

F. Bahr F. Jost B. Ramme
M. Reininger R. Sa S. Suwanda

Das große Buch der chinesischen Energetik Band 2

- INNENWERT UND INTERAKTIONEN ALLER
ORGANE UND EXTRAORGANE, GEWEBE U.A.
- PRÄVENTION
- FREQUENZEN DER LEITBAHNEN
- DYNAMISCHES ZIEL DES QI-FLUSSES
- MERIDIANVERLÄUFE AM OHR
- TCM-PRÜFUNGSFRAGEN UND KI

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Buch berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zur Annahme, dass diese Namen im Sinne der Warenzeichen- und Warenschutzgesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

Alle Rechte vorbehalten. Das Copyright betrifft nicht nur den Text sondern auch die Abbildungen.

© 2023 bei den einzelnen Autoren für ihre Beiträge



Das Werk einschließlich all seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung der Autoren unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

ISBN 9783982059082

Bitte beachten:

Bei Textangaben wie Arzt, Mediziner, Patient usw. ist immer auch die weibliche Form mitgemeint.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung.....	VI
-----------------	----

DIE ORGANE UND IHRE INTERAKTIONEN IM YIN-KREIS

Herz und Perikard	1
Physiologische Funktionen des Herzens.....	1
Beziehungen vom Herzen zu den anderen Organen nach der 5-Elemente-Lehre.....	6
Perikard, der Herzbeutel als Partner des Herzens.....	11
Beziehungen zwischen den parenchymatösen Organen und Hohlorganen – hier:	
Herz und Dünndarm.....	12
Milz.....	13
Physiologische Funktionen der Milz.....	13
Beziehungen innerhalb des Milzsystems: Fleisch, Muskulatur, Extremitäten.....	16
Beziehungen zu Emotionen und Körpersäften.....	17
Physiologische Eigenschaften der Milz.....	17
Beziehungen der Milz zu den anderen Organen nach der 5-Elemente-Lehre.....	18
Die Beziehungen zwischen den parenchymatösen Organen und Hohlorganen – hier:	
Milz und Magen.....	21
Lunge.....	23
Physiologische Funktionen der Lunge.....	23
Beziehungen innerhalb des Lungensystems:	29
Emotionelle Zugehörigkeit.....	29
Beziehungen zu den Körpersäften.....	29
Weitere physiologische Eigenschaften der Lunge.....	30
Beziehungen der Lunge zu den anderen Organen nach der 5-Elemente-Lehre.....	31
Die Beziehungen zwischen den parenchymatösen Organen und Hohlorganen – hier:	
Lunge und Dickdarm.....	34

Niere	35
Physiologische Funktionen der Niere.....	35
Beziehungen innerhalb des Nierensystems.....	39
Beziehungen zu Emotionen und Körpersäften.....	40
Weitere physiologische Eigenschaften der Niere und Korrespondenzen.....	41
Ming-Men.....	42
Beziehungen der Niere zu den anderen Organen nach der 5-Elemente-Lehre.....	43
Die Beziehungen zwischen den parenchymatösen Organen und Hohlorganen – hier:	
Niere und Blase.....	46
Leber	47
Physiologische Funktionen der Leber.....	47
Beziehungen innerhalb des Lebersystems.....	52
Beziehungen zu Emotionen und Körpersäften – speziell auch zu Tränen.....	54
Weitere Beziehungen der Leber: Holz, Frühling, Wind, saurer Geschmack.....	54
Beziehungen der Leber zu den anderen Organen nach der 5-Elemente-Lehre.....	55
Die Beziehungen zwischen den parenchymatösen Organen und Hohlorganen – hier:	
Leber und Gallenblase.....	58
 DIE 6 HOHLORGANE	59
 Übersicht über die Funktionen der Hohlorgane.....	60
Gallenblase.....	61
Magen.....	62
Dünndarm.....	64
Dickdarm.....	65
Harnblase.....	66
Dreifacher Erwärmer.....	67
Überblick/Zusammenfassung.....	69

DIE EXTRAORGANE

Gehirn.....	71
Mark.....	71
Blutbildung.....	72
Knochen Teil 1 (beim Kapitel Gewebe Teil 2)	72
Blutgefäße.....	73
Uterus, Jing-Gong (TCM: Palast der Essenz) und Tian-Kui (TCM: spirituelle Essenz)	73
Hoden, Nebenhoden, Jing-Gong (TCM: Palast der Essenz).....	74

DIE 5 GEWEBE

Haut.....	75
Muskeln bzw. „Fleisch“	77
Sehnen.....	77
Knochen.....	78

DIE KÖRPERÖFFNUNGEN

Ohr.....	79
Auge.....	80
Nase.....	81
Mund, Zähne und Zunge.....	82
Kehlkopf und Rachen.....	83
Urogenitalorgane.....	85
After.....	86

PRÄVENTION

Die Theorie für ein langes Leben – Harmonie als wichtigster Faktor.....	87
Prävention gegen das Übergreifen einer Krankheit.....	89
Behandlungsprinzip.....	89
Berücksichtigung von Jahreszeit, Ort und Alter	97
Fazit und Zusammenfassung: das Grundprinzip ist die YIN-Qi/YANG-Qi-Regulierung.....	98

FREQUENZEN DER LEITBAHNEN NACH REININGER BZW. BAHR.....99

DER DYNAMISCHE QI-FLUSS INNERHALB EINES MERIDIANS NACH ANSICHT DER NANJING UNIVERSITÄT FÜR CHINESISCHE MEDIZIN

Die Meridianpaare von Herz/Dünndarm bis Leber/Gallenblase.....	102
--	-----

ALLE KLASSISCHEN MERIDIANE IN IHRER PROJEKTION AUF DIE ÖHRMUSCHEL

Der Ausweg bei Phantomschmerzen und anderen Problemen im Meridianbereich.....	112
---	-----

TCM-PRÜFUNGSFRAGEN UND KI

Künstliche Intelligenz als Hilfsmittel zur Eigenprüfung des Lernerfolges.....	117
---	-----

Literaturverzeichnis.....	119
---------------------------	-----

Sachwortverzeichnis.....	120
--------------------------	-----



Dieses Buch ist meiner TCM-Universität in Nanjing, VR. China, gewidmet,
der ich weiterhin als Seniorprofessor verbunden bin.

Außerdem widme ich dieses Werk der SWISS TCM UNI, Bad Zurzach.
An dieser Universität arbeite ich mit Freude als Ordentlicher Professor
für Klassik und Energetik in Traditioneller Chinesischer Medizin.



Auf der Basis von 50 Jahren Akupunkturerfahrung habe ich in diesem Buch immer wieder
Verständnisfragen eingestreut, damit die Leser ihr Wissen prüfen können.

Frank R. Bahr

Einleitung

Dieser Band 2 des Großen Buches der Chinesischen Energetik soll alle TCM-Interessierte weiterführen zu einem vertieften Verstehen der energetischen Interaktionen von Voll- und Hohlorganen sowie von Extraorganen und Geweben bis hin zu den Körperöffnungen.

Nur so lassen sich wirklich anhaltende Erfolge in der Behandlung mit Akupunktur und ergänzender Kräutertherapie erzielen.

Ein Beispiel für notwendige Interaktionen: Aufsteigendes Leberfeuer durch Stress und Aggressionen ist ein häufiges Problem, denn nach der Regel Großmutter-Kind wird dann („quer“) der Magen angegriffen – Sodbrennen ist die Folge. Das aufsteigende Leberfeuer ist vom Charakter YANG-Qi und sollte daher am besten durch kühlendes YIN-Qi der Niere gedämpft werden.

Dazu sind aber Kenntnisse wichtig: welche Nierenpunkte haben YIN-energetischen Aspekt und welche YANG-energetische Funktion? Auch die Reihenfolge der energetisch wirksamen Aktionen ist wichtig: beispielsweise muss zuerst ein YIN-Mangel aufgefüllt werden, bevor wieder das YANG-Qi als dynamisches Agens eingesetzt werden kann.

Mehr dazu in diesem Werk, das bewusst Bezug nimmt auf die **YIN/YANG-Schule von Zou Yan** (305-240 vor Chr.), der bereits auf die Verknüpfung mit den Wandlungsphasen hinwies [9].

Ein wichtiger Aspekt der Harmonie der YIN- und YANG-Energien ist die Prävention, das diebezügliche Kapitel wird Ihnen besonders zur Lektüre empfohlen. Und schließlich folgen noch wertvolle Praxishinweise und Tipps: von den Frequenzen der Leitbahnen und dem Dynamischen Qi-Fluss in den Meridianen über die Meridianverläufe am Ohr bis hin zu Lern- und Eigenprüfungsempfehlungen, wohl bald mit Einsatz künstlicher Intelligenz.

Viel Freude bei der Lektüre!

Prof. univ., Prof. mult. h.c. / China Dr. Frank R. Bahr
Ord. Professor für Klassik und Energetik in Traditioneller Chinesischer Medizin,
Ehrenprofessor an der Chinesischen Akademie der Wissenschaften,
Seniorprofessor an der Nanjing Universität für Chinesische Medizin

im Namen aller Autoren
München, im August 2023

ORGANE UND IHRE INTERAKTIONEN IM YIN-KREIS

Herz und Perikard

Das Herz wird als „Kaiser“ aller parenchymatösen Organe bezeichnet, denn der Sitz des Bewusstseins (SHEN) liegt im Herzen (siehe auch das Kapitel SHEN [2]), wegen dieser Bedeutung beginnen wir das Kapitel über die Energetik und Kybernetik der YIN-Organen mit dem Herzen.

In der TCM unterscheidet man zwei verschiedene Arten von „Herz“: In einem Fall bedeutet es das Organ selbst, im anderen Fall das geistige Bewusstsein (SHEN). Dieses umfasst geistigen Zustand, Denken, Emotion und die Reaktionen bei der Aufnahme von Reizen aus der Umwelt.*

Das Herz liegt im Oberen-Erwärmer, es ist außer seiner Pumpfunktion auch für die Gefäße und den Schweiß zuständig. In der 5-Elemente-Theorie wird das Herz dem Symbol Feuer zugeordnet. Das korrespondierende YANG-Organ (Hohlorgan) ist der Dünndarm, zu dem an den Ting-Punkten eine Verbindung besteht (He 9 – Dü 1).

PHYSIOLOGISCHE FUNKTIONEN DES HERZENS

Blut-Zirkulation, Gefäße

Das Herz ist die Quelle der Blutantriebskraft und damit das Zentrum der Blut-Zirkulation. Das Herz, die Gefäße und das Blut bilden ein relativ autarkes System mit entsprechenden physiologischen Funktionen.

Um diese durchzuführen, braucht das Herz zwei Voraussetzungen:

- Das Blut, das im Herz und in den Herzgefäßen zirkuliert, wird in der TCM „Herz-Blut“ genannt.
- Das Herz-YANG-Qi ist die Antriebskraft des Herzens. Es hat die Aufgabe, als Motor die ganze Blut-Zirkulation aufrecht zu erhalten.

Die TCM sagt, dass die normalen Herzschläge vom Herz-YANG-Qi und Herz-YIN-Qi abhängen. Hinweis zur westlichen Medizin: Ein Betablocker wäre in der Wirkung dem regulierenden Herz-YIN-Qi vergleichbar.* Gleichzeitig hängt eine normale Blut-Zirkulation von einer ausreichenden Blutmenge und durchgängigen Gefäßen ab.

Nach Ansicht der TCM:

- „Das Herz ist indirekt auch für die Bluterzeugung zuständig“: Die durch Magen und Darm verdauten und resorbierten Nährstoffe aus der Nahrung werden durch die aufsteigende Funktion der Milz nach oben zum oberen Erwärmer transportiert. Durch die Wirkung von Lunge und Herz gelangen die Nährstoffe als ein Teil des Blutes in die Blut-Zirkulation.
- Eine normale Herzfunktion führt zu normalen Herzschlägen und der Puls ist kräftig und regelmäßig. Man hat eine gesunde, rosige, glänzende Gesichtsfarbe.
- Pathologische Veränderungen im Herzbereich kann man durch Störungen im Herzrhythmus, dem Puls und an der Gesichtsfarbe erkennen. Z. B. hat der Patient bei YANG-Qi und YIN-Qi Schwäche des Herzens, Herz-Blut-Mangel oder Herz-Blut-Stagnation eine blasser Gesichtsfarbe, fadenförmigen, schwachen Puls, dunkelgraue Gesichtsfarbe, blaue Lippen und blaue Zunge, Beklemmungen, stechende Schmerzen im Herzbereich, rauhen, intermittierende, abrupte oder zögernde Pulsschläge.
- Bei Herz-Feuer-Überschuss hat der Patient eine dunkelrote Gesichtsfarbe, eine dunkelrote Zungenspitze mit Dornen und schmerzhaftem Ulcus, schnellen Puls, eine vom Thorax ausgehende Hitze, Unruhe und Einschlafstörungen.

*TCM-Prüfungsfrage

Geistiges Bewusstsein (SHEN)

Nach Ansicht der TCM: „Das Herz ist für das geistige Bewusstsein zuständig“ und „Das SHEN wohnt im Herzen“ oder „Das Herz speichert das SHEN“.

DEFINITION: Es gibt in der TCM eine allgemeine und eine engere Begrifflichkeit für SHEN. Die allgemeine ist die Lebensaktivität. Dazu gehören die Gesichtsfarbe, der Blick der Augen, das Sprechen, die Reaktion, die Körperhaltung, die Körperbewegung usw.. Unter der engeren Begrifflichkeit des SHEN versteht man die direkten Zuordnungen zum Herzen, wie z. B. den geistigen Zustand oder besser das geistige Bewusstsein.

ENTSTEHUNG DES SHEN: Das SHEN begleitet die Entstehung, Entwicklung und Vernichtung des Körpers. Das ursprüngliche SHEN wird von den Eltern mitgegeben, d.h. dass das SHEN schon bei der Bildung des Embryos entsteht. Nach der Geburt wird das SHEN während des Wachsens und der Entwicklung des Körpers ständig von der Nahrungssessenz Jing ernährt.

SHEN HAT FOLGENDE PHYSIOLOGISCHE FUNKTIONEN:

- Die Aufnahme der Reizungen durch die Außenwelt und die Reaktion auf diese Reizungen erfolgen durch das geistige Bewusstsein.
- Das SHEN des Herzens beherrscht das ganze menschliche Leben*. Daher ist das Herz auch das wichtigste aller parenchymatösen Organe. Alle anderen Organe führen ihre Funktionen unter der Kontrolle des Herzens durch. D.h. alle anderen Organe brauchen für ihre Funktion die Kontrolle des Herz-SHEN: z.B. das Herz für seine Pumpfunktion, die Lunge für die Atmung, die Milz für die Verdauung, die Leber für die Qi-Förderung, die Niere für die Essenzspeicherung, der Magen für die Nahrungsaufnahme, der Dünndarm für die Resorption, der Dickdarm für den Stuhltransport, die Harnblase für die Urinspeicherung und die Urinausscheidung, die Gallenblase für die Gallensaftspeicherung und Gallensaftausscheidung. Selbst das Seh- und Hörvermögen usw. unterliegt dem Einfluss des Herz-SHEN. Man nennt daher das Herz in der TCM den „Kaiser“ aller anderen Organe.

ZU DEN EMOTIONEN: Nach der ganzheitlichen Ansicht der TCM reflektieren alle geistigen, bewussten, emotionellen Aktivitäten des Körpers den Zustand der parenchymatösen Organe. Die TCM hat die 5 Richtungen des SHEN den 5 parenchymatösen Organen zugeordnet: **Das Herz speichert das Bewusstsein, die Lunge speichert die Kühnheit, die Leber speichert die Seele, die Milz speichert den Willen, die Niere speichert die Ambitionen. Obwohl das SHEN auf die 5 Organe aufgeteilt wird, wird es nur vom Herzen beherrscht.**

ZUM BLUT: Außerdem beeinflussen sich die „Blut-Zirkulation“ und das „SHEN“ gegenseitig. Beim Laufen z. B. sind Herzfrequenz und Strömungsgeschwindigkeit des Blutes bereits gestiegen, bevor man mit dem Laufen beginnt – der Gedanke daran genügt, dies bedeutet, dass SHEN die Blut-Zirkulation kontrolliert. Umgekehrt wird das Herz-SHEN auch vom Herz-Blut ernährt. Bei Herz-Blut-Schwäche wird z. B. das Herz schlecht ernährt und es kommt zu einem tranceähnlichen Zustand, Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit, Einschlafstörungen und zu vielen Träumen.

FAZIT (Übersicht Abb. 1):

- Bei einem normalen Zustand des Herzens hat man ein klares Bewusstsein, eine rasche Denkfähigkeit und eine rasche Reaktion.
- Bei einem anormalen Zustand des Herzens hat man Schlaflosigkeit, viele Träume, Unruhe, sogar Delirium und einen pathologischen psychischen Zustand. Oder es treten verlangsamte Reaktionen, geistige Abgeschlagenheit, sogar Bewusstlosigkeit auf. Außerdem kann ein anormaler Zustand des Herzens auch die Emotionen und Funktionen anderer Organe beeinflussen.

**TCM-Prüfungsfrage*

Funktionen des Herzens – Abb. 1		
Funktion	Physiologie	Pathologie
Für Blut-Zirkulation und die Gefäße zuständig	Blut-Zirkulation Bluterzeugung Gefäße	Herz-Qi- / Blut-Schwäche: blasses Gesicht; fadenförmiger, schwacher Puls Qi-Blut-Stagnation im Herz: graue Gesichtsfarbe, dunkelblaue Zunge, Angina pectoris, rauher, stoppender, abrupter Puls
Für Bewusstsein zuständig	normales Bewusstsein und Gedanken	anormaler Bewusstseinszustand

HERZ-QI MIT SEINEN ANTEILEN HERZ-YIN-QI UND HERZ-YANG-QI SOWIE HERZ-BLUT

Herz-Qi und Herz-Blut sind die materielle Basis der physiologischen Funktionen des Herzens. Sie entstehen aus der Nahrungssenz von Milz und Magen. Das Herz-Qi ist die Antriebskraft der Blut-Zirkulation und des Herz-SHEN. Bei ausreichendem Herz-Qi ist die Blut-Zirkulation normal und der geistige Zustand ist gut; bei Herz-Qi-Schwäche (mit gestörtem YANG/YIN-Verhältnis) wird eine verlangsamte Blut-Zirkulation oder sogar Blut-Stagnation verursacht, gleichzeitig treten geistige Abgeschlagenheit und Müdigkeit auf.

Das Herz-Blut hat die Funktion – wie erwähnt – das Herz-SHEN zu ernähren. Bei ausreichendem Herz-Blut ist die Person ruhig und hat eine gute Denkfähigkeit; bei Herz-Blut-Schwäche ist das Herz schlecht ernährt, es kommt zu einer Herz-Qi-Schwäche* mit einem tranceähnlichen Zustand, Konzentrationschwäche, Vergesslichkeit, Einschlafstörungen und vielen Träumen.

Herz-YIN-Qi und Herz-YANG-Qi haben ihre Wurzeln in der Niere. Das Herz-YANG-Qi hat eine wärmende, aufsteigende, anregende Funktion, das Herz-YIN-Qi eine kühlende, hemmende Funktion.* Beide kontrollieren einander, das führt zu einem Gleichgewichtszustand mit normaler Blut-Zirkulation, normalem Puls, gesunder, roter Gesichtsfarbe, roter Zunge, gutem geistigem Zustand, ruhiger Psyche und gutem Schlaf.

Herz-YANG-Qi-Überschuss und Herz-YIN-Qi-Schwäche können beide zu einem Überschuss-Syndrom führen, mit Symptomen wie dunkelroter Gesichtsfarbe und Zunge, schnellem Puls, Agitiertheit, Unruhe, Zorn, Schlaflosigkeit. Reiner Herz-YANG-Qi-Überschuss führt zu einem Fülle-Syndrom, daher ist der Puls schnell und kräftig.* Bei reiner Herz-YIN-Qi-Schwäche handelt es sich um ein Mangel-Syndrom (sogenannte Pseudo-YANG-Qi-Fülle)*, daher ist der Puls zwar schnell, aber fadenförmig und es kommt zusätzlich noch zu nächtlichem Schwitzen.

Herz-YANG-Qi-Schwäche und Herz-YIN-Qi-Überschuss (realer oder Pseudo-Überschuss)* können beide zu einem Herz-YIN-Qi-Überschuss-Syndrom führen, mit Symptomen der verlangsamten Blut-Zirkulation wie heller Gesichtsfarbe und blasser Zunge, langsamen Puls, geistiger Müdigkeit, Kraftlosigkeit, erhöhtem Schlafbedürfnis. Wegen des Ausfalls der Erwärmungsfunktion des Herz-YANG-Qi können noch zusätzlich kalte Extremitäten und ein Kältegefühl im ganzen Körper auftreten.

**TCM-Prüfungsfrage*

Beziehungen innerhalb des Herzsystems (Abb. 2)

Bezug zu den Gefäßen: In den Gefäßen zirkuliert das Blut mit doppeltem Bezug zum Herzen:

- 1) Das Herz ist direkt mit den Gefäßen verbunden.
- 2) Durch den Antrieb des Herz-Qi kann das Blut in den Gefäßen zirkulieren:
 - Ausreichendes Herz-Qi (mit harmonischem YIN- wie YANG-Anteil) und genug Herz-Blut führen zu einer unbehinderten Blut-Zirkulation und zu regelmäßigem Puls.
 - Herz-Qi-Schwäche (meist YANG-Qi-Schwäche) führt wegen des Mangels an Antriebskraft zu einem fadenförmigen und schwachen Puls.
 - Herz-Blut-Stagnation führt zu blauer Zunge, blauen Lippen und arrhythmischem Puls.

Bezug zur Gesichtsfarbe:* Im Kopfbereich verlaufen viele Meridiane und viele Gefäße, um zur Versorgung des Gehirns viel Qi und Blut dorthin zu transportieren. Daher kann man wegen der zahlreichen Gefäße im Gesichtsbereich die Herzfunktion an der Gesichtsfarbe erkennen und die Gesichtsfarbe kann die Herzfunktion reflektieren:

- Bei normaler Herzfunktion hat man eine gesunde, rosige, glänzende Gesichtsfarbe.
- Bei Herz-Qi-Schwäche (mit sowohl geringem YIN- wie YANG-Anteil) oder Herz-Blut-Schwäche hat der Patient eine blasse, glanzlose Gesichtsfarbe.
- Bei Herz-Blut-Stagnation hat der Patient eine dunkelblaue Gesichtsfarbe.

Bezug zur Zunge:* „Die Zunge ist der Spross des Herzens“. Die Zunge hat eine Beziehung zu allen 5 parenchymatösen Organen, aber eine besonders enge zum Herzen. Der innere Meridianverlauf des Herzens und sein longitudinales Luo verlaufen bis zur Zunge. Dadurch können das Qi und das Blut des Herzens zur Zunge aufsteigen, um eine normale Funktion, Farbe und Form der Zunge aufrecht zu erhalten:

- Bei normaler Herzfunktion ist der Zungenkörper rot, leicht befeuchtet, zart und flexibel.
- Der Geschmackssinn ist gut.
- Die Berührung ist sensibel (Küssen, Zungenspitze).
- Das Sprechen ist fließend – Sprachimpulse hängen vom SHEN ab.
- Bei Herz-YANG-Qi-Fülle (aufsteigendes-Herz-Feuer) hat die Zunge eine rote Spitze.
- Bei Herz-YANG-Qi-Schwäche ist die Zunge hell, weißlich, zart und geschwollen.
- Bei Herz-Blut-Schwäche ist die Zunge hell.
- Bei Herz-Blut-Stagnation ist die Zunge blau und hat Petechien oder blaue Flecken.
- Bei gestörtem Herz-SHEN ist die Zunge steif, das Sprechen ist undeutlich und es kann sogar zu Aphasie kommen. Beachte beim Stottern noch andere Faktoren.

Beziehung zu Emotionen

Die fünf Emotionen* werden in der TCM den 5 parenchymatösen Organen zugeordnet: Freude → Herz, Zorn → Leber, Trauer und Melancholie → Lunge, Grübeln und Angst → Milz, existenzielle Angst und Furcht → Nieren.

Freude ist das Wesen des Herzens – Freude ist eine positive emotionale Reaktion des menschlichen Körpers auf Reizung durch die Außenwelt. Eine normale und mäßige Freude kann die physiologische Funktion des Herzens fördern, aber plötzliche und übermäßige Freude kann dem Herz-SHEN schaden, d.h. das Herz-SHEN ist dann in einem Überfunktionszustand, der sich in psychischen Störungen mit ständigem Lachen und Ausbrüchen bis zur Manie äußert. Wenn das Herz-SHEN in einem Unterfunktionszustand ist, tritt oft Traurigkeit bzw. Depression auf, da nach der 5-Elemente-Theorie die Kontrolle vom Herz über die Lunge unharmonisch ist. Auch das Erschrecken ist für das Herz-SHEN schädlich. Es kann das Herz-Qi in einen Chaoszustand versetzen; umgekehrt erschrickt der Patient leicht, wenn das Herz-SHEN in einem anormalen Zustand ist. Außerdem kann das Herz-SHEN auch durch anormale emotionale Zustände aller 5 parenchymatösen Organe verletzt werden.