

von Oskar Peter

Das Phänomen „Qi“

Je mehr du weißt, desto weniger begreifst du.¹

Laotse

Wir sehen nicht Licht, sondern Gegenstände, die von innen oder außen erhellt werden. Und wir nehmen Bewegungen, Temperaturveränderungen oder Änderungen von Aggregatzuständen wahr: Materie wird dichter, verflüssigt sich oder wird gasförmig. Aber eine direkte Wahrnehmung der dahinterstehenden Energie ist uns nicht möglich. Genauso verhält es sich mit dem Phänomen „Qi“: Wir können es nur in seinen Wirkungen erfassen. Seit es Menschen gibt, beschäftigt sie die Frage nach einer dahinterstehenden Größe des Daseins, göttlicher oder weltlicher Natur. Nach Auffassung der Kultur des Alten China und des Daoismus durchdringt und begleitet Qi das gesamte Weltgeschehen. In einer sich ständig verändernden Wirklichkeit stellt Qi die einzige Konstante dar, ist selbst aber weder von geistiger noch von materieller Beschaffenheit. Diese Vorstellung prägt bis heute das Weltverständnis vieler Menschen in Asien und zunehmend auch im Westen.

Was bedeutet „Qi“?

Das chinesische Schriftzeichen für Qi setzt sich zusammen aus „Dampf“ und „Reis“. In der klassischen Literatur des Alten China reicht die Verwendung des Begriffs Qi demgemäß von einem feinenergetischen Etwas bis hin zu sicht- und tastbarer Materie. Den Begriff Energie gab es vor 2000 Jahren noch nicht. Die heutige Übersetzung von Qi als „Lebensenergie“ hilft aber vielen Menschen, sich darunter etwas vorzustellen. Allerdings deckt die

Bezeichnung Lebensenergie nicht alle Erscheinungsformen von Qi ab, sondern nur einen Teilbereich in lebenden Organismen. Viele Menschen kennen das Gefühl des Durchströmtwerdens. Sie sind deshalb mit dem Experten für chinesische Medizin Iven Tao einer Meinung: „Qi ist kein rein philosophischer Begriff. Zumindest kann jeder, der Tai Chi macht oder meditiert, spüren: Irgendetwas fließt da in unseren Körpern.“²

Unsere heutige wissenschaftliche Sicht trennt streng zwischen einer objektiven äußeren Wirklichkeit und der subjektiv erlebten, inneren Welt. Dieser Dualismus führt zu „einer Medizin für Körper ohne Seelen und einer Psychologie für Seelen ohne Körper.“³ Daoistisches Denken und traditionelle fernöstliche Medizin unterscheiden hier nicht in gleichem Maße, sie betrachten Leben in seiner Gesamtheit. Aus der ausgewogenen Verfassung eines Menschen wird auf einen harmonischen Fluss von Qi geschlossen, Störungen und Krankheiten weisen auf Disharmonien hin. Die Medizin soll für einen unbeeinträchtigten Fluss von Qi sorgen und damit für Gesundheit und Wohlbefinden auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene.

Der Daoismus bietet ein hoch entwickeltes Erklärungsmodell der Welt und den darin auftretenden Phänomenen. Dabei handelt es sich um ein in sich schlüssiges Konstrukt. Jeder Versuch, einzelne Elemente davon – wie eben Qi – in einen anderen Kontext zu stellen, ist zum Scheitern verurteilt.

Deshalb ist die Frage, inwieweit das Konzept von Qi unseren heutigen Maßstäben der Naturwissenschaft

standhält, ungefähr so sinnvoll, wie chinesische Schriftzeichen nach westlichen Regeln der Rechtschreibung und Grammatik beurteilen zu wollen. Wesentlich bleibt die Tatsache, dass es sich bei Qi um keine wie auch immer geartete physikalische Größe handelt. Um Missverständnissen und Konflikten vorzubeugen, ist es deshalb ratsam, von der irreführenden Übersetzung „Energie“ – anstatt „Lebensenergie“ – abzusehen. Noch besser wäre es, „Qi“ gar nicht zu übersetzen und zu akzeptieren, dass hier dem Bedürfnis westlicher Menschen nach rationalen Erklärungen nicht entsprochen werden kann – jedenfalls nicht im Rahmen ihrer üblichen Denkkriterien. Dazu Achim Schrievers, der sich seit Langem dem Thema Qi widmet: „Das Qi ist unbeschreiblich; es ist eine Erfahrung vor den Worten und vor dem Verstehen.“⁴ Das mag auch in unserer Shiatsu-Gemeinschaft für viele eine große Herausforderung sein. Denn kulturelle Konditionierungen und Prägungen beeinflussen stark die persönliche Überzeugung, was denn nun „wirklich“ sei.

Qi im Shiatsu

Im Westen hat sich die von Shizuto Masunaga (1925–1981) entwickelte und propagierte Form von Shiatsu (Meridian- oder Zen-Shiatsu) durchgesetzt.⁵ Masunaga betonte die Unmöglichkeit, dieses Shiatsu ohne Kenntnis der östlichen Philosophie korrekt anzuwenden. Es sei nicht mit dem Verstand erklärbar, sondern müsse mit dem ganzen Wesen erfahren werden.⁶ Wer sich dem stellt, begegnet einer Wirklichkeit, die voller

Widersprüche steckt. Aber echte Erkenntnis ist nur möglich, wenn Wirklichkeit in all ihren Facetten – auch den paradoxen – erfasst wird.

Gerade weil Qi sich rationalen Erklärungen entzieht und unsere Vorstellungskraft überfordert, eröffnet uns eine daoistische Geisteshaltung eine neue Welt. Wer eintreten will, muss sich von vertrautem Denken und erlerntem Wissen frei machen können. Vor allem aber muss die Angst überwunden werden, nicht gut genug zu sein, denn diese ist das größte Hindernis, die Welt zu erleben wie sie ist. Shiatsu bedeutet, Menschen auf diesem Weg zu begleiten. Die Voraussetzung dafür ist, dass wir selbst diesen Weg gehen und dabei den eigenen Sinneseindrücken mehr vertrauen als jeglichen Gedankengebäuden und Konzepten. Ein leerer Geist und Mitgefühl lassen uns in Kontakt und Resonanz mit unserem Gegenüber treten, das Phänomen Qi in seinen Auswirkungen wahrnehmen und die Essenz von Shiatsu begreifen.

Oskar Peter

Praxis für ganzheitliche Körperarbeit,
Wien, praxis@oskarpeter.at

1 Laoze: Tao Te King. Goldmann, München, 2003. S. 56.

2 Sabine Kersebaum: Akupunktur darf nicht zum Fließbandverfahren verkommen! Interview mit Iven Tao. In: Gehirn & Geist 7-8/2005, Spektrum der Wissenschaft, Heidelberg. S. 39.

3 Thure von Uexküll: Integrierte Medizin. Stuttgart 2002, S. 3.

4 Achim Schrievers. Nach: Ulrike Haffke: Editorial. Shiatsu Journal 94/2018. S. 4.

5 In Japan dominiert die von Tokujirō Namikoshi (1905–2000) initiierte, physiologisch-anatomisch begründete Form.

6 Shitsuto Masunaga und Wataru Ōhashi: Das große Buch der Heilung durch Shiatsu. Scherz Verlag, Bern–München–Wien 1985. S. 12.