

Der Puls des Lebens – Tibetanian Pulsreading

Eine alte Diagnosemethode aus den Hochtälern des Himalayas | *Dr. med. Ingfried Hobert*

Betrachten wir einmal das gesammelte Heilwissen der Völker und Zeiten, so offenbart sich uns eine riesige Schatztruhe gefüllt mit wertvollem Wissen über das Menschsein und die Möglichkeiten der Heilung. Erkenntnisse, die durch Prüfung und Erfahrung zum Wohl des Menschen gesammelt und in bester Absicht an spätere Generationen weitergegeben wurden. Heilpflanzen aus den unterschiedlichsten Gegenden unseres Planeten spielen dabei eine tragende Rolle. Sie gehören zu diesem Schatz, den die Menschheit über Jahrtausende zur Förderung ihres Wohlbefindens zusammengetragen hat. Dazu kommen Lebenskonzepte und Denkweisen, die sich stark von den unsrigen unterscheiden. Impulse aus diesem Gedankengut können uns helfen, unser Leben zu erleichtern und zu bereichern. Das Wissen rund um Diagnostik und Verständnis von Heilung versetzt uns in die Lage, Gesundheit und Lebenskraft in kaum vorstellbarem Ausmaß zu fördern.

Die wertvollsten Bereicherungen des heutigen ganzheitlich geprägten Medizinverständnisses kommen ohne Zweifel aus den traditionellen fernöstlichen Heilsystemen.

Die Essenz der unterschiedlichen philosophischen Grundlagenwerke der alten Weisheitslehren aus China, Tibet und Indien hat sehr effektive Diagnose- und Heilverfahren hervorgebracht die immer mehr Beachtung finden. Sie alle verbindet die Auffassung, dass ohne eine Anerkennung spiritueller und energetisch feinstofflicher Zusammenhänge keine wirkliche Heilung möglich ist.

Die Praxis der Pulsdiagnose

Die Pulsdiagnose ist der Kern der tibetischen Medizin.

Nicht selten wird sie von erfahrenen Ärzten als einzige Diagnosemethode verwendet, da sie die energetische Situation des Patienten in seiner Ganzheit erfasst. Zungendiagnose, Urinbetrachtung und Befragung dienen dann nur noch der Bestätigung dessen, was



bereits in den Pulsen diagnostiziert wurde. Sie ist daher das Erste, was den tibetischen Arzt interessiert und steht noch vor der Befragung.

Es handelt sich bei dieser Methode um ein Diagnoseverfahren erstaunlicher Präzision, das neben langjähriger Erfahrung ein hohes Maß an Intuition und sehr viel Fingerspitzengefühl, Tastsinn und Einfühlungsvermögen erfordert; besonders dann, wenn man hinter das schauen will, was zunächst zu sehen ist.

Die Pulsdiagnose ist eine der schwierigsten Disziplinen traditioneller ärztlicher Kunst.

Mit ihrer Hilfe kann der Arzt Störungen unterschiedlichster Art erkennen. Der gesundheitliche Zustand der wichtigsten Organe kann ebenso beurteilt werden wie das Gleichgewicht der drei Körperenergien sowie der Elementetyp und die Konstitution eines Patienten. Auch der gesunde Patient profitiert von der Pulsdiagnose, weil eine Aussage über seinen Energiezustand und seine wirkliche emotionale Grundstimmung möglich ist.

Die asiatische Medizin hat mit der Pulsdiagnose ein greifbares Werkzeug, um frühzei-

tig Blockaden im Energiefluss aufzudecken und Gegenmaßnahmen zu ergreifen.

Im alten Reich der Mitte wurde der Arzt bekanntlich nur solange bezahlt, wie seine Patienten gesund waren. Dies war nur über die Pulsdiagnose möglich. Nur so konnte eine bedrohliche Situation festgestellt und rechtzeitig Gegenmaßnahmen getroffen werden.

Besonders die frühzeitige Erkennung und Behandlung von Blockaden und energetischer Funktionsstörungen, lange bevor eine Krankheit ausbricht und schulmedizinisch messbar wird, ist eine wertvolle Ergänzung zur westlichen Medizin. Die Pulsdiagnose spielt an dieser Stelle neben der Augen-, Zungen- und Urindiagnose eine entscheidende Rolle. Mit ihrer Hilfe können „ausgebrannte“, „leere“ Energiesysteme aufgedeckt werden. So können Maßnahmen eingeleitet werden, diese wieder zu revitalisieren oder „aufzufüllen“.

Voraussetzung für die Pulsdiagnose

Für eine genaue Pulsdiagnose gelten folgende Regeln:

- Die traditionelle Pulsdiagnose wird am frühen Morgen – etwa bei Sonnenaufgang – beim gut ausgeruhten Patienten durchgeführt. Dieser sollte nüchtern sein, insbesondere keinen Kaffee oder starken Tee getrunken haben.
- Am Tag zuvor darf er weder zu früh noch zu spät zu Bett gegangen sein. Alkohol, schweres Essen, Geschlechtsverkehr und übermäßige Anstrengungen am Vortag sind verboten. Dadurch soll verhindert werden, dass es zu Hitzezeichen im Puls z. B. durch Alkohol, Fleisch oder scharfes, heißes Essen kommt.
- Auch körperliche Belastung oder Stress könnten vorübergehende Hitzezeichen verursachen.
- Schwer verdauliches, kaltes Essen würde Kältesymptome hervorrufen, die eine klare Diagnosestellung überlagern.
- Zu viel Schlaf am Vortag könnte Schleim-Symptome verursachen, zu wenig Schlaf oder große Aufregung und falsches Verhalten (z. B. schlecht reden und lästern) Wind-Symptome.

Wird die Pulsdiagnose zu einer anderen Tageszeit vorgenommen, muss die vorherrschende Energie der jeweiligen Tageszeit mitberücksichtigt werden:

- Am Ende der Nacht und früh am Morgen ist der Leberpuls stärker, was bedeutet, dass man irrtümlich eine Wind-Krankheit vermuten könnte.
- Mittags und rund um Mitternacht ist der Herzpuls etwas stärker, was auf eine Galle-Krankheit hindeuten würde, wüsste man nicht um diesen Umstand.
- Abends und zu Beginn der Nacht, wenn das Metall- und Wasser-Element vorherrschen, könnten an Lungen- und Nierenpuls nicht vorhandene Schleim-Krankheiten „diagnostiziert“ werden.

Genauso muss auch die Jahreszeit beachtet werden. Jede Jahreszeit hat besondere vorherrschende Pulse, um die man wissen muss:

Frühjahr: Leberpuls stärker

Sommer: Herzpuls stärker

Herbst: Lungenpuls stärker

Winter: Nierenpuls stärker

Wechsel zwischen den Jahreszeiten:

Puls der Mitte bzw. der Milz stärker

Die Pulsdiagnose muss von einem ausgeruhten, nicht unter Stress stehenden Therapeuten in ruhiger Atmosphäre durchgeführt werden.

Nur wenn Therapeut und Patient gleichermaßen ausgeruht sind, können die Energien „sauber“ wahrgenommen und „ungefärbt“ erfasst und interpretiert werden.

Der Therapeut ist mit seiner ganzen Konzentration bei seinem Patienten und stellt sich bei jedem Puls gefühlsmäßig neu auf ihn ein, um dann intuitiv zu erfassen, welche Energiesituation der Puls widerspiegelt. In speziellen Fällen stellt er eine Frage, deren Antwort er dann im Puls „liest“. Dabei sind beide Beteiligten vollkommen entspannt, sie atmen ruhig und bewusst gleichmäßig.

Bei schweren Krankheiten kann es sinnvoll sein, dass der Patient in dessen gewohnter Umgebung zu Hause aufgesucht wird.

Die Technik

Beide Personen sitzen sich bequem gegenüber. Der zu untersuchende Arm ist im Ellbogengelenk um 45 Grad nach oben gebeugt und liegt in den Händen des Therapeuten.

Dieser untersucht bzw. liest bei einem männlichen Patienten zuerst mit der rechten Hand den Puls des linken Armes.

Als Faustregel gilt, dass an jedem Pulssitus 60 Schläge gelesen werden. Dies dauert bei einem geübten Therapeuten etwa sechs Minuten. Gerade am Anfang sollte man sich jedoch zehn bis 15 Minuten Zeit nehmen.

Dann folgt die Pulslesung am rechten Arm des Patienten mit der linken Hand. Abschließend werden beide Arme gleichzeitig vergleichend „gelesen“.

Bei einer weiblichen Patientin wird erst mit der linken Hand der Puls des rechten Arms, anschließend mit der rechten Hand der Puls des linken Arms „gelesen“. Dann werden beide gleichzeitig gefühlt.

Die Pulse werden an der Radialisarterie des Unterarms geprüft. Hier spiegelt sich das Bild



Dr. med. Ingfried Hobert

Arzt für Ganzheitsmedizin und Ethnomedizin in eigener Praxis. Hier verbindet er Schulmedizin, Naturheilkunde und traditionelles Heilwissen anderer Kulturen in einem eigens entwickelten ganzheitlichen Therapiekonzept. Er ist Autor zahlreicher Gesundheitsratgeber und Bücher über traditionelle Heilverfahren.

Kontakt:

An der Friedenseiche 5
D-31515 Steinhude am Meer
Tel.: 05033 / 95030
praxis@drhobert.de
www.drhobert.de, www.ethnomed.de

der energetischen Situation des Menschen am klarsten wider.

Die am weitesten distal gelegene Pulstaststelle zeigt die energetische Situation oberhalb des Zwerchfells an. Die Beurteilung von Herz/Dünndarm (Mann: linker Arm, Frau: rechter Arm) und Lunge/Dickdarm (Mann: rechter Arm, Frau: linker Arm) ist von diesem Puls aus möglich. Der proximal danebengelegene Puls (in der Mitte) reflektiert den mittleren Bereich zwischen Zwerchfell und Nabel entsprechend Leber/Gallenblase (Mann und Frau: rechter Arm) und Milz/Magen (Mann und Frau: linker Arm). Der am weitesten proximal gelegene Punkt gibt die Situation unterhalb des Nabels wieder. Nieren/Blase, Darmampulle und Eierstöcke werden hier beurteilt. Beim Mann findet man am rechten Arm Blase und rechte Niere und am linken Arm Ampulle und linke Niere. Bei der Frau findet man am rechten Arm Blase und rechte Niere und am linken Arm Eierstöcke und linke Niere.

Der Arzt „liest“ mit Zeige-, Mittel- und Ringfinger, die direkt nebeneinander auf die Haut aufgelegt werden, um dann, wie beim Klavierspielen, mit einem nach dem anderen die Haut einzudrücken. Dabei berührt der Zeigefinger die Haut nur ganz leicht, der Mittelfinger übt deutlich festeren Druck auf

das Fleisch aus, und der Ringfinger muss mit deutlichem Druck bis auf den Knochen hinuntergedrückt werden.

Die Pulsqualitäten

An jeder der erwähnten Pulsstellen wird die Pulswelle ertastet. Diese kann sich in Länge, Breite, Tiefe, aber auch in Kraft, Fülle und Form verändern. Man muss sich zunächst darauf einstellen, bei Männern und Frauen unterschiedliche Pulse zu lesen. Der männliche Puls ist dick und stark und kann leicht fälschlicherweise eine Wind- oder Hitze-Krankheit vermuten lassen. Der weibliche Puls ist grundsätzlich fein, subtil und etwas schneller und kann daher fälschlicherweise in Richtung einer Galle-Krankheit interpretiert werden.

Die Pulsgeschwindigkeit liefert bereits erste Hinweise auf eine Erkrankung.

Normalerweise hat der Mensch eine Herzfrequenz von 72 Schlägen pro Minute, was etwa fünf Schlägen pro Atemzyklus entspricht. Ist der Puls schneller, deutet das auf eine Hitze-Krankheit hin, ist er langsamer, auf eine Kälte-Krankheit. Geschwindigkeitswechsel während der Zählphase zeigen immer eine Störung an.

Man unterscheidet 15 wesentliche Pulsqualitäten:

1. **oberflächlich:** schlägt an der Oberfläche und wird immer deutlicher tastbar, je weniger man drückt; oberflächliche Störung
2. **tief:** zeigt sich erst bei starkem Druck in voller Intensität; tiefe Störung
3. **verlangsamt:** <4 Schläge pro Atemzug, deutet auf eine Kältestörung hin
4. **beschleunigt:** >6-7 Schläge pro Atemzug, deutet auf eine Hitzestörung hin
5. **erschöpft:** kraftlos in nur einer der drei Ebenen; Energielosigkeit, Erschöpfung
6. **gestaut (replet):** kraftvoller, harter Puls, durch alle Ebenen hindurchgehend; Energieblockade, Stauung des Energieflusses
7. **schlüpfrig:** gleitend, feucht-schlüpfrig; deutet auf Feuchtigkeit und damit auf eine Schleim-Krankheit hin

8. **rau:** schleifend, wie ein über Bambus schabendes Messer; deutet auf Energieblockade mit Strukturschädigung

9. **lang:** zieht sich über alle drei Pulsstellen hinaus in die Länge; kann auf Schleim-Krankheit hinweisen

10. **kurz:** verkürzt, füllt seine Pulstaststelle kaum aus; Energieschwäche

11. **gespannt:** vibrierend, wie ein verdrilltes Seil gespannt; deutet auf starke Hitze oder Schmerzen hin

12. **behäbig:** träge, sehr dick und schwer anrollend und dauernd; deutlichstes Zeichen einer Schleim-Krankheit

13. **saitenförmig:** schmal, sehr scharf, verlängert, wie ein gespanntes Drahtseil; deutet auf eine Wind-Krankheit insbesondere im Leberfunktionskreis hin

14. **zart und fein-subtil:** dünn, fein, erinnert an einen Seidenfaden; Erschöpfung der aktiven stofflichen Energien

15. **beweglich:** schlüpfrig, beschleunigt und kraftvoll; kann auf eine Unverträglichkeit von Nahrungsmitteln oder therapeutischen Maßnahmen hinweisen

Ordnet man die Pulse den energetischen Störungen zu, ergibt sich folgendes Bild:

- **Wind-Krankheit:** Leerer Puls, gespannt und doch gleichzeitig wie an der Oberfläche schwimmend, drückt sich leicht runter und springt beim Loslassen schnell wieder hoch (wie ein Ball, der unter Wasser gedrückt wird), schwingend und stockend zugleich, pendelt auch hin und her und erscheint daher zu Recht arrhythmisch.
- **Galle-Krankheit:** Schneller, feiner Puls, der sich drahtig anfühlt und dadurch deutlich, ohne dass man ihn suchen muss, hervortritt, kann fast als scharfkantig empfunden werden.
- **Schleim-Krankheit:** Puls schwach, flach, versunken und undeutlich, kaum wahrnehmbar, langsam, schwerfällig und zäh, oft ist auch der Leberpuls nur schwach tastbar.
- **Hitze-Krankheit:** Wegrollend und schwer zu pressen, kommt deutlich hervor, sehr stark, hart wie eine Eisenstange, drahtig

gespannt wie eine Gitarrensaite, bei Verdauungsstörungen dick und schwer.

- **Kälte-Krankheit:** Schwach, hohl und leicht zu drücken, wie ein dünner Faden, verschwindet kaum spürbar im Fleisch.

Besonderheiten der vorherrschenden Jahreszeitenpulse:

- **Frühjahr:** Der Leberpuls (Element Holz) hat eine Qualität wie ein angespanntes Drahtseil und wird mit dem Gesang einer Lerche verglichen.
- **Sommer:** Der Herzpuls (Element Feuer) hat eine breite, dicke Qualität mit langen Schlägen und wird mit den Rufen des Kuckucks verglichen.
- **Herbst:** Der Lungenpuls (Element Metall) hat eine raue Qualität und fällt durch sehr kurze Schläge auf. Er wird mit dem Zirpen der tibetischen Heuschnecke oder (bei uns) mit dem Gesang des Hausfinks verglichen.
- **Winter:** Der Nierenpuls (Element Wasser) ist langsam und sanft. Er wird mit den Rufen einer Gans verglichen.
- **Wechselphasen zwischen den Jahreszeiten:** Der Puls der Mitte bzw. der Milz ist durch kurze, glatte Schläge charakterisiert. Er wird mit dem Gesang des Spatzens verglichen.

„Wenn ein Mensch seine Mitte findet, ist das Fundament für Heilung gelegt.“ (Urheber nicht bekannt)

Fazit

Die tibetische Pulsdiagnose ist ein wertvolles Verfahren, um Störungen im Energiekreislauf frühzeitig zu erkennen. So können echte Vorbeugemaßnahmen rechtzeitig eingeleitet werden, bevor es zu Krankheiten kommt. Im alten „Reich der Mitte“ wurde der Arzt nur solange bezahlt, wie der Patient gesund war. Dies war nur möglich, weil mit Hilfe der Pulsdiagnose Krankheitspotenziale frühzeitig erkannt und ausgeschaltet werden konnten.

Literaturhinweis

Ingfried Hobert: Die Praxis der Traditionellen Tibetischen Medizin. O.W. Barth Verlag, 2010