

... Zheng Chen, chinesische Ärztin für TCM, speziell Akupunktur

## «Es geht immer um das Gleichgewicht»

Daniel Lüthi

Text und Bilder

danielluethi[at]gmx.ch

Der chinesische Kaiser hat einen Ehrenplatz in Hilterfingen. Perlmutter, eingelegt in schweres Holz, zeigt seinen prunkvollen Einzug gleich beim Eingang. Dort, wo sich das Wohnzimmer öffnet und der Blick frei wird über den glitzernden See, hinüber zur Stockhornkette und links zu den Alpen. «Hier ist jeder Tag wie Ferien», schwärmt Frau Chen, wie sie sich selber nennt.

### Wie ein Märchen

Die Geschichte, wie sie von China nach Europa kam, erzählt Frau Chen, als wäre es ein Märchen: «Ich ar-

beitete in Shanghai. Eines Abends war ich zusammen mit einer Freundin im Zirkus. Der Musiker eines deutschen Symphonieorchesters, das gerade in der Stadt gastierte, sass vor uns. Wir kamen ins Gespräch, und er erzählte mir von seinen Rückenschmerzen. Am folgenden Tag behandelte ich ihn, und die Schmerzen waren weg. Als später der Bürgermeister das Orchester begrüßte, schenkte er dem Musiker Blumen. Dieser reichte sie direkt an mich weiter. Er war so begeistert vom Erfolg meiner Behandlung, dass er mich zusammen mit zehn anderen Mitgliedern des Orchesters persönlich nach Deutschland einlud. Dort gäbe



es keine solche Akupunktur. Ich wusste sofort, dass ich gehen wollte, dass ich wegmusste.» Ganz allein fuhr sie mit der Eisenbahn nach Peking und von dort über die Mongolei und Polen nach Deutschland. «Ich hatte nichts. Aber ich habe nie geweint, bin immer nur nach vorne gegangen.»

Von der Weltstadt Shanghai kam sie nach Bamberg in Bayern. Dort wurde sie zur Leibärztin des lokalen Symphonieorchesters. «Musiker haben oft grosse Schmerzen und Schlafstörungen», erklärt sie. Und kommt damit gleich zu ihrer Spezialität, der Akupunktur. «Viele Krankheiten entstehen durch einen Stau. Die Energie, das Qi, kann nicht fließen. Mit meinen Nadeln treffe ich die richtigen Punkte in den Meridianen, den Energieleitbahnen im Körper, ich löse den Stau, die Energie kann wieder fließen, und der Schmerz ist weg.» Auch dies tönt für westliche Ohren wie ein Märchen, aber Frau Chen besteht darauf, dass solche Prozesse wissenschaftlich erklärbar sind. So komme die heilende Wirkung unter anderem dadurch zustande, dass der stimulierende Reiz der Nadeln im Gehirn bewirken würde, dass vermehrt «Glückshormone» ausgeschüttet werden, Serotonin oder Endorphin zum Beispiel.

## «Übermässiges Denken, Wollen oder Handeln gefährdet das Gleichgewicht.»

### Yin und Yang

Aber eigentlich ist das Geheimnis dieser Medizin auch ganz einfach darzustellen: mit dem berühmten Yin-Yang-Symbol, das auch die Visitenkarte von Frau Chen ziert. Weiss und Schwarz stehen hier für Gegensätze, die sich ergänzen und ineinander übergehen: stark und schwach, männlich und weiblich. Aber auch «gebend» und «empfangend», «aktiv» und «passiv». Die chinesische Ärztin sagt zu diesen Kräften: «Es geht immer um das Gleichgewicht. Zu heiss ist nicht gut, zu kalt auch nicht. Wenn etwas zu viel ist, muss ich dämpfen. Wenn es von etwas zu wenig gibt, muss ich ergänzen. Angst bedeutet: Alles ist zu. Glück: Alles ist offen, alles fliesst. Übermässiges Denken, Wollen oder Handeln gefährdet das Gleichgewicht, einzelne Organsysteme fallen aus der Mitte, es kommt zu Störungen und Erkrankungen.»

Sie legt ein paar Blätter mit einem Text von ihr auf den Glastisch. «Unglück ist Glück» ist der Titel. Erwartungsvoll blickt sie das Gegenüber an, schalkhaft zieht sie die Nasenspitze nach oben. In solchen Momenten wirkt die reife Frau fast mädchenhaft. «Kein Begriff kann zureichend gedacht werden ohne eine begleitende Vorstellung von seinem Gegenteil bzw. von seiner Negation», steht hier. «Wenn wir eine schwere Krankheit überwunden haben, sehen wir das, was wir Gesundheit nennen, plötzlich mit ganz anderen Augen.» Und weiter unten: «Wir leben nicht



### Zheng Chen

Zheng Chen wurde 1957 in Shanghai in der Volksrepublik China geboren, wo sie auch die Schule besuchte. Ursprünglich wollte sie Sängerin werden, aber bald einmal wurde klar, dass sie die Familientradition weiterführen würde, und so studierte sie in fünfter Generation traditionelle chinesische Medizin (TCM). Nach sieben Jahren schloss sie das Studium mit dem Master ab. 1988 kam sie dank einer persönlichen Einladung nach Europa. Sie liess sich in Deutschland nieder. 1989 bis 1997 arbeitete sie in einer renommierten Akupunktur-Praxis in Raunheim (und in Leukerbad), die mit einem Lehrauftrag der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz ausgestattet ist. 1991 bis 2005 war sie Dozentin in traditioneller chinesischer Medizin u. a. am Humanum-Institut in Frankfurt sowie Tutorin der Deutschen Ärztegesellschaft für Akupunktur. Seit 2009 arbeitet sie als TCM-Ärztin für Akupunktur in einer Arztpraxis in Bern. Zheng Chen ist Mutter eines erwachsenen Sohnes. Sie lebt in Hilterfingen am Thunersee.

im Paradies und wir leben nicht in der Hölle, sondern wir leben dieses Leben, und in diesem Leben haben wir es immer wieder mit Gegensätzen zu tun, mit Tag und Nacht, mit Einatmen und Ausatmen, mit Entstehen und Vergehen. Und wer die Wahrheit des Lebens in seiner Ganzheit begreifen will, der muss offen dafür sein, dass die Phänomene widersprüchlich sind: Unglück ist Glück. Auch die Krankheit kann ein Unglück sein, welches am Ende Glück bringt.»

Für die Diagnose einer Krankheit betrachtet Frau Chen die Zunge des Patienten. «Sie ist der Spiegel sei-

nes Innern.» Sie fühlt den Puls, blickt ihm in die Augen, tastet seinen Bauch. «Das reicht in der Regel.» Und wenn sie dann zu den Nadeln greift, von denen sie bei einer Behandlung bis zu 25 steckt, wird sie mit einem Unterschied zu ihrer alten Heimat konfrontiert: «In China wollen die Leute am liebsten möglichst lange und möglichst dicke Nadeln. Die schmerzen mehr, aber sie helfen auch schneller. Hier in Europa haben viele Leute Angst vor den Nadeln. Deshalb brauche ich hier eher die kurzen und dünnen.»

## «Auch die Krankheit kann ein Unglück sein, welches am Ende Glück bringt.»

### TCM und Schulmedizin

Eben ist Frau Chen von einem Besuch in Shanghai zurückgekehrt. Einmal pro Monat war sie zuletzt dort, um ihren Bruder zu begleiten, der an Krebs erkrankt war und jetzt gestorben ist. «Ich bin nicht traurig», kommentiert sie, «nur dankbar, dass ihn Gott geholt hat und er nicht mehr leiden muss.» Mit chinesischer Medizin allein war er längst nicht mehr zu behandeln, dafür war es zu spät. «Ein Tumor muss operiert werden, das ist undiskutabel», stellt Zheng Chen unmissverständlich klar, «und gegen eine akute Lungenentzündung bin ich mit meinen Nadeln viel zu langsam, da kann nur noch die Schulmedizin helfen.» Bei der Frage «Schulmedizin oder traditionelle chinesische Medizin» geht es also keineswegs um ein Entweder-Oder. «Die beiden Künste ergänzen sich», sagt Chen. Ein Unterschied sei vielleicht der: «Die Schulmedizin widmet sich vor allem den Symptomen, wir behandeln die Ursachen und versuchen dabei immer, den ganzen Menschen zu sehen, nicht bloss einzelne Organe.»

Der Fokus von TCM liegt stark auf der Prävention. Frau Chen ist oft also nicht heilend, sondern vorbeugend tätig. Denn Gesundheit ist auch die Abwesenheit von Krankheit. Eben: Die Energie soll fließen, die Harmonie der Kräfte soll gewährleistet sein. «Ich will mit meinen Behandlungen die Abwehrkräfte stärken und die Leistungsfähigkeit verbessern. Oft kommt es vor, dass dabei Beschwerden verschwinden, die ein Patient gar nicht deklariert hat. Letzthin zum Beispiel hat mir eine Patientin berichtet, sie könne auf einmal wieder gut schlafen.»

Auch auf ihre eigene Gesundheit achtet sie. «Das beste Leben ist in der Mitte», fasst sie zusammen. «Ich will nicht zu viel arbeiten, aber auch nicht zu wenig. Arm zu sein oder hässlich ist nicht gut. Allzu reich oder aussergewöhnlich schön aber auch nicht. Ganz wichtig ist es, sich ausgewogen zu ernähren, also immer von allem ein bisschen zu essen. Einseitige Nahrung ist schlecht für die Gesundheit. Deshalb ist es naiv zu glauben, dass Vegetarier prinzipiell gesünder sind als Menschen, die auch Fleisch essen. Gute Ernährung führt zu einem guten Stoffwechsel – die Energie kann fließen. Der Mensch ist, was er isst. Übrigens: Auch geistige Nahrung gehört zum Leben.»

### Universelle Energie

Frau Chen ist eine neugierige Person, sie liest – chinesisch – Biographien über Mozart oder Romane von Balzac, gerne schaut sie sich Lebens- und Liebesfilme an. «Da kann ich weinen und lachen – und geniessen. Das ist wichtig für die Gesundheit: geniessen.» Zum Genuss gehört auch der Gesang, den sie einst zum Beruf machen wollte. Lange nahm sie Stunden, in solchen Momenten wurde auch der schwarze Flügel zum Leben erweckt, der zurzeit ziemlich verlassen im Raum steht. Es gibt selbstproduzierte CDs, auf denen Frau Chen als Sängerin mit ihrem glasklaren Sopran zu hören ist, Patienten erhalten sie bisweilen als Geschenk. «Lieder für die Seele» heisst eine. Klassisches Liedgut gibt sie da, aber auch «Morning has broken» und «Over the rainbow». Und falls sie sie noch nicht aufgenommen hat: Die «Westside Story» würde passen.

Etwa zweimal die Woche gönnt sich die Ärztin selber ein paar Nadeln. «Wenn ich selber viel Energie habe, habe ich auch Erfolg bei meinen Patientinnen und Patienten.»

Den Daoismus und den Konfuzianismus, die oft als geistige Grundlagen der chinesischen Medizin zitiert werden, hat Frau Chen mit ihrer Reise nach Europa hinter sich gelassen. Sie ist bekennende Christin. Darüber spricht sie lieber als über den Kommunismus. Jetzt wird ihre Stimme etwas lauter und ihr Engagement unausweichlich. Irgendwie geht es wieder um das Thema Energie, diesmal aber in einem universellen Sinn. «Ich habe Gott nie gesehen. Viele Menschen wollen alles sehen. Aber sehen wir die Luft? Sehen wir Emotionen?» Mit ihren grossen, wachen Augen blickt die kleine zierliche Frau, sehnsüchtig beinahe, zu den Bergen. Dann lacht sie, steht auf, trippelt mit kleinen Schritten in die Küche und macht einen Jasmin-Tee.

## Die nächste «Begegnung mit ...»

Am Ende jeden Monats stellt die Schweizerische Ärztezeitung eine Persönlichkeit vor, die sich im Gesundheitswesen engagiert. Im Februar schildert Daniel Lüthi seine Begegnung mit Stéphanie Monod, Spezialärztin für Geriatrie und ab 1. März Chefin des Bereichs öffentliche Gesundheit beim Kanton Waadt.