



Das Konzept der „Drei Qi“

ABZ München

Zum Redaktionsschluss für diesen Artikel befinden wir uns im Lockdown, der gerade bis zum 14. Februar 2021 verlängert wurde. Wie es danach weitergeht, weiß jetzt niemand und noch weniger, wie die Situation sein wird, wenn dieser Mitgliederrundbrief erscheint. Deshalb werden wir uns in diesem

Beitrag nicht mit dem beschäftigen, was uns aktuell stark beschäftigt – die Situation als Schule in der Corona-Krise. Es könnte gut schon Schnee von gestern sein, wenn Ihr den MRB in der Hand haltet. Nur soviel – wir sind zuversichtlich und versuchen uns flexibel auf die jeweilige Situation einzu-

stellen. Wir lernen viel Neues und richten den Blick auf das Potential der Veränderung.

Wir möchten das Konzept der „Drei Qi“ (**Wei-Qi, Ying-Qi, Zong-Qi**) vorstellen, das bei uns in der Grund-Akupunktur- und in der Kräuterausbildung unterrichtet wird.

Wir unterrichten die „Drei Qi“, weil wir das Konzept in der

Praxis sehr hilfreich finden, um zu einem genaueren Verständnis des Pathomechanismus zu kommen. Und es fasst einen eher undurchsichtigen Wust an verschiedenen „Qi“ in einem klaren Konzept zusammen.

Die „drei Qi“ sind Wei-Qi (unterer Erwärmer), Ying-Qi (mittlerer Erwärmer) und Zong-Qi (oberer Erwärmer). Entwickelt wurde das Konzept von **Zhou Xue-hai** (1856-1906), es ist also relativ neu. Im Neijing geht es ständig um Ying und Wei, von Zong-Qi ist aber nur an ganz wenigen Stellen die Rede. Und bis zur Qing-Dynastie und Zhou Xue-hai haben sich auch nur zwei Autoren mit Zong-Qi näher beschäftigt¹.

Zhou Xue-hai unterteilt die Substanzen im menschlichen Körper in drei Gruppen:

- **Die drei Qi** – Sie haben keine Form aber einen Mechanismus. Man kann sie nicht sehen, aber spüren.
- **Die vier Essenzen:** Jin- und Ye-Flüssigkeiten, Blut (xue) und Essenz (jing) – sie haben Form und Substanz. Man kann sie sehen.
- **Die fünf Shen:** Shen, Hun, Po, Yi, Zhi. Sie haben weder Form noch Mechanismus, aber eine Funktion. Man kann ihre Wirkung feststellen.

Wir lernen viel Neues und richten den Blick auf das Potential der Veränderung.

¹ Ausführlich dazu: Volker Scheid: „Styles of practice in Chinese medicine Part 2“, The Lantern, Vol. 18, No. 1, Jan. 2021, sowie ein Fallbeispiel aus unserer Kräuterausbildung: „Diagnose jenseits von Leber-Qi-Stagnation und Milz-Qi-Mangel“, <https://abz-muenchen.org/veroeffentlichungen>.

Bevor wir etwas genauer auf die drei Qi eingehen, wollen wir noch kurz die anderen verschiedenen Verwendungen des Begriffs „Qi“ in der Chinesischen Medizin rekapitulieren:

Die verschiedenen Bedeutungen von Qi

Im Laufe der Zeit gab und gibt es verschiedene Vorstellungen darüber wie Qi, Yin/Yang, Shen, Jing, etc. zueinander im Verhältnis stehen und zusammenwirken.

Für die Praxis der Chinesischen Medizin sind wichtige Verwendungen des Begriffes Qi:

- **Alles** (jede Manifestation im Universum) **ist** mehr oder weniger „verdichtetes“ **Qi**. Die vielfältigen Kombinationen des Schriftzeichens Qi kann man als Ausdruck von diesem Verständnis begreifen: ShenQi, JingQi, YangQi ...
- **Qi als eine der Substanzen** des menschlichen Lebens: Shen, Qi, Jinye, Xue, Jing.
- Spricht man vom **Qi einzelner Zangfu** (z.B. Magen-Qi), dann ist damit das Qi in Sinne der Funktionen der Zangfu gemeint (z.B. das Magen-Qi sorgt für Rotten und Reifen, trennt das Trübe und Klare und bringt das Trübe nach unten).
- Der Begriff Qi wird in Zusammensetzungen auch für pathologische Situationen verwendet (alles ist Qi). Pathologisch kann etwas werden, wenn es auf irgendeine Weise nicht angemessen ist, in Bezug auf den Ort, die Zeit oder das Maß („du“), z.B. ein starker Kälteeinbruch im Sommer, wenn jemand sommerlich leicht bekleidet ist:
 - Der allgemeine Begriff dafür ist **Xie-Qi** (Pathologisches/pathogenes/heteropathisches/schrägläufiges Qi, auch „pathogener Faktor“), gegenübergestellt zu:
 - **Zheng Qi** ((die Gesamtheit des) physiologisches Qi, wahres/aufrechtes/orthopathisches/geradläufiges Qi)

Weiter Begriffe für pathologisches Qi sind z.B.:

- Weitere Gast-Qi (etwas, was da nicht hingehört, wo es ist. Es ist damit pathologisch)
- Shui-Qi (Wasser-Qi, unverdaute Flüssigkeiten, Ödeme)
- Ni-Qi (gegenläufiges Qi)
- Chong-Qi (hochrauschendes Qi)

Nun zu den „Drei Qi“

Ying Qi

Das Ying-Qi kommt aus dem mittleren Erwärmer. Es wird von der Milz (mit der Vorarbeit des Magens) aus dem transformiert, was du zu dir nimmst: Essen und Trinken (Gu-Qi = Getreide-

Qi) und im übertragenen Sinne alles andere, was du aufnimmst, um es zu verdauen. **Das Ying-Qi ist der nährende, befeuchtende Aspekt des Qi. Probleme des Ying-Qi sind entsprechend einerseits zu feucht im Sinne von qualitativ trüb, und andererseits mangelhaftes Nähren.**

Ying-Qi ist der nährende, befeuchtende Aspekt des Qi

Zong-Qi

Das Zong-Qi kommt aus dem oberen Erwärmer. Es wird in der Brust aus dem Ying-Qi und dem Qi aus der Atemluft gebildet. Die Lunge hat viel damit zu tun. **Das Zong-Qi ist der Kraft-Aspekt und der rhythmische Aspekt des Qi** (z.B. Peristaltik, Bewegung des Blutes, Regulation des Öffnens und Schließens der Poren, d.h. jegliche Kraft zur Bewegung). **Probleme sind entsprechend Stagnation (Schmerz), Rhythmusprobleme und Kraftlosigkeit.**

Zong-Qi ist der Kraft-Aspekt und der rhythmische Aspekt des Qi

Wei-Qi

Das Wei-Qi kommt aus dem unteren Erwärmer. Den Begriff **Wei-Qi** verwenden wir **synonym** zu **Ming-Men-Feuer, Nieren-Feuer, Minister-Feuer, Yuan-Qi**. Das sind verschiedene Bezeichnungen bzw. Manifestationen oder Funktionen ein und desselben physiologischen **inneren Feuers aus dem unteren Erwärmer**.

Es wird aus der Essenz gebildet. Die Essenz wird von der Niere bzw. im Ming-Men gespeichert. Wenn die undifferenzierte Essenz in Yin und Yang differenziert wird, spricht man u.a. von **Nieren-Feuer** und Nieren-Wasser. Man könnte auch von **Ming-Men-Feuer** und Flüssigkeiten sprechen. Nieren-Feuer und Nieren-Wasser bilden in der Blase den warmen Qi-Dampf, der nach oben steigt - in anderen Worten: Das Wei-Qi steigt zusammen mit den Jin-Flüssigkeiten nach oben.. Diesen Bildungs/Wandlungsprozess nennt man **Qi-Wandlung in der Blase**. Dabei entsteht auch der auszuscheidende Urin, d.h. es wird das Trübe vom Klaren getrennt.

Wei-Qi ist der Feuer/-wärmende Aspekt des Qi

Das physiologische innere Feuer aus dem unteren Erwärmer (Wei-Qi) hat auch die Funktion des Funkens/Katalysators für alle Umwandlungsprozesse im ganzen Körper. Diese Funktion des physiologischen Feuers aus dem unteren Erwärmer wird häufig als **Yuan-Qi** bezeichnet. Die Leber/Gallenblase bringt das Feuer aus dem unteren Erwärmer (**Wei-Qi**) überall im Körper hin, indem sie „den Weg freimacht“ (shu xie), unter anderem an die Oberfläche, wo das **Wei-Qi** die **Abwehrfunktion innehat**. Außerdem hält sie das ungestüme und heiße **Wei-Qi** mit dem Blut, das sie speichert, im Zaum. Die Kraft, die im Leber-System den Weg frei macht, ist das **Zong-Qi** im Leber-System. Man kann allgemein sagen, das **Zong-Qi** sorgt dafür, dass sich das **Wei-Qi** regulär durch den Dreifach-Erwärmer und an die Oberfläche bewegt.

Das Wei-Qi ist der Feuer-/wärmende Aspekt des Qi. Probleme sind entsprechend Hitze/Kälte Probleme.

Das Wei-Qi bewegt sich immer zusammen mit den Jin-Flüssigkeiten. Wei-Qi ohne Jin-Flüssigkeiten ist pathologisches (inneres) Feuer. Jin-Flüssigkeiten ohne Wei-Qi ist pathologisches Wasser.

Einer der Umwandlungsprozesse, für den das **Wei-Qi Katalysator** ist, ist die **Umwandlung von Ying-Qi zu Blut im Herzen** (es wird rot). Daran ist auch das **Zong-Qi** beteiligt, das die **Kraft und den Rhythmus für die Bewegung des Blutes** beiträgt. Das Herz bringt das Blut nach unten zur Leber, wo es gespeichert wird. Der Überschuss an Blut wandelt sich in (nachgeburtliche) Essenz.

In der Begrifflichkeit **Ministerfeuer** wird das physiologische innere Feuer vom Herrscherfeuer unterschieden, was alle Energie umfasst, die von außen kommt. Das ist zuallererst die Wärme der Sonne – bei Minus 70 Grad ohne Kleidung würde das (innere) Ministerfeuer nicht zum Überleben reichen. Oder z.B. die Energie im Essen, die zuerst Pflanzen per Photosynthese aus dem Licht der Sonne materialisiert haben².

In den Lehrbüchern gibt es unterschiedliche Darstellungen bezüglich der Herkunft und der Entstehung des Wei-Qi. Das kommt u.a. daher, dass sich die Idee eines physiologischen inneren Feuers im Menschen erst über die Jahrhunderte herausentwickelt hat. So gab es z.B. zu Zeiten des Huang Di Nei Jing das Konzept Ming-Men-Feuer noch nicht. Als angefangen wurde, Herrscherfeuer und Ministerfeuer zu unterscheiden, war das Ministerfeuer erstmal so etwas wie das Herrscherfeuer in Aktion (der Kaiser selber macht nichts). Etwa zum Ende der Song-Dynastie war das Konzept des physiologischen inneren Feuers endgültig etabliert. Dann haben sich Ärzte auch mit

möglichen Pathologien dieses inneren Feuers beschäftigt, z.B. dass es durch Begierden zu sehr angefacht wird und reduziert werden muss, entweder durch Askese und Meditation oder durch Kräuter und Akupunktur.

Kurz zusammengefasst kann man sagen: **Aus dem Herrscherfeuer** (alles was von außen kommt) **entsteht** (nachgeburtliche) **Essenz, die im unteren Erwärmer gespeichert wird, und daraus entsteht** Ming-Men-Feuer – Ministerfeuer – Nieren Yang – Wei-Qi – Yuan-Qi – also physiologisches **inneres Feuer in seinen verschiedenen Funktionen** bzw. Manifestationen. Aus dem Blickwinkel der drei Qi heißt dieses physiologische innere Feuer **Wei-Qi**.

Betrachtet man eine Situation aus dem Blickwinkel der drei Qi sind also:

- Wei-Qi-Probleme = Hitze/Kälte-Probleme
- Ying-Qi-Probleme = Feuchtigkeits/Trübheits- und Nähr-Probleme
- Zong-Qi-Probleme = Stagnations-, Schmerz-, Kraft-, und Rhythmus-Probleme

Die Bewegung des Wei-Qi ist die von Frühjahr – Holz – Leber – Gallenblase – Shaoyang auf der linken Seite nach oben. Probleme in dieser Bewegung sind also Wei-Qi Probleme.

Die Bewegung des Zong-Qi ist primär die von Herbst – Metall – Lunge – Dickdarm-Yangming auf der rechten Seite nach unten. Probleme in dieser Bewegung sind also Zong-Qi-Probleme.

Mike Huber

² „Energie“, Licht oder Materie – alles ist Qi und ineinander wandelbar. S.a. das Einsteinsche $e=m*c^2$

