

Frühling

Maximalzeit

Leber: 01:00-03:00 Uhr

Gallenblase: 23:00-01:00 Uhr

Holz

Wind





Es ist

FRÜHLING
VOR SONNENAUFGANG

ich rufe

wenn ich in „Fülle“ bin,
bin ich voller Zorn, Ärger und Wut

bin ich in „Leere“,
bin ich voller Pessimismus und Sorge

mein Blick ist nach Osten gerichtet
meine Leber beherrscht meine Sehnen,
Bänder und Muskeln,
in den Augen öffnet sie sich
in den Nägeln manifestiert sie sich
meine Gallenblase ist zuständig für mein
Urteils- und Entscheidungsvermögen
mein Geschmack ist SAUER

die Wanderseele HUN nenne ich meine
spirituelle Seele



Frühling

Chinesischer
Kalender

Nach chinesischem Kalender beginnt der Frühling bereits am 14. Februar und endet am 26. April.

Frühling ist der Beginn des neuen Jahreszeitenzyklus und zeichnet sich insbesondere durch Neubeginn, durch Frische und Lebendigkeit aus. Die Kraft der Pflanzen steigt wieder empor; die Zeit des Erwachens, des Blühens, bricht an.

Frühling steht für Wachstum, Bewegung, Expansion, Entwicklung.

Durch die Kraft des Wassers im **Holz** kann alles sprießen.

Im Frühling wird die erste Saat gestreut.

Natur: warme, aufsteigende Wärme Xuan.

Die Energie ist steigend, aufsteigendes Yang.

Das Symbol des Frühlings ist das **Holz**.

Holzelement ist der Anfang, die Geburt und Kindheit.

Die Geschmacksrichtung ist sauer, der saure Geschmack unterstützt die Wachstumskraft und hat einen zusammenziehenden Charakter.

Die dazugehörige Emotion ist die Wut, der Zorn;

spontanes Verhalten: reißen, zerren.

Äußere Entfaltung: die Aktivität der Muskeln und Sehnen, Venen und Kapillaren.

Gesichtsdiagnose: rechte Wange

Die Farbe ist **blaugrün**.

Die Himmelsrichtung ist der **Osten**.

Der bioklimatisch ungünstige Faktor ist der Wind, der Föhn.

Die entsprechenden Organe sind die Leber und die Gallenblase.

Das Sinnesorgan, die Öffnung nach Außen, ist das Auge.

Sinnesfunktionen: Sehen.

Der Glanz zeigt sich in den Nägeln.

Körperflüssigkeit: Tränen, Augenfeuchtigkeit.

Geistige Qualität: Geist-Seele, Hun.

„Im Frühling trägt der Kaiser grün“

Frühling

Holz

Symbolisch steht Holz für Aktivität, die im Wachsen begriffen ist.

Durch die Kraft des Wassers im Holz kann alles sprießen.

Die entsprechende Jahreszeit ist der Frühling,
die Zeit der Keime und Knospen, im Frühling wird gesät,
die Zeit der aufsteigenden Sonne,
die Zeit des Morgens.

Himmelsrichtung ist der **Osten**

die klimatische Erscheinung ist der **Wind**

die Farbe ist **blaugrün**

Energie: Holz hat die Eigenschaft des Wachsens und der Ent-
stehung, der Bewegung, des Neubeginnens, des Aufbruchs, der Ent-
faltung frischer Pflanzentriebe.

Alles will wachsen und benötigt Raum für Entfaltung und Ausdeh-
nung.

Es ist die Zeit der aufsteigenden Energie:

des **aufsteigenden Yang**, des **kleinen Yang**

menschlicher Laut: rufen

Emotion: **Wut, Zorn, Ärger**

Geschmack: **sauer**

Und unterstützt die Kraft des Wachstums.

Geruch: **ranzig**

Sinnesorgan: **Auge**

Zang-Organ: **Leber**

Fu-Organ: **Gallenblase**

Körperlich entspricht dem Holz der Bewegungsdrang,
die Kraftentfaltung der **Muskulatur und Sehnen**.

Charakterisierung des Menschentypus Holz

(nach „Der Gelbe Kaiser“)

Qi Bo sprach:

„Die Menschen vom Typ Holz sind mit dem Oberen Jiao (Oberer Erwärmer, des 3-fachen Erwärmers) vergleichbar, und sie ähneln doch sehr den Leuten, die im Osten leben.

Ihre Färbung ist eher grünlich, sie haben eine kleine Kopfform, ein lang geschnittenes Gesicht, breit ausladende Schultern, einen aufrechten Rücken, eine kleine Körpergestalt und kleine Hände und Füße. Sie verfügen über bemerkenswerte Fähigkeiten, arbeiten vor allem mit ihrem Gehirn und verfügen daher auch über wenig Körperkraft, sie neigen zum Besorgtsein und sind überaus fleißig und arbeitsam.

Im Frühling und Sommer können sie sich problemlos anpassen, jedoch nicht den klimatischen Bedingungen von Herbst und Winter.

Bei Erkältung werden sie leicht krank und man rechnet sie zum Typ vom Jue Yin – Meridian des Fußes (Lebermeridian).“

	<i>Yin</i>	<i>Yang</i>	<i>Element</i>
Frühling	Leber	Gallenblase	Holz
Sommer	Herz	Dünndarm	Feuer
Spätsommer	Milz/Pankreas	Magen	Erde
Herbst	Lunge	Dickdarm	Metall
Winter	Niere	Blase	Wasser

Zuordnung nach
Elementen



Leber (Gan) – Gallenblase (Dan)

teilweise aus „Zang Fu“ von Jeremy Ross

Leber

reguliert das freie Fließen des Qi

ist verantwortlich, dass jeder Körperteil mit den 5 Grundsubstanzen versorgt wird

speichert Xue

beherrscht die Sehnen, Bänder, Muskeln

öffnet sich in den Augen

manifestiert sich in den Nägeln

beherbergt die spirituelle Wanderseele (Hun)

steuert unsere Emotionen.

Die Leber ist ein aktives Organ und selten „in Ruhe“, sie interferiert gern mit den anderen Organen. Die Leber will frei von Hemmnissen sein. Gefühlsalterationen greifen das Hypochondrium, die Augen und Genitalien an. Weitere Leber-Alterationen bewirken eine Schwäche infolge einer Qi-Stagnation.

Gallenblase

speichert die von der Leber produzierte Gallenflüssigkeit und setzt diese bei Bedarf frei, bewegt sich abwärts zum Xiao Chang, um dort bei der Verdauung mitzuhelfen.

Dan spielt eine wichtige Rolle beim Entscheidungs- und Urteilsvermögen.



Pathogener äußerer Faktor: Wind (Feng)

Winde entstammen aus Bereichen des Mangels, sie können den Menschen Schaden zufügen.

Wind ist Yang.

Wind greift an, befällt die zugehörigen Leitbahnen und blockiert die Qi- und Blutzirkulation, verletzt Blut und Yin. Wind hat einen Hang, sich im Blut „einzunisten“ und das Blut zu „attackieren“.

Wind hat die Eigenschaft des spontanen Wirkens, des plötzlichen Beginns und des ziehenden Charakters, wechselt rasch seinen Standort, Symptome und Krankheitszeichen ändern sich rasch, der Wind ist ständig in Bewegung, wandert im Körper.

Die Bewegung des Windes ist nach oben und außen gerichtet.

Der Wind ist flüchtig, kommt und geht unverhofft und verschwindet wieder.

Der Wind verbindet sich gern mit anderen pathogenen Faktoren.

Der Wind ist der Beginn der „100 Krankheiten“.

Er zeigt sich in vielen Varianten und hat keine geordneten Muster, wenn er sich in andere Krankheiten umwandelt.

Wind hat eine Vorliebe, den oberen Teil des Körpers anzugreifen, er manifestiert sich in Gesicht, Haut, Schweißdrüsen und Lunge.

Aber nicht nur der Wind macht krank; sondern alle Erscheinungen, die windähnliche Bewegungstendenzen haben, werden dem Wind zugeordnet.

Wenn der Wind in die Haut eindringt:

behindert er die Zirkulation des Abwehr-Qi

verhindert er die Verteilung des Lungen-Qi

entsteht Fieber durch Kampf zwischen Wei-Qi und Wind

attackiert er zunächst oberflächliche Leitbahnen (TMM-tendino-muskuläre Meridiane).

So kann eine Wind-Schädigung besonders den Funktionskreis Leber betreffen, andererseits wird ein Patient mit gespanntem Leber-Qi, das sich beispielsweise durch Reizbarkeit und Neigung zu Muskelverspannungen zeigen kann, besonders empfindlich für Wind oder Zugluft.

Frühling

Wind-Muster



Wind-Kälte

subfebrile Temperatur

Aversion gegen Kälte

Kältegefühl

kein Schweiß

kein Durst

starke Schmerzsymptomatik

steifer Nacken

Zunge: dünn, weißer Belag

Puls: oberflächlich, gespannt (wie eine Lautensaiten)

Wind-Kälte-Invasion in der Lunge

Husten

Halsschmerzen

Hinterkopf- und Gliederschmerzen

dumpfer Spannungskopfschmerz mit Nackensteifigkeit

Fieber

Schüttelfrost

wenig oder kein Schwitzen

Wind- und Kälteaversion

Nasenverstopfung

wässriger Fließschnupfen

weißlicher, wässriger Auswurf
raue Stimme
Halsschmerzen
Kratzen im Hals
Zunge: dünner, weißer Belag
Puls: oberflächlich, straff, gespannt

Wind-Hitze-Muster

Fieber
Aversion gegen Kälte
Schwitzen
Durst
geringe Schmerzsymptomatik
Zunge: dünner, gelber Belag
Puls: oberflächlich, schnell

Wind-Hitze-Invasion in der Lunge

Stirn-Kopfschmerzen
oder Kopfschmerzen im Zentrum des Kopfes
mit berstendem Charakter
Durst
trockene Nase
Husten
dicker, gelber Auswurf
Halsschmerzen
Halsentzündung mit starkem Wundgefühl
Schluckbeschwerden
trockener Rachen und trockene Schleimhäute
Fieber
wenig Frösteln
leichtgradiges Schwitzen
Wind- und Hitzeaversion
Obstipation
dunkelgelber, konzentrierter Urin

Zunge: normal oder rötlich an den Rändern und Spitze
dünner, gelber Belag

Puls: schnell, oberflächlich

Aufkommender Leber-Wind

heftigste Kopfschmerzen

Zittern

Krämpfe

Parästhesien in den Extremitäten

Zunge: rot, trocken, fehlender oder wechselnder Belag

Puls: saitenförmig, evtl. dünn, schnell

bei massiver Ausprägung

plötzliche Desorientiertheit

Kollaps

Synkope

Koma

Halbseitenlähmung

Aphasie

Krampfanfälle

Schwindelattacken

Zungensteifigkeit und Zungendeviation

zittrige Zunge

Sprachstörungen

Leber-Wind durch Blutmangel

Tics im Augenbereich

Parästhesien und Tremor der Extremitäten

plötzlich starker Schwindel

akute Sehstörungen

Sprachstörungen, Stottern

gestörte Zungenmotorik

fahle Blässe

Zunge: blass, trocken, wenig Belag

Puls: saitenförmig, dünn, rau

Juckreiz
Nackensteife
Kopfschmerzen, die abrupt auftreten
wandernde Schmerzen
neuralgiforme Beschwerden
schnelle Entstehung der Symptome, wechselnde Symptomatik, Intensität und Lokalisation
Fieber mit Schüttelfrost
Schwitzen
Zittern, Krämpfe, Steifheit
Tic, Spasmen, Kontrakturen
Opisthotonus, Apoplex, Taubheit der Glieder, Schwindel
Zugempfindlichkeit
Ausschläge, die sich schnell ausbreiten

Pollinosen
Pruritus
Atopische Dermatitis
Urtikaria
Psoriasis
Pityriasis rosea

*Krankheiten,
die dem Wind
entsprechen*

„Innerer Wind“

hängt häufig mit Leberdisharmonien zusammen:

- durch Blut-Mangel
- oder durch eine Disharmonie der Niere

Werden Leber und Sehnen ungenügend ernährt, können folgende Hautkrankheiten auftreten:

Seborrhoisches Ekzem
Nagelerkrankungen
Herpes Zoster
Melanosis
Chloasma
Vitiligo



Wie kommt es nun also zu einer durch klimatische Einflüsse bedingten Erkrankung?

Die Abwehr des klimatischen Faktors geschieht zunächst an der Oberfläche, hier kommt es zu einer Auseinandersetzung mit der sog. Wehrenergie, dem „Wei-Qi“.

Beim Eindringen z. B. von Kälte treten Symptome wie Frösteln, Schnupfen, Kopf- und Gliederschmerzen, Kratzen im Hals oder leichtes Fieber auf, alles Oberflächensymptome.

Ein gesunder Organismus sorgt mit oder ohne Hilfe dafür, dass die Abwehr des pathogenen Faktors noch in der Oberfläche gelingt. Wenn aber durch ein gestörtes energetisches Gleichgewicht die Abwehrkräfte bereits deutlich vermindert sind, dringt das klimatische Agens in tiefere Schichten vor. Es kann so zum Befall der Leitbahnen und der Muskulatur mit lokalisierten Schmerzen und Missempfindungen kommen.

Die Zuordnung eines klimatischen Einflussfaktors zu einem bestimmten Funktionskreis beinhaltet eine gegenseitige Wechselwirkung: Einerseits affiziert ein klimatisches Agens bevorzugt den zugehörigen Funktionskreis, andererseits bewirkt ein konstitutionell schwacher oder durch Krankheit geschwächter Funktionskreis, dass der Organismus besonders für den zugeordneten klimatischen Einfluss empfänglich wird.

Erklärung aus: „Der gelbe Kaiser“:

„Wenn das Wind-Übel in die Haut eindringt, kann es weder nach innen noch nach außen zerstreut werden.

Alle anderen pathogenen Faktoren, wie Kälte, Hitze, Feuchtigkeit, Trockenheit..., werden oft erst in Verbindung mit der Natur des Windes bei der Entstehung von Hautkrankheiten wirksam.

Der Wind ist flink und behende und macht häufige Veränderungen.

Bei geöffneten Poren der Haut schlägt der Wind mit Frösteln und Kälte zu, bei geschlossenen Poren verursacht der Wind Fieber und allgemeines Unwohlsein.

Dies führt zu Appetitlosigkeit, das Fieber schränkt die Muskelfunktion ein.

Wenn also der Wind Frösteln mit Kälte und Appetitlosigkeit mit sich bringt, so nennt man dies Kälte-Hitze-Erkrankung.“

Ist der schädigende Wind in den oberflächlichen Strukturen (Haut, Muskeln, Sehnen), dann ist die Ebene des Wei-Qi (Abwehr-Qi) betroffen.

Die Aufgabe des Wei-Qi ist es, die Haut durchgängig zu halten, das Schwitzen zu regulieren und die Muskeln und Sehnen zu erwärmen.

Bei akutem Windbefall und starker Abwehrkraft des Patienten wird das Wei-Qi die Hautporen abrupt schließen und den Wind „einsperren“.

Bei schwacher Abwehrkraft ist das Wei-Qi nicht in der Lage, die Hautporen bei einem Windangriff zu schließen. Die pathogene Energie geht in die Muskeln, Sehnen und Gelenke.

Die Anzeichen für einen „Leber-Wind“ – „Gan Feng“ sind:

Übermäßiges Schwitzen, Abneigung gegen Wind, der Patient hat eine Neigung zur Traurigkeit und eine leicht gräuliche (grünliche) Verfärbung des Gesichtes.

Er kann nicht schlucken vor Trockenheit in der Kehle, neigt zu Wutausbrüchen und hasst Frauen. Bei der Betrachtung beobachtet eine grünliche Verfärbung unter den Augen.

die Leber (Gan)

- reguliert das freie Fließen des Qi
- speichert das Blut
- beherrscht die Sehnen, Bänder, Muskeln
- öffnet sich in den Augen, manifestiert sich in den Nägeln
- beherbergt Wanderseele „Hun“.

Die Leber ist ein aktives Organ und ist selten „in Ruhe“, sie interferiert gerne mit den anderen Organen. Die Leber will frei von Hemmnissen sein. Gefühlsalterationen greifen das Hypochondrium, die Augen und Genitalien an; weitere Leber-Alterationen bewirken eine Schwäche infolge einer Qi-Stagnation.

Klinik

Papeln

Makulopapeln

Lichenifikation

Pigmentierung

trockene Haut mit Schuppung

Begleitsymptome

rote Augen

bohrender Schmerz im Oberbauch

Magenschmerzen, Bauchschmerzen

Jähzorn

Juckreiz

fallweise Spasmen, Konvulsionen

Folgende **Krankheiten** liegen der beeinträchtigten Leber zugrunde

Nagelkrankheiten

Herpes Zoster

Melanosis

Chloasma

Vitiligo