen Eigenart entsprechen.

Einführungstext:

Die Besonderheit an diesem Buch ist, daß es das emotionale, tiefenpsychologische und energetische Wirkungsspektrum aller 361 klassischen Punkte ausführlich beschreibt. Die beschriebenen Wirkungen beruhen auf Forschungsarbeiten des Autors und werden hier erstmals dargelegt. Kombiniert mit den gleichfalls detailliert beschriebenen medizinischen Indikationen ergibt sich bei jedem einzelnen Punkt ein vollständiges Bild seiner psychosomatischen Verflechtung und Wirkungsweise.

Die Meridianverläufe wurden anatomisch genau dargestellt. Jeder Punkt wurde auf seine exakte Lokalisation neu getestet. Die ästhetisch gestalteten Zeichnungen geben die Charaktertypen wieder, wie sie sich bei Vorherrschen des dem jeweiligen Meridian zugeordneten Elements darstellen. Die chinesischen Punktenamen wurden von einer Sinologin in Zusammenarbeit mit dem Autor sorgfältig neu übersetzt, um so ihre häufig verloren gegangene ursprüngliche Bedeutung wieder ans Licht zu bringen.

Es ist ein bahnbrechendes Werk, das zeigt, wie vielfältig Akupressur und Akupunktur nicht nur auf die Gesundheit des Körpers, auf die Erhaltung und Entfaltung von Vitalität und Sexualität wirken, sondern auch auf die vielschichtigen Bereiche der Psyche - die mit dem Alltag verbundenen Emotionen genauso wie die Sichtbarmachung von Bereichen des persönlichen Unbewußten und unterbewußt wirkender archetypischer Vorstellungen und Wirklichkeiten.

Vorwort zur 2. Auflage des TAO DER AKUPRESSUR UND AKUPUNKTUR:

Seit Erscheinen des **TAO DER MEDIZIN** wurde die Forschungsarbeit an den psychischen und emotionalen Wirkungsspektren der Punkte mit verschiedenen Testgruppen meridianensensitiver Menschen fortgesetzt. Ergebnisse dieser Forschungen wurden bei den einzelnen Punkten für die zweite Auflage eingearbeitet. Vor allem die Indikationen vieler Punkte des Du Mai, des Gallenblasen- und Sanjiaomeridians, des Herz- und Dünndarmmeridians, des Lungen- und Dickdarmmeridians wurden erweitert und verfeinert.

Ein Kapitel über die Organuhr wurde hinzugefügt und zwei neue Graphiken über die Minimal- und Maximalzeiten des Energieflusses durch die einzelnen Organe wurden ausgearbeitet.

Um den Inhalt des Buches für den Suchenden konkreter dazustellen, wurde der Titel **DAS TAO DER MEDIZIN**, mit dem Untertitel: Grundlagen der Akupunktur & Akupressur, in **DAS TAO DER AKUPRESSUR & AKUPUNKTUR**, mit dem Untertitel: Die Psychosomatik der Punkte, umbenannt.

Es hat mich besonders gefreut, dass die zeichnerischen Darstellungen der Charakter- und Persönlichkeitstypen, die durch das Vorherrschen eines bestimmten Elementes entstehen, von vielen Lesern gut aufgenommen und als willkommene ästhetische Verfeinerung der sonst üblichen stereotypen und nicht sehr aussagekräftigen Meridianabbildungen begrüßt wurden. Ich möchte an dieser Stelle Herrn Andreas Schwirz nochmals für seine differenzierten Darstellungen der Holz- und Feuertypen, der Erde-, Metall- und Wassertypen danken.

Wien, im April 2002

"Das Tao der Akupressur und Akupunktur", Dr. Achim Eckert, Haug Verlag, in der 2. Auflage 2002, ISBN 3-8304-7141-6