



8. Jahrgang
Ausgabe 2
August 2002

Inhalt

Das Herz ist der Sitz des Geistes. Wird diese Behauptung von anderen Kulturen und der modernen Wissenschaft gestützt?

von T. Gaebler

Seite 1

Behandlungsprotokoll „Herz“ vom Europ. Iokai Praktitioner Workshop 2001

von G. Mack

Seite 6

Eindrücke von den Übungstagen und Anatomie-Spezial; Basis-Meridian-Vertiefung

von E. Ottl, C. Stretz, E. Mittermaier, H. Wegner, J. Bolt

Seite 9

Der Iokai-Spirit aus wissenschaftlicher Sicht

von J. Bolt

Seite 11

Impressum

Seite 17

Shiatsu – Ansatz und Weg zur Entwicklung eines Gesundheitsbewusstseins als Lebenskunst

von R. Köchling-Dietrich

Seite 18

Die Position des Herzens ist das Zentrum und es ist der Sitz des Geistes – Wird diese Behauptung von anderen Kulturen und der modernen Wissenschaft gestützt?

Von Tilman Gaebler zum Europäischen Iokai Practitioner Workshop 2001; Übersetzung von Susanne Braun

*O lerne denken mit dem Herz
Und lerne fühlen mit dem Geist.*
(Theodor Fontane, 1819–1898)

Wenn wir bei Iokai das Herz und seine Funktion verstehen wollen, ziehen wir aus dem traditionellen orientalischen Wissen doppelten Gewinn: es stellt uns ein System zur Verfügung, das unsere praktischen Erfahrungen erklärt und gleichzeitig gibt es uns Richtlinien zum Verständnis des menschlichen Lebens und zur praktischen Umsetzung in unseren Behandlungen an die Hand. Wir finden die grundlegende Idee im Kap. 8 des So Wen: „Die Position des Herzens ist die des Herrschers; es ist der Wohnsitz des Geistes“. Wir legen bei Iokai großen Wert auf die Frage nach der Position, Funktion oder Rolle der Organe, um ihre Eigenart und Funktionsweise verstehen zu können. Was das Herz anbelangt, so ist das seine zentrale Position innerhalb der „Gemeinschaft der Organe“ und seine Funktion bei der Herstellung von Balance innerhalb der Organe und zwischen dem Organismus und dem gesamten menschlichen Leben. Wir sagen auch, dass es das Zentrum im Yang ist, d. h. im oberen Teil des Körpers. Hier steht es in enger funktioneller Verbindung zum Oberen Erwärmer und, bezogen auf den allgemeinen Charakter des Yang, zum energetischen und geistigen Teil des Lebens.

Für uns im Westen, die wir mit unserem modern ausgebildeten Geist Iokai studieren, praktizieren und lehren, war und ist es manchmal nicht so einfach, diese orientalischen Sichtweisen zu verdauen. Wir wurden dazu erzogen und wir meinen auch, dass wir mit dem Gehirn denken. Und dort, wo wir denken, muss der Geist sein – sofern das überhaupt eine interessante Frage ist. Wir lernten, dass das Herz wichtig ist für das Leben, weil es den Blutkreislauf unterhält. Aber: wenn es wahr ist, dass das Herz der Sitz des Geistes ist, gibt es Hinweise darauf, dass diese Idee auch in anderen Kulturen unterstützt wird? Können wir even-

tuell moderne wissenschaftliche Studien finden, die diese Theorien unterstützen? Wenn die Organe Sitz des Geistes sind, dann muss der Geist durch Organtransplantationen beeinflusst werden, die seit einigen Jahrzehnten in der westlichen Welt vermehrt durchgeführt werden. Gibt es medizinische Studien, die die alten chinesischen Ideen beweisen? Dieses war die Ausgangsfrage, die mich interessierte, als ich begann, mich um eine umfassende Sicht im Verständnis der Funktion des Herzens und des Geistes für das menschliche Leben zu bemühen.

Die Beziehung von Herz, Gehirn und Geist in anderen Kulturen

Es scheint, dass die orientalische Medizin mit ihrem quasi-wissenschaftlichen System und ihrer praktischen Effizienz, mit Tausenden von Jahren an Tradition und mit ihrer Bedeutung bis heute ganz einzigartig ist. Und doch ist die Idee, dass der Geist mit dem Herzen verbunden ist, nicht ausschließlich im Fernen Osten entwickelt worden. Gion Condrau und Marlis Gassmann schreiben in „Das verletzte Herz“, dass erste Hinweise auf die Bedeutung des Herzens, des göttlichen vor allem, bereits in der sumerischen Poesie des antiken Mesopotamien, im Gilgamesch-Epos, das als die Geburtsstunde der Herzsymbolik bezeichnet wird, 2500 Jahre vor Christus, zu finden sind.¹ Indien: im Hinduismus wird das Herz-Chakra der Wohnsitz Brahma-Puras genannt, aus dem das Gefühlsleben und der menschliche Geist fließen und in dem die Verbindung zum Göttlichen stattfindet. Im antiken Ägypten wurde das Herz als mit dem Gewissen verbunden betrachtet und als Heimat von Verstand und Gedächtnis. Dieses wird auch noch in der englischen Redensart „learning by heart“ und dem Französischen „par coeur“ bewahrt. Wenn ein Pharao zur Mumifizierung vorbereitet wurde, mussten sein Herz und andere Organe einbalsamiert und mit ihm begraben werden, während das Gehirn aus dem Schädel entfernt und

¹ Gion Condrau/Marlis Gassmann: Das verletzte Herz, Zürich, 1989, S.61

weggeworfen wurde. Die Bibel bezieht sich auf das Herz als den Sitz der Gedanken (Sprüche Salomons, 16.1 oder Genesis 6.5). Im Neuen Testament wird das Wort „Herz“ 160 Mal erwähnt und es bedeutet „das Zentrum des Lebens“, wie das lateinische Wort „cardia“ (der Kardinalpunkt) aussagt. In der griechischen Antike verändert sich die Sicht des Herzens dahingehend, dass es der Sitz von Leidenschaft und Gefühlen wird, was in unseren gebräuchlichen westlichen Ideen als Bezug zwischen Geist und Herz weiter lebt. Homer spricht davon, dass das Herz vor Ärger „anschwillt“. Andere Dichter benennen es als den Ort der sterblichen Seele (Platon) oder der Seele allgemein (Aristoteles). Und die Ideen der antiken philosophischen Schulen der Epikureer und Stoiker scheinen den chinesischen Ideen noch näher zu sein: Sie betrachteten das Herz (zumindest den linken Ventrikel) als den Ort des Intellekts und der Gedanken, während sich die Gefühle auf den Rest des Körpers verteilen. Hildegard von Bingen, die berühmte Heilerin des 12. Jh., spricht vom Herzen als „domus animae“, das „Haus, in dem die Seele lebt“. Für einige so genannte primitive Völker enthielt das Herz eine mystische Kraft, die sie dadurch aufzunehmen trachteten, dass sie ihren Gefangenen das Herz herausrissen und es afaßen. Die Azteken und Mayas opferten den Göttern als wertvollste Gabe menschliche Herzen. Noch in der Medizin des Jahres 1818 wurde von einem Leipziger Arzt ein Artikel veröffentlicht: „Über die Beziehungen der Psyche zum Herzen“. Er glaubte, dass er den wahren Charakter verstorbener Menschen erkennen konnte, wenn er den physiologischen Zustand ihres Herzens untersuchte. Die moderne Herz-Psychologie geht zurück auf das Jahr 1628. Damals behauptete der Entdecker des Blutkreislaufsystems, William Harvey, dass geistig-seelische Verwirrungen, die Schmerzen, überschwängliche Freude, Hoffnung oder Furcht auslösten, sich auf das Herz ausdehnen und den Geisteszustand beeinflussen können.²

Gleichwohl: auch in der Tradition der chinesischen Medizin und des Taoismus wird der Sitz des Geistes nicht immer und ausschließlich mit dem Herzen, dem Blut oder den Blutgefäßen verbunden. „Es gibt viele klassische Verweise darauf, dass Shen im Kopf

und im Gehirn bewahrt wird³, z. B. im Su Wen „der Kopf ist der Sitz der Intelligenz (S.W. Kap. 17), im Xiushen Shishu „Das Gehirn ist der Vorfahre der Körperform und der Treffpunkt der 100 Shen“⁴; im Neijing (nicht im Inner Canon, sondern im D.I.M.)⁵ „das Gehirn ist das Ahnentor des Körpers, der Hauptort, an dem die 10 000 Shen sich treffen; Sun Si Miao in den 1000 Ducats „Der Kopf ist der oberste Anführer, der Ort, an dem sich das Shen des Menschen konzentriert; Li Shi Zhen „Das Gehirn ist der Wohnort des ursprünglichen Shen“; Ben Cao Bei Yao⁶ „Das gesamte Gedächtnis einer Person wohnt im Gehirn“.⁷

Die Wurzeln der modernen westlichen Medizin reichen zurück bis ins Jahr 400 v. Chr., als der griechische Arzt Hippokrates eine neue, gehirn-zentrierte Theorie mit klinischen Beobachtungen vorlegte. Er schrieb in „Die Heilige Krankheit“: „Die Menschen sollten wissen, dass unsere Vergnügen, Freuden, Späße genauso wie unsere Trauer, Schmerzen, Kummer und Tränen vom menschlichen Gehirn und **vom Gehirn allein** ausgehen... Und ebendieses macht uns verrückt oder delirant, gibt uns Furcht und Grauen ein, tags oder nachts, bringt uns Schlaflosigkeit, unangebrachte Fehler, ziellose Befürchtungen, Geistesabwesenheit und ungebührliches Verhalten...“⁸

Die einzigartige Position des Herzens

In seinem Bildband „Das Herz“ bezeichnet N. Boyadjian „das Herz“ als das Schlüsselwort im Vokabular aller Zivilisationen und Religionen, wenn es um Geist und Spiritualität geht: „Es benennt eine Wirklichkeit des geistigen und körperlichen Wesens des Menschen, es ist das Zentrum menschlichen Existierens und war als solches vermutlich dem Menschen bekannt, lange bevor der Kreislauf und damit die Kraft- und Steuerungsfunktion des Herzens entdeckt wurden. Der Herzrhythmus greift weit über das Körperhafte hinaus in die Sphäre des Lebensrhythmus. In diesem sicher weitgehend von mythischen Vorstellungen geprägten Wissen fühlt sich der Mensch mit dem Rhythmus der Zeit, mit dem Rhythmus der Welt, der Gestirne und mit Gott einig.“⁹

2 Paul Pearsall: „Die besondere Energie des Herzens“, Natur und Heilen 2/2000, München, S.90

3 Peter Deadman und Mazin Al-Khafaji: The treatment of psycho-emotional disturbance by acupuncture with particular reference to the du mai, The journal of Chinese medicine, Vol.47, Hove, UK

4 s.a. Fußnote 3; Ten works on practice towards the attainment of truth; ein Qigong Kompendium in 64 Bänden aus der Qing Dynastie;

Herausgeber und genaues Erscheinungsdatum sind unbekannt. Dieser Text vereint wichtige taoistische Arbeiten über Qigong aus der Sui, Tang und Song Dynastie, es beinhaltet auch das Huangting Neijing Jing. (Eine oft zitierte taoistische esoterische Schrift, die mehrere Autoren zu haben scheint. Sein Ursprung ist unklar, aber es wurde im Jahr 700 von Bai Fuzhong zitiert. Der Taoist Nun Hu Yin veröffentlichte mehrere Ausgaben im Jahr 850)

5 s.a. Fußnote 3; Liu Sijing schrieb es 1647 als Teil des Werkes Che Sheng Ba Bian, die sich mit den Funktionen des menschlichen Körpers befasst- die anderen Teile behandeln Sterne, Sonne Mond etc.

6 s.a. Fußnote 3; Auszüge aus Materia Medica von Wang Ang (1694)

7 s.a. Fußnote 3; Sie fahren fort: „Sowohl vor und nach dem Erscheinen des Neijing werden in dem weiten Feld chinesischer Medizin, spiritueller Praxis und Gesundheitsvorsorge verschiedene Traditionen sichtbar. In Vor-Neijing-Zeiten sah eine eher strukturelle Wahrnehmung des menschlichen Körpers das Gehirn als das Hauptorgan im Zusammenhang mit geistiger Aktivität an. Z.B. das Guanzi, einer der Klassiker des Taoismus, der Themen aus der Philosophie, Medizin und anderen Wissenschaftsbereichen behandelt. Heiner Fruehauf bemerkt: „Der Guanzi Taoismus ist typisch für den wissenschaftlichen Diskurs der Vor-Neijing Zeit, als die sogenannten Daojia Denker (anders als die späteren Daojia, ein Begriff, der religiösen Taoismus bezeichnet) eine lebhaft und zersplitterte Diskussion über die Einführung eines wissenschaftlichen Codes hatten, ähnlich den vorsokratischen griechischen Denkern. Genauso wie Aristoteles und Plato die Grundlage des westlichen Wissenschaftsverständnisses aus dem Labyrinth dieser weniger bekannten Denker schufen, vereinigen Standardklassiker wie das Neijing verstreute Ideen aus dem Guanzi und anderen Werken der Vor-Han-Zeit. Bücher wie das Guanzi sind grundlegend für die Standardisierung der 5 Wandlungsphasen der Nach-Neijing-Zeit. Vor dem Neijing gab es mindestens 7 verschiedene Arten, die Elemente miteinander in Beziehung zu setzen.“)

Vom Neijing an, als sich das Studium der Medizin entwickelte und von seinen taoistischen Wurzeln unabhängiger wurde, entwickelte sich eine funktionalere Sicht des Körpers, die sich auf dem Überwiegen der fünf Zang- und der sechs Fu-Organen begründete (speziell die fünf Wandlungsphasen), wobei das Gehirn auf den Status eines Extra-Fu zurückgewiesen wurde, während das Herz zum Herrscher des Körpers und Sitz des Shen wurde. Diese Divergenz wird im Neijing folgendermaßen wiedergegeben: „Wie ich weiß, gibt es einige Taoisten, die eine ganz und gar andere Auffassung von der Natur von Zang und Fu haben. Einige sagen, Gehirn und Mark seien Zang..., während andere sie für Fu halten. Wenn man sie mit einer anderen Sicht konfrontiert, beharren sie darauf, dass ihre Sicht die einzig Richtige sei. (So Wen, Kap. 11). Später haben esoterische taoistische Texte einige große Ärzte der Tang-, Yuan- und Ming-Dynastien stark beeinflusst, wie z.B. Sun Simiao, Zhang Jingyue und Li Shizhen, und ihre Ansicht über die Rolle des Gehirns verbunden mit dem es hauptsächlich beeinflussenden Meridians Du Mai, fanden wieder Eingang in das Gebäude der chinesischen Medizin. (Einige Medizinhistoriker, z.B. B.J. Andrews, JCM No. 36, vertreten die Meinung, dass früher Kontakt mit Jesuitischen Missionaren eine Rolle beim Wiederaufleben der Theorie, das Gehirn sei das Zentrum des Bewusstseins, spielen könnte. Wang Qingren (s.u.) zitiert in seinem Werk „Über das Gehirn“ drei Personen, die vorher dieselbe Meinung über das Gehirn vertraten, wie er: Li Shizhen, Jin Sheng und Wang An. Jin Sheng war befreundet mit jesuitischen Missionaren im Ming Hof im 16. Jahrhundert und trat zum Katholizismus über, während Wang Ang sein naher Kollege war.) Gleichzeitig forderte keiner dieser Ärzte, dass die Theorie des Herz-Shen der Theorie des Gehirn-Shen entgegengesetzt sei.

8 Ed Babinski: Does the Bible speak of brain? In: The skeptical review, 1/1993; <http://www.infidels.org/library/magazines/tsr/>

9 Gion Condrau/ Marlis Gassmann: Das verletzte Herz, Zürich, 1989, S. 60

Weiter unten können wir das Ergebnis der modernen Wissenschaft betrachten, wie „der Rhythmus des Herzens weit darüber hinaus reicht...“ Wir wollen hier festhalten, dass in allen Zivilisationen das Herz, neben seiner Organfunktion, als Symbol des Lebens und als Verbindung zum Geistigen gesehen wird. In der christlichen Mystik finden wir das blutende Herz Christi als Symbol für Erlösung.

Trivial: Wir benutzen das Piktogramm, um unsere Sympathie auszudrücken (I♥NY). Bei der Iokai-Prüfung fragen wir nach „dem Herzen von Iokai“, wenn wir die zentralen Punkte wissen wollen. Sogar in der Alltagssprache benutzen wir das Wort „Herz“ für „Zentrum“. Auch in Europa finden wir viele Beispiele für die herausragende Position des Herzens in der Geschichte: im Mittelalter wurden die Herzen von Königen und Aristokraten abseits vom Rest des Körpers aufbewahrt und begraben. Die bayerische Dynastie der Wittelsbacher ließ ihre konservierten Herzen bis ins 20. Jahrhundert in der Kapelle von Altötting begraben. Auf einer Abbildung sehen wir sogar das Herz als den „Beginn von Yin und Yang“:

Beim Studium von Iokai-Shiatsu lernen wir auch viel über die besondere Position des Herzens, wenn wir die chinesischen Schriftzeichen der Organnamen vergleichen: Alle anderen Namen für die Körperorgane (d. h. der Dreifache Erwärmer als „funktionelles Organ“ macht hier auch eine Ausnahme) enthalten das Zeichen „Fleisch“. Die große Ausnahme bildet das Wort „Herz“, da es ohne „materiellen Zusatz“ in seinem Schriftzeichen dasteht. In diesem Zusammenhang schauen wir auch manchmal die Pathologie der verschiedenen Organe an. Und wir diskutieren hier, dass es so gut wie keinen Krebs am Herzen gibt. Es gibt offensichtlich keinen Krebs am Myokard, dem größten Teil des gut mit Blut versorgten Herzmuskels.



Das Herz als Samen von Sonne und Mond.¹⁰

Herz und Geist in ihrer psycho-physiologischen Wechselwirkung

Wir wissen alle, dass unsere geistige und emotionale Befindlichkeit den Zustand unserer inneren Körperfunktionen beeinflusst. Eines der Kontrollsysteme ist das autonome Nervensystem (ANS). Es reguliert die Gefäßfunktionen des Körpers, eingeschlossen den Herzschlag, die Bewegungen des Magen-Darm-Trakts, die Drüsentätigkeit und viele andere Funktionen. Der Herzschlag reflektiert diese autonome Funktion und Balance. Die parasympathischen Nerven (Vagus) verlangsamen den Herzschlag, die sympathischen Nerven beschleunigen ihn. Diese Veränderungen werden beeinflusst von Gefühlen, Gedanken und körperlicher Anstrengung. Das „Institute of Heartmath“ (IHM) betrieb Forschungen, um diese Veränderungen quantifizieren zu können und benutzte dazu die „Heart Rate Variability“ (HRV)¹¹, um dynamische Interaktionen zwischen physiologischen, geistigen, emotionalen und Verhaltensprozessen zu erforschen. Die HRV dient als Indikator für die Fähigkeit eines Individuums, sich effektiv an Stress und Umweltbedingungen anzupassen. Das IHM beschreibt den Zustand optimal balancierter Gesundheit und Vitalität als psychophysiologischen Zusammenhang, der charakterisiert ist durch ein hohes Maß an geistiger und emotionaler Stabilität, verbunden mit einer erhöhten Synchronisation und Harmonie des kognitiven, emotionalen und physiologischen Systems. Sie beschreiben den physiologischen Zusammenhang als ein sinuskurvenartiges Muster im Herzrhythmus, eine ANS-Balance, die in Richtung auf eine erhöhte parasympathische Aktivität gerichtet ist, eine erhöhte Herz-Hirn-Synchronisation und als „Entrainment“¹² zwischen verschiedenen physiologischen Systemen. „Wenn das Herz in kohärenter Weise funktioniert, bringt es andere biologische Oszillatoren zu einer Synchronisation mit seinem Rhythmus und führt so zu einem „Entrainment“ dieser Systeme.“¹³ Hier wird auch auf Studien Bezug genommen, die im American Journal of Cardiology veröffentlicht wurden.¹⁴ Durch die Analyse der HRV zeigten sie die Auswirkungen von Emotionen auf die vagosympathische Balance: Ärger rief ein sympathisch dominiertes Kraftspektrum hervor, Freude eine erhöhte parasympathische Aktivität.

In den letzten Jahrzehnten wurden viele Studien darüber, wie mentale Techniken das vegetative Nervensystem beeinflussen, durchgeführt. Die Aufmerksamkeit der Wissenschaftler liegt hauptsächlich darauf, wie das Herz auf die Befehle des Gehirns reagiert. Die Forschung des IHM betont die andere Seite und stellt fest, „dass die Kommunikation zwischen Herz und Gehirn tatsächlich ein dynamischer, kontinuierlicher Dialog in beide Richtungen ist, in dem jedes Organ ständig die Funktion des anderen beeinflusst.“¹⁵ Hier stellen sie fest, dass die Kommunikation des Herzens mit dem Gehirn auf vier hauptsächliche Arten funktioniert: neurologisch, durch die Übermittlung von Nervenimpulsen, biochemisch über Hormone¹⁶

10 Gion Condrau/ Marlis Gassmann: Das verletzte Herz, Zürich, 1989, S. 69

11 Die „Heart Rate Variability“ (HRV) ist eine Messung der natürlich auftretenden Veränderungen der Pulsfrequenz von Schlag zu Schlag. Es wird vom Elektrokardiogramm, EKG, abgelesen. Sogar der Rhythmus eines gesunden Herzens in Ruhe ist nicht monoton regelmäßig. Bei der Berechnung der durchschnittlichen Pulsfrequenz werden die Momentabweichungen vernachlässigt. Ein großes Maß an Instabilität beeinträchtigt die effiziente physiologische Funktion, zu geringe Variation kann aber auch pathologisch sein.

12 Entrainment beschreibt eine bestimmte physiologische Kohärenz, wenn z.B. zwei oszillatorische Systeme des Körpers wie die Atmung und der Herzschlag synchron sind und in derselben Frequenz arbeiten.

13 IHM, „Science of Heart“, S.17

14 Rolling Mc Crathy, PhD, et al., American Journal of Cardiology, 1995; 76 (14); S 1089 - 1093

15 IHM, „Science of Heart“, S. 20

16 Paul Pearsall, „Die besondere Energie des Herzens“, Natur und Heilen 2/2000, München, S. 90: „Wenn sich die Muskelscheidewände der oberen Herzkammern (Atrium) zusammensziehen, produziert das Herz ein Hormon, das jedes wichtige Körperorgan, einschließlich des Gehirns, nachhaltig beeinflusst. Dieses Neurohormon ANF (atrialer natriuretischer Faktor), ein Peptid, kommuniziert nicht nur mit dem Gehirn, sondern auch auf direktem Weg mit dem Immunsystem, dem Hypothalamus (Teil des Zwischenhirns, der zur Übermittlung unseres emotionalen Zustandes beiträgt), und der Zirbeldrüse (sie reguliert die Melatoninproduktion, eine Substanz, die mit dem Schlaf-Wach-Zyklus, Alterungsprozessen und dem allgemeinen Energiespiegel in Verbindung steht). Das ANF-Hormon, das aus dem Herzen stammt, wirkt auch auf den Thalamus und die Hypophyse (Hirnanhangdrüse) in der limbischen oder emotionalen Region unseres Gehirns, ein wichtiges Lern- und Gefühlszentrum.“

und Neurotransmitter¹⁷, biophysisch durch Druckwellen und energetisch durch elektromagnetische Feldinteraktionen. Wichtig zu wissen ist auch, dass das IHM spezielle mentale Techniken fördert, deren Auswirkungen es auf wissenschaftliche Art zu beweisen versucht.¹⁸ Nichtsdestoweniger sind diese Studien sehr interessant, da ihre Ergebnisse einen Teil der heilenden Wirkung in den Beziehungen zwischen Praktiker oder Heiler und Patient, zwischen Meister und Schüler, zwischen Heiligem und Anhänger erklären könnten. Das bezieht sich auf Punkt 2, die energetische Kommunikation des Herzens, die sie auch die „herz-elektromagnetische Kommunikation“ nennen. Das Herz ist innerhalb des gesamten Körpers der stärkste „Generator“ elektromagnetischer Energie. Das elektrische Feld des Herzens zeigt eine 60 Mal größere Amplitude als die des Gehirns. Dieses Feld kann als EKG an jeder Stelle der Körperoberfläche aufgespürt werden. Das magnetische Feld des Herzens ist 5000 Mal stärker, als das des Gehirns und kann noch einige Meter außerhalb des Körpers mit empfindlichen Magnetometern aufgezeichnet werden. Folglich untersuchte man die Interaktionen, die zwischen dem Herzen einer Person und zwischen dem Gehirn einer anderen Person stattfinden, wenn diese sich berühren oder sich nahe sind. „Diese Untersuchung gibt Aufschluss über die fesselnde Tatsache, dass die vom Herzen hervorgebrachten elektromagnetischen Signale die Kraft haben, auf andere um uns herum zu wirken. Unsere Messergebnisse zeigen, dass das Herzsignal einer Person die Gehirnwellen einer anderen Person beeinflussen kann und dass eine Herz-Hirn-Synchronisation zwischen zwei Personen stattfinden kann,

wenn sie interagieren. Schließlich wird deutlich, dass in dem Maße, wie ein Individuum psychophysiologische Kohärenz entwickelt, seine Sensitivität gegenüber subtilen elektromagnetischen Signalen derjenigen um ihn herum zunimmt. Zusammengefasst legen diese Ergebnisse nahe, dass cardio-elektromagnetische Kommunikation eine wenig bekannte Quelle des Informationsaustausches zwischen den Menschen sein kann.“¹⁹ Wenn es also so ist, dass es einen Einfluss vom Herzen auf das Gehirn einer anderen Person gibt, ist es doch wahrscheinlich, dass der ursprüngliche Einfluss vom Herzen ausgeht (und nicht vom Gehirn). Diese Ergebnisse erklären mindestens teilweise die traditionelle orientalische Lehrmethode „i shin den shin“, „von meinem Herzen zu Deinem Herzen“. Sie zeigen auch, wie wichtig es ist, dass Praktiker, wenn sie behandeln, eine psychophysiologische Kohärenz besitzen (z. B. beim Shiatsu). Es wirft auch ein Licht auf die weit verbreitete Aussage, dass „gute Shiatsu-Behandlung aus dem Herzen des Praktikers kommt“. Da diese Studie nicht nur einen Hinweis auf die Beziehung zwischen Geist und Herz gibt, sondern auch teilweise die Kommunikation zwischen Praktiker und Patient bei einer Shiatsu-Behandlung erklärt, will ich die gesamte Zusammenfassung des Artikels in der Fußnote zitieren.²⁰

Herzchirurgie und Geist

Wenn das Herz der Sitz des Geistes ist, müsste die Herzchirurgie außerordentlichen Einfluss auf den Geist haben. 1959 wurden erste Herztransplantationen an Tieren unternommen. 1967 war noch ein

17 Karl Pribram, M.D., Ph.D. and Deborah Rozman, Ph.D.: Early Childhood Development and Learning: What New Research on the Heart and Brain tells us about our youngest Children; <http://www.kerygma101.com/text/heartbrain.htm>

„Das System der Kommunikation vom Herz zum Gehirn kann folgendermaßen beschrieben werden: Das Herz hat ein starkes elektrisches Feld, und die Kohärenz des Herzrhythmus kann die Kohärenz der Hirnwellenmuster (EEG) verändern. Das Herz sendet elektrische Informationen über den emotionalen Zustand des Menschen (durch die Kohärenz gemessen) an das Kreislaufzentrum im Stammhirn, welches seinerseits die intralaminären Thalamuskern beschießt und von dort aus die perirhinale Region um die Amygdala (Kleinhirnmandel). Diese Region ist direkt mit der Basis der Stirnlappen verbunden. Darüber hinaus senden die intralaminären Kerne Signale an den übrigen Kortex und tragen dazu bei, dass dessen Aktivitäten synchronisiert werden. Dieser zentrale Teil des Thalamus liegt zwischen den Vorsprüngen zum Stirn- und limbischen Vorderhirns und jenen zu dem übrigen Gehirn (die zerebrale Konvexität). Darum kann der intralaminäre Komplex als ein Focus dienen, der die emotionalen und kognitiven Prozesse in der frühkindlichen Entwicklung wie auch später im Leben verbindet.

Die Amygdala erhält Signale von Pressorezeptoren, Sensoren, die die wichtigen Blutgefäße, in denen das Blut vom Herz zum Gehirn transportiert wird, auskleiden. Es zeigte sich, dass das Pressorezeptorensystem die „Offenheit“ des Menschen gegenüber sensorischen Eindrücken, die ihren Ursprung außerhalb des Körpers haben, reguliert. In anderen Untersuchungen stellte sich heraus, dass die Amygdala die Herzfrequenz und den Blutdruck reguliert. Wenn solche Regelkreise durch Beschädigung oder Entfernung der Amygdala gestört werden, ist schnelles Lernen (wobei eine Situation vertraut wird) behindert. Das Herz und das Blutdrucksystem dienen als „Booster“ für solches Lernen. Ein russischer Wissenschaftler drückte es so aus: „Ein paar Gramm Emotionen sind so viel Wert wie ein Pfund Wiederholungen.“,

18 R. Mc Craty et al.: In Proceedings of the Brain-Mind Applied Neurophysiology Meeting EEG Neurofeedback Meeting, Key West, Florida 1996:

„Unsere gegenwärtige Hypothese besagt, dass eine starke und anhaltende Zunahme in der Pressorezeptorensystemaktivität zu einer zu einer deutlich zunehmenden Koppelung zwischen dem Herzen (HRV) und dem Gehirn (EEG) über nervengeleitete Signale und zunehmende Kohärenz im vaskulären System führt. Die Ergebnisse dieser Experimente liefern ein Beispiel dafür, wie zunehmende Kohärenz im Herzrhythmus durch beabsichtigtes Erzeugen positiver Emotionen die Gehirnaktivität verbessern kann.

R. Mc Craty et al.: In Proceedings of the Annual Meetings of the Pavlovian Society, Tarrytown, NY, 1999:

„Die Alpha-Wellen-Aktivität des Gehirns wird durch den Herzzyklus synchronisiert. Während Zuständen hoher Herzrhythmuskohärenz nimmt die Alpha-Wellen-Synchronisation (der 8-12 Hz-Bereich) mit der Herzaktivität signifikant zu.“ ... Zustände erhöhter Herzrhythmuskohärenz gehen mit Verbesserungen der kognitiven Fähigkeiten einher.“

19 IHM, „Science of Heart“, S. 21

20 IHM, „Science of Heart“, S. 24: Rollin Mc Craty et al.: Proceedings of the fifth Apalachian Conference on Neurobehavioral Dynamics: Brain And Values. 1997. Mahwah, NY: Lawrence Erlbaum Associates: THE ELECTRIC TOUCH: DETECTION AND MEASUREMENT OF CARDIAC ENERGY EXCHANGE BETWEEN PEOPLE
Hauptergebnis: Wenn Menschen sich berühren oder nahe sind, wird das Signal des Herzschlages einer Person von den Gehirnwellen der anderen Person registriert.

Zusammenfassung: Die Vorstellung von Energieaustausch zwischen zwei Menschen ist für viele Heilweisen grundlegend. Diese Vorstellung ist von der westlichen Wissenschaft oft bestritten worden, weil man sich einen plausiblen Mechanismus, der die Natur dieser Energie erklären könnte, oder wie sie Heilung beeinflusst oder möglich macht, nicht erklären konnte. Die Tatsache, dass das Herz das stärkste vom Körper produzierte elektromagnetische Feld hervorbringt im Zusammenhang mit unseren Ergebnissen, dass dieses Feld messbar an Kohärenz zunimmt, je mehr das Individuum in einen wirklich liebevollen oder fürsorglichen Zustand kommt, gibt Veranlassung dazu, zu untersuchen, ob das vom Herzen hervorgebrachte Feld signifikant zu diesem Energieaustausch beiträgt. Diese Studie präsentiert eine Reihe von Ergebnissen, die interessante Beweise dafür liefern, dass ein Austausch von im Herzen produzierter elektromagnetischer Energie stattfindet, wenn Menschen sich berühren oder nahe sind. Man benutzt „Signal average techniques“, um zu zeigen, dass das EKG-Signal einer Person im EEG einer anderen Person empfangen wird und an anderen Stellen seiner Körperoberfläche. Das Signal ist zwar am stärksten, wenn die Personen in Berührung miteinander sind, es ist aber immer noch aufzufassen, wenn die Personen sich ohne Kontakt nahe sind.

Diese Studie stellt einen der ersten erfolgreichen Versuche dar, einen Energieaustausch zwischen Personen direkt zu messen. Sie enthält außerdem eine solide, nachprüfbar Theorie, mit der beobachtete Auswirkungen vieler Heilmethoden erklärt werden können, denen ein vermuteter Energieaustausch zugrunde liegt. Nichtlineare, stochastische (zufallsabhängige) Resonanz ist ein Mechanismus, durch den schwache, zusammenhängende elektromagnetische Felder - wie das, welches vom Herzen einer Person, die in einem liebevollen Zustand ist, generiert wird - aufgespürt und vom biologischen Gewebe verteilt werden und möglicherweise messbare Auswirkungen auf lebende Systeme wird. Der Beweis, dass das Energiefeld des Herzens sich mit unterschiedlichen Gefühlen ändert in Verbindung mit den Ergebnissen dieser Studie, dass nämlich dieses Feld von denjenigen in unserer Umgebung körperlich registriert wird, gibt uns eine Begründung für einen möglichen Mechanismus, mit dem wir den Einfluss unserer Gefühle auf andere auf einer grundlegend physiologischen Ebene beschreiben können. Eine Schlussfolgerung daraus ist, dass die Wirkung therapeutischer Techniken, die Kontakt oder Nähe zwischen Praktiker und Patient beinhalten, vergrößert werden kann, wenn die Praktiker bewusst eine aufrichtige, liebevolle Haltung einnehmen und auf diese Weise die Kohärenz ihres vom Herzen kommenden Energiefeldes vergrößern.

Meilenstein in der Geschichte der Herztransplantation, als sie zum ersten Mal am Menschen durchgeführt wurde. Seit 1984 konnten die Empfänger transplanteder Herzen ein längeres und gesünderes Leben erwarten.²¹ Jedoch sind von Anfang an neuropsychologische und psychopathologische Veränderungen nach einer Herzoperation bekannt geworden. „Seit der Einführung des Herz-Lungen-Bypass in den frühen 1950-ern sind neurologische krankhafte Zustände nach Herzoperationen von größter Bedeutung.“²² Über die Häufigkeit solcher Folgen wird in der Literatur sehr unterschiedlich berichtet. In einem älteren Bericht von 1979 gibt es einen Vergleich: „Während in der Allgemeinchirurgie postoperativ nur affektive Störungen oder eine Inzidenz von einer psychiatrischen Komplikation auf 250 bis 150 Fälle, d. h. weniger als 0,1% vorkommen, wurden für Operationen am Herzen Prozentzahlen bis 61 genannt.“²³ Auch Patienten mit diffusen Gefäßkrankheiten, die sich einer Operation mit einer hohen Wahrscheinlichkeit für unbeabsichtigte, cerebrale Hypoperfusion unterziehen, wie z. B. notfallmäßiger Aorten Chirurgie²⁴, neigen zu psychiatrischen Komplikationen (um 40%)²⁵.

Es gibt keine medizinischen Studien wie etwa „der Einfluss der Chirurgie am offenen Herzen auf den menschlichen Geist“ – oder ich konnte sie nicht finden. Aber es wurde und wird eine Menge Forschung in Bezug auf psychiatrische Komplikationen gemacht. In diesen Studien wurde und wird der Versuch unternommen, die verschiedenen Phänomene zu benennen und zu kategorisieren, um Ursachen und Wirkungen (auf das Gehirn) zu finden und einen Weg, diese zu verringern: praktische klinische Ansätze für möglichst effiziente Heilungschancen. Als Erster erwähnte Blachly die Verwirrungs- und Erregungszustände nach chirurgischen Eingriffen am offenen Herzen als „post-herzoperatives Delirium“ im Jahr 1984.²⁶ „Es gibt keine gleichmäßige Verteilung der Schweregrade, eine hohe Korrelation von Schweregrad mit dem Andauern der Störung, eine niedrige Korrelation mit dem Alter und keine Abhängigkeit vom Geschlecht. Desorientiertheit, Bewusstseinstörung und Aufmerksamkeitsstörungen treten früher auf, Wahnvorstellungen, Halluzinationen und paranoide Ideen treten tendenziell später nach dem Eingriff auf.“²⁷ „Die Dauer postoperativer psychopathologischer Komplikationen wird mit 1–3, 3–7 und 5–8 Tagen angegeben.“²⁸ Die Ursachen für das Durchgangssyndrom werden auf medizinische Anwendungen (Anästhesie, Medikamente, Operation, Exsikkation), auf neurologische Beeinträchtigungen (Embolie, Blutungen oder Ödeme im Gehirn), auf Stoffwechselstörungen (eingeschränkte Nierenausscheidung, Lebertätigkeit, Verminderung der Natriumkonzentration im Blut), auf psychiatrische Beeinträchtigungen (Vorerkrankungen, Medikation, Medikamenten- und Drogenmissbrauch) zurückgeführt.²⁹ „Dabei ist es wichtig zu wissen, dass die Häufigkeit und Schwere der Störungen nach Operationen, die mit Hilfe einer Herz-Lungen-Maschine durchgeführt werden, im Vergleich zu

Operationen ohne extrakorporalen Kreislauf zunehmen.“³⁰ Wenn man die Stabilität der mentalen und psychologischen Situation der Patienten betrachtet, muss man die besonderen Umstände dieses Lebens mit berücksichtigen. Manchmal sind der schlechte und schwache allgemeine Gesundheitszustand, möglicherweise das Warten auf ein „neues“ Organ, Befürchtungen und Ängste vor der Operation selbst, die belastende Situation auf der Intensivstation mit ihrem sensorischen Mangel, der Verlust des Tag-Nacht-Rhythmus etc. schon destabilisierende Faktoren.

Etwa ein Drittel der Patienten mit Herz-Lungen-Transplantationen leiden unter kognitiven Fehlfunktionen. Sie zeigen eine eingeschränkte Fähigkeit in der Aufnahme, Speicherung und Wiedergabe von Informationen wie auch der Konzentration. Es kann eine Sprachschädigung im Sinne von schlechtem Verständnis oder Wortfindungsstörungen auftreten. (Auch die räumliche Vorstellungskraft ist gemeint). Diese kognitiven Fehlfunktionen können lange Zeit andauern und sogar noch ein Jahr nach einer schweren Herzoperation können ernste Defizite in psychologischen Tests quantifiziert werden.³¹

Zusammenfassend können wir sagen, dass der Geist deutlich mehr von herzchirurgischen Eingriffen in Mitleidenschaft gezogen wird als von allgemeinchirurgischen Eingriffen. Dieses schließt das mit dem Herzen assoziierte Organ gemäß der traditionellen orientalischen Medizin mit ein: die Blutgefäße und die kognitiven Funktionen. Die Tatsache, dass es einen direkten Zusammenhang gibt zwischen der Dauer der Blutzirkulation außerhalb des Körpers, d. h. der Zeitspanne, in der das Herz tatsächlich nicht funktioniert, und der Schwere der präpsychotischen oder psychotischen Zustände, zeigt auf, dass offensichtlich „der Geist keinen Ort mehr hat, wenn das Herz nicht den Blutkreislauf kontrolliert.“

Schließt eine Herztransplantation eine „Transplantation des Geistes“ ein?

Diese Frage kann auf einer wissenschaftlichen Ebene nicht klar beantwortet werden. Ein Grund dafür mag sein, dass die medizinische Welt an dieser Frage nicht sehr interessiert zu sein scheint, oder sogar die Möglichkeit leugnet. Vermutlich, weil sie mit ihrer Hauptaufgabe, zu heilen und das Leben ihrer Patienten zu verlängern beschäftigt ist. Tatsächlich können die Patienten keine offiziellen Informationen über die Organspender erhalten. Veränderungen im seelischen Befinden der Patienten werden z. B. mit der psychotropen Nebenwirkung des Cortisons beschrieben: „Oft werden die leichten psychischen Irritationen von den Patienten/-innen oder auch deren Angehörigen so **interpretiert, als gebe es doch** einen persönlichkeitsverändernden Einfluss durch das transplantierte Organ.“³²

Doch es gibt erstaunliche Berichte von Empfängern, die auf eigene Faust Nachforschungen anstellten. Paul Pearsall erzählt von einem 52-jährigen Mann, der das Herz eines 17-jährigen Mannes

21 Paul Pearsall: „Die besondere Energie des Herzens“, Natur und Heilen 2/2000, München, S. 92

22 J.E. Arrowsmith et al.: „Central Nervous System Complications of Cardiac Surgery“, British Journal of Anaesthesia 84 (3), S. 378, (2000)

23 H. Speidel et al.: „Psychische Störungen nach offenen Herzoperationen“, Der Nervenarzt 50 (1979), S. 50, Heidelberg

24 Alain Carpentier: „Neuropsychometric Deficit after cardiac surgery: A new approach for a new millennium“, British Journal of Anaesthesia 84 (3), S. 304, (2000)

25 H. Böhner et al.: „Risikofaktoren für postoperative Durchgangssyndrome bei gefäßchirurgischen Patienten“, <http://www.cch.de/divi/Planer/abstracts/276.html>

26 Dr. Albert: Psychische Prozesse und psychosomatische Syndrome bei Patienten im Umfeld einer Herztransplantation und bei Kunstherzpatienten, Pflegekongress 11. + 12. 11. 1996, S. 5,

<http://www.dhzb.de/Deutsch/Pflege/PF-11.htm>

27 B. Dahme et al.: Classification of Psychopathological Disorders after Open-Heart-Surgery“, Thoraxchirurgie 25 (1997), S. 345, Stuttgart

28 H. Speidel et al.: „Psychische Störungen nach offenen Herzoperationen“, Der Nervenarzt 50 (1979), S. 51, Heidelberg

29 Frank Bühler: „Allgemeine Aspekte der postoperativen Überwachung und Pflege“, 3.1.5. Durchgangssyndrom, Zulassungsarbeit, Februar 2001,

<http://www.forum-intensivpflege.de/fachweiterbildung/postoppfl.htm>

30 G. Huse-Kleinstoll et al.: „zur Pathogenese postoperativer psychischer Störungen nach Herzoperationen“, Therapiewoche 31 (1981), S. 989, Karlsruhe

31 Dr. Albert: Psychische Prozesse ..., s.Fußn. 26, S. 6

32 Dr. Albert: Psychische Prozesse ..., s.o., S. 8

erhielt, der bei einem Verkehrsunfall starb: „Bevor ich das neue Herz bekam, habe ich klassische Musik geliebt. Jetzt setze ich Kopfhörer auf, drehe die Stereoanlage voll auf und spiele laute Rock n Roll Musik. Ich liebe meine Frau, aber dauernd spuken mir Mädels im Teenageralter im Kopf herum. Meine Tochter meint, ich hätte ein regressives Herz und würde mich aufführen wie ein 16-jähriger“. Seine Tochter: „Manchmal ist es richtig peinlich. Wenn meine Freunde mich besuchen, erkundigen sie sich, ob mein Vater in die zweite Kindheit kommt. Er ist verrückt nach lauter Musik...“³³

Eine 48-jährige amerikanische Tänzerin, Claire Sylvia, war eine sehr bewusst lebende und spirituell interessierte Frau. Erstaunt hörte sie sich selbst sagen: „Jetzt hätte ich liebend gerne ein Bier.“ Sie entdeckte auch plötzlich eine Vorliebe für schlanke, blonde Frauen, scharfe Chilis und Chicken Nuggets – vor ihrer Herz-Lungen-Transplantation hatte sie eine Abneigung gegen Fast Food. Aber es gab noch mehr Veränderungen in ihrer Persönlichkeit. Ihre Art zu gehen scheint maskuliner zu sein. „Manchmal hatte ich das Gefühl, dass jemand anderer in mir war, und auf merkwürdige Weise wurde mein Sinn für *mich* zu einem Sinn für *uns*... Mitunter fühlte ich mich, als teilte eine andere Seele mit mir den Körper.“ Kurz nachdem sie das Rehabilitationszentrum verlassen hatte, hatte sie einen überwältigenden Traum, in dem sie einen jungen Mann trifft, den sie gut zu kennen scheint. „Zum Abschied küsstest wir uns und während des Küssens atmete ich ihn in mich ein. Es fühlte sich an wie der tiefste Atemzug meines Lebens. Und ich wusste, er würde für immer in mir sein.“ Auch den Namen des Fremden verrät der Traum: Tim L. (der Nachname bleibt undeutlich). In den nächsten Monaten kommt ein an Besessenheit grenzender Wille in ihr auf, die Identität des Spenders ihres neuen Organs kennen zu lernen. Mit Hilfe eines zweiten Traums (eines ihrer Freunde) und durch das Durchstöbern von Todesanzeigen in den Zeitungen fand sie schließlich die Familie von Tim – es war sein richtiger Name. Seine Familie erzählte, dass er Bier liebte, dass er eine Liebes-

beziehung mit einem blonden Mädchen hatte und über seinen Tod, dass er wieder mit einem Motorrad viel zu schnell und ohne Helm gefahren war. In seiner Jacke hatte man eine noch warme Schachtel Chicken Nuggets gefunden.“³⁴

Der letzte Fall, von dem ich hier erzählen möchte, stammt auch von Dr. Pearsall³⁵: Auf einem Kongress stellte er seine Theorie des Herz-Codes vor. Eine Psychiaterin war derselben Ansicht wie er und berichtete die Geschichte einer ihrer Patientinnen. Es ging um ein 10-jähriges Mädchen, das das Herz eines 8-jährigen Mädchens erhalten hatte. Ihre junge Patientin wurde oft von Alpträumen heimgesucht. Sie berichtet sehr detailgenau davon, umgebracht zu werden. Das schien so realistisch, dass die Psychiaterin die Polizei zu diesem Fall hinzuzog. Die Informationen ihrer Träume waren in allen Details korrekt, so dass der Mörder des jungen Mädchens identifiziert und verurteilt werden konnte.

Wenn diese Berichte wahr sind, ist es wahrscheinlich, dass es eine direkte Verbindung zwischen dem Geist einer Person und seinen Herzzellen gibt. Dies wiederum scheint deutlich zu machen: „Das Herz ist der Wohnort des Geistes!“

Dank an Sasaki Sensei, der uns einen Artikel gab, der mich auf die Spur der HeartMath-Untersuchungen brachte. Dank an Heidi Schreiner, eine Iokai-Schülerin, die an einer Herz-Klinik in Ulm arbeitet, sie teilte ihre Erfahrungen und ihr Wissen während unserer Treffen mit mir, sie brachte mich auf die Spur des „Durchgangssyndroms“ und gab mir einige Artikel. Dank auch an andere Iokai-Schüler: Alberta Janotta für einen Artikel zur Kulturgeschichte, Henriette Bandtel für „Cancer of the heart“ (auf dessen Rückübersetzung wir verzichteten). Dank auch an Jutta Reith und Gudrun Sauer, die nützliche Beiträge für diesen Artikel beisteuerten. Schließlich möchte ich Mike Adams für den letzten Bericht von Paul Pearsall danken.

33 Paul Pearsall: „Die besondere Energie des Herzens“ Natur und Heilen 2/2000, München, S. 93

34 (Buchrezension von Jens Heisterkamp, Bücherjournal 4/1998) Claire Sylvia: „Herzensfremd“, Hoffmann und Campe Verlag, Hamburg 1998; Originalausgabe: „A Change of Heart“, Little, Brown and Company, Boston, New York, Toronto, London 1997

35 Paul Pearsall: „Heilung aus dem Herzen. Die Körper-Seele-Verbindung und die Entdeckung der Lebensenergie“ Aus dem Amerikanischen von Ursula Bischoff. Goldmann Verlag, München, 1999. Original Titel: Dr. Paul Pearsall, „The Heart's Code“