

YIN- & YANG QUALITÄTEN DER MERIDIANE

WIE DU DIE BEIDEN QUALITÄTEN BEWUSST IM TIER-SHIATSU ME EINFLIESSEN LÄSST

DIE QUALITÄTEN DER YIN- & YANG-MERIDIANE

Yin und Yang beschreiben im traditionellen chinesischen Verständnis zwei sich ergänzende und voneinander abhängige Qualitäten.

Yin wird unter anderem mit Ruhe, Innen, Tiefe, Kühle und Substanz verbunden.

Yang wird unter anderem mit Aktivität, Aussen, Bewegung, Wärme und Dynamik verbunden.

Yin und Yang sind dabei nicht als starre Gegensätze zu verstehen. Sie stehen in einem dynamischen Verhältnis und beeinflussen sich gegenseitig.

Ganzheitliche Gesundheit kann entstehen, wenn die beiden Pole Yin- und Yang in ausgeglichenem Masse vorhanden sind und sich stetig dynamisch aneinander anpassen können.

DIE FUNKTIONEN DER YIN- UND YANG-MERIDIANE

Yin-Meridiane	Funktionen	Yang-Meridian	Funktionen
Lunge	Aufnahme von Qi	Dickdarm	Ausscheidung, Loslassen
Milz	Umwandlung & Verarbeitung bspw. von Nahrung	Magen	Aufnahme von Nahrung
Herz	Interpretation, Integration	Dünndarm	Assimilation, Absorption
Niere	Antrieb, vorgeburtliche Essenz	Blase	Reinigung, Regeneration
Herz-Kreislauf	Zirkulation	3-facher Erwärmer	Schutz
Leber	Speicherung, Planung, Entgiftung	Gallenblase	Verteilung, Entscheidung

Meridian → Funktion → energetische Qualität → Beobachtung am Tier → Integration Shiatsu

HOLZ-ELEMENT

Leber – Yin

Der Leber-Meridian wird eng mit Bewegung, Regulation und innerer Dynamik verbunden. Stagnation kann sich häufig mit Spannung, Frustration und eingeschränkter Beweglichkeit in Verbindung zeigen.

physisch	Mangelnde Entgiftung, tränende Augen, Ekzeme, plötzlicher Leistungsabfall
biomechanisch	Schwache Muskulatur, steife Gelenke, Krallen-/Huf-Probleme, Überempfindlichkeit beim kämmen/putzen
psychisch, emotional	Aggressivität, Wut, hormonbedingte Unruhe oder Gereiztheit, Ablehnung

Gallenblase – Yang

Im Tier-Shiatsu kann er für Flexibilität, Ausdruck und die Fähigkeit stehen, auf Veränderungen angemessen zu reagieren oder gut mit Umstellungen umgehen zu können. Tiere mit einer Disharmonie im Gallenblasen-Meridian verhalten sich häufig ein bisschen wie „Kontrollfreaks“.

physisch	Verdauungsstörungen (v.a. Fettverdauung), Erbrechen von Galle, Druck hinter den Augen (Kopfschmerzen), Augenprobleme
biomechanisch	Steifheit im Schulterblattbereich, Krämpfe, Muskelverspannungen, Sehnen- und Bänderprobleme, steifer Gang, Nachschleifen der HH
psychisch, emotional	Kontrollbedarf, fehlende oder zu hohe Entschlusskraft, mangelnde Flexibilität, leicht erregbar/reizbar

FEUER-ELEMENT

Herz – Yin

Der Herz-Meridian gilt als Zentrum des Shen, also des Bewusstseins und der geistigen Präsenz. Im Tier-Shiatsu wird es mit Lebendigkeit, innerer Freude, Offenheit und der Fähigkeit zur Beziehung in Zusammenhang gebracht.

physisch	Herzprobleme, Entzündungen, Fieber
biomechanisch	Verspannungen und Steifheit an den Vordergliedmassen (Brustregion), stolpern und Zungenprobleme
psychisch, emotional	Plötzlicher Schock, gebrochenes Vertrauen, Verletztheit, Todesangst, Nervosität, Reizbarkeit, Hysterie

Dünndarm – Yang

Das Haupt-Stichwort des Dünndarm-Meridians ist «Sortieren». Er sorgt für die Trennung von Reinem und Unreinem. Im übertragenen Sinn wird er mit der Fähigkeit verbunden, Eindrücke und Erfahrungen zu unterscheiden und Wesentliches von Unwesentlichem zu trennen. Im Tier-Shiatsu kann dieser Meridian daher Themen wie Klarheit, Selbstwahrnehmung- und Einschätzung, sowie Entscheidungsfähigkeit zugeordnet werden.

physisch	Verdauungsprobleme, Durchfall (unverdaut, breiig), Koliken (nervös bedingt), Unverträglichkeiten (heikle Verdauung aufgrund von Stress)
biomechanisch	Schulterprobleme, steifer Hals
psychisch, emotional	Kann Gutes von Schlechtem nicht unterscheiden, sich verloren und einsam fühlen, verlassen und verstossen, Mangel an Geborgenheit, Unsicherheit, Liebesentzug, sehr anhänglich oder kann keine direkte Nähe zulassen

Herz-Kreislauf (Perikard) – Yin

Gemäss TCM-Ansicht wird der Herz-Kreislauf-Meridian als Beschützer des Herzens angeschaut. Er federt Emotionen ab und filtert diese sozusagen, bevor sie direkt zum Herz gelangen. Im Tier-Shiatsu steht er daher für die Fähigkeit, sich emotional zu öffnen und gleichzeitig die eigene Mitte zu bewahren. Er hat einen engen Bezug zu den Aspekten von Nähe, Vertrauen, Beziehung und einem angemessenen Schutz vor äußeren Einflüssen.

physisch	Herzklopfen, Kreislaufstörungen, Schwitzen, schnell müde, schlechte Durchblutung, schnelles Frieren
biomechanisch	Probleme mit den Vordergliedmassen, Stolpern & Einknicken
psychisch, emotional	Emotionale Enge, Freudlosigkeit, Hartherzigkeit, überempfindlich, Nervosität, innere Unruhe, Ängste

3-facher Erwärmer – Yang

Der Dreifache Erwärmer ist zuständig für die Temperaturregulation, für die Funktion verschiedener Drüsen, für ein vitales Immunsystem, sowie für das Gefühl von Schutz vor äusseren Einflüssen. Er steht sinngemäss für die Fähigkeit des Tieres, auf unterschiedliche Situationen und Umweltreize angemessen zu reagieren.

physisch	Mühe mit der Temperaturregulation, Probleme mit Drüsen und Hormonen, schlechte (Wund-) Heilung, Fieber, empfindlich bei Nässe und Kälte, schlechtes Immunsystem (anfällig)
biomechanisch	Schlechte Kopf-Hals-Haltung, Verspannung im Bereich der Schulter und Vorhand.
psychisch, emotional	Gefühl von ausgeschlossen, gehemmt und unentschlossen sein. Nicht belastbar, wenig emotionaler Schutz

ERDE-ELEMENT

Milz – Yin

Die Meridian-Funktion «Umwandlung & Verarbeitung» der Milz, beschreibt die Rolle dieses Organs aus der Sicht der TCM sehr umfassend, wie ich finde. Sie ist quasi das Pendant zur Lunge, welche im Gegensatz dazu, Qi nicht aus dem Sauerstoff, sondern aus der Nahrung heraus umwandelt. Die Milz sorgt dafür, dass das Tier die Nahrung gut verwerten und daraus genügend Energie gewinnen kann. Ebenfalls hat die Milz auch einen engen Bezug zur Verarbeitung von Erlebtem und vermittelt ein Gefühl von einer natürlichen (Selbst-) Sicherheit, wenn sie im Gleichgewicht ist.

physisch	Schwerfuttrig, appetitlos, zu viel oder zu wenig Speichel, schlechte Wundheilung, wässriger Durchfall, Blutleere, Störung der Abwehrkraft
biomechanisch	Bindegewebsschwäche, angelaufene Beine (Lymphschwellungen), schwache Muskulatur, Zahnfleischprobleme
psychisch, emotional	Depression, Epilepsie, Schwindel, unfruchtbar, chronischer Kummer, unbewältigte Trennung, Trägheit

Magen – Yang

Der Magen-Meridian ist sozusagen die «Mutter» der Meridianfamilie. Er sorgt für eine gute Aufnahme und Verarbeitung (Verdauung) der Nahrung. Sinnbildlich steht er auch für den Aspekt des Annehmens, des Gefühls von «zu Hause angekommen sein» und der Selbstfürsorge. Wenn das Erde-Element, insbesondere der Magen-Meridian im Gleichgewicht ist, kann ein Tier meist gut mit Veränderungen wie Stallwechsel oder Wechsel in der Herde/Rudel umgehen. Themen wie Vertrauen, Versorgung und das Gefühl, gut „genährt“ zu sein, werden diesem Meridian zugeordnet.

physisch	Appetitlos, Unverträglichkeit, Erbrechen / Kolik, Magengeschwüre, Mundprobleme (blutiges, schmerzendes Zahnfleisch, Mundgeruch)
biomechanisch	Lahmheit, Hintergliedmassen (Knieprobleme), schlechter Muskelaufbau, Muskelkater, schwache Hinterhand
psychisch, emotional	Unruhig, nicht geerdet, Desorientierung, fühlt sich nicht „zu Hause“, nicht gemittet, Abneigung, Überforderung, wenig Selbstvertrauen

METALL-ELEMENT

Lunge – Yin

Die Aufnahme von Qi aus dem Sauerstoff ist die Hauptfunktion des Lungen-Meridians. Er ist eng mit dem Atem sowie der Beziehung zur Umwelt verbunden. Da die Haut unser äusserstes Organ ist, welches auch als erstes mit der Umwelt in Kontakt kommt, hat die Lunge auch einen engen Bezug zur Gesundheit der Haut. Themen wie Trauer, Loslassen und die eigene Abgrenzung werden diesem Meridian zugeordnet.

physisch	Husten, Atemwegsinfekt, Lungenentzündung, Bronchitis, Asthma, Atemnot, Hauterkrankungen, Kurzatmigkeit
biomechanisch	Vorderbeinschwäche, Einknicken, Nachschleifen der Vorderbeine, stolpern vorne
psychisch, emotional	Leistungsabfall, Enge in der Brust, Trauer, Niedergeschlagenheit, chronischer Kummer, Sehnsucht, isoliert, unbewältigte Trennung

Dickdarm – Yang

Der Dickdarm-Meridian steht traditionell für «Ausscheidung und Loslassen». Im Tier-Shiatsu wird er mit der Fähigkeit verbunden, Überflüssiges abzugeben und Raum für Neues zu schaffen. Auf energetischer Ebene kann er für Flexibilität, Abgrenzung und den Umgang mit transformierenden Veränderungen stehen.

physisch	Verdauungsstörungen, Probleme im Dickdarm, Anschoppungskoliken, Kotwasser, tropfende Nase, Verschleimung, Kehlkopfreizung
biomechanisch	Zahnprobleme (Knirschen), verspannter Kiefer, Schulterprobleme, Probleme mit dem Karpalgelenk, steifer Gang, hat Mühe körperlich loszulassen
psychisch, emotional	Hat Mühe emotional loszulassen, Traumata, in sich verschlossen, distanziert gegenüber anderen und Neuem, schmerzverkrampft, besitzergreifend

WASSER-ELEMENT

Niere – Yin

Der Nieren-Meridian bzw. die Niere wird aus Sicht der TCM als Sitz der Lebensessenz (Jing) betrachtet und mit der grundlegenden Lebensenergie, Willenskraft und den eigenen Ressourcen verbunden. Im Tier-Shiatsu kann sie für Urvertrauen, Stabilität, Ausdauer und den Umgang mit Herausforderungen stehen. Sie wird außerdem mit dem Gefühl von Sicherheit und innerer Verankerung in Verbindung gebracht und ist somit der Gegenpol zur tiefen Angst oder traumatischen Erfahrungen aus der Vergangenheit, welche hauptsächlich dem Wasser-Element zugeordnet werden.

physisch	Immunschwäche, Energielosigkeit, hormonelle Störung, schlechte Zähne, trockene & schuppige Haut, Zittern, Harndrang, Nierenprobleme, schlechte Entgiftung über die Nieren
biomechanisch	Rückenprobleme, Hüftprobleme, Sprunggelenkprobleme
psychisch, emotional	Fehlender Lebenswille, Stress durch Überforderung, depressiv, ängstlich, egoistisch, erschrocken (geht an die Nieren)

Blase – Yang

«Reinigung und Regeneration» sind die Hauptaspekte des Blasen-Meridians. Die Balance von Aktivität und Ruhe ist zentral für einen ausgeglichenen Blasen-Meridian. Er ist in Bezug auf seine Funktion eng mit der Niere verbunden und reguliert die Flüssigkeiten. Im energetischen Verständnis wird er unter anderem mit der Fähigkeit verbunden, Belastungen weiterzuleiten und Spannungen loszulassen. So kann er ein Tier beispielsweise unterstützen, wirklich in die Ruhe und Entspannung zu kommen. z.B. Hunde die sich auffällig verhalten und ein schnell überreiztes Nervensystem haben, können meistens sehr von der Arbeit mit Shiatsu am Blasen-Meridian profitieren.

physisch	Blasenprobleme (Inkontinenz), Augenleiden, Hüft- / Rückenprobleme, degenerative Erkrankungen
biomechanisch	Verspannungen, schwacher Rücken, Probleme Sprunggelenk, Antriebslosigkeit wegen schwacher HH
psychisch, emotional	Stressanfälligkeit, tiefe Ängste, innere Unruhe, Getrieben sein, sich schämen, verletzlich sein, Traumata, kann sich nicht entspannen, Panik, macht den Rücken zu

PRAXISFRAGE

Welche Beobachtungen am Tier könnten uns Hinweise auf eine Disharmonie im jeweiligen Funktionskreis geben?

Erkenne die Qualitäten von Yin- und Yang

Beobachtungsbeispiele:

eher Yang-betont

- starke Aktivität
- Unruhe
- schnelle Reaktionen
- angespannte Ausstrahlung
- wacher, suchender Blick
- Spannung
- Wärme
- nach Aussen gerichtetes Verhalten

eher Yin-betont

- Rückzug
- Langsamkeit
- geringe Aktivität
- Kälteempfinden
- Müdigkeit
- nach innen gerichtetes Verhalten
- eher emotionale Themen oder Themen, welche auch einen emotionalen Aspekt od. Ursache haben

Wichtig:

Diese Beobachtungen sind wie sonst auch im Tier-Shiatsu keine Diagnose. Sie entsprechen einer Momentaufnahme der Wahrnehmung des entsprechenden Tieres und dienen als Orientierung, um die Qualität eines Zustandes einzuordnen und die Behandlung entsprechend anzupassen oder gezielter darauf auszurichten.