

Zur Übersetzung der chinesischen Bezeichnungen

Bei der Übersetzung und Erläuterung der chinesischen Bezeichnungen für die Qi-Punkte bzw. Qi-Zentren beziehe ich mich weitgehend auf das sehr umfassend recherchierte amerikanische Werk *Grasping the Wind – An Exploration into the Meaning of Chinese Acupuncture Point Names*.

Die Akupunkturpunkt-Bezeichnung mit ihrem Kürzel (z.B. Gb 14 für den 14. Punkt des Gallenblasen-Meridians) ist in Klammern gesetzt, wenn der Punkt nur die Lage auf der Hautoberfläche angibt, das entsprechende Qi-Zentrum aber im Körperinneren liegt.

Für im Qi Gong allgemeingebäuchliche Begriffe werden im Text meistens die chinesischen Bezeichnungen verwendet, zumal in den meisten dieser Fälle auch eine Fülle von chinesischen Bezeichnungen einer ebensolchen von deutschen Übersetzungsversuchen gegenübersteht. Diese Begriffe sind:

Bai Hui, Dan Tian, Dan Zhong, Hui Yin, Lao Gong, Ming Men, Yin Tang.

Ansonsten werden die deutschen Übersetzungen verwendet.

→ Die Bezeichnungen chinesischer Begriffe bzw. deren Übersetzung sind im Text grundsätzlich kursiv oder versal hervorgehoben.

Drei grundlegende Begriffe

Qi-Punkt

Für den gängigen Begriff Akupunkturpunkt verwende ich *Qi-Punkt* bzw. *Qi-Zentrum* im Text, um diesen wichtigen Begriff nicht auf den Bereich der Akupunktur zu reduzieren. Mit *Qi-Punkten* werden nämlich die Öffnungen einer Qi-Leitbahn bezeichnet, über die das Qi ebendieser Leitbahn zu beeinflussen ist. Diese Beeinflussung kann von außen durch Akupunktur (Nadeln), Akupressur (Massage), Moxibustion (Wärmebehandlung) erfolgen, sowie von innen her durch Bewegung, Atem und Visualisation (Qi Gong).

🌊 Für Qi-Punkt wird im Chinesischen der Ausdruck *SHU XUE* [schu hsüə] verwendet. *SHU* = Transportieren, weiterleiten, *XUE* = Öffnung, Vertiefung, Eingang. *SHU XUE* bezeichnet also eine Öffnung, über die auf den Energie- bzw. Qi-Fluß in den Leitbahnen Einfluß genommen werden kann.

Qi-Zentrum

Als *Qi-Zentren* bezeichne ich Orte im System der *Qi-Leitbahnen*, die die Funktion der Qi-Transformation bzw. Qi-Akkumulation haben; in Bezug auf diese ihre Funktion werden sie auch als *Qi-Tore* bzw. *Qi-Speicher* bezeichnet, in Bezug auf ihre Lage auch als *Oberes, Mittleres, Unteres, Hinteres Dan Tian*, wobei die Zuordnung je nach Zusammenhang variiert: *Bai Hui* oder *Yin Tang* können *Oberes Dan Tian* sein, *Dan Zhong* oder *Dan Tian* können *Mittleres Dan Tian* sein, *Dan Tian* oder *Hui Yin* können *Unteres Dan Tian* sein. Sie entsprechen den Chakren der hinduistischen und buddhistischen Chakrenlehre, sie werden jedoch in Bezug auf das Prinzip von Ursache und Wirkung entsprechend dem System der chinesischen Medizin betrachtet.

🌊 *DANTIAN = FELD DES ELEXIERS. DAN = ZINNOBER, ROT. Zinnober ist eine Verbindung von Quecksilber und Schwefel, also zwei der wichtigsten Ausgangsstoffe der Alchemie. DAN bezeichnet in diesem Zusammenhang das alchemistische Lebenselixier, die Lebensessenz, das Potential der Transformation, sichtbar auf der materiellen Ebene in der Umwandlung aus dem Elixier Quecksilber (silberner, beweglicher Tropfen = materielle Uressenz des Lebens) und*

dem gelben Schwefel (gelb = Erde) zum roten Zinnober (rot = Feuer = Leben).
 TIAN = FELD.
 DAN TIAN bezeichnet also ein Feld, einen Bereich, ein Zentrum der Umwandlung.

Qi-Leitbahn

Mit *Meridian*, *Leitbahn* oder auch *Qi-Leitbahn* werden die Transportkanäle des Qi bezeichnet. Das sind die zwölf paarweisen Hauptleitbahnen der Organsysteme, bzw. des *Großen Kreislaufs*, und die beiden Leitbahnen der Körpermittellinie, bzw. des *Kleinen Kreislaufs*.
 Darüberhinaus gibt es weitere Qi-Leitbahnen: Sonderleitbahnen, Netzleitbahnen, Leitbahnzweige und Muskelleitbahnen.



Für **QI-LEITBAHN** wird im Chinesischen **JING MAI** bzw. **JING MO** oder auch nur **MAI** bzw. **MO** verwendet. **JING** = KANAL, DURCHGANG; KETTFADEN; MERIDIAN. Der Kettfaden ist der längsverlaufende Faden im Webstuhl, der durch den Schußfaden, der quer verläuft, zu einem Gewebe verbunden wird. Die Netzleitbahnen (**LUO MAI**) entsprechen dem Schußfaden, sie stellen die Querverbindungen her. Meridiane sind die longitudinal verlaufenden Linien auf einem Globus von Pol zu Pol, bzw. etwas allgemeiner jede längsverlaufende Linie innerhalb eines Systems. **MAI** bzw. **MO** = GEFÄSS, ADER, PULS.
JING MAI bezeichnet also die längsverlaufenden Kanäle bzw. Leitbahnen, durch die das Qi fließt.

Ausprecheregeln für die Pinyin-Umschrift

Als Umschrift für die Chinesischen Bezeichnungen wird durchgängig die Pinyin-Umschrift verwendet, die heute in China und im Westen als Standard gilt. Vertraute chinesische Begriffe werden folgendermaßen geschrieben:
Chi Kung → *Qi Gong*, *I Ging* → *Yi Jing*, *Tai Chi Chuan* → *Tai Ji Quan*,
Tao → *Dao*.

- | | | |
|---|---|--------------------------------|
| c → ts | } | nachfolgendes i → ə |
| ch → tsch | | |
| r → wie das englische r | | |
| s → s | | |
| sh → sch | | |
| z → ds | | |
| zh → dsch | | |
| j → dsch | } | nachfolgendes u → ü |
| q → tsch | | nachfolgendes uan → üän |
| x → hs | | nachfolgendes ue → üə |
| y → j oder stumm | | |
| yi → i oder ji | | |
| ian → iän (aber iang → iang) | | |
| ong → ung | | |
| e → ə im Auslaut, sonst je nach Betonung manchmal auch zwischen ö und o oder ähnlich wie u | | |

Maßeinheit der chinesischen Medizin für den Körper

- 1 **Cun** eine Daumenbreite, die Breite des Gelenkes zwischen dem ersten und zweiten Daumenglied. Sie entspricht der Länge des mittleren Gliedes des Mittelfingers zwischen den Beugefalten.



CUN [tsun] = DAUMENBREITE. 1 Cun ≈ 2,5 cm ≈ 1 Zoll.

Cun ist ein individuelles Körpermaß; ein kleinerer Mensch mit kleineren Hände hat auch einen kleineren persönlichen Cun als eine größere Person. Cun ist also ein sehr genaues, persönliches Längenmaß für den Körper. Cun wird von manchen westlichen Autoren auch als persönlicher Zoll, abgekürzt PZ, bezeichnet.

- 1,5 **Cun** zweifingerbreit, die Breite von den zusammengelegten Zeige- und Mittelfingern am äußersten Fingerglied.
- 2 **Cun** dreifingerbreit, die Breite vom Zeigefinger bis zum Ringfinger am äußersten Fingerglied.
- 3 **Cun** eine handbreit bzw. vierfingerbreit, die Breite vom Zeigefinger in Höhe des zweiten Gelenkknöchels bis zum Kleinen Finger an seinem äußersten Glied.