

DR. MED. VET. INA GÖSMEIER

# Die fünf — Pferdetypen

in der Traditionellen  
Chinesischen Medizin



**KOSMOS**

## *Inhalt*

4	<b>Vorwort</b>
6	<b>Das Verhalten der Pferde</b>
.....	
10	<b>GRUNDLAGEN</b> — der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)
11	<b>Die Lehre der fünf Wandlungs- phasen in Relation zu den Pferde- typen</b>
12	Die Wandlungsphasen
14	Vorgehensweise bei der Typbestimmung
15	Psyche
15	Sozialverhalten
16	Körpermerkmale
18	Rittigkeit
18	Zungendiagnose und Pulstastung
19	Zunge
21	Pulstastung
21	Einfluss von Rasse und Alter
.....	
22	<b>DIE FÜNF PFERDETYPEN</b> — in der TCM
23	Verhalten beobachten
24	Der Leber-Gan-Typ
31	Der Nieren-Shen-Typ
38	Der Milz-Pi-Typ
45	Der Herz-Xin-Typ
49	Der Lungen-Fei-Typ
54	Mischtypen



56	<b>PFERDETYPEN IN HARMONIE</b> — Fallbeispiele
57	Patientenbeispiel Leber-Gan-Typ
60	Patientenbeispiel Nieren-Shen-Typ
63	Patientenbeispiel Milz-Pi-Typ
65	Patientenbeispiel Herz-Xin-Typ
67	Patientenbeispiel Lungen-Fei-Typ
69	Patientenbeispiel Milz-Niere-Mischtyp
.....	
72	<b>PFERDETYPEN IN DISHARMONIE</b> — Fallbeispiele
73	Patientenbeispiel Leber-Gan-Typ
76	Patientenbeispiel Nieren-Shen-Typ
79	Patientenbeispiel Milz-Pi-Typ
82	Patientenbeispiel Herz-Xin-Typ
85	Patientenbeispiel Lungen-Fei-Typ
88	Mischtypen



**93 DIE BEHANDLUNG DER PFERDE TypEN — mit Akupressur**

**94 Vorbereitung zur Akupressur**

94 Vorübungen zur Akupressur

97 Die Harmonisierungs-Technik

**97 Akupressur der Pferdetypen**

98 Die Yin-Technik

98 Die Yang-Technik

99 Yin-Yang-Ausgleich

101 Akupressur zum psychischen Ausgleich

101 Akupressurpunkt für den Leber-Gan-Typ

105 Akupressurpunkt für den Nieren-Shen-Typ

108 Akupressurpunkt für den Milz-Pi-Typ

111 Akupressurpunkt für den Lungen-Fei-Typ

113 Akupressurpunkte der Mischpferdetypen

.....

**114 KRÄUTERTHERAPIE — mit TCM-Rezepturen**

115 Historisches

117 Anwendung der chinesischen Kräuter

120 Rezepturen für chinesische Kräuter

124 Kräuterrezepturen für die fünf Traditionellen Chinesischen Pferdetypen

.....

**130 SERVICE**

131 Zum Weiterlesen

132 Register

134 Impressum



GRUNDLAGEN  
— *der Traditionellen  
Chinesischen Medizin  
(TCM)*

# DIE LEHRE DER FÜNF WANDLUNGSPHASEN IN RELATION ZU DEN PFERDE TypEN

Die fernöstliche Medizin hat einen anderen Blick auf Gesundheit und Gesundheitsvorbeugung als wir in unserer westlichen Denkweise. Daher ist es wichtig, sich zu Beginn kurz mit einigen Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zu beschäftigen. So lassen sich die verschiedenen Themen und Aussagen später besser einordnen und verstehen.

Im Sinne der TCM haben Erkrankungen immer einen geistigen und einen körperlichen Anteil. Dies bezieht sich nicht nur auf den Gesamtorganismus, sondern auch auf einzelne Organe. Im Sinne der ganzheitlich ausgerichteten TCM gibt es zu jedem Organ immer einen körperlichen und einen psychischen Aspekt.

Zum Beispiel ist die Leber (Gan) für den harmonischen Fluss von Qi (Lebenskraft) zuständig, dadurch bewegt sich das Pferd elastisch und kann die Reiterhilfen leicht umsetzen. Entwickelt sich eine Leber-Qi-Stagnation, entstehen Wut und Ärger, die beim Pferd zu Widersetzlichkeit, zu Steigen, Bocken und Beißen führen können. Die Niere (Shen) ist für Wachstum und Fortpflanzung zuständig und führt bei einer Disharmonie zu vermindertem Selbstbewusstsein. Pferde werden dadurch sehr ängstlich und neigen zum Durchgehen

oder erschrecken sich andauernd. Deshalb werden Verhaltensveränderungen in der Traditionellen Chinesischen Medizin besonders viel Beachtung geschenkt, weil sie häufig erste Anzeichen einer entstehenden Störung sind. Sie weisen auf Erkrankungen hin, bevor körperliche Veränderungen auftreten. Ein Pferd, das den Reiter immer mit freundlichem Wiehern begrüßt hat, aber plötzlich beginnt, sich wegzudrehen, wenn der Reiter kommt, zeigt, dass es sich



*In jeder Pferdepopulation lassen sich die fünf Typen finden.*

unwohl fühlt. Deshalb sollen schon kleine Disharmonien erkannt und behoben werden. Auch in der westlichen Medizin wissen wir, dass Wut, Angst oder geistige Überforderung Ursachen für Erkrankungen wie Burn-Out sind, differenzieren diese Emotionen aber nicht in Hinblick auf chronische Erkrankungen unserer Pferde.

## DIE WANDLUNGSPHASEN

Die chinesische Weltansicht erkennt den Gang der Natur vor allem im fortwährenden Wandel ihrer Erscheinungen. Das bedeutet für alle Lebewesen, dass sie den sich ständig wandelnden, unterschiedlichen Bedingungen ihrer natürlichen Umwelt ausgesetzt sind,

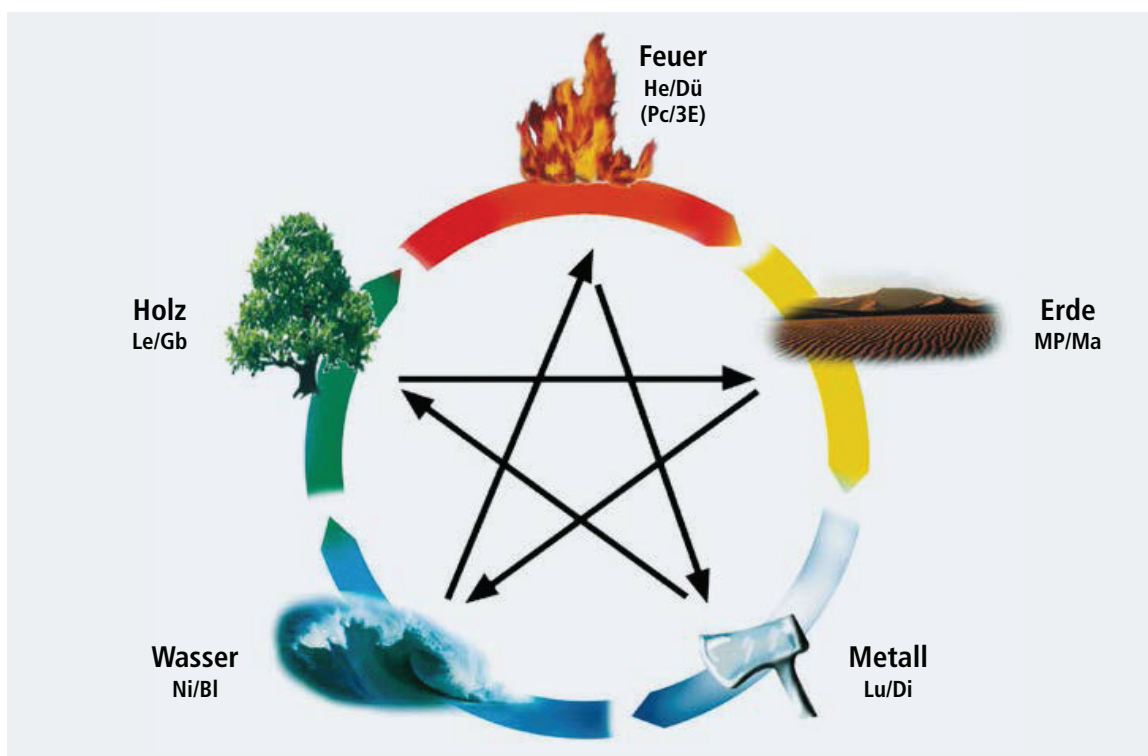
von diesen beeinflusst werden und sich ihnen anpassen können.

Das reicht von jahreszeitlichen Wetterwechseln über die Zusammensetzung und Beschaffenheit der Nahrung bis hin zu emotionalen Belastungen.

Um dieses Geschehen hinsichtlich seiner gesundheitlichen Auswirkungen beschreibend zu erfassen, wurde die Lehre der fünf Wandlungsphasen geschaffen.

Aus Sicht der Chinesischen Medizin werden fünf Organpaare gebildet:

- Leber/Gallenblase
- Herz/Dünndarm
- Milz/Magen
- Lunge/Dickdarm
- Niere/Blase



*Die Lehre der fünf Wandlungsphasen stellt die Grundlage für die Bestimmung der fünf Pferdetypen nach der Traditionellen Chinesischen Medizin dar.*



DIE FÜNF  
PFERDE Typen  
— *in der TCM*

# VERHALTEN BEOBACHTEN

Verhaltensänderungen der Pferde geben Hinweise auf das Entstehen einer Disharmonie. Wird diese nicht behoben, kann es zu körperlichen Veränderungen und Erkrankungen kommen. Wenn der Reiter und Pferdebesitzer den Typ seines Pferdes aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin kennt, kann er Verhaltensände-

rungen schnell erkennen und so Erkrankungen vorbeugen und verhindern. Durch Akupressur, speziell auf den Pferdetyt abgestimmt, kann der Reiter und Besitzer die Harmonie seines Pferdetyts erhalten und positiv beeinflussen. Treten Disharmonien auf, helfen zusätzlich Akupunktur und Traditionelle Chinesische Rezepturen.



*Unterdrückung und Kampf mit anderen Pferden kann zu Verhaltensstörungen und Erkrankungen führen.*



# DER LEBER-GAN-TYP 肝型马

## DER LEBER-GAN-TYP 肝型马

Leber 肝 + Typ 型 + Pferd 马 also: 肝型马

### PSYCHE

Der Leber-Gan-Typ wird der Wandlungsphase Holz und dem Frühling zugeordnet. Dazu gehören die Organe Leber (Gan) und Gallenblase.

Ein altes Sprichwort sagt, „Mir ist eine Laus über die Leber gelaufen“ oder „Mir steigt

die Galle hoch“. Diese Beschreibung des zornigen Charakters, den wir auch beim Menschen finden, kennzeichnet den unausgeglichenen Leber-Gan-Typ.

Harmonische Leber-Gan-Typen sind dominant und ausdrucksstark. Sie haben keine Angst, sie sind mutig und unerschrocken. Pferde, die diesem Typ angehören, sind ausgesprochen leistungsfähig, falls sie bereit sind, mitzuarbeiten. Sie müssen weniger gefördert, sondern eher ausgeglichen und harmonisiert werden. Diese Dominanz ist



*Der harmonische Leber-Gan-Typ präsentiert sich in der Öffentlichkeit mutig, ausdrucksstark und schön.*



*Der Leber-Gan-Typ in Harmonie*

von Vorteil, wenn der Reiter damit umgehen kann. Der Leber-Gan-Typ muss erzogen werden, sonst wird er aufmüpfig. Wenn der Reiter allerdings diese Art Pferd zu hart behandelt, kann es sehr unkooperativ werden, wenn nicht gar unreitbar. Der Umgang mit diesen Pferden erfordert viel Geduld und Geschick und Konsequenz seitens des Reiters. Einerseits muss der dominante Gan-Typ sich unterordnen, um die reiterliche Hilfengebung zu verstehen und zu akzeptieren und Leistung zu erbringen. Andererseits wird er auf unberechtigtes, inkonsequentes oder zu hartes Strafen mit ausgeprägter Widersetzlichkeit reagieren. Der Leber-Gan-Typ hat ein sehr gutes Gedächtnis. Nach der Vorstellung der chinesischen Lehre sind Ärger und Wut die Ursache für das Entstehen eines Gan-oder Leber-Qi-Staus. Daraus



*Der Leber-Gan-Typ in Disharmonie*

resultieren Muskelreaktionen, die sich beim Pferd in Muskelverspannungen, Schmerzen und Unrittigkeit ausdrücken können. Der Leber-Gan-Typ baut schon einen höheren Muskeltonus auf, wenn er nur einen ihm unsympathischen Boxennachbarn hat. Ein kompensierendes Umfeld sollte daher geschaffen werden.

## SOZIALVERHALTEN

Ein ausbalancierter Leber-Gan-Typ ist der geborene Anführer, ein Alphetier, das von den anderen Herdenmitgliedern allein durch seine Präsenz akzeptiert wird. Er streitet nicht ohne Grund, verteidigt seine Vorherrschaft aber stets. Der Besitzer muss beachten, dass der Gan-Typ die Herde oder



*Der Leber-Gan-Typ in Disharmonie entwickelt eine Leber-Qi-Stagnation und lässt seine Gereiztheit und Aggression an den Artgenossen aus.*

Stallgasse nicht überkontrolliert und dadurch Muskelverspannungen entstehen. Nur ein Leber-Gan-Typ in Disharmonie ärgert seine Artgenossen, obwohl seine Alphastellung akzeptiert ist. In einer Herde nimmt der Leber-Gan-Typ immer eine dominante Position ein. Wenn

seine Führung angezweifelt wird, zum Beispiel durch einen neuen Weidekollegen oder in einer neuen Herdenkonstellation, wird es Konflikte geben, die zu Verletzungen führen können. Ist die Herdensituation klar geregelt, spielt der unerschrockene Leber-Gan-Typ gerne mit den Artgenossen.



*Der harmonische Leber-Gan-Typ spielt gerne.*

## RITTIGKEIT

Der harmonische Leber-Gan-Typ erzeugt schnell einen Schaulleffekt, weil er positiv auffällt.

Er ist meistens ein schönes Pferd mit viel Ausdruck, das häufig auf Turnieren brilliert, weil es Charisma ausstrahlt und Aufsehen erregt. Dadurch täuscht es über kleine Undurchlässigkeiten hinweg.

Der Leber-Gan-Typ ist vital, er begreift schnell und lernt neue Lektionen leicht. Zu häufiges Wiederholen von Lektionen



*Die ärgerliche Reaktion auf das Angurten ist Ausdruck einer Leber-Qi-Stagnation.*

erregt aber schnell seinen Unwillen und er wehrt sich gegen die reiterliche Hilfegebung durch Widersetzlichkeit. Ebenso trickst er einen unsicheren Reiter aus, wenn dieser die Hilfen ungenau oder zögerlich gibt. Das Pferd springt beispielsweise bei einem routinierten Reiter den fliegenden Wechsel

ohne zu zögern. Bemerkt es aber bei einem nicht versierten Reiter undeutliche Hilfegebung, springt es die fliegenden Wechsel nach kurzer Zeit nicht mehr. Der dominante Gan-Typ ist schlau und erkennt einen schwachen Reiter sofort und nutzt dies auch aus.

Der Leber-Gan-Typ ist mutig und hat zum Beispiel keine Angst vor unbekanntem Hindernissen. Probleme in der Ausbildung basieren hauptsächlich auf mangelndem Respekt vor dem Reiter oder zu harter Handhabung des Pferdes. Der Leber-Typ muss untergeordnet werden, wird sich aber gleichzeitig vehement gegen undifferenziertes Strafen wehren. Jede Art von Unzufriedenheit drückt sich in einem erhöhten Muskeltonus aus. Durch die Tendenz zu fester Muskulatur und einer sensiblen Haut ist eine höhere Empfindlichkeit auf Berührungen, Sättel und Gurte vorprogrammiert.

Der hohe Muskeltonus führt zu einer erhöhten Anspannung der Muskeln, die durch Schweifschlagen und das Ignorieren der Reiterhilfen ausgedrückt wird. Schon kleine



*Der clevere Leber-Gan-Typ braucht einen kosequenten Reiter, um eine sichere Rittigkeit zu entwickeln.*

emotionale Unausgeglichheiten können zu körperlichen Reaktionen führen, die von einem Therapeuten behandelt werden sollten. Diese Pferde brauchen einen Reiter, der sie konsequent, ruhig und mit viel Übersicht erzieht. Hat ein Leber-Gan-Typ einen Reiter, der selbst im Leber-Typ steht, so ist das erfahrungsgemäß eine ungünstige Kombination, die zu stetigen Konflikten führt.

## KÖRPERLICHE MERKMALE

Eine Lebererkrankung in der westlichen Medizin bedeutet, dass das Organ Leber erkrankt ist, und der westlich orientierte Arzt wird seine Behandlung auf die Veränderungen in der Leber richten. In der Traditionellen Chinesischen Medizin bedeutet eine Lebererkrankung dagegen eine Disharmonie in der Wandlungsphase Leber/Gallenblase, die möglicherweise durch Reizbarkeit verursacht wurde. Denkbare Beschwerden sind ausgeprägte Muskelver-

### DIE LEBER...

- speichert das Blut
- sorgt für den reibungslosen, geschmeidigen Qi-Fluss
- sorgt für die Elastizität der Sehnen
- zeigt sich in der Konsistenz und im Wachstum der Hufe
- spiegelt sich im Auge

spannungen im Genick, Hals und Rücken, weil das Leber-Qi für den reibungslosen Verlauf von Qi und für die Muskulatur zuständig ist. Dazu gehören Probleme im Bereich der Sehnen und Gelenke, die zu Steifheit führen, aber auch der Huf und das Wachstum des Hufhorns und seine Beschaffenheit werden von der Leber beeinflusst. Rezidivierende Augenentzündungen jeder Art weisen auf eine Leberdisharmonie hin. Die Beachtung des unterschiedlichen Verständnisses in der westlichen Medizin und in der TCM ist wichtig, damit keine Missverständnisse auftauchen, wenn man von



*Die Zunge des Leber-Gan-Typs ist rötlich und von fester Konsistenz.*



*Der Leber-Gan-Typ hat eine feste, gespannte Maulspalte.*

einer Lebererkrankung spricht. Der Leber-Gan-Typ ist dem Element Holz und Frühling zugeordnet. Meistens ist der Körperbau harmonisch und ausbalanciert. Diese Pferde sind oft schön und ausdrucksstark, mit ausgeprägten Muskeln und tendieren zu einem hohen Muskeltonus. Pferde im Leber-Gan-Typ sind immer gut in Form, auch wenn sie länger nicht trainiert wurden.

Infektionen und Wunden heilen schnell.

Die Schleimhäute sind meist rot. Die Zunge ist rötlich, fest und wird dem Untersuchenden entzogen, nicht aus Angst, sondern aus Unwillen. Der Puls ist oberflächlich, gespannt und hat eine drahtige Qualität. Das Maul ist fest geschlossen, die Lippen sind gespannt, mit vielen kleinen Falten.

Laut der Sichtweise der Traditionellen Chinesischen Medizin reagieren diese Pferde empfindlich auf sogenannte Wind-Umstände, das heißt, dass sie dazu neigen, unter Atemwegserkrankungen zu leiden, besonders im Frühjahr. Einseitige Bindehautentzündungen sind auch typisch.

## FAZIT

Der Leber-Gan-Typ ist ein auffälliges Pferd, das als Sportpferd brillieren kann. Es kann hervorragende Leistungen bringen, wenn seiner Dominanz und Stärke Rechnung getragen wird. Da es meistens ein hervorragendes Gedächtnis besitzt, merkt es sich unangenehme Situationen sehr lange und widersetzt sich schon sehr früh. Seine Muskulatur neigt zu hohem Tonus und Verspannungen, die therapeutisch behoben werden müssen. Aus diesem Grund sollten Streitigkeiten mit Boxennachbarn ernst genommen



*Das süß aussehende Pony Leo ist ein Leber-Gan-Typ und braucht eine konsequente Erziehung.*

werden und möglicherweise zum Boxen- oder Nachbarwechsel führen. Leber-Gan-Typen registrieren Fehler ihres Reiters ausgesprochen schnell und nutzen sie aus. Wichtig ist eine konsequente, gerechte Erziehung ohne den Leber-Gan-Typ zu stark zu unterdrücken.

### LEBER-GAN-TYP

- Ist dominant und nutzt Reiterfehler aus.
- Er muss erzogen aber nicht gebrochen werden.

### DER LEBER-GAN-TYP AUF EINEN BLICK

#### In Harmonie

- Element Holz, der Leber zugeordnet
- führende Position in der Herde – Alphaposition
- ausdrucksstark
- dominante Einstellung
- Durchsetzungskraft
- mutig, intelligent
- sehr gutes Gedächtnis
- hohe Leistungsbereitschaft
- lernt schnell
- gesunder Knochenbau
- ausgeprägte Muskulatur
- starkes Immunsystem
- gute Wundheilung
- schnelle Genesung bei Erkrankungen
- feste Maulspalte
- Schleimhäute: rot
- Zunge: rötlich, fest, wird unwillig gezeigt
- Puls: oberflächlich, gespannt, drahtig

#### In Disharmonie

- verteidigt seine Alpha-Position zu extrem
- streitbar
- wird schnell widersetzlich
- nutzt Reiterfehler aus
- leicht aufgebracht
- aggressives Verhalten
- Muskelverspannungen
- Muskelkater/schmerzende Muskeln
- Rückenschmerzen
- Sehnenschaden
- Bindehautentzündungen
- Hufprobleme

#### NOTIZEN

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# PATIENTENBEISPIEL MILZ-PI-TYP IN DISHARMONIE

Fango, ein 10-jähriger Wallach, ist erfolgreich auf den Turnieren in Dressur bis Klasse M. Die Besitzerin hatte Fango 4-jährig gekauft, und schon damals war ihr eine gewisse Steifheit im unteren Halsbereich aufgefallen. Aus diesem Grund wurde der Wallach am Hals geröntgt. Die Bilder zeigten aber keine Auf-

fälligkeiten. Die Lektionen bis zur Klasse M hatte Fango leicht gelernt, nur die Traversalen fielen ihm schwer. Die Reiterin wollte gern über den Winter Pirouetten und Galoppwechsel üben. Dabei hatte sie versucht, Fango mehr in der Hinterhand zu setzen. Nach 14 Tagen blieb der Wallach während des



*Fango, ein 10-jähriger Wallach*



Trainings plötzlich stehen und weigerte sich mehrere Minuten lang, vorwärtszugehen. Zuerst hatte die Reiterin versucht, das Pferd mit Strenge unter Kontrolle zu bekommen, aber Fango wurde von Tag zu Tag triebiger und ließ sich immer schlechter durchs Genick reiten. Hinzu kam eine Appetitlosigkeit, die für Fango, der im Milz-Pi-Typ steht, sehr ungewöhnlich war. In diesem Zustand wurde mir Fango vorgestellt. Die Besitzerin nahm eine Blockade im Kreuzdarmbein-gelenk an. Auf meinen Ratschlag hin wurde Fango einer Tierklinik vorgestellt und eine neue Röntgenaufnahme der Halswirbelsäule vorgenommen. Im Gegensatz zur früheren Aufnahme sah man eine massive Arthrose zwischen dem fünften und sechsten Halswirbel. Die Klinik überwies Fango ohne weitere Behandlung an mich zurück.



*Obwohl Fango Schmerzen hatte, ließ er sich reiten.*

## PSYCHE/RITTIGKEIT

Fango hat einen gemütlichen, liebenswerten Charakter. Seine Reiterin berichtet, dass er zwar langsam lernt, aber seine Lektionen, wenn er sie verstanden hat, sehr sicher ausführt. Auf dem Turnier reitet sie nur kurz ab, damit Fango nicht zu müde im Viereck wird. Am besten sehe er in der Siegerehrung aus, weil er sich da etwas aufregt und Ausdruck zeigt.

## SOZIALVERHALTEN

Fango steht friedlich mit drei anderen Pferden auf der Weide. Er streitet sich mit keinem seiner Weidefreunde, sondern ist hauptsächlich am Grasen interessiert.

## KÖRPERMERKMALE

Fango hat einen harmonischen Körperbau mit der Tendenz zu einem Hängebauch. Seine Muskulatur und sein Bindegewebe fühlen sich weich an, der Bereich im unteren Halsbereich reagiert aber schmerzhaft verspannt. Er zeigt keine Lahmheit. Fango hat ein großes, weiches Maul mit einer hängenden Unterlippe. Sein Puls ist voll, tief und langsam, seine Schleimhäute sind rosa und er liebt es, wenn man seine Zunge aus dem Maul zieht und sie massiert. Die Veränderungen der Halswirbel waren sicherlich nicht plötzlich entstanden, sondern stellten einen chronischen Prozess dar. Durch seine Freundlichkeit und Bemühtheit hatte der Wallach bisher alle Lektionen gelernt. Seine Reiterin erzählte, dass der



*Typisch für den Pi-Typ: Das weiche Maul...*

Wallach immer besser aussehe, als er sich anfühlen würde. Deshalb hatte sie den steifen Hals kompromissbereit ignoriert, zuletzt aber versucht, „Fango, richtig durchzureiten“. Sehr bedenklich ist die Appetitlosigkeit des fressfreudigen Pferdes.



*... und die weiche Unterlippe*

## FAZIT

Fango war ein harmonischer Milz-Pi-Typ. Durch die reiterliche Überbelastung ist die Arthrose aktiv geworden und Fango hat Schmerzen. Da er nicht zu Widersetzlichkeit gegen den Reiter neigt, wurde Fango resignierter und fraß nicht mehr. Eine Gastroskopie wies ein Magengeschwür nach. Fango hatte sich psychisch und körperlich zu einem Milz-Pi-Typ in Disharmonie entwickelt. Fango wurde sechs Mal im Abstand von einer Woche akupunktiert und mit chinesischen Rezepturen versorgt. Die Reiterin machte sich große Vorwürfe, weil sie die Probleme ihres artigen Pferdes nicht erkannt hatte. Fango erhielt eine Pause und wurde jeden Tag mit MP6 für eine Minute akupressiert. Er erholte sich zunehmend und konnte im nächsten Jahr wieder erfolgreich auf dem Turnier starten.

Die Reiterin beobachtet ihren Milz-Pi-Typ jetzt genau und überlastet ihn nicht mehr. Eine Appetitlosigkeit hat Fango nie mehr gezeigt.

Der Akupressurpunkt für den psychischen Ausgleich von Fango ist MP6.



*Milz-Pankreas 6 wird eine Minute akupressiert.*

# DIE BEHANDLUNG DER PFERDE TypEN

— *mit Akupressur*



# VORBEREITUNG ZUR AKUPRESSUR

Die Akupressur funktioniert nicht, wenn der Akupresseur aufgeregt, angespannt, ärgerlich oder müde ist.

Natürlich ist niemand immer nur ausgeglichen und friedfertig, wenn er abends nach der Arbeit in den Stall kommt. Unsere Pferde sind aber sehr sensibel und hören meist schon am Schritt oder an der Stimme, ob der Reiter gute oder schlechte Laune hat. Betritt der Reiter hektisch die Box, geht zu seinem Pferd, ohne es anzusprechen oder freundlich zu begrüßen, und akupressiert einen Punkt, wird er mehr Unwillen oder Furcht gegen die Behandlung auslösen, als eine Entspannung und Ausgleich zu erreichen.

## AKUPRESSUR-VORBEREITUNG

Möchte man eine gute Akupressur an den Pferdetypen ausführen, wird die folgende Übung an sich selbst durchgeführt, um das eigene Meridiansystem wieder in Harmonie zu bringen und in sein eigenes energetisches Gleichgewicht zu kommen.

## VORÜBUNGEN ZUR AKUPRESSUR

### VORBEREITUNGSPHASE

Stellen Sie sich ruhig hin und konzentrieren Sie sich auf sich selbst. Die Muskeln werden gelockert. Dabei können Sie ruhig die Arme oder Beine leicht bewegen oder bei verspannter Nackenmuskulatur die Schultern heben und senken. Viele Menschen spannen den ganzen Tag die Gesichtsmuskulatur an. Auch diese wird gelockert – unabhängig ob der Gesichtsausdruck dabei an Ausdruck verliert –, sonst wird der Energiefluss im Gesichtsbereich gestaut.

Fühlt sich die Muskulatur entspannt an, konzentriert sich der Akupresseur, schließt die Augen und atmet zwei bis drei Mal tief ein und aus. Die Hände werden dabei locker unterhalb des Nabels aufeinandergelegt. Diesen Bereich bezeichnen die Chinesen als Dantien. Der Dantien ist ein großer Energiebereich, in dem wir die Energie unserer Mitte sammeln. Während des Einatmens wird versucht, die Energie in den Dantien zu leiten. Das Einatmen



*Entspannen*

und Ausatmen sollte ruhig und gelassen durchgeführt werden. Erst wenn man eine innere Ruhe verspürt, wird die Übung fortgeführt. Das kann schon mal fünf Minuten und länger dauern. Auf keinen Fall sollte eine Störung in dieser Einführungsphase erfolgen.

### QI-AKTIVIERUNG

Die Augen werden geöffnet und die Hände vom Dantien entfernt. Zuerst die Handflächen gegeneinanderreiben, bis Wärme verspürt wird. Dann mit der rechten Hand 10 Mal über den Handrücken der linken Hand streichen. Jetzt wieder die Hände reiben und nun mit der linken Hand die Wärme über den rechten Handrücken verteilen. Damit aktiviert man seine eigene Energie, sein Qi. Mit kalten Händen soll nicht akupressiert werden.

### MERIDIAN-AKTIVIERUNG

Nachdem das eigene Qi erwärmt ist, kann es frei und ungehindert durch die Meridiane fließen, die jetzt aktiviert werden. Die rechte, geschlossene Faust beginnt am inneren lin-



*Ein- und Ausatmen*

ken Handgelenk, in Richtung Schulter mit kleinen, kurzen, intensiven Schlägen die Innenseite des Arms abzuklopfen. Dadurch werden die Yin-Meridiane Lunge, Herz und Pericard aktiviert.



*Hände reiben, Handrücken streichen*

# KRÄUTERTHERAPIE

— *mit TCM-Rezepturen*



# ANWENDUNG DER CHINESISCHEN KRÄUTER

Chinesische Kräuter können bei allen Disharmonien und Erkrankungen gegeben werden. Pferde, die nach langer Erkrankung und Therapie in ihrer Energie schwach sind, können nicht allein mit Akupunktur behandelt werden, sondern brauchen den Zusatz von stärkenden und aufbauenden Kräutern. Alte Pferde werden optimal mit chinesischen Kräutern unterstützt, um die Essenz zu stärken.

## EIGENSCHAFTEN DER TCM-MISCHUNGEN

In den Rezepten der Traditionellen Chinesischen Medizin werden nicht nur Kräuter, sondern auch mineralische und tierische Bestandteile verarbeitet, z. B. Muscheln, Exkreme und Mineralien. Chinesische Kräuter stellen aber den Hauptanteil dar. Die TCM beurteilt die chinesischen Kräuter nach ihrem Temperaturverhalten, nach ihrer Wirkungsrichtung, nach ihrer Geschmacksrichtung, nach ihrem Meridian- und Organbezug und nach ihrer Wirkungsart.

### DAS TEMPERATURVERHALTEN

Jede Kräuterpflanze hat eine thermische Wirkung. Sie kann heiß, warm, kühlend, kalt oder neutral wirken. Eine kühlende Pflanze lässt den Stoffwechsel verlangsamen, eine heiße Pflanze aktiviert dagegen.

### BESTANDTEILE DER TCM-KRÄUTERREZEPTUREN

- Pflanzen
- Pilze
- Mineralien
- Insekten
- Exkreme
- Gestein

### DIE WIRKUNGSRICHTUNG

Die chinesischen Kräuter können eine aufsteigende Wirkung entwickeln, dann wird der Kreislauf angeregt und aktive Energien werden entfaltet, zum Beispiel für den Nieren-Shen-Typ und den Milz-Pi-Typ. Eine absteigende Wirkung führt die Energien nach unten und ist eher beruhigend, z. B. für den Leber-Gan-Typ und den Herz-Xin-Typ.



*Die Zutaten werden nach traditionellen Rezepturen zusammengestellt.*



*Fu ling, Poriae sclerotium cocos albare, Kiefern-schwamm ist süß und neutral.*



*Bai Shao Yao, Peonia alba lactiflorae, weiße Pfingstrosenwurzel ist bitter, sauer und kühl.*

### DIE GESCHMACKSRICHTUNG

Der Geschmack einer Kräuterpflanze wird unterteilt in süß, sauer, scharf, bitter, salzig und neutral. Die Geschmacksrichtung kennzeichnet die Ebene im kranken Körper, in der eine Pflanze wirksam ist. Da diese Eindringungstiefe lokalisiert ist und wenig beeinflussbar ist, wird die Geschmacksrichtung als Yin-Aspekt der Pflanze und das Temperaturverhalten als Yang-Aspekt der Pflanze bezeichnet, weil das Temperaturverhalten z. B. durch Kochen verändert werden kann.

### TRADITIONELLE STRATEGIEN

In der Qing-Dynastie ( von 1644 – 1911) ordnete der Arzt Cheng Zhong-Ling in seinem traditionellen, altchinesischen Buch „Yi xue wu“ (englisch: Medical Relevation) die vielen praktizierten, unterschiedlichen Behandlungsmethoden in China in ein vereinfachtes Schema mit acht Behandlungsmethoden: Schwitzen, Erbrechen, Nachunten-Ableiten, Harmonisieren, Wärmen,



*Chen Pi, Citri reficulatae pericarpium, ist bitter, scharf, warm und absenkend.*



*Dang Gui, Angelica sinensis radix, chinesische Engelwurz ist süß, scharf und warm.*



# KRÄUTERREZEPTUREN FÜR DIE FÜNF TRADITIONELLEN CHINESISCHEN PFERDETYPEN

Da die Disharmonien der Traditionellen Chinesischen Pferdetypen individuell behandelt werden müssen, gibt es natürlich keine fünf Fertigrezepturen für die Pferdetypen.

Ein Milz-Pi-Typ, der apathisch wird, braucht eine aufbauende Rezeptur. Zeigt dieses Pferd auch Rückenschmerzen, muss es eine andere Kräuterkombination erhalten. Die aufbauende Rezeptur ist nicht ausreichend. Eine falsch ausgesuchte chinesische Rezeptur kann alle Symptome verschlechtern. Eine Erstverschlimmerung, wie in der Homöopathie, gibt es nicht. In der Harmonisierung der Traditionellen Chinesischen Pferdetypen werden in den Rezepturen bestimmte Einzelkräuter bevorzugt. Diese „Kaiserkräuter“ gegen die Disharmonien der Pferdetypen werden im Folgenden mit einer Basisrezeptur beschrieben, um einen Einblick zu geben. Diese Basisrezepturen werden verändert durch Zumischen von weiteren Pflanzen, die stärkeren Einfluss auf den Geist und die Verhaltensprobleme haben. Zur Gabe der Kräuterrezepturen wird außerdem täglich der entsprechende „psychische“ Akupunkturpunkt der Traditionellen Chinesischen Pferdetypen akupressiert.

## DER LEBER-GAN-TYP

Der Leber-Gan-Typ entwickelt in einer Disharmonie immer eine Leber-Qi-Stagnation, die sich körperlich in Muskelverspannungen und psychisch in Reizbarkeit ausdrückt. Basisrezepturen, die den Leber-Gan-Typ harmonisieren, enthalten das Kaiserkraut „Chai Hu“, Radix Bupleuri, in Deutsch Chinesisches Hasenohr. Die Wurzel der Pflanze bewegt das Leber-Qi aufgrund ihrer Eigenschaften: bitter, scharf, kühl und Oberfläche befreiend.

Die Wurzel wird gemahlen, roh verfüttert oder gekocht im Dekokt verabreicht. Chai Hu sollte nie einzeln, sondern nur in Rezepturen verabreicht werden, da es, wie oben beschrieben, Minister, Adjutanten und Gesandte braucht, um seine Wirkung zu optimieren und Nebenwirkungen abzufangen. Ein Grundrezept für den Leber-Gan-Typ stellt das Xiao Yao San – Das Pulver der Heiteren Gelassenheit dar. Es wird immer individuell verändert, indem Einzelkräuter hinzugefügt oder weggenommen werden, abhängig von den Problemen des Leber-Gan-Typs.

Leber 3 ist der Akupressurpunkt zum psychischen Ausgleich des Leber-Gan-Typs.



## XIAO YAO SAN – PULVER DER HEITEREN GELASSENHEIT

INHALTSSTOFFE	CHINESISCH	LATEINISCH	WIRKUNG
Kaiser	Chai Hu	Rx Bupleuri	bitter / scharf / kühl
Minister	Bai Shao Yao	Rx Paeonia Albae	sauer / bitter / kühl
Minister	Dang Gui	Rx Angelica Sinensis	süß / scharf / bitter
Adjutant	Bai Zhu	Rz Atractylodes macro.	bitter / süß / stärkt Milz
Adjutant	Fu Ling	Poria cocos	süß / neutral / Nässe eliminierend
Vermittler	Zhi Gan Cao	Rx Glycyrrhizae praep.	süß / neutral / tonisiert Qi

### DER NIEREN-SHEN-TYP

Der Nieren-Shen-Typ entwickelt in einer Disharmonie Ängstlichkeit und Schreckhaftigkeit. Körperlich friert er schnell und neigt bei Erkrankungen zu einem chronischen Verlauf. Rezepturen, die helfen, bauen den Nieren-Shen-Typ auf. Die Rezepturen beinhalten die präparierte Kaiserwurzel „Shu Di Huang“, Radix et Rhizoma Rhenan-niae praeparata, auf Deutsch Chinesischer Fingerhut.

Shu Di Huang ist warm, neutral, leicht süß. Die Wurzel ist eine der wichtigsten Pflanzen zum Nähren und Auffüllen von Blut und Yin. Die Wurzel wird gemahlen, roh verfüttert oder gekocht im Dekokt verabreicht.



*Die Wurzel des Chinesischen Fingerhuts wird in der Rezeptur verwendet.*