

INHALT

EINLEITUNG.....	7
Energie und Materie	7
Energie und Organfunktionen.....	8
Energiebahnen, Meridiane.....	8
Traditionelle und chinesische Heilkunde	9
Traditionelle chinesische Heilkunde	9
Chronische Krankheiten	9
Psyche	10
Raymedy.....	10
Über die Regulationsregeln.....	11
Yin Yang.....	12
Chi	13
Meridiane und Akkupunkturpunkte	14
Die fünf Elemente und die Metaphern	15
Die Metaphern der Fünf Elemente Lehre	15
Einfluss per Element	16
Die Beziehungen zwischen den Elementen	16
Interaktion zwischen den Elementen	17
Fünf Elemente und die Organsysteme.....	18
Blockaden	19
Welchen Punkt behandeln?.....	21
Fünf Elemente Meridianuhr	22
Die Meridiane.....	24
Holz und der Mensch	25
Die Leber in der westlichen Heilkunst	27
Die Leber in der östlichen Heilkunst	27
Der Lebermeridian	27
Die Leber und ihre psychischen Beschwerden	27
Die Therapie.....	28

Die Leber - Funktion	28
Der Gallenblasenmeridian.....	30
Die östliche Heilkunst.....	30
Die Gallenblasen-Funktion	32
Holzüberschuss (Exzess).....	33
Feuer und die Organe des Feuerorgans.....	37
Der Herzmeridian (Yin).....	37
Der Herzmeridian	38
Der Dünndarmmeridian (Yang)	39
Der Dreifache Erwärmer Meridian (yang).....	41
Feuer und Qualen.....	43
Feuerüberschuss (Exzess).....	44
Der Magenmeridian	49
Der Milz-Pankreas Meridian.....	50
Die chinesische Denkweise	50
Die Organe.....	50
Funktionen des Milz-Pankreas Meridians	51
Emotionen und Milz-Pankreas Energie	51
Hypo-Energie des MP Meridians.....	52
Diagnose und Therapie	52
Der Magen-Meridian (Yang).....	53
Zusammenfassung Erde	54
Erde und Qualen.....	55
Erdüberschuss (Exzess).....	55
Überschuss per Element	56
Metall und der Mensch	57
Der Lungenmeridian.....	59
Der Dickdarm-Meridian.....	62
Metall und die Organe	62
Metall und Qualen Metallmangel (Defizit)	63
Defizit per Element.....	64
Metallüberschuss (Exzess) äußert sich durch:	64
Überschuss per Element	64

Zusammenfassung Metall	65
Wasser und der Mensch.....	68
Der Nierenmeridian.....	69
Der Meridian	70
Der Blasenmeridian	71
Wasser und Qualen	72
Blase (Yang)	73
Wassermangel (Defizit)	73
Defizit per Element.....	73
Wasser.....	73
Zusammenfassung Wasser.....	75
Übersicht der Beziehungen.	77

EINLEITUNG

Das Yin / Yang Prinzip ist das fundamentalste und bekannteste Prinzip der traditionellen chinesischen Heilkunst (TCM). Wir sprechen in der Akupunktur über einen ‚gesunden Menschen‘, wenn Harmonie zwischen Yin und Yang besteht. Eine langanhaltende Störung dieses Gleichgewichts führt zu Krankheiten oder Beschwerden. Das Yin / Yang Prinzip hat jedoch seine Einschränkungen. Es ist so universal, dass es kaum etwas über die konkrete Wirklichkeit aussagt. Die Wirklichkeit des Alltags, des Hier und Jetzt, das Gefühl einer sinnvollen Existenz, über unseren Platz zwischen Himmel und Erde. Die Wirklichkeit der natürlichen Prozesse, die des Aufkeimens, des Wachstums, der Blüte, der Saat, dem Absterben, dem Ruhen und das immer wieder aufs Neue. Die Wirklichkeit von Emotionen, Gedanken und was diese in Bewegung setzen. Die Wirklichkeit der Lebensphasen. Die Wirklichkeit des Essens, der Verdauung, der Aufwärmung, der Ausscheidung, des Atemholens. In unserer medizinischen Tradition kommen der Einfluss der Jahreszeiten, die Kreisläufe in der Natur und Biorhythmen von Krankheit und Gesundheit nicht viel weiter als das Erkennen von Begriffen wie Frühjahrsmüdigkeit und Herbstdepression. Innerhalb der TCM jedoch wurde die Funktionsweise des Menschen in Beziehung zu den Jahreszeiten und der biologischen Uhr ausführlich erforscht. Die Elemente aus dem natürlichen jährlichen Zyklus korrespondieren mit den Organen im menschlichen Körper. Jede Störung dieses natürlichen Zyklus – innerhalb oder außerhalb des Körpers – wird eine Reaktion einer entgegengesetzten Kraft hervorrufen, weil das Gleichgewicht sich wiederherstellen will. Wenn wir wissen, wie dieser Prozess abläuft und wenn wir wissen, wo diese Kräfte wirken, dann können wir dem Körper helfen, das Gleichgewicht schneller zu erreichen. Die TCM hat dazu ein Modell entwickelt. Ein Modell, das von den Dingen in der konkreten Wirklichkeit handelt. Das Modell der ‚Fünf Elemente‘. Die Elemente sind immer in Bewegung und stellen Veränderungsstadien dar, also besser wäre die ‚Fünf Phasen‘.

Energie und Materie

Der Ausgangspunkt aller Methoden energetischer Heilkunst ist, dass wir in einem vibrierenden Universum leben, das größtenteils als Folge von Interaktionen von Energie und den daraus entstehenden Wellenformen entstanden ist und aus dieser Interaktion dieser Wellenformen ist unsere physische Welt entstanden. Die physische Wirklichkeit ist also die sichtbare Interaktion von Wellenformen auf allen Niveaus. Wie das passiert, versuchen Wissenschaftler noch immer exakt und bis ins Detail zu verstehen. Denken Sie an die Experimente mit dem Large Hadron Collider des Cern, aber es gibt einige gut entwickelte Modelle, sowohl in der Physik als auch in der Metaphysik, die kombiniert werden können und die dabei helfen, ein Verständnis oder ein Bild der wahren Art unserer Wirklichkeit zu erlangen.

Energetische-Heilkunde basiert auf der Verbesserung, Manipulation oder Stimulation der Energieströme in unserem Körper und um die Kohärenz der Energien im menschlichen Körper wiederherzustellen, sodass harmonische Interaktionen, sowohl energetisch als auch physiologisch, wieder stattfinden können. Um zu verstehen, wie das ablaufen kann, ist ein Verständnis der Struktur und Funktion der primären energetischen Systeme des menschlichen Körpers notwendig:

1. Das Chakren-System,
2. Das Akupunktur/Meridianen-System. Diese Energiesysteme beeinflussen einander konstant. Sie stehen miteinander in Verbindung. Man kann sagen, dass jedes Chakra die Wirksamkeit eines oder mehrerer Meridianen-Paare koordiniert.

In Übereinstimmung mit dem Charakter der chinesischen Denkweise kann man sagen, dass der Mensch ein Organismus ist, bestehend aus Aspekten aus zwei verschiedenen Dimensionen, sowohl materieller als auch spiritueller Art. Geist und Emotionen sind nicht weniger einflussreich in ihrer Vision auf die Gesundheit als der Zustand des physischen Körpers.

Die Anatomie und Physiologie, wie diese in der modernen Medizin unterrichtet werden, basiert auf wissenschaftlichen Experimenten und wird momentan von den meisten Ärzten als vollständige Erklärung der Struktur und Funktion des menschlichen Wesens akzeptiert. Während die heutige wissenschaftliche Kenntnis unserer physischen Art tatsächlich viel darüber aussagt, wodurch wir krank werden und vielleicht als rationale Basis für die Behandlung unserer Krankheit dient, gibt es noch viele Wahrnehmungen, die nicht durch diese Theorien und Modelle erklärt werden, so wissenschaftlich sie auch sind.

Energie und Organfunktionen

Tragen Sie das Herz schon mal auf der Zunge? Oder können Sie voll Feuer über etwas sprechen? Dann wird Ihnen sicher auch einmal etwas über Ihre Leber gelaufen sein. Die deutsche Sprache kennt einige Ausdrücke, die wunderbar in die Lehre der Elemente passen würden. Um deutlich zu machen, dass Organe und Energie zueinander gehören, geben wir gerne ein Beispiel: Menschen, die Morgenmuffel sind, kommen morgens schlecht in die Gänge und sind schnell reizbar. Laut der Lehre der fünf Elemente gehört die Energie des Morgens zum Element Holz. Die Emotion, die bei Holz auftritt, ist Zorn oder Reizbarkeit. Das Organ, das wiederum dazu gehört, ist die Leber. Indem die Energie der Leber in Bewegung gesetzt wird, wird die Störung des Gleichgewichts aufgehoben und der Patient bekommt vielleicht eine ganz andere Sichtweise auf das Leben, sodass das Aufstehen nicht mehr so viel Mühe kostet.

Energiebahnen, Meridiane

Die Meridiane, wie in der Literatur der traditionellen chinesischen Naturheilkunde (TCM) beschrieben, sind Energiekanäle, die per Organfunktion die dazugehörigen Akupunkturpunkte miteinander verbinden. Westliche Akupunkturisten arbeiten als Synonyme oft mit den Ausdrücken Funktionskreise oder Energiebahnen. In der Literatur und der Anleitung der i-Health Module nutzen wir den Begriff Meridian. Für ein gutes Verständnis der Lokalisierung von Beschwerden ist es ratsam, den Verlauf der Meridiane zu kennen, genau wie die wichtigsten Behandlungspunkte pro Meridian (Tonisierungs-, Sedierungs- und Massagepunkte) und deren Beziehung zu den fünf Elementen.

Traditionelle und chinesische Heilkunde

1. Westliche Medizinwissenschaft. Die westliche Medizinwissenschaft hat sich zu einer äußerst modernen und effizienten Wissenschaft entwickelt. Mit mikroskopischer Präzision werden immer mehr Geheimnisse des Körpers und der biochemischen Prozesse, die sich darin abspielen, gelüftet. Die Kenntnisse auf medizinischem Gebiet sind enorm und breiten sich täglich weiter aus. Dennoch besteht bei einer wachsenden Anzahl Patienten ein Gefühl von Unzufriedenheit, weil die Behandlung ihrer Beschwerden oft auf die Bekämpfung der (chronischen) Krankheit und ihrer Symptome beschränkt bleibt und nicht die persönliche Erfahrung der Krankheit als Ausgangspunkt der Behandlung nimmt. Es ist, trotz allem Fortschritt, noch so wenig über die komplexe Wechselwirkung zwischen psychischen und körperlichen Prozessen bekannt, dass der Zusammenhang nicht immer erkannt wird. In der westlichen Medizinwissenschaft gibt es eine deutliche Trennung zwischen dem Verrichten von medizinischen Eingriffen und dem Verschreiben von Medikamenten auf der einen Seite und dem Verweis auf Ärzte, die sich mit dem Geist beschäftigen, auf der anderen Seite. Wir kennen daher auch eine große Diversität an Spezialisten: Kardiologen, Internisten, Chirurgen, Neurologen, etc. einerseits und Psychiater, Psychologen und Psychotherapeuten andererseits. Jeder Teil des Körpers wird separat angeschaut, die Messwerte des EKG, Labor, Röntgen, Ergometrie, u.a. gehen zum behandelnden Spezialisten, der damit die organischen Veränderungen und die Therapie festlegt.

Traditionelle chinesische Heilkunst

Weil die traditionelle chinesische Heilkunst das Wohlbefinden des Menschen zentral stellt und die Krankheit nicht als ein selbstständiges Phänomen betrachtet, hat diese Behandlungsweise einen deutlich anderen, holistischen, Ausgangspunkt, die den Menschen in seiner Vielseitigkeit als eine Einheit sieht. Bei der Auffassung einer pragmatischen, modernen Sichtweise geht man von einem Synergiemodell aus. Das bedeutet, ein Modell, in dem östliche Heilkunde wie TCM und Ayurveda mit westlicher allopathischer und naturopathischer Heilkunde zusammenarbeitet, wobei der Nachdruck auf den gegenseitig ergänzenden = komplementären Charakter beider Richtungen gelegt wird. Bei der Analyse spielen Klima, Ernährung, soziale Umstände, emotionaler Zustand etc. eine Rolle. Mit diesen Daten stellt der chinesische Arzt eine energetische Entgleisung und ein Ungleichgewicht fest.

Chronische Krankheit

Vor allem chronische Beschwerden sind bedenklich. Anfang der neunziger Jahre war 12% unserer Bevölkerung chronisch krank. Jetzt sind das laut RIVM ca. 30%. Dieser Anstieg wurde mitunter durch eine frühere und bessere Diagnostik verursacht. Typische Beispiele sind Rheuma, Asthma- und Diabetespatienten. Die westliche Herangehensweise von chronischen Leiden richtet sich hauptsächlich auf die Symptombekämpfung und kann angesichts des starken Wachstums nicht als erfolgreich betrachtet werden. Außerdem leiden 12% der chronisch kranken Menschen unter Multi-Morbidität; Die chinesische Heilkunde und Ayurveda versuchen den Komplex von möglichen Ursachen zu verstehen und zu behandeln

Aantal chronisch zieken neemt toe

Publicatiedatum: 14-11-2013
Wijzigingsdatum: 11-04-2014

In de afgelopen 8 jaar is het aantal mensen met één of meer chronische ziekten met 17% gestegen. In 2011 hadden in totaal 5,3 miljoen Nederlanders een chronische ziekte. Vooral onder ouderen komen chronische ziekten vaak voor. De stijging van de laatste jaren is echter zichtbaar binnen alle leeftijdsgroepen.

Ook meer mensen met meerdere ziekten

Het aantal mensen met multimorbiditeit is, met 26%, nog harder gestegen. Er is sprake van multimorbiditeit als iemand tijdens een bepaalde periode meer dan één chronische ziekte heeft. In totaal is bij 1,9 miljoen Nederlanders sprake van multimorbiditeit. Ook internationaal zijn er aanwijzingen dat multimorbiditeit stijgt.

Reichsinstitut f. Volksgesundheit und Umwelt, NL: Die Anzahl chronischer Krankheiten nimmt zu

Veröffentlichungsdatum: 14-11-2013

Änderungsdatum: 11-04-2014

In den letzten 8 Jahren hat die Anzahl Personen mit einer oder mehreren chronischen Krankheiten um 17% zugenommen. 2011 hatten insgesamt 5,3 Millionen Niederländer eine chronische Krankheit. Vor allem bei Älteren kommen chronische Krankheiten öfter vor. Der Anstieg der letzten Jahre ist jedoch in allen Altersgruppen sichtbar.

Auch mehr Menschen mit mehreren Krankheiten

Die Anzahl Personen mit Multimorbidität ist mit 26% noch stärker angestiegen. Es ist die Rede von Multimorbidität, wenn jemand während eines bestimmten Zeitraums mehr als eine chronische Krankheit hat. Insgesamt bei 1,9 Millionen Niederländern spricht man von Multimorbidität. Auch international gibt es Andeutungen, dass die Multimorbidität steigt.

Psyche

Weil sowohl der chinesische als auch der Ayurveda Arzt alles in sich aufnimmt, was er wahrnehmen kann, der Mensch in seinem Ganzen, hat er schon lange die künstliche Teilung des Individuums in Psyche und Körper als unbegründet hinter sich gelassen. Sobald er das Energiemuster feststellt, kommt er zu einer chinesischen Diagnose gemäß einer der ältesten Heilkundetraditionen.

Raymedy

Das Raymedy-System macht die energetische Diagnose auch möglich und sehr einfach zugänglich für einfach geschulte Wissenschaftler, Ärzte und Therapeuten, ohne, dass eine jahrelange Ausbildung und praktische Erfahrung notwendig sind. Auch die Kontrolle von Effekten der Behandlung werden vertrauenswürdig und exakt möglich, dargestellt in Grafiken und festgelegt in einem Computersystem.

Die chinesische Heilkunde und moderne energetische Heilkunde wird schnell begriffen, wenn man die Meridiane wie folgt betrachtet:

1. Das Netzwerk der Meridiane funktioniert wie ein elektronisches Netzwerk.
2. Das elektronische Netzwerk folgt bestimmten Routen, die als der Verlauf der Meridiane bekannt sind.
3. Das Netzwerk hat Sensoren zur Messung (Monitoring) der Ausführung der vegetativen Funktionen.

4. Das Netzwerk transportiert Daten und Energie in der Form von Elektronen und Photonen, also elektromagnetische Wellen, wie pulsierende Magnetwellen und Licht.
5. Es verteilt Energie und Informationen zur Regulierung der vegetativen Funktionen.
6. Die Verteilung der Energie und Information über das Netzwerk erfolgt gemäß den Regeln, die als Metaphern aus der chinesischen Heilkunde bekannt sind.
7. Die Regulations-Regeln, besser ist es, um von Regulations-Mechanismen zu sprechen, sind bekannt unter einigen Namen:
 - a. Yin- und Yang, das Prinzip der andauernden Bewegung.
 - b. Chi: die Art der Energie
 - c. Die Lehre der Fünf Elemente unterteilt in
 - I. Die Beschreibung jedes gesonderten Elements
 - II. Die Beziehungen zwischen den Elementen
 - III. Der Nährzyklus und der Kontrollzyklus
 - IV. Die 5 Elemente und die Organe
 - V. Die Beschreibung eines jeden Meridians

Über die Regulationsregeln

Außer innerhalb der TCM findet man das Erklärungsmodell der 5 Elemente auch im Taoismus, dem i Ching, Feng Shui, der chinesische Astrologie, Tai Qi und Qi Gong wieder. Diese Elemente sind Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser und werden als fundamentale Lebensprozesse betrachtet. Diese Elemente sind interaktiv, gemeinsam regulieren sie unsere tägliche Funktion. Der Einfluss der fünf Elemente verläuft parallel zu den Jahreszeiten (wobei der Sommer in zwei Jahreszeiten unterteilt wird): Frühling, Sommer, Spätsommer, Herbst und Winter. Die fünf Elemente beziehen sich nicht nur auf die physische Gesundheit, sondern auch auf das Temperament und die Persönlichkeit; Man ist selbst ein Elementtyp, man hat in seiner Familie mit anderen oder gleichen Elementtypen zu tun, ein bestimmtes Element auf Grund der Jahreszeit, das Alter korrespondiert mit einem bestimmten Element, usw. Das Konzept der fünf Elemente bedient sich metaphorischer Korrespondenzen. Nehmen Sie beispielsweise eines der Elemente: Holz. Das wird mit einer Vielzahl von Dingen assoziiert, wobei die typische Holzeigenschaft des Wachstums und der Entfaltung zentral stehen. Dazu gehört das Frühlingsgrün, das aus dem Boden schießt und in die Blüte kommt und in ein paar Wochen die graue Winterwelt in eine große, grüne Weide verwandelt. Auch die Leber hat, als Lieferant von Energie mit Aktion, Erneuerung, Wachstum und Entfaltung zu tun; Mit dem Vermögen, die persönliche Entwicklung strukturiert und harmonisch zu gestalten, die dem Leben eine sinnvolle Richtung verleiht. Wenn Holz feucht ist, gut von seiner Mutter, dem Element Wasser, genährt, dann sind die Muskeln und Gliedmaßen kräftig, schmiegsam und flexibel. Wenn die Gliedmaßen schmiegsam sind, ist die Persönlichkeit auch schmiegsam und es ist eher unwahrscheinlich, eine Qi (Energie) Stagnation zu erleiden. Aus diesen Metaphern ist der Zusammenhang zwischen Mensch und Natur leicht zu begreifen. Es ist wichtig, zu verstehen, dass es hier um natürliche Gesetzmäßigkeiten geht, die uns zu Harmonie, Erfolg, Glück und Gesundheit führen können, solange wir diese Gesetzmäßigkeiten respektieren.

Yin Yang



Das Yin/Yang Zeichen steht für zwei dynamische, gegenübergestellte Kräfte, die einander im Gleichgewicht halten. Yang ist das sich ausdehnende, extrovertierte, explodierende, männliche, aktive Prinzip.

Physiologisch

betrachtet ist es die katabole Reaktion oder Lichtreaktion, gesteuert vom Sympathikus.

Yin ist die Anziehungskraft, die zusammenziehende, implodierende Kraft, Schwerkraft, das weibliche und empfangende Prinzip. Physiologisch betrachtet ist es die anabole oder Dunkel-Reaktion, reguliert durch den Para-Sympathikus. Laut der traditionellen chinesischen Weltanschauung besteht der Ursprung des Universums aus Tao: der Quelle, dem Ursprung der Energie und Gesetzmäßigkeiten. Von dort entwickeln sich die Polaritäten Yin und Yang, wie Tag und Nacht, Sonne und Schatten. Die Wechselwirkung zwischen diesen zwei Urkräften wird Qi genannt. Die Logis, dass man alles in Zusammenhang mit dem Ganzen begreifen kann, formt die Basis der traditionellen chinesischen Weltanschauung. Alles um uns herum, die Dinge, unsere Gedanken und unsere Gefühle stehen in dauerhafter Wechselwirkung mit diesen Kräften. Es gibt eine andauernde Bewegung, Einseitigkeit bringt Stagnation und nichts ist unveränderlich. Nach dem Tag folgt unmittelbar die Nacht. Diese Yin Yang Beziehung hat 4 wichtige Aspekte, die den Kern der chinesischen Denkweise und der medizinischen Tradition bilden;

1. Die Opposition von Yin und Yang. Yin und Yang sind gegenübergestellte Kräfte, denen nichts und niemand entfliehen kann. Diese Opposition ist außerdem relativ. Damit meint man einerseits, dass nichts komplett Yin oder komplett Yang sein kann und andererseits immer in Relation zu etwas Anderem gesehen werden muss.
2. Yin und Yang sind gegenseitig voneinander abhängig, durch ein andauerndes und dynamisches Anpassen des Niveaus von entweder Yin oder Yang. So wird das Gleichgewicht zwischen Yin und Yang in Balance gehalten.
3. Yin und Yang sich durch kontinuierlich regulieren und dynamisch den Grad der entweder Yin oder Yang einzustellen. Dies geschieht, um zu versuchen, das Gleichgewicht zwischen Yin und Yang zu balancieren.
4. Die gegenseitige Transformation von Yin zu Yang und von Yang zu Yin. Um zu dieser Veränderung zu gelangen, sind s einerseits innere Konditionen und die beeinflussenden äußeren Faktoren notwendig. Auf der anderen Seite muss die Zeit dafür auch reif sein. Gesundheit bedeutet, dass es ein Gleichgewicht zwischen Yin und Yang gibt. Krankheit bedeutet, dass einer der beiden vorherrscht oder schwach ist. In der chinesischen Heilkunde kommt es darauf an, den schwächeren Pol zu stärken und den stärkeren Pol zu bremsen.

Harmonie, Gleichgewicht. Der weiße Punkt im schwarzen Bereich des Yin/Yang Zeichens und der schwarze Punkt im weißen Bereich geben an, dass etwas niemals komplett Yin und niemals komplett Yang ist. Es bedeutet auch, dass es einen Drang gibt, einander zu ergänzen oder Harmonie zu suchen. Der Grad der Harmonie bestimmt mitunter den Gesundheitszustand des Menschen. Denn der Körper strebt immer auch nach Homöostase, dem Bestreben, das interne Milieu durch sich gegenseitig ergänzende und gegensätzliche Komponenten so gleichmäßig wie möglich zu halten. We die Beuge- und Streck-Muskulatur zusammen eine Bewegung koordiniert; oder die Insulin-Adrenalin-Wirkung, die unter anderem den Blutzuckerspiegel bestimmt; oder die Natrium-Kalium-Pumpe, die unter anderem für die Nervenbahnen verantwortlich ist.

陰	陽
Yin (weiblich)	Yang (männlich)
Erde	Himmel
Mond	Sonne
Dunkel	Licht
Greifend	Feurig
Empfänglich	Beweglich
Winter	Seltsam
Sanft	Stark
Kalt	Männlich
Sowohl rau als auch flach	Aktiv
	Sommer

Chi



Das Symbol für Chi oder Qi:

Das gesamte Universum – alles, was wir eventuell sehen können – ist das Ergebnis der allumfassenden Lebenskraft, Qi genannt. Das wird vom chinesischen Zeichen Qi wiedergegeben, was bedeutet, dass der kochende Reis (materiell) und der aufsteigende Dampf (immateriell) zusammen eine Einheit von in einander übergehende Kräfte.

Alles Sichtbare/tastbare hat also sein unsichtbares/ nicht tastbares Gegenstück.

Woher kommt unser Qi? Unser wahres Qi (Zhen-Qi), das ist unser normales Körper-Qi, das noch nicht in die verschiedenen Sorten oder für bestimmte Aufgaben genutztes Qi verteilt wurde, hängt von 3 Quellen ab; 1 Dem Yuan-Qi, das ursprüngliche Qi, auch pränatales Qi genannt, ist das Qi, das wir von unseren Eltern bei der Befruchtung erhalten. 2 Das Gi-Qi oder Getreide-Qi erhalten wir aus dem, was wir essen und trinken. 3 Das Zong-Qi oder Luft-Qi wird durch unsere Einatmung erhalten. Das Zhen-Qi manifestiert sich im Körper in zwei Formen, nämlich: dem Ying-Qi oder nährendem Qi und dem Wei-Qi oder beschützendem, abwehrendem Qi.

Meridiane und Akupunkturpunkte

Das Ying Qi zirkuliert laut der TCM in Meridianen. Diese Bahnen kann man als Energieleitungen auffassen und formen ein Netzwerk auf dem Rumpf, den Armen, Beinen und dem Kopf; sodass jeder Teil des Körpers mit Qi versorgt wird. Jeder Meridian ist mit einem bestimmten Organ und mit einem Organsystem verbunden, woran er seinen Namen entlehnt. Von jeder Art Meridian gibt es zwei, einen links und einen rechts, die des andern Spiegelbildes sind (mit einigen Ausnahmen). Jeder Meridian beginnt oder endet an der Hand oder dem Fuß. Der Endpunkt des einen Meridian liegt nahe dem Anfangspunkt des anderen, sodass das Ying-Qi als konstanter Strom durch den gesamten Körper fließen kann. Die Energie des Lungenmeridians strömt danach in den Dickdarm-Meridian, dann in den Magen-Meridian usw. Auf den Meridianen liegen verschiedene Akupunkturpunkte. Die Punkte können sowohl genutzt werden, um eine Diagnose zu stellen (beispielsweise: Tut es weh, wenn ich da drücke?), als auch um eine Therapie anzuwenden.

Die Therapie hat als Ziel, eine Gleichgewichtsstörung im Fluss des Qi wiederherzustellen. Es geht dabei sowohl um die Menge an Energie als auch um die Harmonie zwischen den Energie- und Informationswellen untereinander. Das heißt auch Kohärenz.

Die Existenz von Meridianen und Akupunkturpunkten wurde in vielen Studien nachgewiesen. Siehe beispielsweise die Veröffentlichung von Kwang-Sup soh, 2004: Bonghan Duct und Acupuncture Meridian as Optical Channel of Biophoton.



Phase Kontrastfoto von einem Bonghan Kanal 1

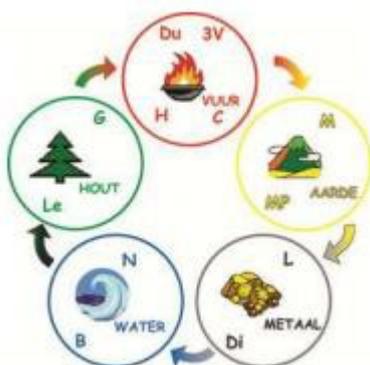
Mit dem i-Health System wird der Energiestrom gemessen, indem der Widerstand bestimmt wird, der ein Strom Elektronen um Netzwerk der Meridiane erfährt.

Die fünf Elemente und ihre Metaphern

	<p>Holz</p> <p>Typischer Mensch</p>	<p>Die Aufwärtsenergie der Sonne am frühen Morgen, das blühende Blatt im Frühling. Holz wird von Bäumen und Sträuchern produziert und vermehrt sich mit der Zeit. Dazu ist Wasser nötig mit darin aufgelösten Nährstoffen. Die Leber ist für die Produktion und Speicherung von für den Körper unverzichtbaren Stoffen verantwortlich.</p>
	<p>Feuer</p> <p>Typischer Mensch</p>	<p>Der Sommer, die Tagesmitte, in der die Sonne am höchsten steht und sich von Osten nach Süden bewegt. Feuer verbreitet Wärme und hat Brennstoff (Holz) nötig. Das Herz verbreitet Energie mit den Nährstoffen für die Organe und den Kreislauf.</p>
	<p>Erde</p> <p>Typischer Mensch</p>	<p>Der Herbst, eine sinkende Sonne, die Erd-Energie zur Person oder zur Wohnung strahlt. Die Erde nimmt alles auf, was lebt und stirbt, was verbrannt ist (Feuer). Die Milz und der Pankreas (Bauchspeicheldrüse) zersetzen die aufgenommene Nahrung und speichern diese als Reserve.</p>
	<p>Metall</p> <p>Typischer Mensch</p>	<p>Der Herbst, die untergehende Sonne, die die Erde erwärmt und Energie speichert. Die gesammelten Mineralien in der Erde geben den Eindruck von Härte und Abwehr, bis sie ins Grundwasser aufgenommen werden. Die Lunge produziert die Abwehrenenergie, indem sie die Atemenergie und die Nahrungsenergie miteinander vermischt (auflösen).</p>
	<p>Wasser</p> <p>Typischer Mensch</p>	<p>Der Winter oder die Nacht. Obwohl alles ruhig scheint, findet auch hier eine Strömung von Energie statt. Wenn die Mineralien aus der Erde ins Grundwasser aufgenommen werden, sind sie wieder für die Nahrung von Bäumen und Sträuchern (Holz) dienlich. Die Niere sorgt für die Ausscheidung von Flüssigkeiten mit darin enthaltenen Abfallstoffen, die für die uns umgebende Natur wieder als Nahrung dient.</p>

Die Metaphern der Lehre der fünf Elemente

Die Metaphern der Lehre der fünf Elemente helfen, den Energiestrom durch den Körper zu begreifen und sie bieten einfache Regeln für die Regulation von Energie. Der Ernährungs- oder produktive (Sheng) Kreislauf ist wie folgt: Wasser nährt Pflanzen und Bäume: produziert Holz, Holz nährt Feuer, das es danach zu Asche verbrennt, um Erde zu bilden, Erde ist die Quelle, die Mutter von Metall. Metall kann zu Wasser kondensiert oder zu flüssigem Material oder Wasser geschmolzen werden. Die Elemente nähren einander, unterstützen einander und entstehen aus einander in einem zyklischen Zusammenhang. Darum wird dies der produktive Zyklus von Mutter und Kind genannt.



Kontrollzyklus. Der Sheng Zyklus wird durch den Ko-Zyklus kontrolliert, der eine rückkoppelnde Funktion bei Energie-Exzessen, Blockaden oder Mängeln hat. Darin haben die Elemente eine Großmutter-Enkel-Beziehung: Wasser löscht Feuer, Feuer schmilzt Metall, Metall hackt Holz, Holz (Wurzeln und Pflanzen) überwuchern die Erde und das Wasser wird von der Erde absorbiert.

Einfluss per Element

	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Nährt	Feuer	Erde	Metall	Wasser	Holz
Beherrscht	Erde	Metall	Wasser	Holz	Feuer
Schaltet aus	Metall	Wasser	Holz	Feuer	Erde
Tötet	Wasser	Holz	Feuer	Erde	Metall

Die Beziehung zwischen den Elementen

Dieser Abschnitt wurde als Hilfe geschrieben, um Einblicke in die vielen möglichen Wechselwirkungen zu erhalten. Poetische Sprache, mit praktischen Bedeutungen. Ein Begriffskader, das entstanden ist, um Erfahrungen von der einen Generation zur anderen zu übertragen.

Die Beziehungen zwischen den Elementen sind von größtem Belang, weil sie im chinesischen System den Zusammenhang der Schöpfung wiedergeben. Die fünf Elemente sind keine unterschiedlichen, separaten Energien, sondern eine einzige kosmische Kraft, die sich in fünf Yin/Yang Stadien in der Welt unterscheidet. Wachstum wird notwendigerweise durch Kontrolle eingedämmt, weswegen die beiden Zyklen der Produktion und Kontrolle. Die fruchtbarste ist die Mutter-Beziehung, die die Sohn-Beziehung schützt und pflegt. Die Beziehung Mutter-Sohn: Es ist folglich dieser natürlichen Folge, dass ein Element verschwindet, indem es sein eigenes Leben einem Nachfolger übergibt. Das Holz nährt das Feuer, das Asche (Erde) produziert. Im ihrem Innersten schenkt die Erde Metall das Leben, welches Flüssigkeit werden kann (Wasser). Das Wasser wiederum lässt das Holz wachsen und der Kreislauf wiederholt sich. Es gibt Umstände, in denen die Mutter eine schützende Rolle auf sich nimmt: Sie kommt ihrem Sohn zur Hilfe, wenn dieser von Unterdrückung überwältigt wird, charakterisiert in der zweiten Beziehung. In diesem Moment spricht man von einer ‚Antwort‘.

Element	Mutter	Sohn	Freund	Feind
Holz	Wasser	Feuer	Erde	Metall
Feuer	Holz	Erde	Metall	Wasser
Erde	Feuer	Metall	Wasser	Holz
Metall	Erde	Wasser	Holz	Feuer
Wasser	Metall	Holz	Feuer	Erde

Wenn ein drittes Element auftaucht, kann dies den Prozess verändern; Feuer fällt Metall an, aber Wasser löscht Feuer und kommt daher dem Metall zu Hilfe. Wasser löscht Feuer, aber Erde, die Wasser absorbiert, kommt dem Feuer zu Hilfe; Das ist die Beziehung der Kontrolle; „Die Feinde meiner Feinde sind meine Freunde“. Auf der anderen Seite wird der Sohn eines Elements verhindern, dass dieses von einem anderen Element überwältigt wird, indem er es unterstützt: Wasser greift Feuer an, aber Holz bringt Feuer fort und bestärkt somit Feuer, was darin endet, dass der Prozess beendet wird. Tatsächlich kann Wasser es nicht gegen Holz aufnehmen, was dessen Sohn ist. Das ist der Prozess der Unterbrechung.

	Setzt die Energie in Bewegung von:
Grün	Leber
Rot	Herz
Gelb	Milz
Weiß	Lunge
Schwarz	Nieren

Fühlen korrespondiert mit dem Feuer, dessen Qualität das ‚Ausbreiten‘ ist; Das in Betrieb setzen. Die Gefühls- und klimatologischen Umstände haben also eine spezifische Wirkung auf das dazugehörige Organ:

	Lässt die Energie zirkulieren von:
Der Wind	Leber
Die Hitze	Herz
Die Feuchte	Milz
Trockenheit	Lunge
Kälte	Nieren

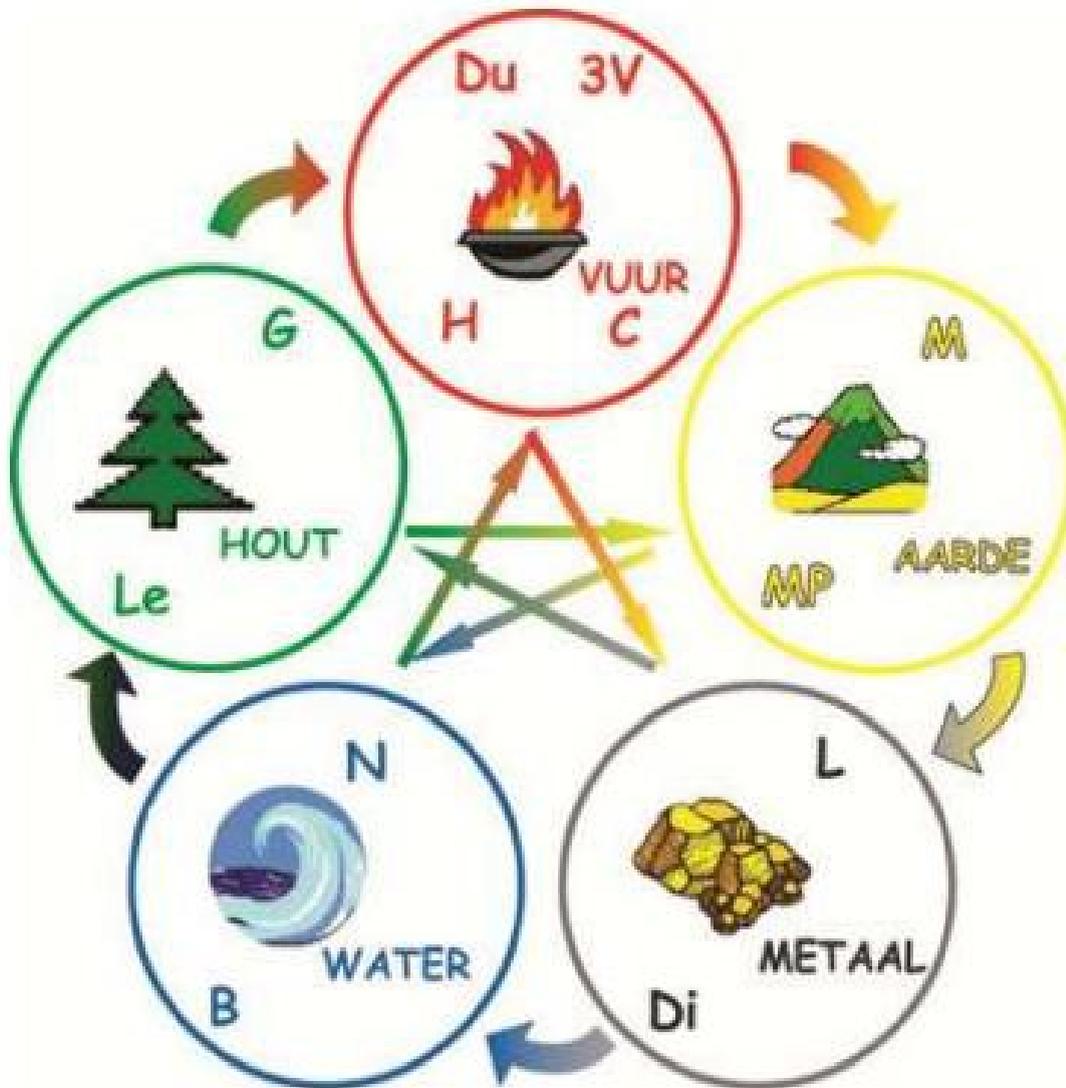
Der Geschmack stimmt mit der Erde überein, deren Qualität die Verteilung ist:

	Verteilt die Energie von:
Sauer	Leber
Bitter	Herz
Süß	Milz
Scharf	Lunge
Salzig	Nieren

Der Geruch stimmt mit dem Metall überein, dessen Qualität das Sammeln, das nach innen richten ist:

	Verursacht die Sammlung von Energie in:
Das Ranzige	Leber
Das Verbrannte	Herz
Das Parfümierte	Milz
Das Saure	Lunge
Das Salzige	Nieren

Fünf Elemente und die Organsysteme



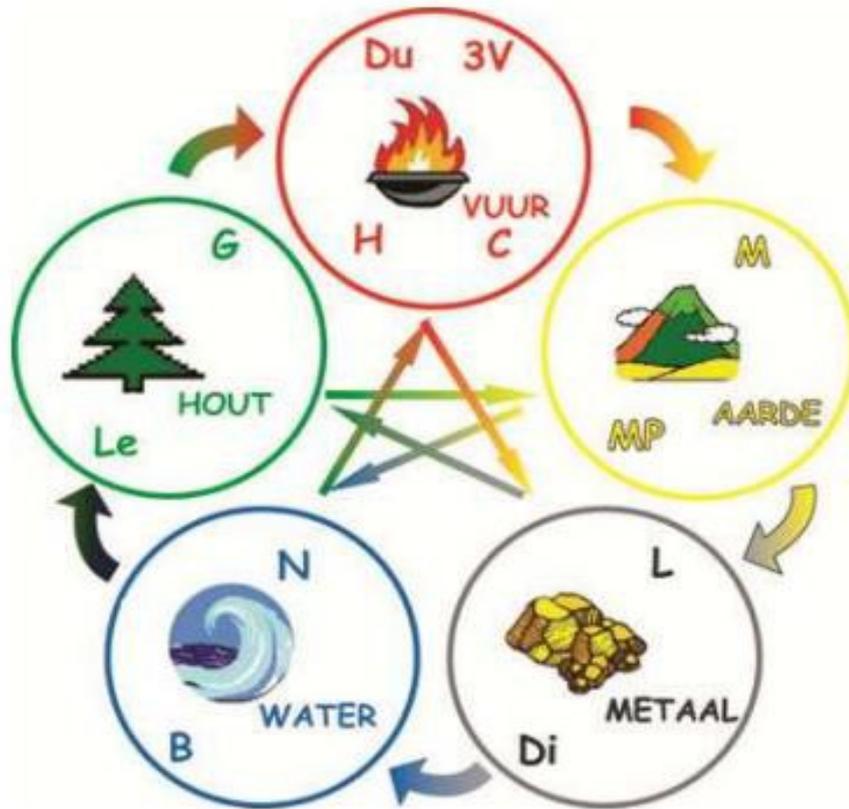
	Meridian	Meridian-Organfunktionen	+ Merkmal	Emotion	+ Energie	-Energie
L	Lunge	Immunsystem*), Haut	Intellekt	Verdruss	Depression	Ruhelosigkeit
DI	Dickdarm	Lymphsystem	Kontakt	Rigide	Abhängigkeit	Traurig
M	Magen	Regulation des Säuregrads	Kreativ	unbesorgt	Schizophren	Süchtig
MP	Milz-Pankreas	Vegetativum, Stoffwechsel	Neugierig	Kein Selbstvertrauen	Ungeduld	Neurose
H	Herz	Emotionales Zentrum	Aufgeweckt	Verletzt	Manie	Melancholie
DU	Dünndarm	Psyche, Stimmungen	Fantasie	Verletzlich	Hysterie	Frustration
B	Blase	Sexualität, Wirbelsäule	Vital	Entschlossenigkeit	Aggression	Verdrängung
N	Nieren	Regulation, Flüssigkeiten, Elektrolyte	Starker Wille	Angst	Sorgen	Angst
C	Kreislauf	Blutkreislauf, Vitalität	Motivation	Unterdrückte Emotion	Belastung	Sorge
3v	3-facher Erwärmer	Endokrin, Hormonsystem	Ambition	Schweremütig	Hass	Ungunst
Li	Lever	Stoffwechsel	Nachdenklich	Böse	Schuldgefühl	Wut
G	Gallenblase	Kohlenhydratstoffwechsel	Sensibel	Frustration	Kummer	Drift

*) Das Immunsystem besteht nicht im TCM Denken. Bei Raymedy haben wir nach diesem Term gesucht und diesen an die Lungenenergie gekoppelt, weil dieser Meridian eine sehr gute Warnfunktion erfüllt. Die meisten Akupunkturisten verstehen jedoch, dass alle fünf Yinorgane zusammen das Immunsystem bilden.

Blockaden

Wir haben bereits gesehen, dass es Beziehungen wie Großmutter, Mutter, Sohn, Freund und Feind gibt. Wenn wir eine zu hohe oder zu niedrige Energie behandeln müssen, sind diese Beziehungen wichtig. Die Elemente innerhalb der 5 Phasen folgen einander wie die Zeiger einer Uhr, rechtsherum. Das gilt auch für den Energiefluss in mit diesen Phasen verbundenen Organen und dem darauf eingestellten Meridiansystem. Die rechtsdrehende Bewegung ist die aktivierende Bewegung; Die linksdrehende Bewegung ist die bremsende Bewegung. Die aufeinanderfolgenden Phasen (Organe) beeinflussen einander auf solche Art, dass der Mensch von der Mutter-Sohn-Beziehung spricht.

Das beinhaltet, dass die aufeinanderfolgenden Phasen (Organe) einander gegenseitig beeinflussen. Dabei gibt es verschiedene Möglichkeiten: Idealerweise gibt es eine gegenseitige Harmonie zwischen Mutter und Sohn, oder: Es gibt Disharmonie zwischen Mutter und Sohn in der rechtsdrehenden Bewegung: Die Mutter stört den Sohn im Sheng-Zyklus:



-
- Holz ist schwach, wodurch Feuer zu wenig genährt wird
- Feuer ist schwach, wodurch Erde zu wenig genährt wird
- Erde ist zu schwach, wodurch Wasser zu wenig genährt wird
- Metall ist zu schwach, wodurch Wasser zu wenig genährt wird
- Wasser ist zu schwach, wodurch Holz zu wenig genährt wird

ODER

- Holz ist zu stark, wodurch Feuer zu viel befeuert wird
- Feuer ist zu stark, wodurch Erde zu viel angereichert wird
- Erde ist zu stark, wodurch Metall zu viel angereichert wird
- Metall ist zu stark, wodurch Wasser zu viel angereichert wird
- Wasser ist zu stark, wodurch Holz zu viel angereichert wird

Eine Disharmonie zwischen Mutter und Sohn in der linksdrehenden Bewegung im Sheng-Zyklus: Der Sohn stört die Mutter im Sheng-Zyklus (=umgekehrter Sheng-Zyklus)

- Feuer ist zu schwach, wodurch Holz zu viel angereichert wird
- Holz ist zu schwach, wodurch Wasser zu viel angereichert wird
- Wasser ist zu schwach, wodurch Metall zu viel angereichert wird
- Metall ist zu schwach, wodurch Erde zu viel angereichert wird
- Erde ist zu schwach, wodurch Feuer zu viel angereichert wird

Oder

- Feuer ist zu stark, wodurch Holz blockiert wird
- Holz ist zu stark, wodurch Wasser blockiert wird
- Wasser ist zu stark, wodurch Metall blockiert wird
- Metall ist zu stark, wodurch Erde blockiert wird
- Erde ist zu stark, wodurch Feuer blockiert wird

Die Konsequenz von oben genanntem ist, dass die aktivierende Bewegung im Sheng-Zyklus Anlass zur sogenannten tonisierenden Regel der Mutter-Sohn-Beziehung gibt. Im Sheng-Zyklus ist die rechtsdrehende Bewegung also die aktivierende, beziehungsweise bestärkende Aktivität. Wasser aktiviert Holz, Holz aktiviert Feuer etc. Wasser wird in diesem Fall die ‚Mutter‘ genannt, Holz wird der Sohn genannt. Innerhalb dieser Regeln ist die Mutter immer dazu geneigt, Energie an den Sohn abzugeben. Will man also eine Phase oder ein Organ (sprich, den Sohn) tonisieren, dann muss man die Mutter stärker, kräftiger machen und somit tonisiere. (In der Praxis tonisiert man oftmals beide). Die linksdrehende Bewegung, die bremsende Bewegung im Sheng-Zyklus gibt Anlass zur sogenannten Sedierungs-Regel der Mutter-Sohn-Beziehung. Der Sohn entzieht dabei der Mutter Energie, die darauffolgende Phase (Organ) ist also zu stark, sprich ist ein schwächender

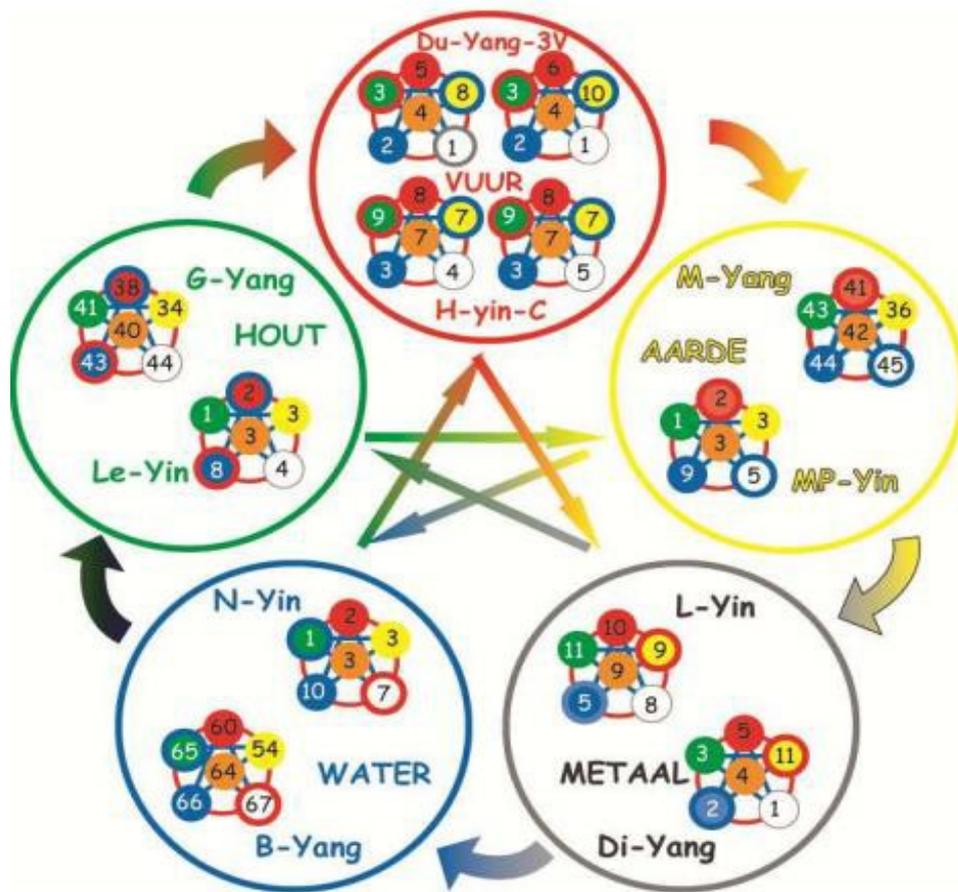
Aspekt für die Mutter. Das Holz nutzt/verbraucht das Wasser also beispielsweise zu stark. Will man nun den Sohn etwas bremsen, dass besagt die Sedierungs-Regel innerhalb der Mutter-Sohn-Beziehung, dass man den Sohn beruhigen muss, sodass die Mutter mehr Energie abgeben wird und dann selbst an Energie abnehmen wird. Will man also die Leber sedieren, dann sediert man oft das Herz, wodurch die Leber Energie abgibt.

Müssen Sie das alles lernen und behalten? Nein, dazu dient das nicht, aber das Durchlesen ist dennoch wichtig, um nachher die Grafiken besser verstehen zu können und auf Grund der Messungen Empfehlungen auszusprechen.

Welchen Punkt behandeln?

Wenn festgestellt wurde, welches Element zu viel (Exzess oder Hyper-Energie) oder zu wenig (Defizit oder Hypo-)Energie hat, können die betroffenen Punkte sediert oder aktiviert werden. Es gibt Punkte, die wir benutzen, um Energie abzuleiten, zu sedieren. Es gibt Punkte, die wir benutzen, um Energie zu stimulieren. Die Lage der Punkte hängt vom Meridian ab, auf dem sie liegen: Yin oder Yang, welche Funktion, welches Element, etc. Bahn und welche Funktion sie haben. Wenn beispielsweise die Energie von Feuer zu niedrig ist, werden die Holzpunkte auf den Feuermeridianen mit einem Holz Raymedy behandelt (von der Mutter also), eventuell ergänzt mit den Holzpunkten auf den Holzmeridianen. Wenn beispielsweise die Energie von Feuer zu hoch ist, werden die Erdpunkte auf den Feuermeridianen mit einem Erde Raymedy behandelt (also vom Sohn), eventuell ergänzt mit den Erdpunkten auf den Erdmeridianen.

Behandlung	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Überschuss mit Raymedy Lichtstift ausgleichen	Le2, G38, Chacratron 4 of H8, Du5: corstimutron	H7, C7, 3-V10, Du8, Chacratron 2 of M36, MP3: Lienostimutron	MP5, M45, Chacratron 5 of L8, Di: Pneumostimutron	L5, Di2, Chacratron 1, of N10, Bl66: Renastimutron	N1, B65, Chacratron3 of G41, Le1: hepastimutron
Überschuss mit Raymedy Beamer ausgleichen	RM12: Chacratron 4	RM17: Chacratron 2	RM8: Chacratron 5	DM14: chacratron 1	RM3: Chacratron 3
Mangel mit Raymedy Lichtstift ausgleichen	Le8, G43 Renastimutron of N10, B66: Chacratron 1	H9, C9, 3-v, Du3 Hepastimutron of Le1, G41: Chacratron 3	Mp2, M41 Corstimutron of H8, Du5: Chacratron 4	L9, D11, Lienostimutron of MP3, M36: Chacratron 2	N7, B67 Pneumastimutron of L8, D1: Chacratron 5
Mangel mit Raymedy Beamer ausgleichen	RM12: Chacratron 1	RM17: Chacratron 3	RM8: Chacratron 4	DM14: Chacratron 2	RM17: Chacratron 5

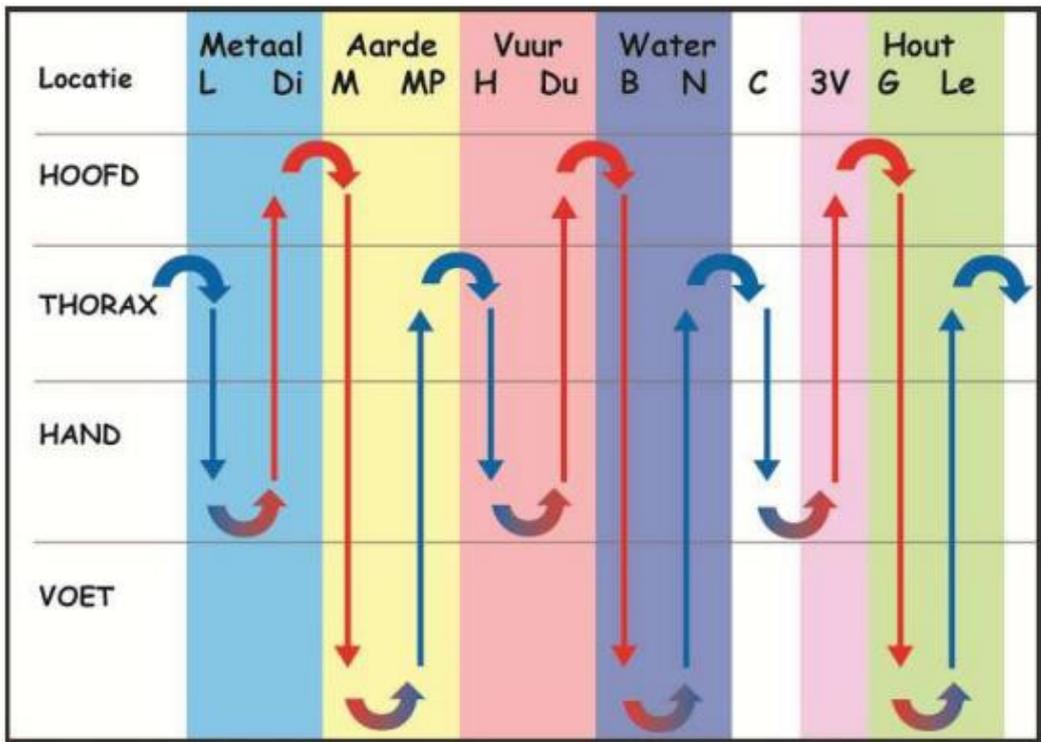


Fünf Elemente Meridianuhr

Es gibt zwei wichtige Zyklen in unserem Körper: Die Meridianuhr und der pH (Säure/Alkali Balance).

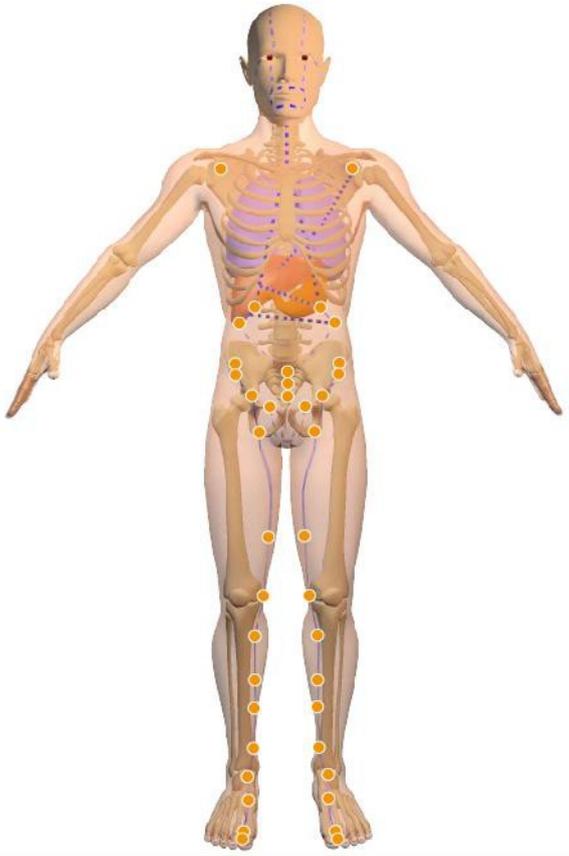
Die Meridian/Organ-Uhr bedient uns mit bio-energetischen Spitzen und Tiefen; die pH-Zyklen formen die Basis unserer biochemischer Lebensprozesse. Jedes Organ hat zwei Stunden lang pro Tag sein maximales Energieniveau und sein minimales Energieniveau. Während der Energiespitze durchläuft das betroffene Organ und der daran gekoppelte Meridian die größte Aktivität und kann dann am besten sediert (gebremst) werden.

Das Contra Organ (12 Stunden später) jedoch erlebt dann sein minimales Energieniveau. Indem dies aktiviert wird, kann das Organ mit zu diesem Zeitpunkt maximalem Energieniveau auch sediert werden, die überschüssige Energie kann abgeführt werden. Aktivieren eines bestimmten Organs mit dem damit verbundenen Meridian kann am besten außerhalb dessen natürlicher Energiespitze stattfinden. Wenn wir mit diesem natürlichen Zyklus arbeiten, erleben wir den Erhalt von Energie und einen gesteigerten Gesundheitsgrad. Beispiel: Am Mittag hat der Herzmeridian seine maximale Energie und der gegenüberliegende Meridian, die Gallenblase hat seinen Energietiefpunkt. Behandlungen müssen auf diese Uhr abgestimmt werden und bestärken, beziehungsweise schwächen die Wirkung.



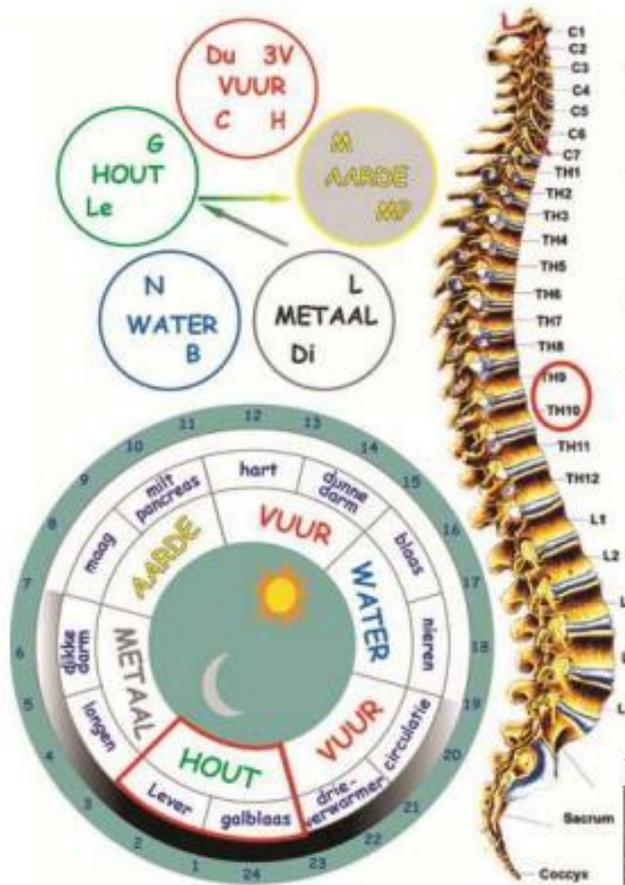
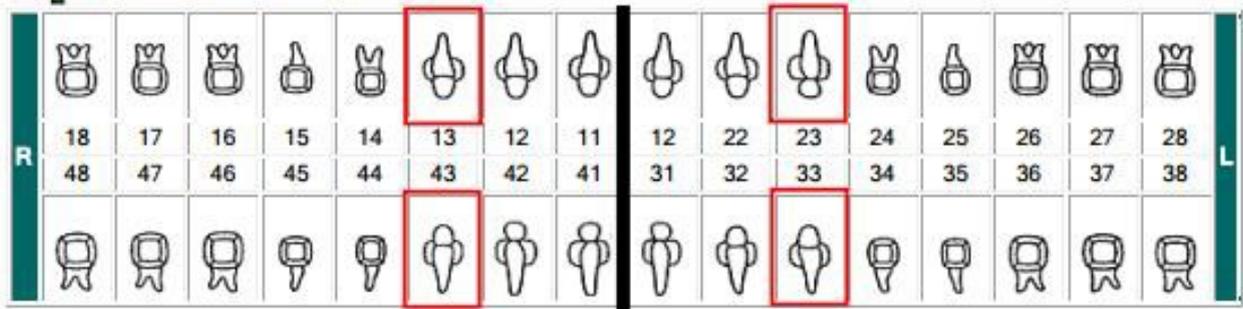
Die Meridiane

Die Leber- und Gallenblasenmeridiane bilden zusammen das Holzelement.



Der Lebermeridian 1

11 Hout (Le,G)



	rechts	links
zintuig	oog	Oog
gewrichten	knie achter	Knie achter
	Sacrococcyx	Sacrococcyx
wervels	voet	Voet
	t9	T9
endocriene klieren	hypofyse achter	hypofyse achter
diversen	-	-
meridiaan	kwaliteit psychopathologie	
lever	 sociaal vertrouwen	Haast, spanning, explosief, ongeduldig, uitgeput
galblaas	vastberaden	Besluiteloos dogmatisch, fanatiek, gefrustreerd, perfectionistisch

Hout		tekort	overdaad
moeder	Water	tekort	Water overdaad
zoon	Vuur	tekort	Vuur overdaad
vijand	Aarde	overdaad	Aarde tekort
controle	Metaal	overdaad	Metaal tekort

Holz und der Mensch

Das Symbol von Holz ist ein junger Baum mit frischgrünen Blättern. Eine Holzperson im Gleichgewicht ist im Allgemein gut geartet, weiß genau was sie will und wie sie das schaffen soll, was ihr eine ruhige, ausgeglichene und vertrauenserweckende Persönlichkeit verleiht. Dank dieser Qualitäten werden ihre Projekte die Zustimmung der Gemeinschaft erhalten und zum Erfolg führen. Ihre erfinderischen Ideen deuten auf einen offenen und freien Geist hin. Ihr größter Fehler ist es, zu viel Heu auf die Gabel zu nehmen, ihren Ehrgeiz und ihre Ungeduld, was ihr ihre Chance auf Erfolg auf lange Sicht nehmen kann. Holzmenschen gehören zum Frühling und sind daher sportlich eingestellt, immer in Bewegung und bereit zum Forschen.

	Holz
Organ (Yin)	Leber
Organ (Yang)	Gallenblase
Jahreszeit	Frühling
Richtung	Ost
Farbe	Blaugrün
Prozess	Geburt, Initiative
Sinn	Sehen
Chakra	3
Planet	Jupiter
Öffnung	Nagels
Negativ	Feindlich
Positiv	Gutartigkeit
Mental	Rational
Gewebe	Muskeln/Sehnen
Zyklus	Geburt
Klima	Windig
Geschmack	Sauer
Flüssigkeit	Tränen
Psyche	Müde
Stimme	Schreien
Duft	Ranzig
Emotion	Wut
Deblockieren	Schreien
Zeitpunkt Ying	0.1:00-02:00 Uhr
Zeitpunkt Yang	23.00-01.00 Uhr
Psychologisch	Eine Frage von Macht, Hierarchie, persönlichem Wunsch
Energie +/-	Zielgerichtet bezüglich Richtung und Zielort, Harmonie mit höherem Selbst, Macht zu verändern, zu handeln und zu beschließen, selbstsicher
Energie -	Folter, frustriert, machtlos, niedriger Selbstwert, gibt jedem die Schuld, außer sich selbst

Energie +	Aggressiv, kompetitiv, Control Freak, will soziale professionelle Anerkennung, manipulativ, stur, arrogant
Physik	Störungen von Bauch, Armen und Beinen

Sie haben eine gute Muskelentwicklung, die dem Gesicht einen energischen Ausdruck verleihen. Bei der Frau sind diese Züge weniger stark ausgeprägt, aber man findet sie in der gleichen Energie ‚wie ein Sturm‘ und in der Mimik wieder. Der Blick ist scharf, genau und die Worte durchdringend. Sie erzählen, was ihnen auf der Zunge liegt, haben lange Hände, harte Nägel. Die Gebärden sind lebendig, manchmal nicht sehr koordiniert und sie haben einen wilden Haarwuchs. Holzmenschen sind schnell berührt, impulsiv, haben viel Phantasie und sind immer bereit, zur Aktion überzugehen, sodass sie oft zwei Sachen gleichzeitig anpacken: verschiedene sportliche, professionellen, politischen etc. Aktivitäten entdecken. Die Möglichkeiten stimulieren sie geradezu. Es sind geborene Unternehmer. Die enorme Menge an Aktivitäten, die sie unternehmen, machen sie oft irritiert und böse, mit Angst, die Kontrolle zu verlieren. Sie sind selten wirklich entspannt, geistig und körperlich hyperaktiv und immer mit der nahen Zukunft beschäftigt, sodass sie nicht echt vom Jetzt profitieren. Liebe, Verliebtheit und Flirten setzen das Beste in ihnen frei. Müdigkeit und physische Anstrengungen stimulieren sie anstatt sie auszulaugen und stimulieren ihre Libido. Windtypen also im Frühling mit dem Donner von innen.

Holz und die Organe

Der Lebermeridian (yin)

Augenbeschwerden, Allergien und Wut

Die Leber in der westlichen Heilkunde

Das Erreichen und Behalten einer guten Gesundheit ist in hohem Maße abhängig von der richtigen und sorgfältigen Ausführung der Leberfunktionen. Die Leber hat ein Gewicht von 1,5 kg und besteht aus 350 Milliarden Zellen. Die Leber erhält in 24 Stunden mehr als 600 Liter Blut über das Portalsystem aus den Verdauungsorganen und filtert dieses. Die Leber ist der größte Filter unseres Körpers; Das gesamte Blut im Körper wird von der Leber gesäubert und von allen Abfallstoffen gereinigt. Das Blut wird über die Leber von seinen Giftstoffen, wie verdorbene Nahrung, Farbstoffe, Geschmackstoffe, Konservierungsmittel, Geruchstoffe, Chemikalien und nicht zu vergessen Medikamente, die wir täglich einnehmen, getrennt.

Die Leber in der östlichen Heilkunst

Der Akupunkturist legt viel Wert auf die Lebensenergie (das Zu Yue Yin), denn dies ist wichtig im Zusammenhang mit unter anderem Allergien und Juckreiz. Für den Akupunkturisten ist dies eine logische Folge, wenn die Leber den Körper nicht mehr entgiften kann. Die Leberenergie versorgt auch noch andere Funktionen und Körperteile. Sie werden dies einfacher begreifen, wenn Sie den Verlauf der Leberenergie kennen.

Der Lebermeridian

Die Leberenergie beginnt am großen Zeh, verläuft dann nach oben über den Fuß, dann an der Innenseite der Fessel, auf die Innenseite der Knie, zur Leiste, verläuft dann in einer Schlaufe über das Geschlechtsorgan, dann über den Bauch und endet beim Rippenbogen. Die Leberenergie versorgt die Augen (die Sicht). Bei Leiden der Leberenergie können wir auch direkt Verfärbungen im Auge sehen. Umgekehrt weist der Rückgang der Augen auch auf einen Rückgang der Leberenergie hin. Die Leberenergie versorgt auch die Nägel; Bei Beschwerden der Leberenergie können die Nägel porös werden, schnell abbrechen oder verkalken. Außerdem versorgt sie die Sehnen. Muskelverkürzungen und Steifheit in den Muskeln (Sehnen) haben mit einer Störung der Leberenergie zu tun. Beschwerden über eingewachsene Nägel am großen Zeh, Abweichungen im Nagelwachstum (das muss nicht nur am großen Zeh sein, sondern kann an jedem Zeh oder Finger vorkommen), Rist- und Fesselbeschwerden, Geschwüre an den Unterschenkeln, schmerzhaft steife Muskeln, Arthrose in den Knien, Schmerzen im Skrotum (natürlich nur bei Männern), Uterusbeschwerden (dies zur Verdeutlichung, dass der Lebermeridian nicht speziell auf Männer gemünzt ist...), Juckreiz in der Leiste, Juckreiz auf dem gesamten Körper (auch Juckreiz, der nach einem Bad entsteht), Menstruationsbeschwerden, unregelmäßige Menstruation, Durchfall oft mit unverdauten Nahrungsresten, Schmerz und Druck auf dem Brustbein, Schmerzen im Rippenbogen und Sinusitis. Vollständigkeitshalber gehören die bereits genannten Augenbeschwerden auch auf diese Liste. ©i-Health bv® 5-elementen

Die Leber und ihre psychischen Beschwerden

Wie bereits vorhin genannt, haben unsere psychischen Beschwerden alle mit unseren Organen zu tun. Der Akupunkturist macht keinen Unterschied zwischen den körperlichen und psychischen Beschwerden. Jedes Organ hat seine dazugehörige Energie, die über einen Meridian auf den Körper strömt. Darauf liegen die Akupunkturpunkte, die nicht nur bei Schmerz,

Beschwerden und Abweichungen genutzt werden, sondern auch bei psychischen Störungen. Psychisch können Sie auch ordentlich ins Gedränge kommen mit Beschwerden der Leberenergie. Plötzlich, ohne Grund, Wutausbrüche. Diese Menschen werden beim geringsten Grund rasend. Man sieht sie einfach grün und gelb vor Ärger werden, rote Augen und die Muskeln sind gespannt (das hat alles mit dem Versorgungsgebiet der Leber, wie oben beschrieben, zu tun). Sobald es eine Störung in der Leberenergie geht, können einige (unbegründete) Wutausbrüche entstehen. Andersherum können auch die vielen Wutausbrüche der Leber schaden. Wir kennen die verschiedenen Sprichwörter, die darauf deuten, dass Wut etwas mit der Leber zu tun hat: „Es ist ihm etwas über die Leber gelaufen“ (Er ist wütend über eine Kleinigkeit) „etwas auf der Leber haben“ (mit etwas zu kämpfen zu haben), und möchten wir diese Probleme lösen, dann lautet ein Sprichwort „die Leber ausschütten“ (herzlich lachen). In der Tat, wenn wir Wut auflösen möchten, müssen wir einfach wieder jemanden zum Lachen bringen. Zur Leber gehört auch das ‚Planen‘. Bei Störungen der Leberenergie entstehen Probleme mit der Planung. Eine einfache Tageseinteilung kann nicht mal gemacht werden. Dies sind die am meisten irritierenden Menschen zur Zusammenarbeit. Sie ärgern sich über alles und können, wie vorhin erwähnt, nichts planen; Sie sind erstarrt (genau wie die Sehnen). Die Leberzone ist im Gesicht als vertikale Falte zwischen den Augen zu sehen. Blicken Sie mal böse in den Spiegel, dann wissen Sie schnell, was ich meine. Lassen Sie uns schnell zur Behandlung dieser Beschwerden übergehen, wenn...Sie könnten mit solch einem ‚Lebermenschen‘ verheiratet sein!

Die Therapie

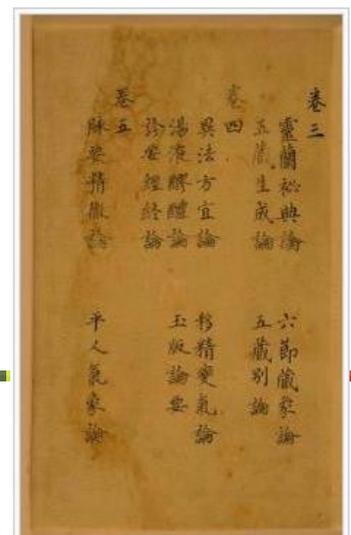
In der Naturheilkunde ist es wichtig, die Ursache zu suchen. Ob es jetzt Augenbeschwerden sind oder Juckreiz, es ist nicht wichtig für den Patienten zu wissen, dass er entweder eine Brille bekommt oder dass er Allergien hat und dafür Salben und Pillen bekommt, sondern die große Frage, die beantwortet werden muss: „Wie in Gottes Namen werde ich das los?“ Im Fall der Leber ist die erste Frage jedoch die wichtigste. Denn wenn man als Behandler keine Antwort auf diese Fragen hat, kann man durch die Gabe von Medikamenten die Leber noch mehr beschädigen... und das wird den Patienten nur wütend machen! Bei Störungen der Leberenergie ist fast immer die Rede von schlechter oder einseitiger Ernährung. Es ist wichtig, die vorhin genannten Produkte, wie Farbstoffe, Konservierungsmittel, Geschmacksverstärker, Geruchstoffe und Chemikalien aus der Ernährung zu entfernen. Vergessen Sie die Sprühdosen mit Pestiziden bitte nicht! Eine gesunde, natürliche Ernährung ist wichtig; Frisches Gemüse und Gemüsesäfte (Karotte). Vermeiden Sie Kaffee und andere koffeinhaltige Getränke. Benutzen Sie lieber frische Obstsafts oder frisches Obst.

Oft wird die Frage gestellt, ob Akupunktur gegen Allergie hilft?

Akupunktur kann ‚natürlich‘ gegen alle Beschwerden helfen, die mit den Energiestörungen zu tun haben. Obenstehende Beschwerden gehören also zu den normalen Behandlungsmethoden des Akupunkturisten. Aus dem oberen Bericht begreifen Sie, dass die Leber sehr wichtig bei Allergiebeschwerden ist. Jetzt verstehen Sie auch, dass Sie niemals einen Akupunkturisten sagen hören werden, dass Sie allergisch gegen Hunde- oder Katzenhaare sind, oder gegen Staub, Hausmilben, Kletten, Vögel und so weiter, sind. Vom Akupunkturisten hören Sie, dass Ihr Widerstand (die Leberenergie) gesunken ist und dass sie daher verschiedene Reizstoffe nicht aushalten können. Die Verantwortlichkeit wird dahin geschoben, wohin sie gehört; Zu Ihnen und nicht zu einem Hund oder einer Katze.

Die Leberfunktion

In Nei Ching, einem gut zweitausend Jahre alten chinesischen Text, der als die Quelle der fundamentalen Lehre von TCM angesehen wird, wird jedes Organ mit einem Funktionär am kaiserlichen Hof verglichen, jedes mit seinen eigenen Aufgaben und Verantwortlichkeiten. Die gute Funktion des Hofes als Ganzes steht und fällt mit der Funktion jedes Mitglieds des Hofes. Die Leber-Funktionäre bekleiden dabei den Posten des Generals.



Mit Verantwortung für die Planung und Organisation, zeichnet sich die Arbeit dieses Organs sich durch den Handlungsimpuls aus. Störungen können einen heftigen Einfluss auf unser Leben haben. Daher wird der Behandler besonders aufmerksam bei der Funktionsanalyse dieses Generals sein. Die Leber reguliert das Blutvolumen, speichert Blut, das durch die Milz produziert wird und leitet das mit Hilfe des Herzens wieder ab. Die Leber baut Widerstand gegen Krankheit auf und sorgt für einen fließenden Energiestrom. Die Leber produziert außerdem Cholesterin. Die Qualität der Leber bestimmt daher auch die Qualität des Cholesterins. Eine gestörte Lebensenergie kann das Blut zu lange festhalten. Das Blut wird dann dunkel in der Farbe. Eine gestörte Leber führt auch zu Ungeduld, Drift und Wut. Zu langes Schlafen und Müdigkeit schaden auch der Leberenergie. Außerdem ist die Leber mit Muskeln, Sehnen und Augen verbunden. Die Leber ist wichtig für die Verdauung

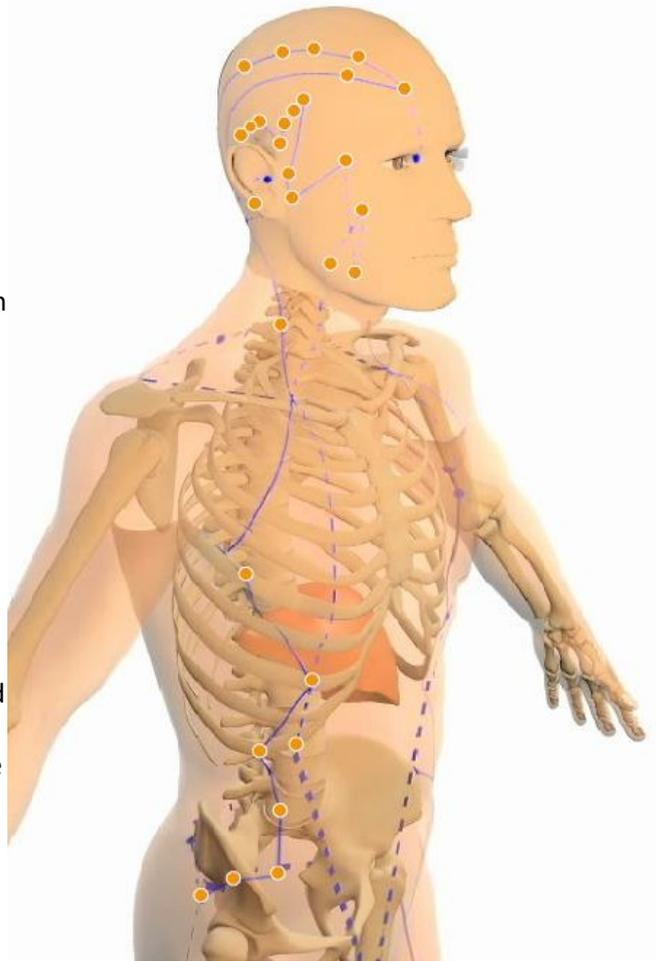
- Die Leber sorgt für einen geschmeidigen Durchfluss. Unsere Emotionen und unsere Energie passen sich an die Veränderungen in unserer Umgebung an. Bei Störungen wird man wütend, hat Schmerzen und ist launisch.
- Die Leber speichert das Blut. Blut ist die physische Äußerung von Selbstbewusstsein. Bei einer fehlerhaften Funktion bekommt man kein oder wenig Menstruationsblut, eine bleiche und trockene Haut, Gefühlslosigkeit oder einen Mangel an Selbstwert.
- Die Leber regiert die Sehnen und manifestiert sich in den Nägeln. Sehnen, Bänder und Muskeln geben dem Körper Form. Mängel in der Funktion äußern sich in Muskelkrämpfen, schlaffen Muskeln oder brüchigen und missgebildeten Nägeln.
- Die Leber offenbart sich in den Augen, sie sorgt für die Sicht. Die Leber bestimmt die Sehstärke, befeuchtet die Augen und hält sie klar. Bei einem Mangel kommen Sehprobleme, Augenkrankheiten oder ein Mangel an innerer Vision zum Ausdruck.
- Die Leber handhabt das emotionale Gleichgewichts durch das Vermögen, das persönliche Leben intelligent und weise zu planen und zu steuern.
- Die Leber nimmt Stoffe auf, die das Blut schwer belasten, wie Fette, Zucker, Genussmittel, Giftstoffe, Schwermetalle, etc. Sie Leber nimmt Stoffe in sich auf, die nirgendwohin können und keine Funktion haben. So speichert sie Fette und Zucker auf, die sonst das Blut zu stark belasten. Eine überlastete Leber kann sich in hohem oder niedrigem Blutdruck oder Blutzuckerspiegel, Verstopfung oder einem trägen Stuhlgang, Übergewicht etc. äußern.
- Die Leber reguliert den Proteinstoffwechsel
- Die Leber spielt eine Rolle bei Immunreaktionen und bestimmt die Toleranzgrenze von chemischen Stoffen. Bei Mangel kann sich das in Allergien und Leiden zeigen, wobei belastende Stoffe eine Rolle spielen.

Der Gallenblasenmeridian

Der Gallenblasenmeridian (=Yang)

Gelenkschmerzen, Migräne und ein dicker Kopf.

Laut der chinesischen Heilkunst hat jeder Körper zwölf Energien, die in festgelegten Bahnen, genannt Meridiane, strömen. Die Meridiane strömen über und in den ganzen Körper und verbinden Körperteile, Organe, Sinne und die Psyche miteinander. Die Funktion eines Meridians ist nur teilweise gleich der Funktion eines verwandten Organs in der westlichen Heilkunde. In der westlichen Heilkunde ist die Gallenblase ein birnenförmiges Säckchen, das sich im untersten Teil der Leber befindet. Von diesen Säckchen aus gehen Verbindungen, die Produkte von der Gallenblase zum Darm führen. Es gibt auch Verbindungen zwischen der Leber und der Gallenblase, die Stoffe von der Leber zur Gallenblase führen. Bei Verstopfung im Kanal, der von der Gallenblase zum Dünndarm verläuft, können auch Entzündungen entstehen. Die Gallenblase kann sich auch durch Gallensteine und deren Folgen entzünden. Gallensteine kommen öfter bei Frauen vor, die etwas molliger und über 40 Jahre alt sind (bekannt als die 3 Fs: Fatty, Forty, Female). Oft hat man Gallensteine, die keine Beschwerden machen. Die Beschwerden entstehen oft, wenn die Gallensteine den Kanal zum Dünndarm verstopfen. So ein Gallenanfall ist alles außer angenehm. Heftiger Schmerz, Stiche in der Seite, hauptsächlich rechts, oft mit einem harten Bauch. Sehr oft tritt der Schmerz auch kurz vor dem Schlafengehen auf. Der Schmerz kann auch oft verschwinden, mit einer Resterscheinung es Völlegefühls im Magen, Schmerz unter den Rippen, hauptsächlich nach dem Verzehr von fettigen Lebensmitteln. Schmerz im Rücken in Höhe der Brustwirbel und viel Gasbildung sind auch Beschwerden, die häufig vorkommen. Ernsthaftige Beschwerden führen sehr oft auch zu einer Operation, wobei das Organ entfernt wird. Heutzutage gibt es viele Techniken, um Gallensteine zu entfernen, ohne, dass eine Operation notwendig ist.



Die östliche Heilkunde

In der östlichen Heilkunde ist die Gallenblase ein Teil eines gesamten Systems, das mit verschiedenen anderen Körperteilen und Funktionen zu tun hat.

Der Meridian

Der Gallenblasen-Meridian verläuft links und rechts und beginnt an der Außenseite der Augenwinkel, verläuft dann zum Ohr, rundum das Ohr, einige Male über den Hinterkopf zur Stirn, dann über die Schulter zur Seite der Brust, läuft danach an der Seite des Körpers zur Hüfte, seitlich des Oberschenkels, Knie, Unterschenkel, Fessel und endet am vierten Zeh am Nagelrand. Auf dem Gallenblasenmeridian liegen 44 Akupunkturpunkte, die Gallenenergie abbremsen, stimulieren und verschieben können. Indem nochmals diesem Verlauf gefolgt wird, können Sie einfach die Beschwerden, die zu Gallenenergie-Störungen gehören, verstehen:

- Augenbeschwerden, Sehprobleme, Augenirritationen und Schmerzen im Auge
- Ohrensausen, das Hören von Pfeiftönen im Ohr, Schmerzbeschwerden im Ohr
- Kopfschmerzen, Schwindel, Migräne
- Steifer Nacken, Muskelschmerzen in der Schult, Unbeweglichkeit des Kopfes
- Schmerz zwischen den Schulterblättern
- Beschwerden in der Brust, Geschwüre in der Brust, schmerzende Brüste
- Beschwerden in der Gallenblase, saures Aufstoßen, Krämpfe in der Seite, harter Bauch, übergeben
- Schmerzen im unteren Rücken, Steifheit im unteren Rücken
- Beschwerden in der Hüfte, Hüftarthrose, Steifheit in der Hüfte
- Beschwerden im Knie, Kniearthrose, Steifheit im Knie
- Beinkrämpfe
- Beschwerden in der Fessel, Arthrose in der Fessel, Schmerzen im Fuß
- Beschwerden an den Nägeln

Laut der östlichen Heilkunde hat jedes Organ auch seine psychische Äußerungsform. Bei der Gallenblasenenergie können Veränderungen in der Psyche entstehen, die typisch für die Gallenblasenenergie sind. Bei Störungen in der Gallenblasenenergie können Beschwerden in der Entschlussfassung der Patienten entstehen. Die Gallenblasenenergie ergibt Störungen im ‚Planen‘ und im Treffen von Entscheidungen. Es sind die besonderen Fälle, die keine Entscheidung treffen können. Das sind Menschen, mit denen man beispielsweise stundenlange Diskussionen im Restaurant führen kann, weil sie sich nicht entscheiden können, was sie bestellen sollen. Eine Menükarte mit den vielen Möglichkeiten bringt nur noch mehr Verwirrung. Und wenn man mit einer gesunden Gallenblasenenergie Hilfe anbieten möchte, dann bekommt man Wind von vorne. Der Gallenblasenpatient (der Mensch mit den Gallenblasenenergie-Störungen) ist laut der östlichen Heilkunde stur und unentschlossen. Es sind die ‚Ja, aber Patienten‘. Diese Menschen haben zu jedem Rat oder jedem Argument von jemand anderes eine Antwort: ‚Ja, aber...‘ und dann folgt eine billige Ausrede, um zu beweisen, dass sie doch Recht haben. Wenn die Beschwerden der Gallenblase lange bestehen bleiben, treten Erscheinungen von Gewalt, Chaos, unnötiger, sinnloser Aggressivität in den Vordergrund. Wenn die Gallenblasenenergie gesund und stark ist, wird solch eine Person durch Mut und Vertrauen charakterisiert. Es sind dann starke Führungskräfte, die sich durch Entschlusskraft auszeichnen. In der Farbentherapie wird die Farbe Violett benutzt, um die Gallenblasenenergie zu stimulieren. Während des Tages hat jedes Organ eine Periode von zwei Stunden, wobei das Organ seine maximale Energie hat. Für die Gallenblase ist dies die Zeit zwischen 11 und 1 Uhr nachts. Um zwölf Uhr nachts ist also die Spitze der Gallenblasenenergie. Es ist also für den Akupunkturisten nicht seltsam, dass jemand rund Mitternacht oder beim zu Bett gehen einen Gallenanfall bekommt. In der östlichen Heilkunde spricht man oft über die Gallenblasenenergie als die Energie, wo das Neue beginnt. Der Beginn des neuen Tages, Frühlingsanfang, Lebensbeginn. Violett ist die Farbe der Gallenblasenenergie und ist auch die Farbe der Trauer (und nicht schwarz, wie man oft denkt).

Die Gallenblase hat mit Wut zu tun. Die Wut wird jedoch nicht im Innern gehalten, sondern herausgelassen, wie das Sprichwort lautet: ‚seine Galle muss spucken‘. Bevor man es weiß, ist die Antwort bereits herausgeschossen. Meist ist die Antwort scharf, hart und schmerzhaft. Das ist der ‚Gallenblasenpatient‘. In der Gesichtsdiagnose erkennen Sie solche Menschen oft an der violetten Verfärbung an der Seite des Unterkiefers. Sie können sich so jemanden lebendig vorstellen: böse, wütend, schimpfend, aggressiv (und nicht zu vergessen) unvernünftig und stur, die Muskeln sind krampfartig, Augen sind rot und das Gesicht ist angespannt. Nein, Gallenblasenmenschen (oder besser gesagt: Menschen mit Beschwerden an der Gallenblasenenergie) sind meist keine angenehmen Menschen, die man zu einem Fest oder einem gemütlichen Beisammensein einladen möchte. Sie sind auf Krawall gebürstet und nochmals: stur.

Die Entstehung von Störungen in der Gallenenergie

Der Akupunkturist spricht immer über die Gallenenergie und wie oben erklärt, spricht er dann über eine Vielzahl an Beschwerden, die sich zeigen können. Ein Akupunkturist kann also lange im Voraus angeben, dass das Organ ‚Gallenblase‘ angetastet werden kann. Es können also Gallensteine entstehen, hoher Cholesterin mit hohem Blutdruck als Folge. Der Akupunkturist wird die Diagnose stellen, nachdem er den Puls gefühlt hat, die Gesichtsdiagnose und die Zungendiagnose durchgeführt und einige Akupunkturpunkte an der Seite der Brüste und auf den Rippen eingedrückt/ getastet hat. Ergänzende Untersuchungen in der westlichen Heilkunde, wie ein Echo der Gallenblase und Blutuntersuchungen, sind eine gute Ergänzung. Viele Beschwerden der Gallenblasenenergie entstehen vor allem durch falsche Ernährung. Produkte, wie fettige Lebensmittel, Schokolade, KAFFEE, schwarzer Tee, saure Produkte, Limonade, Malta und alle chemischen (künstlichen) Getränke sind die größten Übeltäter. Keine Panik, denn all diese genannten Produkte können durch gute und gesunde Produkte ersetzt werden. Tee kann durch Kräutertee (Achtung vor den sogenannten Kräutertees, wie beispielsweise Mango-, Erdbeer- und Kirschtee) ersetzt werden. Anstatt von Kaffee können Sie den Getreide- oder Nusskaffee benutzen, wie Cafix, Zonnatura Kaffee und Bambu Kaffee. Des Weiteren können Sie verschiedene Obstsaftsäfte (ohne Farbstoffe oder Geschmacksverstärker und ohne Zucker!) benutzen. Vorzugsweise aber natürlich frisch gepresstes Obst. Butter durch Butter ersetzen, die aus Soja oder Olivenöl hergestellt wurde; Öl durch kaltgepresstes Olivenöl ersetzen. Außer einer gesunden Ernährung ist es wichtig, Übungen zu machen, vor allem Streckübungen, um die verkrampften und verkürzten Muskeln zu strecken. Vermeiden Sie emotionale Situationen, Diskussionen und Ärger. Die Akupunktur kann Ihnen gut bei Beschwerden von Störungen der Gallenblasenenergie helfen. Wie Sie aus obenstehendem verstehen können, wird der Akupunkturist beim Patienten mit Gelenkschmerzen, Rheuma, Arthrose, Migräne und Geschwüren in der Brust immer viel Aufmerksamkeit auf die Ernährung lenken. In meinem Fall bin ich nicht nur streng, sondern auch resolut. Möchten Sie Ihre Beschwerden loswerden, dann müssen Sie etwas dafür tun. Möchten Sie die Ernährung nicht ändern, also die Ursache anpacken, dann müssen Sie sich auch nicht behandeln lassen. Es besteht keine Pille oder ein Trunk, was Sie wieder gesundmacht. Eine Krankheit muss an der Wurzel – der Ursache – angepackt werden. Ihre Gesundheit haben Sie immer selbst in der Hand. Der Akupunkturist wird nach der Diagnose bestimmte Punkte stechen und so die Energie während einiger Behandlungen wieder ‚in gute Bahnen leiten‘.

Die Gallenblasen-Funktion

Aus der Leber erhält, speichert und scheidet die Gallenblase Galle aus, um die Verdauungs- und Verteilungsfunktion von Magen und Milz zu unterstützen. Wenn die Leberenergie gestört ist, ist das auch für die Gallenblase schädlich.

- Die Gallenblase spielt eine Rolle beim Ausführen von Entscheidungen. Störungen äußern sich in Entschlusslosigkeit, durch einen Mangel an Mut.
- Die Gallenblase hilft der Leber beim Verdauen von Fetten, sonst häuft es sich im Blutstrom oder im Gewebe an.

- Eine Störung der Holzenergie äußert sich in Augen, Muskeln, im Gehirn, den Sehnen und Nägeln. Äußerungen finden durch Tränen, Wut und Schreien statt.

Holz und Qualen

Holz-mangel (Defizit)

- Verschwommene oder schlechte Sicht
- Verringerte Widerstandskraft
- Passivität
- Wenig bis keine Menstruation
- Trockene Haut
- Zittern oder Gefühlslosigkeit
- Wenig Selbstrespekt
- Kalte Hände und Füße
- Unvollständige Individualisierung
- Entschlusslosigkeit

Andere Symptome: Bleiche Haut, Schwindel, Ruhelosigkeit, trockene oder verfärbte Nägel, niedriger Blutdruck, wenig Kreativität, mangelhaftes Anpassungsvermögen, trockene Augen, schwere Depression oder Muskelschwäche, wie bei Multipler Sklerose und neurologischen Muskelkrankheiten. Unvermögen, Ideen in Taten umzusetzen.

Defizit per Element	
Erde	Möglicher Exzess durch unzureichende Kontrolle durch Holz: GB34 Le3
Metall	Möglicher Exzess und überherrschend: GB44, Le4
Wasser	Kann defizitär sein und dadurch nicht stark genug, um sein Kind zu nähren: GB43, Le8
Feuer	Holzkind kann defizitär sein durch Unterernährung oder exzessive Nahrung und dadurch Entleerung der Mutter: GB38, Le2, Holz GB42. Durch Sedierung bei Depression verbreitet sich die angestaute Energie. Quelle GB40. Auch bei Depression Le1.

Holzüberschuss (Exzess)

- Launisch, reizbar, depressiv
- Hoher Blutdruck
- Wut
- Prämenstruelles Syndrom, Menstruationskrämpfe
- Verspannung oder Spastik
- Entzündungen
- Gasbildung, Aufstoßen, Verstopfen, Durchfall, Übelkeit und Schluckauf
- Pochender Kopfschmerz

Andere Symptome: Schmerz, Juckreiz, juckende oder rote Augen, Antriebslosigkeit, kurzatmig, gewaltbereites Verhalten, enges Gefühl in der Brust oder dem Kopf, Tendinitis (Sehnenentzündung), Schwierigkeiten beim Beugen und Strecken, Gesichtslähmung und Steifheit.

Überschuss per Element	
Erde	Möglicher Überschuss durch mangelnde Kontrolle von Holz: GB34, Le3
Metall	Defizit mit möglicherweise zu wenig Einfluss auf Holz
Wasser	Möglicherweise defizitär durch Auslaugung durch sein Kind
Feuer	Erde möglicherweise defizitär durch Beherrschung

Zusammenfassung Holz

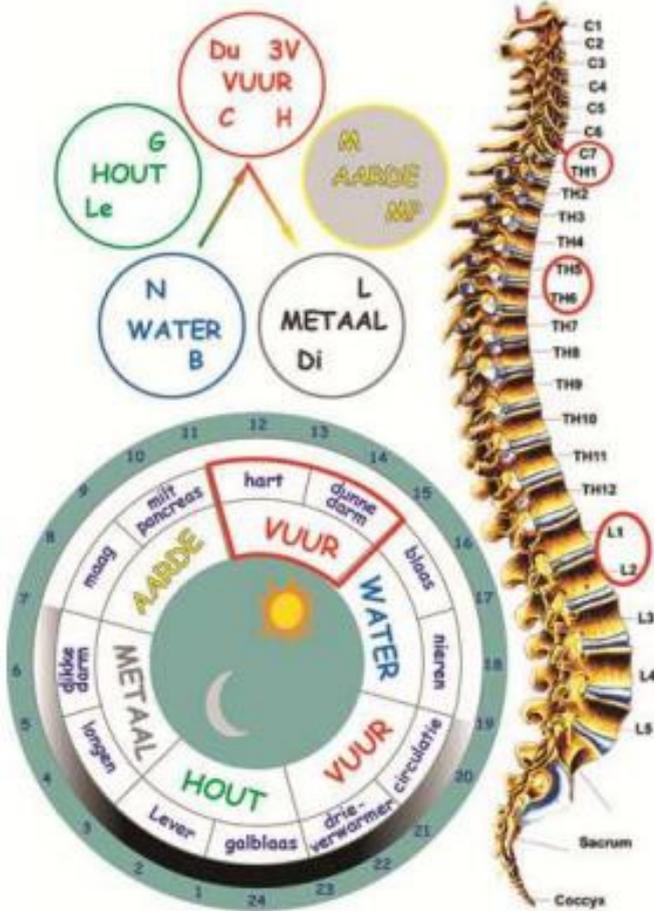
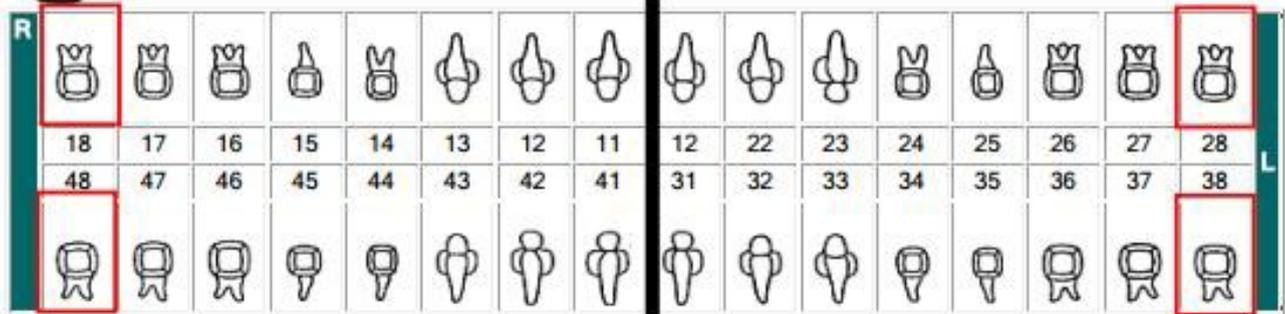
- Physik:**
- Beherrscht das freie Fühlen des Chi
 - Verantwortlich für das Speichern von Blut
 - Beherrscht die Sehnen,
 - Öffnet in den Augen Manifestiert sich in Nägeln
- Wird assoziiert mit** Der Leber und der Gallenblase,
- Die Augen, die Iris, das Visuelle, Tränen
 - Das Muskelsystem, vor allem Sehnen und deren Geschmeidigkeit,
 - Der Sinus
 - Die Seite der Kehle
 - Die Eileiter
 - Das Blut
 - Die Nägel
 - Die Flanken des Brustkastens und die Außenseite der Knie und der Fessel
- Mental/emotional** Steht für Intuition und das harmonische Nutzen des Eigenen
- Hat mit Planung zu tun
 - Entscheidungen treffen als Zeichen der Selbstnutzung
 - Steht für das freie Manifestieren von Selbstaussdruck
 - Steht für Kreativität in Harmonie mit Nöten von Anderen
- Das Haus des HUN** Im Haus befindet sich die universelle Seele, die wiedergeboren wird
- Steht für Rituelle Spiritualität
 - Planung und Strategie
 - Reguliert das Denken
- Holz Yin**
- Schwaches Selbstbild und nicht ausreichende Kraft
 - Unsicher über eigene Identität und Lebensweg
 - Probleme, die eigene Identität zu äußern Stellen keine Grenzen
 - Sind verlegen und setzen wenige Grenzen
 - Werden von Selbstzweifeln geplagt

Lebenslehre Holz Yin Finden von innerer Kraft und Grenzen stellen, um Dominanz anderer einzuschränken
Wiedergewinn von Intuition und Selbstvertrauen lernen
Mehr Sicherheit für sich selbst finden, um so den Lebensweg zu fegen

Holz Yang
Stehen stark unter Druck durch eigene Unsicherheit
Werden dadurch ungeduldig und werden schnell irritiert
und selbstsüchtig



12 Vuur (H, Du, 3V, C)



	Rechts boven	Links boven
zintuig	(binnen) oor	(binnen) oor
Gewrichten	Schouder elleboog	Schouder elleboog
	Hand ulnar	Hand ulnar
	voet plantar, tenen	voet Plantar, tenen
	Heup gewricht	Heup gewricht
Wervels	C7, T1 – T5 – T6	C7, T1 – T5 – T6
Endocriene klieren	Hypofyse voor	Hypofyse voor
	diversen	Duodenum CNS - Psyche
	Rechts onder	Links onder
zintuig	(binnen) oor	(binnen) oor
Gewrichten	Schouder elleboog	Schouder elleboog
	Hand ulnar	Hand ulnar
	voet plantar, tenen	voet Plantar, tenen
	Heup gewricht	Heup gewricht
Wervels	C7, T1 – T5 – T6	C7, T1 – T5 – T6
Endocriene klieren	zenuwen	zenuwen
	diversen	Energie stofwisseling
meridiaan	kwaliteit	psychopathologie
Hart	acceptatie / afwijzing van eigen persoonlijkheid	hyper actief fanatiek, helper syndroom, aandacht syndroom
Dunne darm	inzicht	fantasie, hysterie, overgevoelig, onderdrukt, gecamoufleerd, zoekt afleiding
3 Verwarmer	optimisme, hoop	dwangmatig gedrag, rusteloos door post traumatische shock
Pericardium	Makkelijk in de omgang, bereik zijn doel	over vertrouwen, arrogant, allergisch voor autoriteit, overgevoelig

	Feuer
Organ (Yin)	Herz- 3Erwärmer
Organ (Yang)	Dünndarm-Pericard
Jahreszeit	Sommer
Richtung	Süd
Farbe	Rot
Prozess	Wachstum, Wertschätzung finden
Sinn	Sprache
Chakra	4
Planet	Mars
Öffnung	Gesicht
Negativ	Habsucht
Positiv	Spirituell
Mental	Blut
Gewebe	Wachstum
Zyklus	Wachstum
Klima	Warm
Geschmack	Bitter
Flüssigkeit	Schweiß
Psyche	Enthusiasmus
Stimme	Lachen
Duft	Brennend
Emotion	Fröhlichkeit
Deblockieren	Lachen
Zeitpunkt Ying	11:00-13:00/21:00- 23:00
Zeitpunkt Yang	13:00-15:00/19:00- 21:00
Psychologisch	Aufmerksamkeit, Freude und Leistung, mütterliche Probleme

Energie +/-	Altruistisch, mitfühlend, hilfsbereit, verträglich, friedlich, empathisch
Energie -	Einsam, Isolation, Angst/Panik, Anfälle, witzlos, unverträglich, langweilig, Melancholie, Herzschmerz, Angst vor Kritik, Intimität, keine Lebensfreude, Narzissmus
Energie +	Fordernd, neidisch, anbietend, Drang Aufmerksamkeit auf sich zu lenken, Hysterie
Physik	Störungen der Zirkulation

Das Symbol des Elements Feuer sind Flammen. Eine Feuerperson hat ein leicht entflammbares Temperament, wodurch Kompromiss, Dialog und Absprache nicht die selbstverständlichsten Sachen sind. Freigiebig, warm, gutmütig und idealistisch fixiert sie sich auf sehr hohe Ziele, die sie durch ihre Ambition erreicht und alle Hindernisse überwindet. Sie zieht andere durch ihr Charisma, ihre Überzeugungskraft, ihren Charme und ihre Verführungskünste mit. Sie fühlt sich oft wie ein Kämpfer mit einer Mission, wo nur die Hypokriten und halb-sachten Angst vor haben müssen. Aus der Verteidigung ihrer Wahrheit kann sie mit der gleichen Einfachheit aufbauend oder vernichtend sein. Die Schulter leicht nach innen, oft in Bewegung. Das Gesicht ist oft rosig und etwas starr, aber die strahlenden Augen zeigen eine unterschwellige Nervosität, die sie neidisch wirken lässt. Emotional, demonstrativ und sentimental. Falls voller Selbstvertrauen, fühlt sich diese Person befreit und ist weniger reserviert, sie zeigt ihren Yang-Aspekt. Einmal auf dem Rednerpodest, ist es schwierig diese Person zu stoppen. Die Hände zeigen dabei schnelle Bewegungen. Kleidung ist oft rot oder schwarz: Bei Frauen merkt man eine Vorliebe für Schmuck. Der Duft der Haut ist leichter Moschus. Psychologisch gesehen ziehen sich diese Personen leicht in sich selbst zurück und kreieren einfach die benötigte Dramatik, was ihren sich immer bewegenden Intellekt stimuliert. Sie geben dem Umgang mit Familie und sozialen Kontakten oft eine theatralische Form, die sich umso besser äußert, je mehr sie ‚auf bekanntem Terrain sind‘. In der Liebe gehen sie leicht über von heiß zu kalt. Das bedeutet auch oft eine Sturzflut an Worten, Theater spielen, erotische Anspielungen machen und innerliche Bilder, die ihre Fantasie in Bewegung setzen. Die Feuertypen sind genauso ungreifbar, wie das Feuer selbst. Es gibt die, die ihre Gefühle ausdrücken und so einen fast manischen Höhepunkt erreichen, weil die Barrieren des Yin überströmt sind; Andere nutzen die Barrieren, um ihre ewig unter Spannung stehende Aktivität abzubremsen und geben auf diese Weise den Anschein, kalt und beherrscht zu sein, woran ihre doch etwas zitternden Worte ein wenig Abbruch tun. Zwischen den zwei Extremen befinden sich alle Varianten; Von den tollsten Geschichten, Freuden erweckend, fröhlich und schreierisch, die viele Abende mit ihrem Theater animieren. Unter diesen Typen findet man den inspirierten Artisten, den Witze reißen den Onkel, den Entertainer, das zerstreute Genie und der entflammte Strategie.

Feuer und die Organe des Feuerelements

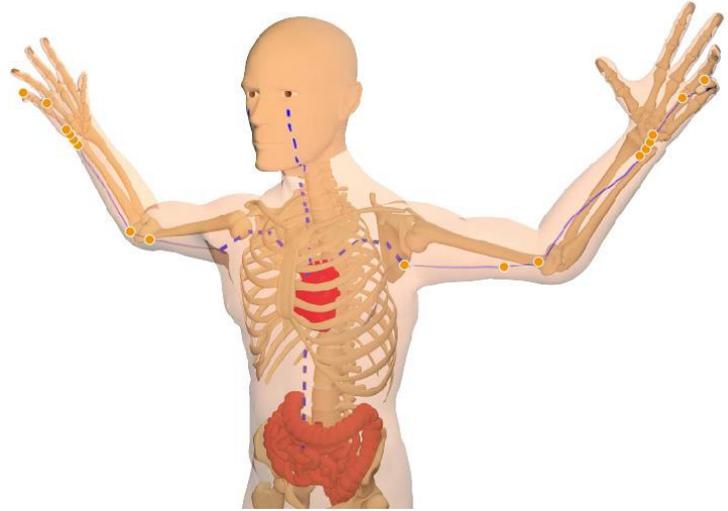
Dieses besteht aus 4 Meridianen: Herz, Dünndarm, dreifache Erhitzung und Kreislauf oder Herzschießmuskel.

Der Herzmeridian (Yin)

Für den Akupunkturisten ist die Energie des Herzens ein ganz anderer Begriff als für die westliche Heilkunde. Für die westliche Heilkunde ist das Herz das Organ, das das Blut durch den Körper pumpt. Das Herz erfüllt daher eine wichtige Funktion. So wichtig sogar, dass, im Gegensatz zu anderen Organen, wo man einen Teil oder sogar das ganze Organ missen kann, vom Herzen kein Teil unnötig zu sein scheint. Für den Akupunkturisten ist das Herz – die Herzenergie – ein viel weiterer Begriff. Die Meridiane laufen sowohl auf der linken als auch auf der rechten Seite des Körpers, obwohl wir von bestimmten Organen nur eines haben. Der Herzmeridian läuft also beidseitig von den Achseln, entlang den Ellenbogen zum kleinen Finger. Ein anderer Zweig dieses Meridians läuft zum Auge, während ein dritter Zweig zu den Lungen geht und danach, über die Körpermitte, zum Dünndarm. Für den Akupunkturisten versorgt die Herzenergie die Arme, Augen und Blutgefäße, den Dünndarm, die Lungen, die Speiseröhre, die Luftröhre, die Körpermitte und das Herz. Diese Energie versorgt auch die Zunge, die Körpertemperatur, die Psyche, Intelligenz und den Charakter. Es ist daher nicht verrückt, dass der Akupunkturist bei ausstrahlendem Schmerz in der Brust, einem bedrückenden Gefühl in der Speiseröhre, erschwerte Atmung, Krämpfe im Kiefer und stechender Schmerz im Auge, sogar, wenn dies auf der rechten Seite vorkommt, auch direkt an eine schwache Herzenergie denkt. Jeder der zwölf Organe hat während des Tages (24 Stunden) zwei Stunden lang seine maximale Energie. Das Herz hat seine maximale Energie zwischen 11.00 und 13.00 Uhr. Nachts um 23.00 und 01.00 Uhr hat die Gallenblase ihre höchste Energie und dann hat das Herz seine geringste Energie. Für den Akupunkturisten können Beschwerden der Gallenblase (die oft nachts auftreten) einen starken Einfluss auf das Herz haben. Daher achtet ein Akupunkturist auch auf Herzbeschwerden rund Mitternacht. Wie vorhin beschrieben, hat das Herz eine Beziehung zur Zunge; Menschen mit einem Exzess an Herzenergie sprechen daher auch zu viel. Es sind diese Menschen, die immer weiterreden. Diese Menschen tragen ‚das Herz auf der Zunge‘ und man merkt deutlich, dass ‚womit das Herz erfüllt ist, über den Mund läuft‘. Wir merken jedoch, dass Menschen, die eine Schwäche an Herzenergie haben, schwierig, langsam und leise sprechen. Es liegt keine Kraft in der Stimme. Außer dem Herzen muss man auch auf die Lungen achten, denn die sorgen auch für Kraft in der Stimme.

Der Herzmeridian

Im deutschen Wörterbuch steht auch, dass das Herz der ‚Sitz der Überzeugung, des Gemüts, des Charakters usw. ist‘. Also auch in unserer Denkweise verbinden wir das Herz mit der Psyche. Die Kraft der Charakter, die Denkweise, das Bewusstsein, Verständnis und Gefühl sieht der Akupunkturist in den Augen (die Herzenergie läuft nämlich zu den Augen). Ein Mensch mit einer guten Herzenergie hat also einen guten und starken Charakter (hat ein ‚Herz aus Stein‘, ‚trägt das Herz hoch‘, ‚mit Herz und Seele‘ und noch viel mehr dieser Sprichwörter); Bei einer solchen Person funktionieren die Organe auch in Harmonie miteinander und oft haben diese Menschen ein spirituell gerichtetes Leben.



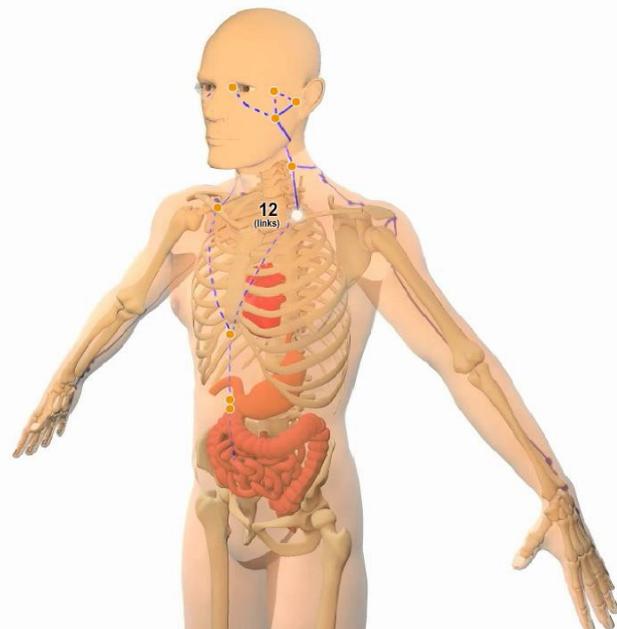
Dem gegenüber steht, dass jemand mit einer schlechten Herzenergie auch einen schwierigen Charakter hat, schwierig im Umgang mit anderen und sich selbst ist; Das sind Menschen mit physischen Bruchreaktionen, Menschen die immer ein Chaos anrichten, egal wo sie sind. Angesichts dessen, dass das Herz auch die Zunge versorgt, hat das Herz laut dem Akupunkturisten mit Sprachfertigkeit zu tun. Das bedeutet wiederum, dass eine schwache Herzenergie Stottern, Sprechangst und Sprachmangel zur Folge hat. Dahingegen muss man jemandem aus dem Weg gehen, der zu viel Herzenergie hat. Schimpfen – und wie ich bereits vorher sagte – viel sprachen sind die Merkmale. Ich rate Ihnen, das Wörterbuch zu öffnen und die Sprichwörter des Herzens durchzulesen. Sie werden bemerken, wie viel Wert wir in unserer Sprache auf die psychische Funktion des Herzens legen. Die Gesichtsfarbe ist auch wichtig. Jemand mit einem Überschuss an Herzenergie hat ein rotes und volles Gesicht. Jemand mit einer niedrigen Herzenergie hat ein bleiches Gesicht. In der Gesichtsdiaagnose können wir das Herz an der Nasenspitze sehen. Die Nasenspitze kann rot oder bleich sein. Darüber hinaus blicken wir, als Akupunkturisten, auch auf die Zunge. Die Zunge kann rot sein, bleich, breit, zurückgezogen oder zittern. Das sind alles Andeutungen für eine Kondition der Herzenergie. Auf dem Herzmeridian liegen neun Akupunkturpunkte. Diese Punkte haben alle eine spezifische Funktion. Am kleinen Finger liegt der Stimulationspunkt, am Handgelenk können wir die Energie des Herzen messen und ein spezieller Punkt am Ellenbogen wird genutzt, um wieder ‚Freude‘ ins Herz zu bringen. Dieser letzte Punkt wird oft bei Depressionen genutzt, bei jemandem, der auf Grund von Trauer wenig spricht und bei Menschen, die keinen Ausweg sehen. Nach einigen Behandlungen dieses Punkts sind die Ergebnisse und Veränderungen deutlich sichtbar. Jedoch muss ich direkt zugeben, dass die Behandlung der Herzenergie oft vom Akupunkturisten vermieden wird. Die Behandlung wird meist über andere Energieströme eingesetzt. Aus dem einen oder anderen mir noch unbekanntem Grund hat der durchschnittliche Akupunkturist die Neigung, die Herzenergie zu schützen, indem nicht allzu schnell direkt auf diese Energie eingewirkt wird. Die Herzenergie und das Herz können wir auch mit der Ernährung und verschiedenen Kräutern gesund halten. In der Ernährung ist es wichtig, Produkte, wie Kaffee, Limonade, Schokolade, zu viel Saures und Bitteres zu vermeiden. Rauchen ist auch ein großer Feind des Herzen und der Blutgefäße.... und das ist ausreichend bekannt! Es gibt viele Kräuter für verschiedene Leiden des Herzens.

Der Herzmeridian reagiert über die Adern, die Zunge und seine Emotion ist die Freude. Der Sinn ist der Gefühlssinn. Übermäßige Freude schadet dem Herzen. Die Angst, die von den Nieren abhängt, besiegt die Freude. Die Hitze schadet dem Herzen. Die Kälte, die von den Nieren kommt, besiegt die Hitze. Hitze schadet der Energie des Herzen und der salzige Geschmack, der von den Nieren abhängt, besiegt die Bitterkeit. ‚Erfüllung‘ des Herzen zeigt sich durch Kichern und Lachen; eine ‚Leere‘ durch Gejammer. Wenn die Energie des Herzen stimuliert werden muss, muss man ‚scharfe‘ Medikamente verschreiben. Das Herz steht in Verbindung mit dem Dünndarm. Das Herz steht für Mitgefühl, Liebe, Leidenschaft und Freude und hat dadurch Einfluss auf die Emotionen und geistige Qualität. Das Herz pumpt das Blut durch den Körper und als Ganzes über das Gehirn in die fünf Sinne. Bei einer schwachen Nierenenergie kommt zu viel Feuer ins Herz. Bei Herzbeschwerden (Feuerkrankheit) und Herzklopfen ist es wichtig, die Nierenenergie zu bestärken. Die Milz sorgt mit für die Anreicherung von Blut, die Leber speichert Blut und das Herz pumpt das Blut durch den Körper. Es muss daher auch gut zwischen diesen drei Organen laufen. Das Herz ist mit dem Kreislaufmeridian verbunden. Das Herz beherrscht das Blut. Das Herz reguliert den Puls. Das Herz beinhaltet den Geist. Das Herz kommt im Gesicht zum Ausdruck und offenbart sich auf der Zunge.

Tägliche gut dosierte Bewegung ist immer empfehlenswert. Um die Kondition zu verbessern, sind Radfahren, Wandern und (eventuell) ein bisschen Trimmen gut. Bei Herzbeschwerden oder Leiden der Blutgefäße ist es nicht empfehlenswert, Kraftübungen mit Gewichten zu machen. Die Neigung, zu pressen, ist immer vorhanden und das will man gerade nicht!

Der Dünndarmmeridian (Yang)

Der Dünndarm ist laut der chinesischen Heilkunde natürlich auch ein wichtiges Organ. Der Dünndarm sorgt für die weitere Verdauung der Nahrung, die aus dem Magen kommt. Der Dünndarm ist der wichtigste Teil des Verdauungsapparates. Die Zellen in der Wand des Dünndarms nehmen die wichtigen Nährstoffe aus der Nahrung auf und geben diese an das Blut in der Aorta ab. Das wird Resorption genannt. Danach werden die Nährstoffe in die Leber transportiert. Der Nahrungsbrei im Zwölffingerdarm aktiviert Zellen in der Wand zur Produktion von Hormonen. Im Dünndarm findet außerdem die Verdauung von Eiweißen, Kohlenhydraten und Fetten statt. Der Meridian. Der Dünndarm-Meridian beginnt auf dem Handrücken am Nagelrand des kleinen Fingers (sowohl rechts als auch links), verläuft dann an der Seite der Hand, entlang des Handgelenks, Unterarm, dann auf die Innenseite des Ellenbogens zum Oberarm, über das Schulterblatt zum Genick, zum Kiefer und endet am Ohr. Die Beschwerden der Dünndarmenergie befinden sich auch oft im Verlauf des Meridians. Schmerz im Handgelenk, Tennisarm (Epicondylitis medialis), Sehnscheidenentzündung (nervus ulnaris) Schmerz in der Schulter und dem Schulterblatt, steifer Nacken, Schmerz im Kiefer, Entzündung des Sinus, Ohrensausen, Bauchschmerzen, Durchfall mit unverdauten Nahrungsresten, Schmerzen im Schienbein und Schmerzen im unteren Rücken. Der Dünndarm ist am besten über die Ernährung zu behandeln.



Der dreifache Erwärmer Meridian (Yang)

In der Akupunktur kennen wir ein System, das die Chinesen als das dreifache Erwärmer System beschreiben. Im Westlichen kann diese Energie mit dem System verglichen werden, das für die Regulation des Verdauungsapparates und dem endokrinen System durch Neurotransmitter verantwortlich ist. Das Wort ‚dreifach‘ sagt es bereits: Es besteht aus drei Teilen, nämlich der Atemhöhle, dem Teil der die Milz, den Magen, Pankreas und die Gallenblase enthält und den unteren Teil, der Nieren, Blase, Dickdarm und Dünndarm umfasst. Die Energie des dreifachen Erwärmers ist außerdem für mehrere Funktionen verantwortlich. Er reguliert die Temperatur des Körpers, versorgt den Stoffwechsel, hat einen wichtigen Einfluss auf die Blutbildung, sorgt für die Entsorgung von Abfallstoffen und hat Einfluss auf die Energie aus der Nahrung. Sie merken, dass wieder die Nahrung eine wichtige Rolle spielt für diese Energie. Der obere Teil des dreifachen Erwärmers sorgt, wie vorhin gesagt, für die Lungen. Die Energie, die dort aus der Luft gebildet wird, wird durch den gesamten Körper geschickt und muss den ganzen Körper versorgen. Jede Zelle bekommt frischen und gesunden Sauerstoff über das Blut. Können Sie sich vorstellen, was passiert, wenn Sie Tag ein Tag aus, Jahr für Jahr den Körper mit Teer, Nikotin, ‚Medikamenten‘ und anderem Zeug verstopfen? Bei jeder Krankheit ist dem Kranken geraten, kurz innezuhalten und sich selbst zu fragen: „Was mache ich falsch und wie kann ich das ändern?“ das ist der erste Schritt zur Genesung, nur das Stellen der Frage ist bereits wichtig. Der mittlere Teil des dreifachen Erwärmers reguliert die Entnahme der Energie aus der Nahrung und erzeugt damit die nährenden Energie, die Baustoffe für den Körper.

Oft bitten die Menschen um ein Vitamin oder ein Getränk für ‚Forsa‘ (Kraft); Das ist oft nicht mal nötig, wenn diese Person besser essen würde, würde ihr Körper ausreichend Baustoffe aus der Nahrung holen können, um den Körper in guter Gesundheit zu halten. Der untere Teil des dreifachen Erwärmers hat die Funktion, die sauberen, brauchbaren Stoffe von den unsauberen, unbrauchbaren Stoffen zu trennen. Die unbrauchbaren, unsauberen Produkte werden über die Organe des unteren Teils des dreifachen Erwärmers ausgeschieden. Die psychische Seite dieser Energie ist im Charakter sichtbar. Die dreifache Erwärmer Energie versorgt die Art und Weise, auf die jemand herüberkommt; den äußeren Charakter. Diese Energie kann leicht beeinflusst werden bei Anpassungsschwierigkeiten oder bei veränderten klimatologischen Umständen. Sie wissen, wie Sie sich am ersten Tag Ihrer neuen Arbeit fühlen: beengtes Atmen, nichts essen können, übergeben, Durchfall, usw. Oder das Gefühl bei plötzlichen Temperatur- oder Wetterveränderungen. Das alles hat mit der Energie des dreifachen Erwärmers zu tun.

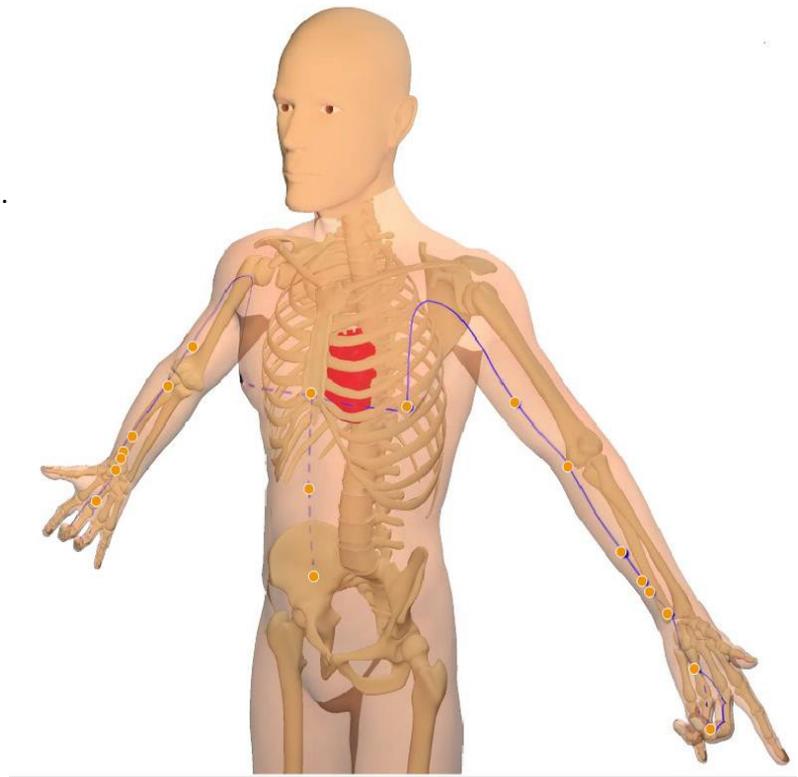
Der dreifache Erwärmer Meridian beginnt am 4. Finger, verläuft dann über den Handrücken zur Mitte des Handgelenks, über den Unterarm, zur Rückseite des Ellenbogens, über den Oberarm zur Rückseite der Schulter, zum Genick, dann unter dem Ohrläppchen, hinter dem Ohr entlang, zur Augenbraue und endet auf der Vorderseite des Ohres.

Auf diesem Meridian liegen 22 Punkte. Die wichtigsten Symptome, die mit dieser Energie zusammenhängen, sind: Schmerzen im Verlauf des Meridians, Taubheit, Ohrensausen, schmerzhaftes Kehle, nicht urinieren können, aufgeblähter Bauch, zu viel Schweiß, schlechte Anpassung an Witterungsverhältnisse, Epilepsie, geschwollene Wangen und Schmerz an den Schläfen. Behandlungen von Leiden der dreifachen Erwärmer Energie sind, wie vorhin bereits erwähnt, am besten über die Ernährung möglich. Natürlich bestehen einige Kräuter, die sehr gut bei Verdauungsstörungen helfen können. Die Akupunktur kann auch sehr gut bei Energiestörungen dieser Energie helfen, indem die geeigneten Punkte gestochen werden.

Dieser Meridian, auch Sanijao genannt, ergänzt die Funktion des Dünndarms und regelt auch das geistige Wohlbefinden und die inneren Organe, indem Energie durch den ganzen Körper zirkuliert wird. Dieser Meridian schützt die Funktion des Drüsenapparats. Es befinden sich drei Punkte dieses Meridians im Magen. Der obere ist mit der Brust und der Ernährungsenergie verbunden, der mittlere ist mit der Abwehrenergie (ausgehende aktive Energie und abends und nachts zieht sich diese Energie zurück, was notwendig zum Schlafen ist), der unterste Punkt ist mit der Energie über und unter dem Nabel (Abfuhr und reinigende Energie) und mit dem Gebiet zwischen Anus und Geschlechtsorgan und Beckenhöhle verbunden. Der Sanijao teilt den Körper in 3 Teile, verbreitet das ursprüngliche Qi, regelt den Verlauf des Wassers, bestimmt die Beziehung der Organe untereinander.

Der Herzschießmuskel-Meridian (Yin) oder Pericard-Meridian oder Zirkulations-Meridian.

- Der Herzschießmuskel ist für westliche Begriffe kein Organ.
- Die Akupunkturisten geben dem System, das u.a. für den
- Herzkreislauf sorgt, wohl einen Platz als separates Organ.
- Die Herzschießmuskel-Energie wird oft auch anders genannt
- von verschiedenen Autoren. Im Chinesischen heißt er Xin Bao,
- andere nennen es Pericardium, andere wiederum Zirkulation
- und wieder andere Kreislauf-Sex-Energie.



Der Herzschießmuskel hat eine enge Beziehung zum Herzen und den Nieren. Der Herzschießmuskel wirkt präventiv auf Infektionen, reguliert den Blutdruck und formt die Blutgefäße. Er hat eine schützende Funktion für das Herz. Der Herzschießmuskel fängt als erster die schädlichen Faktoren auf, die das Herz antasten können. Akute Herzbeschwerden werden über die Herzschießmuskel-Energie aufgefangen und behandelt. Bei chronischen Herzbeschwerden wird die Herzenergie auch angetastet. Diese Energie wird bei verschiedenen Herzabweichungen genutzt. Durch die Beziehung zu den Nieren, hat diese Organenergie auch viel mit der Potenz zu tun. Die Herzschießmuskel-Energie ist sehr anfällig für Salz. Westliche sehen auch, dass zu viel Salzgebrauch ein hoher Blutdruck entstehen kann. Für den Akupunkturisten befindet sich die Ursache im Herzschießmuskel.

Der Herzschießmuskel, hat genau wie alle anderen Organe, auch seine psychische Seite. Der Herzschießmuskel ist für den Chinesen das Organ, aus dem das Glücksgefühl entspringt. Sie haben bestimmt schon öfter von den Sprichwörtern gehört, wie ‚Viel Herz für etwas haben‘, ‚Etwas auf dem Herzen haben‘, ‚das kommt von Herzen‘, ‚jemandem aus dem Herzen sprechen‘, ‚Es sei Ihnen von Herzen gegönnt‘ und noch viele mehr, die alle auf das Gefühl weisen, das aus dem Herzen kommt; Ein Glücksgefühl. Auf der anderen Seite gibt eine Schwäche der Herzschießmuskel-Energie ein verwirrtes Bewusstsein oder man zeigt Zeichen und unkoordiniertem Sprechen (Stottern). Der Herzschießmuskel schützt zusammen mit der Leberenergie den Körper gegen Wind. Die Menschen, die schnell anfällig für Wind sind, haben eine Schwäche in diesen Energien. Der Herzschießmuskel-Meridian (der Tschu Tsieu Yin) beginnt an der Außenseite der Brust (beidseitig gleich), verläuft dann über die Achseln, von dort zur Innenseite der Oberarme, zum Ellenbogen, den Unterarm entlang, über die Mitte des Handgelenks zum vierten Finger, wo der Meridian am Nagel endet.

Beschwerden, die ihre Ursache in der Herzschießmuskel- Energie haben, sind: Schmerzen und Krämpfe in der Brust, Drüsenschwellungen in den Achseln, Depression, Schmerzen im Ellenbogen, Schmerzen im Handgelenk, Krämpfe in der Hand, Sterilität und Impotenz, hoher Blutdruck, Abweichungen der Blutgefäße und eine Reihe psychischer Beschwerden, unter denen Unruhe, Aufgeregtheit, Mangel an Initiative, Mangel an Geselligkeit, Argwohn und andere. Die diagnostischen Merkmale werden etwas lächerlich klingen. Die Herzschießmuskel-Energie kann nämlich im Gesicht gesehen werden und zwar auf dem Nasenrücken. Des Weiteren hat die Herzschießmuskel-Energie mit dem großen Pomuskel zu tun (Gluteus Maximus). Es liegen neun Akupunkturpunkte auf dem Herzschießmuskel-Meridian. Alle haben ihre spezifische Wirkung, die durch die Raymedys in der Form von Licht, Magnetfeld und Mikrostrom, aber auch mit Akupunkturnadeln stimuliert oder gebremst werden. Der Herzschießmuskel-Meridian eignet sich gut für Behandlungen mit Kräutern. Beschwerden des Herzens und der Blutgefäße sind durch gesunde Ernährung zu vermeiden, beispielsweise mit viel Obst und Gemüse, Rohkost und pflanzenartigen Eiweißen, anstatt von tierischen Eiweißen. Viel Bewegung, Sport. Gönnen Sie Ihrem Körper ausreichen Entspannung und vor allem psychische Ruhe. Leben und genießen Sie von Herzen!

Der ‚Herzschützer‘ umhüllt und schützt das Herz und wird Pericard genannt. Der Kreislauf hat eine Beziehung mit dem Herzen und dem Blutkreislauf. Dieser Meridian ist mit dem Blutkreislauf verbunden, mit dem Herzsäckchen, dem Sinusknopf, der Schlagader und der Herzs Schlagader und ergänzt die Funktion des Herzens. Der Kreislaufmeridian regelt die gesamte Versorgung des Blutkreislaufes und sorgt für Stabilität und Gleichgewicht.

Feuer und Qualen

- Feuermangel (Defizit)
- Herzklopfen
- Bleiche Haut
- Ruhelosigkeit
- Schwacher oder unregelmäßiger Puls
- Angstgefühle
- Kalte Hände und Füße
- Stumpfe Augen
- Unruhig Träumen, Alpträume
- Schlaflosigkeit
- Trübseligkeit
- Kein Durchsetzungsvermögen
- Stottern oder schwierig sprechend

Andere Symptome: Gefühlslosigkeit, Schwindel, Müdigkeit, keine engen Beziehungen eingehen oder halten können, Antriebslosigkeit, Fehlen von Ergebnissen, Aphasie, Katatonie, schlechte Konzentration

Defizit per Element	
Erde	Kann defizitär sein durch zu wenig Nahrung von der Mutter oder Exzessiv durch Leersaugen der Mutter
Metall	Möglicher Überschuss, denn unzureichend kontrolliert: TB1, Pe5, Ha4, DuD1
Wasser	Möglicherweise Überschuss und dadurch beherrschend: TB, Pe3, Ha3, DuD2
Holz	Defizit und nicht in der Lage Kind zu nähren: TB3, Pe9, Ha9, DuD3
Feuer	Quelle TB4, TB6, Quelle Pe6, Pe8, Quelle Ha5, Ha8, DuD5

Feuer Überschuss (Exzess)

Zu viel Feuer kann in zu viel Aufregung enden, zu großer Anteilnahme, zu viel Versprechen.

- Herzklopfen
- Glänzendes Gesicht
- Rote oder purpurne Hautfarbe
- Purpurne Lippen
- Ungestümer Puls
- Infektionen und Entzündungen
- Schlaflosigkeit
- In unpassenden Momenten lachen
- Zu viel sprechen
- Hyperaktivität
- Angstgefühle

Andere Symptome: Konzentrationsstörungen, manische Perioden oder Nervenkrankheiten, keine Fertigstellung von enthusiastisch begonnenen Projekten.

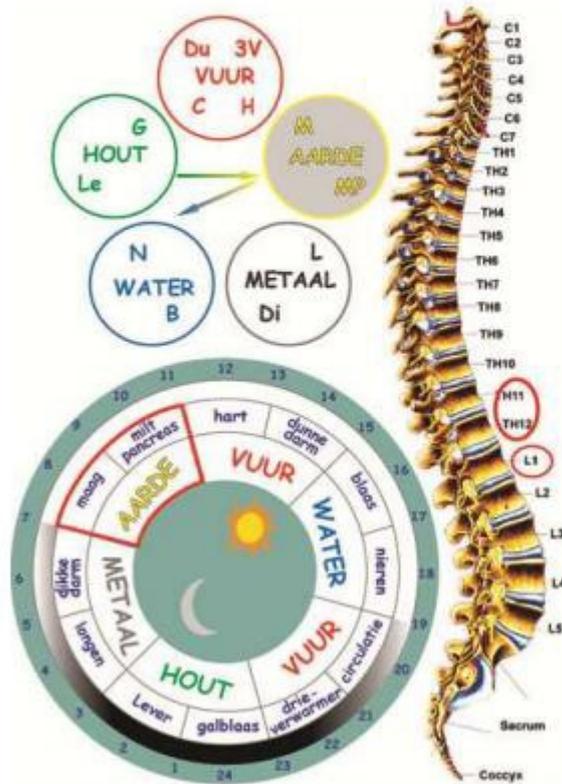
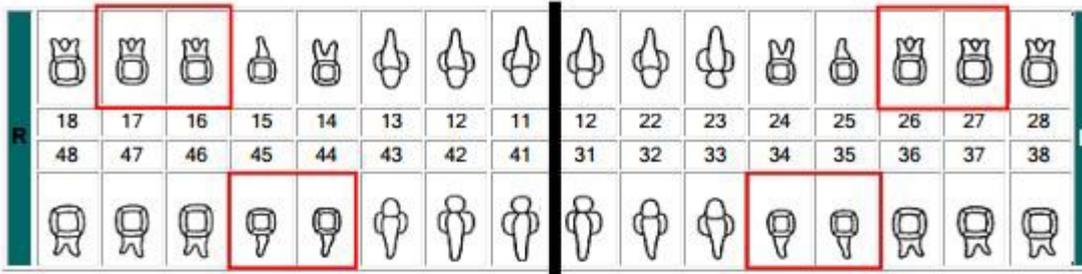
Überschuss per Element	
Erde	Kann defizitär sein durch zu wenig Nahrung von der Mutter oder Exzessiv durch Überströmung
Metall	Möglicherweise defizitär durch Beherrschung
Wasser	Möglich defizitär mit zu wenig Einfluss
Holz	Exzessiv und überfließend auf das Kind
Falsches Feuer	Echter Feuerüberschuss, glänzende Wangen - nicht ganzes Gesicht, Nachtschweiß, Geschwüre im Mund, warmes Gefühl im Handballen und den Fußsohlen, Müdigkeit, Schlafprobleme, Fieber am Nachmittag

Zusammenfassung Feuer	
Physik	
wird assoziiert mit	Dem Herzen: Der Meister aller Organe Dem zentralen Nervensystem

	<p>Das Blut, die Blutgefäße und der Blutkreislauf als Ganzes</p> <p>Die Zunge</p> <p>Das Transpirieren</p> <p>Die Wahl von Ober- und Untergebiss</p> <p>Die Sprache</p>
Der Dünndarm	<p>Das Genick, der Kopf</p> <p>Der Ellenbogen und der Unterarm</p> <p>Die Feuchtigkeitsbalance</p> <p>Der Rücken auf Höhe des Übergangs von der Brust zu den Lendenwirbeln</p> <p>Balanciert alle Organe</p>
Der Herzschießmuskel	<p>Der Brustkorb</p> <p>Das vegetative Nervensystem</p> <p>Die Handfläche (hc8)</p> <p>Der Hinterkopf / Gebiet des Übergangs von Brust zu Lendenwirbel</p> <p>Balanciert alle Organe</p>
Der Erwärmer	
Haus des Shen	<p>Im Feuer befindet sich der individuelle Geist, der zentrale Herrscher</p> <p>Der Shen umfasst rein geistige Energie, die in den Augen ablesbar ist</p> <p>In einem klaren Blick wohnt der Shen, in Schock gibt es keine Wohnung für Shen</p>
Mental, emotional	<p>Der Geist</p> <p>Das Bewusstsein</p> <p>Einheitserfahrung mit allen lebenden Dingen</p> <p>Freude</p> <p>Es umfasst Kommunikation und Ausdruck von Ideen und Gefühlen</p> <p>Es ist spontan, lebendig und sozial</p>
Feuer Yin	<p>Zu ernst</p> <p>Traurig und melancholisch</p> <p>Wenig Interesse am Leben, Beziehungen und sozialen Aktivitäten</p> <p>Sind einsam und fühlen sich nicht geliebt</p> <p>Nicht zur Liebe in der Lage</p>
Lebenslehre Feuer Yin	<p>Konservieren von Energie und das Aufbauen von Kraft</p> <p>Vermeiden von extremen Situationen</p> <p>Gemäßigt leben</p> <p>Arbeiten in</p>

	<p>Gebieten, die Freude schaffen und affektive Handlungen möglich machen Lernen Gefühle und Nöte zu äußern</p>
Feuer Yang	<p>Ruhelosigkeit - überreizt - überenthusiastisch - manisch Zu viel sprechen Sozial und sexuell überaktiv Unverantwortliches Verhalten Neigung zum Burn-out Erschöpfung Depressiv - möglich Suizid gefährdet</p>
Lebenslehre Feuer Yang	<p>Lernen rechtzeitig aufzuhören Aufmerksamkeit rechtzeitig nach innen richten auf Frieden und Stille Balancieren von Liebe und Kontemplation und Weisheit Zulassen, dass das innere Feuer intern durcharbeiten kann</p>
Feuer Balance	<p>Innerliches Erlebnis von Liebe, gute Entwicklung von Intuition Die Möglichkeit, Gefühl von Liebe auf eine ruhige und friedliche Art in der Welt zuzulassen Lebendig und glücklich, Freiheitserlebnis, Balance zwischen Spontaneität und Kontemplation, Weisheit und Nüchternheit und Verständnis</p>

 **13 Aarde (M, MP)**



	Rechts boven	Link boven
zintuigen	Neus (reuk) Sinus Maxillares	Neus (reuk) Sinus Maxillares
	Kaken Knie voor	Kaken Knie voor
wervels	T11-T12 – L1	T11-T12 – L1
Endocriene klieren	Schildklier	Schildklier
Organen	Pancreas maag	Pancreas maag
	Rechts beneden	Links beneden
zintuigen	Neus (reuk)	Neus (reuk)
gewrichten	Kaken Knie voor	Kaken Knie voor
wervels	T11-T12 – L1	T11-T12 – L1
Endocriene klieren	Lymf klieren geslachtsklieren	Lymf klieren geslachtsklieren
Organen	maagpoortier maag	milt maag
meridiaan	kwaliteit	psychopathologie
Maag	Realistisch & moreel bewust	Cynisch, zuur, boos, starre meningen, schizofreen, geïrriteerd, saboterend
Milt Pancreas	Verwerken van informatie, Evaluatie van capaciteit	Toegewijd, neurotisch, hypochondrie bij oude gebreken, labiel & veeleisend in relaties

Aarde		tekort	overdaad
moeder	Vuur	tekort	Vuur overdaad
zoon	Metaal	tekort	Metaal overdaad
vijand	Water	overdaad	Water tekort
controle	Hout	overdaad	Hout tekort

Erde	
Organ (Yin)	Milz-Pankreas
Organ (Yang)	Magen
Jahreszeit	Herbst
Richtung	Zentral
Farbe	Gelb
Prozess	Erwachsen
Sinn	Geschmack
Chakra	2
Planet	Saturn
Öffnung	Mond
Negativ	Ambition
Positiv	Vertrauen
Mental	Ruhig
Gewebe	Muskeln, Bindegewebe
Zyklus	Transformation
Klima	Feucht
Geschmack	Süß
Flüssigkeit	Speichel
Psyche	Konzentration
Stimme	singen
Duft	Duftend
Emotion	Besorgnis
Deblockieren	singen
Zeitpunkt Ying	09:00-11:00
Zeitpunkt Yang	07:00-09:00
Psychologisch	Kreativität, Beziehungen, Sexualität, körperliche Intimität

Energie +/-	Fühlen können, Sexualität genießen, Sicherheit, emotionale Nöte ausdrücken, Input von intellektueller und emotionaler Information
Energie -	Angst vor Intimität, Entsagung von Sexualität gestörte Kreativität
Energie +	(Sexuelle und sensuelle Sucht, Obesitas, Zwanghaftigkeit, bipolare Störungen)
Physik	Störungen des unteren Bauchs, Eingeweide, Blut, lymphatische Störungen

Erde - Der Erdmensch. Symbol für den Erd-Menschen ist ein gelbes Viereck auf den vier Füßen der kosmischen Schildkröte. Eine Erdperson ist gedrunen und hat starke Gliedmaßen und tiefe Züge. Die Stimme ist tief und kommt aus dem Bauch. Sie ist funktional und praktisch, denkt mit Weisheit und vorsichtig. Ihre methodische Tätigkeit ist koordiniert in Richtung solide und konkrete Realisierung, aber es geht nicht schnell. Unternehmerisch und berechnend kann sie sehr verbissen sein und dem Materiellen bis zum Egoistischen anhängen.

Der Erdtyp hat eine runde Gestalt. Es ist gutmütig. Die Hände sind ‚gefüllt‘, kurz mit geschmeidigen Nägeln. Sie haben nicht wirklich viele Haare: Die Haut ist gut befeuchtet. Sie sind entspannt: Haben Freude am Leben und halten sich im Hier und Jetzt, wodurch sie die Vergangenheit vergessen und nicht an die Zukunft denken. Daher sind sie nicht so genau.

Geschmack ist ihr vollständigster Sinn. Takt eine häufige Eigenschaft. Sie riechen süß und die Kleidung schockt niemanden. Die Farbe gelb steht ihnen gut und drum herum harmonisieren sie andere Farben. Sie sind ruhig.

Zentristen, sie sehr tolerant sind und sich nicht durch Wind oder Sturm ableiten: Im Gegenteil: Sie kämpfen dagegen. Ihre Serenität macht aus ihnen sehr soziale Wesen, die viele angespannte Situationen lösen können; Sie sind ausgezeichnete Vermittler. In der Beziehung zu anderen Menschen findet man all das wieder: Die Erde, die die Pflanzen nährt: Sie an das Klima anpasst.

Eine verlängerte Intimität und Ruhe sind besonders geeignete Bedingungen, um ihren Reiz zu wecken. Die mythische Projektion des Erdtypen ist die Godin-Mutter. Farbiger Teint ist günstig, denn es ist das Feuerzeichen, dass die Erde weiterbringt. Ungünstig ist es für diese Typen zu viele Haare zu haben und die Knochen sichtbar sind: Das ist ein Zeichen, dass das Holz negativ vorhanden ist.

Der Magenmeridian

Der Magen ist das Organ, das die Nahrung empfängt und mit der Trennung der Nahrung beginnt, in was der Körper benutzen kann, die Baustoffe (das saubere) und die Abfallstoffe (das Unsaubere) werden weitergeleitet und im Darm weiter verdaut. Der Magenmeridian verläuft beidseitig über den Körper und beginnt unter dem Auge, von dort läuft der Meridian zur Wange, zum Kiefer, wieder nach oben zur Stirn, dann nach unten zur Kehle, über das Schlüsselbein, über die Brust, über den Bauch, den Nabel entlang, über die Leiste zum Oberschenkel, Knie zum Unterschenkel und endet auf dem zweiten Zeh. Auf dem Magenmeridian liegen 45 Akupunkturpunkte, die bei verschiedenen Leiden genutzt werden können. Die Magenenergie versorgt den Geschmack; Jemand mit einer gesunden Magenenergie kann die fünf verschiedenen Geschmäcker gut voneinander trennen. Es besteht eine direkte Verbindung mit dem Zahnfleisch, der Zunge, den Speicheldrüsen und dem Kiefer. Die Nahrung. Beschwerden des Magens entstehen in den meisten Fällen durch ungesunde, nicht vollwertige Nahrung. Nahrung, die chemisch behandelt wurde, Süße (Zucker, Alkohol), Weißmehlprodukte (wie Weißbrot), Kaffee und chemische Getränke. Die Nahrung muss, bevor sie in den Magen gelangt, gekaut werden. Die Verdauung beginnt bereits im Mund. Schnell und hastiges Essen ist schlecht für den Magen. Es ist auch davon abzuraten, während des Essens zu trinken. Am besten einige Zeit nach dem Essen trinken. Milch ist für den Magenpatienten nicht empfehlenswert: Ja Sie lesen richtig: NICHT EMPFEHLENSWERT! Im Gegensatz zu dem, was Sie oft hören, wird Milch geradezu eine verkehrte Reaktion hervorrufen. Beschwerden wie Blähungen, Aufstoßen, Darmbeschwerden und Schleimbildung sind nur einige Folgen, die Milch auf viele Menschen haben kann. Das ist vor allem der Fall bei Fabrikmilch. Falls Sie viel unter Magensäure leiden und Sie ein Produkt benutzen möchten, um dem Abhilfe zu leisten., dann können Sie am besten Sojamilch nutzen. Sojamilch ist außerdem viel einfach zu verdauen. Bei Magenbeschwerden ist es immer sinnvoll, nach der Ernährung zu schauen.

Wenn wir wieder zurück zum Verlauf des Magenmeridians gehen, werden die Beschwerden, auf die der Akupunkturist achtet, sehr einfach zu verfolgen sein. Augenschmerzen, müde Augen, Kieferentzündungen, Schmerz in der Wange, Schmerz im unteren Kiefer und den Zähnen, Kopfschmerzen, Halsschmerzen, Schmerzen in der Brust, ausbleibende Milchproduktion nach der Schwangerschaft, Magenbeschwerden, wie Sodbrennen, Magengeschwüre, Übereben, verminderte Essenslust, Schmerz im unteren Bauch, Kniebeschwerden und Schmerzen im Bein. Die Maschinerie hat auch ihre psychischen Auswirkungen. Das sind Menschen, die viel jammern, besorgte Figuren. Bei einer zu hohen Energie sehen wir, dass jemand menschenscheu ist oder Isolierungsdrang hat. Es können auch Aggressivität und Angstträume entstehen. Menschen mit einer schwachen Magenenergie können jedoch ein Bedürfnis nach menschlicher Nähe haben. Das sind die Menschen, die Massagen lieben. In der Gesichtsdiagnose kommt der Magen auf der Oberlippe zum Ausdruck. Die Oberlippe ist dann sehr dünn und oft sieht man, dass Patienten sich auf die Oberlippe beißen. Die Lippen können auch trocken sein, oder zu rot. Manchmal sieht man einen Riss in der Oberlippe, die auf ein Magengeschwür hinweist.



Der Milz-Pankreas Meridian

Die westlichen Lehrbücher bezüglich des menschlichen Körpers und seinen Organen lehren uns, dass die Milz ein (bohnenförmiges) Organ ist, ungefähr zwei Unzen wiegt, so groß ist wie eine Faust und sich im linken Oberbauch befindet, unter dem Zwerchfell, hinter dem Magen, auf der linken Niere und geschützt durch den Brustkasten.

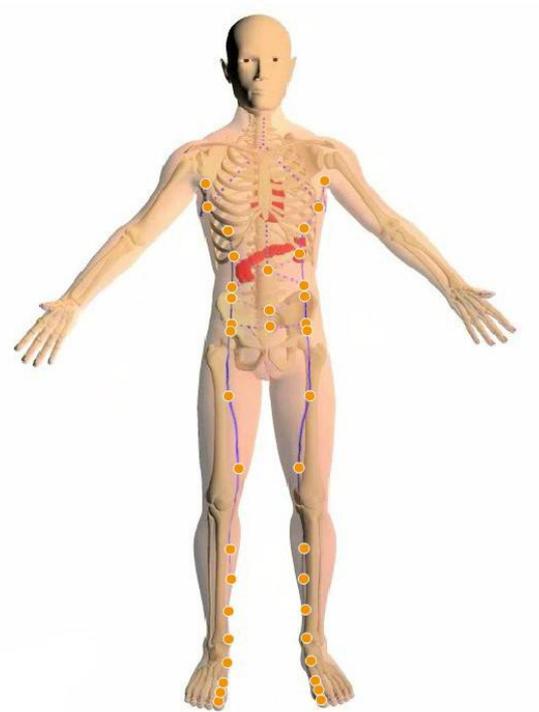
Die Funktion des Organs bezieht sich auf den Abwehrmechanismus unseres Körpers und zwar durch die Bildung von Antikörpern und Lymphozyten (weiße Blutkörperchen), die im Kampf gegen körperfremde Elemente notwendig sind. Darüber hinaus ist die Milz das Organ, wo veraltete rote Blutkörperchen abgebaut werden.

Die chinesische Denkweise

Im Denken der chinesischen Heilkunst werden Begriffe wie Lymphozyten, Antikörper, Immunsystem u.a. in diesem Ganzen nicht genannt, aus dem einfachen Grund, dass zu Zeiten der Entstehung der chinesischen Heilkunst (und das war vor Tausend Jahren!) diese Begriffe nicht bestanden. Außerdem ist die Philosophie der chinesischen Heilkunde fundamental anders als die westliche Herangehensweise von Krankheit u. vielen Jahren, noch nicht an Bedeutung eingebüßt. Gesundheit in der chinesischen Denkweise ist keine Aufzählung von quantitativen Phänomenen, wie Blutzuckerspiegel, Säuregrad des Urins, Hormonspiegel und solche. Man geht davon aus, was direkt mit unseren Sinnen wahrnehmbar ist, wie Gesichtsfarbe, Körpergeruch, Atmung, Puls, Farbe des Urins, Schmerz, etc. und auf Basis der so erhaltenen Daten wird festgestellt, in wie weit die Gesundheit angetastet wurde, was in den Termen der Energieversorgung ausgedrückt wird. Anders gesagt: Gesundheit ist ein theoretisch energetischer Zustand von Harmonie, in dem keines der körperlichen Zeichen abnormal ist.

Die Organe

Auch gemäß der chinesischen Denkweise geht man von der Anwesenheit einiger wichtiger Organe aus, die untereinander in einer engen Beziehung stehen und die für die Realisierung verschiedener Körperfunktionen verantwortlich sind. Jedoch gibt es einen großen Unterschied in der Herangehensweise. In der westlichen medizinischen Denkweise ist ein Organ hauptsächlich ein anatomischer Fakt, dessen Strukturen bekannt sind, in dem chemische Reaktionen festgestellt werden, kurzum, die materielle Seite eines Organs bekommt Aufmerksamkeit. Die Essenz der chinesischen Denkweise im Bezug zu Organen ist nicht so sehr die Konkretisierung auf feste, materielle Strukturen, sondern eher wird man die Aufmerksamkeit auf dynamische, energetische Aspekte der Funktionen jedes einzelnen Organs richten. Wenn wir nun zum Milz-Pankreas Meridian zurückkehren, wird deutlich, dass in der chinesischen Denkwelt damit nicht zwei Organe irgendwo in der Bauchhöhle gemeint sind, sondern eher eine Gesamtheit an dynamisch funktionaler Aktivitäten. Mängel an einer oder mehreren dieser Funktionen, die sich in direkt wahrnehmbaren Zeichen äußern, werden daher zur Schlussfolgerung führen, dass die Milz in ihrer Funktion gestört ist.



Funktionen des Milz-Pankreas Meridians

Eine der wichtigsten Aufgaben der Milz ist Verdauung und die richtige Transformation und Weiterleitung der Nahrung, die wir zu uns nehmen. In westlichen Begriffen ist das eine ausreichende Produktion von Magensaft, Gallenausscheidung, Pankreasfunktion, Enzymaktivität etc. In chinesischen Begriffen: der Milz-Pankreas Meridian steht für die korrekte Verarbeitung unserer Nahrung. Aus Beschwerden, wie einem Völlegefühl nach dem Essen, Mangel an Appetit, Stuhlgangprobleme, Aufstoßen u.a. (auch dyspeptische Beschwerden genannt) kann also die Schlussfolgerung gezogen werden, dass eine Teilfunktion des Milz-Pankreas Meridians, nämlich die im Bezug auf die Nahrungsverdauung, gestört ist. Behandlungen sind darauf gerichtet, dieses System wieder in Harmonie zu bringen, wodurch die dyspeptischen Beschwerden von selbst verschwinden. Es ist wichtig, dass der Milz-Pankreas seine Funktionen optimal erfüllen kann.

Die Nahrung, die wir zu uns nehmen, muss nämlich so transformiert werden, dass sie optimal von unserem Körper aufgenommen werden kann. Westlich formuliert, läuft es darauf hinaus, dass Vitamine, Mineralien, Kohlenhydrate u.a. Nährstoffe in unser Blut gelangen, sodass die saubere Nahrungssensenz oder Nahrungsenergie freigesetzt werden kann, die zur Bildung von Energie und Blut notwendig sind. Diese Nahrungssensenz wird danach zu den Lungen geschickt, wo sie mit der Energie aus der Luft gemischt wird. Dieses Gemisch wird die wahre Energie genannt und aus den Lungen wird diese Energie durch den gesamten Körper transportiert. Neben der Bildung von Energie ist der Milz-Pankreas Meridian auch mitunter für die Produktion von Blut verantwortlich und aus dieser Tatsache, zusammen mit dem vorhin genannten, wird deutlich, dass die Wahl unserer Nahrung wichtig für unser gesamtes Wohlbefinden ist. Auf dem ersten Platz können aus qualitativ bedenklicher Nahrung keine optimal reine Energie, Enzyme, Aminosäuren entstehen und dann zirkuliert in unserem Körper Energie, die nicht vollwertig ist. Die Situation ist vergleichbar mit einem Ofen, der auf nassem Holz brennt.

Auf dem zweiten Platz tastet eine unvollkommene Ernährung letztendlich die Milz-Pankreas Energie an, mit allen Folgen. Auch eine einseitige Ernährung muss vermieden werden. So kann z.B. zu viel Rohkost die Energie der Milz schaden. Falls eine Störung der Milz-Pankreas (MP) Energie vorliegt, können Sie sich durch den Verzehr von Rohkost erkältet fühlen. Andere Produkte, die die Milz-Pankreas Funktion antasten, sind: kalte Getränke, Milch und Milchprodukte, Süße (Zucker). Eine andere Funktion des MP ist die große Rolle, die er bei der Umformung von Flüssigkeiten spielt, die in unseren Körper gelangen. Wenn der MP in dieser Funktion versagt, erleben wir Symptome von Durchfall, Brauchgrummeln, Ödemen, Völlegefühl, Übergewicht u.a., wenn die Flüssigkeiten zu lange in uns bleiben, können sie in Schleim umgewandelt werden, was danach wieder spezifische Beschwerden ergibt, wie erschwerte Atmung, Schleimproduktion, viel Speichelfluss, Laufnase, Asthma, u.a.

Der MP ist übrigens ein Meridian, der sensibel auf eine feuchte Umgebung reagiert. Feuchtes Wetter oder eine Wohnung, die zu feucht ist, kann dieselben Beschwerden verursachen.

Emotionen und Milz-Pankreas Energie

Außer in der Ernährung und beim Klima kennt die chinesische Denkweise mehrere Faktoren, die in der Lage sind, Organenergie anzutasten. Auch Emotionen spielen eine Rolle bei der optimalen Funktion der Organe. Beherrschung bestimmter Gemütszustände werden dem betroffenen Organ schaden. Zu viel Wut beispielsweise schadet der Leber; Angst schadet der Nierenenergie und zu viel denken (sorgen) belastet den MP-Meridian. Wenn jemand zu viel grübelt, ein Mangel an (Selbst) Vertrauen hat oder ein geringes Selbstwertgefühl aufweist, dann raubt dies dem MP-Meridian Energie. Die Folge kann ein Anfall von Atemnot sein oder plötzlich bemerkt, dass man dicker wird (Feuchtigkeitseinschluss). Das hat alles mit der Funktion des MP Meridians zu tun.

Wer das bei sich selbst entdeckt, kann die Balance wieder ins Gleichgewicht bringen, indem mehr Freude im Leben geschaffen wird. Wie vorhin genannt, hat der MP-Meridian eine blutbildende Funktion. Außerdem muss der MP auch überwachen, dass das Blut in den dafür vorgesehenen Bahnen strömt. Anders gesagt: Von unserer Gesamtenergie formt die MP-Energie einen spezifischen Teil, der u.a. als Aufgabe hat, das Blut in gute Bahnen zu leiten und die Blutchemie (u.a. Viskosität) zu überwachen. Die Milz ist der Palast des Denkens. Konzentration, lösendes Denkvermögen und Schärfe sind Merkmale einer gut funktionierenden Milz.

Hypo-Energie des MP Meridians

Bei einer Schwäche der MP-Energie sehen wir, dass der Blutkreislauf zum Stillstand kommt und Beschwerden entstehen, wie Blut bei Entlastung, überflüssiger Menstruation, schnell auftretenden blauen Flecken, Krampfadern u.a. Der MP hat auch eine wichtige Rolle bei der Energieversorgung von Muskeln. Bei einer Energiestörung können Beschwerden entstehen, wie schlaffe, ermüdete Muskeln, schwere Gliedmaßen, Muskelschwäche, Schwellungen in den Unterschenkeln. Wie vorhin erwähnt, in der chinesischen Heilkunde hat die Milz eine starke Beziehung mit dem Pankreas, deswegen der Zusammenschluss zu einem Begriff zu MP-Meridian. Bei einer Dysfunktion des Pankreas sehen wir Beschwerden, wie Diabetes und Hypoglykämie. Beschwerden, wie viel Durst, Feuchtigkeitsverlust (viel und oft urinieren), ein Leichtigkeitsgefühl im Kopf lässt den chinesischen Heilkundigen direkt an die Milz-Pankreas Energie denken.

Diagnose und Therapie

Beim Stellen der Diagnose spielen in der traditionellen, rund zweitausend Jahre alten chinesischen Heilkunde (TCM) Sachen, wie Blutuntersuchung, Röntgenfotos u.a. selbstredend keine Rolle. Falls eine westliche Untersuchung gemacht wurde, wird diese natürlich genutzt, um die Behandlung so exakt wie möglich einzustellen und später als Vergleichsmaterial zu nutzen.

Es wird von dem ausgegangen, was der Patient erzählt und was darüber hinaus noch wahrgenommen wird. Beschwerden, wie Verdauungsbeschwerden, Blutungen, müde Gliedmaßen führen also schon schnell in die Richtung einer gestörten Milz Energie. Das Gesicht ist dabei oft bleichgelb, wie die Lippen, denn es besteht eine deutliche Korrelation zwischen Mund und Milz. Oft sehen wir auch Risse in den Mundwinkeln und/oder Falten rundum die Lippen.

In China sagt man: Wenn die Milz in Harmonie ist, wird der Mund die fünf Geschmäcker deutlich unterschieden und die Lippen sind rot und feucht. Ist die Milz schwach, dann wird man weniger sensibel für Geschmäcker und die Lippen sind bleich. So gesehen scheint die Diagnose eine einfache Sache zu sein, während genau das Gegenteil der Fall ist. Wäre nur die Milz gestört, dann ist es deutlich. Aber im Allgemeinen ist es so, dass durch die enge Beziehung verschiedener Organe untereinander eine Störung des einen Organs auch Konsequenzen für ein oder mehrere andere Organe hat. Die Störungen liefern danach wieder spezifische Symptome, sodass letztendlich ein diffuses Ganzes an Symptomen entstanden ist, auf Basis dessen nur ein gut geschulter Akupunkturist eine Diagnose stellen kann.

Die Therapie wird danach darauf gerichtet, die gestörte Energie wiederherzustellen, mitunter durch Raymedys, Säfte, aber auch mit Orthomolekularen Mitteln, Kräutern und Homöopathie ist viel erreichbar. Obwohl unser Klima im Allgemeinen nicht feucht ist, kommen dennoch viele Milzenergie-Beschwerden in NW-Europa und in unserem Land vor. Die Beschwerden sind oft einer schlechten Ernährung mit zu viel Zucker, Milch und eiskalten Getränken zuzuschreiben.

Erdmeridian # 2: der Magenmeridian

Der Magen-Meridian (Yang)

Der Magenmeridian ist mit der Funktion der Speiseröhre, dem Zwölffingerdarm, der Fortpflanzungsmechanik, den Eierstöcken und dem Appetit verbunden. Durch die Verbindung zu den Eierstöcken hat der Magen-Meridian auch Einfluss auf den Menstruationszyklus. Die Eierstöcke haben auch eine Beziehung mit der Schilddrüse. Die Energie des Magens ist nach unten gerichtet. Wenn die Energie gestört ist und sie nach oben steigt, gibt dies Probleme, wie Völlegefühl, Bauern und eine entgegengesetzte Funktion der Speiseröhre, genau wie Kopfschmerzen. Der Magenmeridian sorgt für die ersten Schritte in der Entledigung der Nahrung. Der Magen (das aktivste Yang Organ) baut Nahrung ab, sodass der Pankreas Enzyme und Fette, Eiweiße und Kohlenhydrate weiter verdauen kann. Der Magenmeridian schickt Energie nach unten. Zur Kompensation der Milz leitet der Magen Qi und Jing nach unten. Falls dies hapert, verursacht das Aufstoßen, Übergeben und Übelkeit.

	Meridian	Meridian-Organfunktionen	+ Merkmale	Emotion	+ Energie	- Energie
M	Magen	Regulation von Säuregrad	Kreativ	Unbekümmert	Schizophren	Süchtig
MP	Milz-Pankreas	Vegetativum, Stoffwechsel	Neugierig	Kein Selbstvertrauen	Ungeduld	Neurose

Die Milz (Yin). Die Milz reagiert über das Fleisch, die Qualität des Bindegewebes, den Mund und seine psychische Komponente ist das Abwägen. Die Milz wird durch einen Überschuss an Feuchtigkeit beschädigt und in diesem Fall ist es gut, Medikamente mit Salzpflanzen zu verschreiben. Die Milz ist ein wichtiges Organ. Der MP-Meridian hat Einfluss auf die Verdauung und den Gärungsprozess und regelt auch die Funktion der Bauchspeicheldrüse oder des Pankreas. Der MP-Meridian reguliert die Speichelbildung und die Bildung von Enzymen, die der Dünndarm ausscheidet, bis zu Fortpflanzungshormone, die mit den Eierstöcken und der Brust verbunden sind. Der MP ist mit dem Bindegewebe verbunden. Geistige Müdigkeit und Sorgen haben einen schädlichen Einfluss auf die Milz. Die Milz (Organ) spielt eine wichtige Rolle bei der Bildung und Qualität von Blut und Abwehrzellen. Außerdem ist die Milz mit dem Lymphdrüsenystem zur Entgiftung und für den Wasserhaushalt in der Haut verbunden. Bei einem Überschuss an Süße, dem Verzehr von Rohkost, zu viel Yinnahrung (vor allem im Winter, einer Yinperiode) wird die Milzenergie geschwächt. Das Verdauungssystem ist nicht dafür ausgelegt, Rohkost zu verarbeiten; Die Milz verkalkt dadurch. Die Milz wird durch die veränderte Nahrungskultur und Lebensweise immer mehr geschwächt. Die Milz regelt die Verdauung und Aufnahme, sie holt die wesentlichen Bestandteile aus der Nahrung und säubert diese. Die sauberen Stoffe gehen zu den anderen Yinorganen und die unsauberen Stoffe gehen zu den Yanorganen zur weiteren Säuberung. Ein Ausfall dieser transformierenden Wirkung sorgt für Feuchtigkeit und Schleim, aber kann auch zu allgemeinen Anzeichen von Defiziten oder Stagnation führen. Die Milz baut Blut und Qi auf. Durch die Weiterleitung von sauberen Baustoffen an das Herz, für die Produktion von Blut und an die Lungen und Nieren, sorgt sie für die Produktion von Qi. Die Milz sorgt für die Aufwärtsverschiebung und hält Dinge hoch. Die Milz sorgt dafür, dass saubere Baustoffe aufsteigen zum Herzen und zur Lunge, sie sorgt für die Flüssigkeiten und Essenz (Jing). Dysfunktionen leiten zu Durchfall, Hämorrhoiden, Krampfadern, Asthma und Schleim. Die Milz hält Dinge an ihrem Ort und regiert das Fleisch. Die Milz bestimmt die Kondition des Fleisches, das die Organe an ihrem Ort und innen halten muss. Übergewicht oder schwaches oder weiches Fleisch deuten auf eine ungleichmäßige Milzfunktion hin. Die Milz hält das Blut in den Bahnen. Schnell blaue Flecken bekommen, blutige Nase, Hämorrhoiden und Krampfadern deuten auf eine ungleichmäßige Milz hin.

Zusammenfassung Erde

Physik	<p>Beherrscht Transformation und Transport Beherrscht die Muskeln für die Muskelkraft, die 4 Gliedmaßen Regiert das Blut Hält die Organe an seinem Ort Öffnet in den Mund Manifestiert sich in den Lippen</p>
Wird assoziiert mit	<p>Milz und Magen, Lebenskraft Bindegewebe, Lymphe, Lippen, Geschmack Hüfte innerster Teil, Wirbelsäule (Skoliose) Füße (medial) Die Verdauung, Unterkiefer, das Schlüsselbein Das Handgelenk und der Daumen Die Vorderseite des Oberschenkels</p>
Mental und emotional	<p>Solide und materiell. Guter Erdling Stabil und praktisch eingestellt Nährend und versorgend, betroffen von Anderen Es steht für den analytischen Geist Kontemplation</p>
Haus von Yi	<p>In der Erde sitzt das Vermögen zum Sammeln - Sitz der Sicherheit und des Vorstellungsvermögens Die Yin Seite steht für Tagträume</p>
Erde Yin	<p>In Beschlag genommen Endlos Sorgen machen, Permanent argumentieren Viel denken und wenig Aktion Gefühl von innerer Leere Für sich selbst und andere sorgen ist schwierig</p>
Lebenslehre	<p>Aus der inneren Welt der Gedanken kommen Vollständig körperlich am Leben teilnehmen Mehr auf die Außenwelt richten Negative Denkmustere durch strukturierteres Denken ersetzen Für sich selbst und andere sorgen lernen</p>
Erde Yang	<p>Durch Unsicherheit und Angst überbesorgt Geneigt Sorge anderen aufzudrängen Nicht loslassen können Dominieren über die Leben andere und für einen anderen Beschränkung anderer in ihrer Unabhängigkeit Festhaltend, besitznehmend und habsüchtig</p>
Lebenslehre	<p>Entwickeln von innerer Kraft Angst und Unsicherheit beherrschen lernen Verhindern, dass man andere selbstsüchtig belästigt Das Finden einer Quelle von Liebe in sich selbst, sodass die innere Leere, die sie von der Anwesenheit anderer abhängig macht, nicht gefühlt wird</p>

Erde Balance Im Besitz eines ruhig nachdenken Geist und das im täglichen Leben zeigen
 Ohne Vorurteil
 Auf eine gute Art neutral
 Stabile Persönlichkeit, die Sympathie weckt und andere unselbstsüchtig unterstützt
 Verantwortungsbewusstsein, dienstlich und bezogen

Erde und Qualen

- Erdmangel (Defizit)
- Gestörte Verdauung, des Denkvermögens oder des allgemeinen Energieniveaus
- Ermüdung ohne deutlichen Grund
- Dünne Entlastung
- Bleiche Zunge und Lippen
- Eine trockene Haut
- Bei Frauen eine kurze oder geringe Menstruation
- Hämorrhoiden und Krampfadern
- Ein schlechter Appetit
- Übergewicht
- Geistige Abwesenheit
- Schnell und regelmäßig blaue Flecke oder Blutergüsse
- Müde und schläfrig nach der Mahlzeit

Andere Merkmale sind:

Kurzatmigkeit nach Anstrengung, Schwindel, Gebärmutterversagen, frequentiertes Nasenbluten, Magenknurren, Blähungen, Hypoglykämie kombiniert mit einem starken Verlangen nach Süßem, eine schlechte oder kurze Konzentration, Diabetes, Ohnmachtsgefühl.

:

Defizit durch Unterernährung oder Überschuss durch Leersaugend der Mutter: Ma45, Mi5
Überschuss durch unzureichende Beherrschung durch Erde: Ma44, Mi9
Exzessiv und beherrschend: Ma43, Mi1
Defizit, weil es seinem Kind zu wenig Nahrung gibt: Ma42, Mi2
Metall
Wasser
Holz
Feuer

Erde Überschuss (Exzess)

Oft nach einem langanhaltenden Defizit auftretend. Die Merkmale sind:

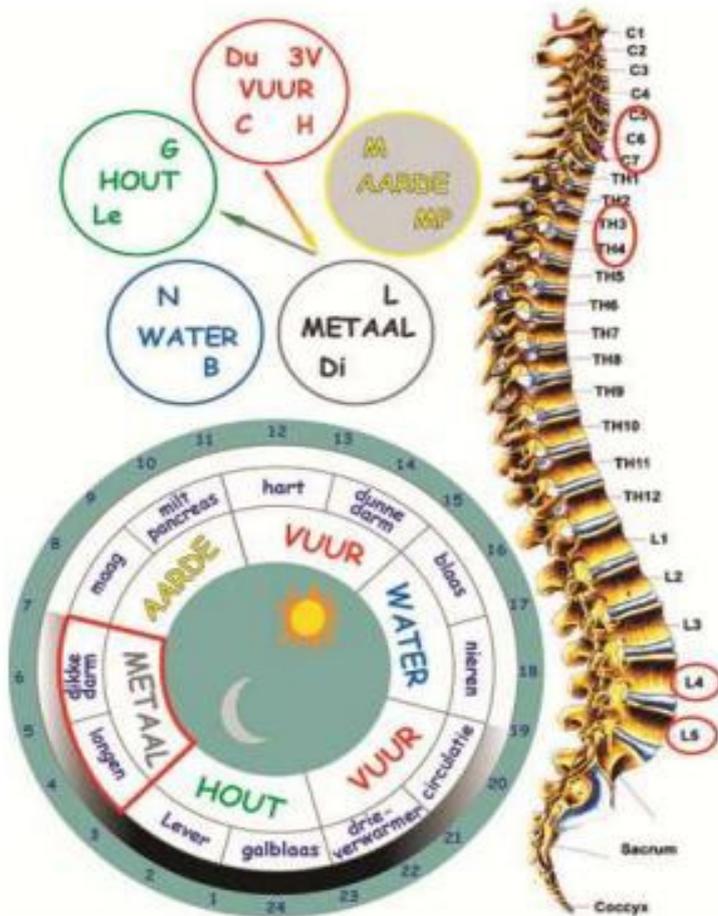
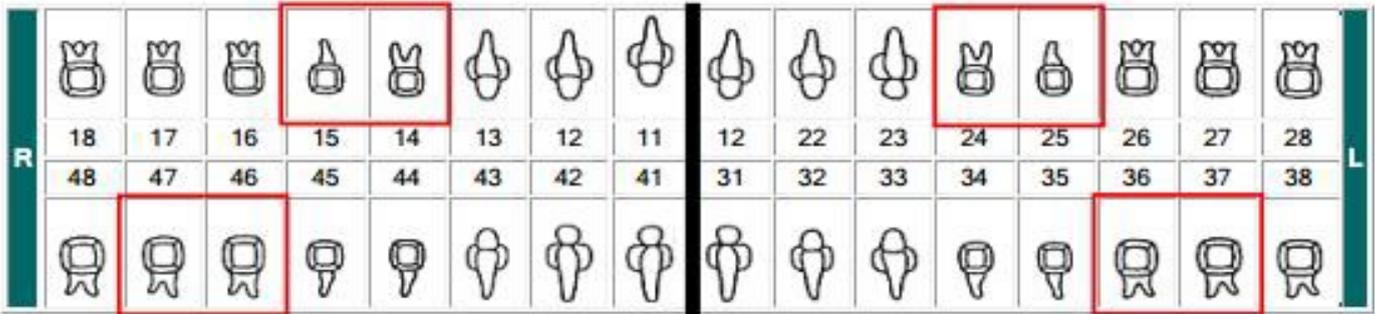
- Schlappes Gefühl
- Taubes Gefühl in den Gliedmaßen
- Dumpfer Kopfschmerz

- Schimmelinfectionen (z.B. Candida)
- Frequentiert verstopfte Nase
- Schleimbildung in den Atemwegen
- Blasen unter der Haut
- Übergewicht
- Brechen
- Verstopfung

Überschuss per Element

Metall	Defizit durch Energieverstopfung oder Überschuss durch Überströmung
Wasser	Defizit durch Beherrschung
Holz	Defizit mit wenig Macht über Erde
Feuer	Überschuss, durch Überflutung in sein Kind

14 Metaal (L, Di)



	Rechts boven	Links onder
Zintuigen	Tong (smaak) Neusholte	Tong (smaak) Neusholte
	Schouder, elleboog Hand radiaal Voet, grote teen	Schouder, elleboog Hand radiaal Voet, grote teen
Wervels	C5 c6 c7 T3 t4 L4 l5	C5 c6 c7 T3 t4 L4 l5
Endocriene klieren	Thymus hypofyse	Thymus hypofyse
Organen	Longen Dikke darm	Longen Dikke darm
	Rechts boven	Links onder
Zintuigen	Tong (smaak) Neusholte	Tong (smaak) Neusholte
	Schouder, elleboog Hand radiaal Voet, grote teen	Schouder, elleboog Hand radiaal Voet, grote teen
Wervels	C5 c6 c7 T3 t4 L4 l5	C5 c6 c7 T3 t4 L4 l5
Endocriene klieren	Thymus hypofyse	Thymus hypofyse
Organen	Longen Dikke darm	Longen Dikke darm
Meridiaan	Kwaliteit psychopathologie	
Longen	Klimaat aanpassing, bescheidenheid	Communicatie problemen. Angst voor de toekomst. Emotionele chantage
Dikke darm	Zelfvertrouwen Sociaal gedrag	Afhankelijk, fixaties, onbuigzaam, dromer, leeft in een fantasie wereld

Metaal	tekort	overdaad
moeder	Aarde tekort	Aarde overdaad
zoon	Water tekort	Water overdaad
vijand	Hout overdaad	Hout tekort
controle	Vuur overdaad	Vuur tekort

Symbol ist das Schwert oder der Punkt der Klinge von Manhushri, die aus der linken Flanke der kosmischen Schildkröte kommt. Eine Metallperson hat einen soliden Körper, der gut ausbalanciert ist. Einen hellen Teint. Es ist ein Intellektueller, der von Neuigkeiten ergriffen wird. Er hat eine Rechtschaffenheit, die geradeaus weist, wobei er keine Einmischung Dritter akzeptiert. Er ist ein toller Individualist.

Inzwischen wird er wohl immer hin und her gerissen zwischen seinen moralischen Idealen und seiner Verbundenheit mit fleischlichen Genüssen. Dadurch ist er geneigt, sich in einer steifen Haltung zu verstecken, um seine Instabilität und seine Gegensätzlichkeit zu verstecken.

Metalltypen sind elegante Erscheinungen. Ihr ruhiges Auftreten zeugt von der Teilnahme von Tai Yin. Sie halten sich aufrecht, aber ohne Übertreibung. Es ist der legendäre Engelsmann. Das Gesicht leicht erhellt durch ein bisschen Humor; Bleich aber gesund, die Augen leicht sarkastisch und eine deutliche Nase. Der Duft ist ihr Lieblingssinn im weitesten Sinn des Wortes. Sie haben vor allem eine Nase. Sie haben einen gut entwickelten Brustkorb, der ihnen eine gute Ventilation verleiht.

Trockene, magere und lange Hände mit flachen, gut geformten Nägeln. Es sind Hände von Artisten oder Intellektuellen. Die Gesten sind immer beherrscht und verdeutlichen mit Präzision die Gedanken. Die Yang Ming Haare sind gut entwickelt, also auch die Augenbrauen und der Bart.

Ausgeglichen und voller Humor mit einer leichten Skepsis verleiht ihnen eine etwas mysteriöse und durchlebte Ausstrahlung, was auch das Alter sein darf. Die Vergangenheit, die Tradition und die Erfahrung sind die Schutzengel für sie und sie mögen Pünktlichkeit.

Sie verbreiten eine ‚trockene‘, lehrreiche Atmosphäre. Sie mögen schicke Kleidung und die Farbe des Herbstes am liebsten. Sie scheinen von Geburt an ein sehr gutes Urteil zu haben und das Metall macht, dass sie entscheiden können: Urteilen zwischen gut und böse. Die lassen andere sich einsetzen und sie zählen die Punkte. Wenn Sie beschließen, zur Aktion überzugehen, ist ihr Handeln eine Garantie zum Erfolg. Auch da spielt das Metall eine Rolle. Sie werden auch Mitgesellen überzeugend stimulieren können. Im Kreislauf der Meridiane ist Yang Ming das Scharnier und es macht, dass man seine Freude verinnerlichen kann: Sie konfrontieren mit vorher erlebten Experimenten.

In der Liebe sowohl als im Leben sind sie Feinschmecker.

Wenn sie ein robustes Äußeres haben, ist das vorteilhaft, denn das beutetet, dass die Erde sie unterstützt. Ungünstig ist es für diese Typen eine spitze Nase und Kopf zu haben und einen farbigen Teint, denn das sind die Feuercharakteristika. Nur, wenn sie aus sich selbst heraus zu kalt sind, ist ein bisschen Feuer günstig.

Der Lungenmeridian

Laut der chinesischen Heilkunde hat jeder Körper zwölf Energien, die in festen Bahnen, genannt Meridianen, strömen. Die Meridiane strömen über und im gesamten Körper und verbinden Körperteile, Organe, Sinne und die Psyche miteinander.

Die Lungen in der westlichen Heilkunde. Im Atemsystem kennen wir die Lungen als das Organ, das den Körper mit Sauerstoff versorgt und von Kohlendioxid befreit. Zum Atemapparat gehören auch die Nase und die Luftröhre. Die Nase erwärmt und befeuchtet die Außenluft beim Einatmen. In der Nase befinden sich kleine Härchen und eine Schleimhaut, die die feinen Staubteilchen auffangen kann, sodass diese nicht in die Lungen gelangen. Danach strömt die Luft durch die Kehle in die Luftröhre. Die Luftröhre teilt sich in zwei; Ein Zweig führt zur



linken Lunge und der andere Zweig zur rechten Lunge. Diese Zweige heißen Bronchien. Die Bronchien verzweigen sich wieder in einige Bronchiolen. Die Atmung findet ungefähr 14 bis 20 Mal pro Minute statt. Das kann beim Sport oder bei Aktivität verdoppelt oder verdreifacht werden. Die Menge Luft, die im Ruhezustand eingeatmet wird, ist ungefähr 0,5 Liter, während die eingeatmete Luft bei Anstrengung 1,5 bis 3,5 Liter sein kann. Das bedeutet, dass die eingeatmete Luft während der Ruhe, pro Minute, 8 Liter sein kann und bis zu 75 bis 175 Liter pro Minute ansteigen kann. Die wichtigsten Ursachen von Krankheiten der Lunge sind Infektionskrankheiten oder Beschwerden, die durch Rauchen entstanden sind. Wussten Sie, dass Holz mit dem Gift Arsen behandelt wird? Arsen ist ein Pestizid, das auf Holz gesprüht wird, um zu verhindern, dass bestimmte Insekten und anderes Ungeziefer das Holz anfressen, bevor Sie es zu Hause benutzen können. Während der Arbeit mit Holz, das mit Arsen bearbeitet ist, müssen Sie immer eine Gasmaske tragen, sonst können die feinen Staubteilchen – mit Arsen- über andere Luftwege in Ihren Körper gelangen. Bearbeitetes Holz sollen Sie niemals zum Grillen verwenden. Nachdem Sie mit dem Holz gearbeitet haben, müssen Sie Ihre Hände gut waschen, um zu verhindern, dass Sie während des Essens schädliche Stoffe aufnehmen. Die Lungen in der östlichen Heilkunde. Für die östliche Heilkunde haben die Lungen außer der oben beschriebenen Funktion auch noch andere Funktionen. Die Lungenenergie hat sowohl körperlich als auch psychisch ein separates und großes Versorgungsgebiet. Die Lungen sind für die Bildung und Zirkulation von Körperenergie verantwortlich. Jede Zelle im gesamten Körper erhält Energie aus den Lungen. Sie können sich also vorstellen, was alles mit der Energie im Körper passiert, wenn Sie keinen frischen Sauerstoff einatmen. Ein gutes Beispiel ist das Rauchen. Während des Rauchens werden nicht nur die Lungen mit schlechter oder ungesunder Energie versehen, sondern der gesamte Körper. Die Lungen haben eine Beziehung zu den verschiedenen Organen. Die Lungen haben unter anderem eine Beziehung zu der Milz, dem Dickdarm, den Nieren und der Leber. Jede Beziehung ist wichtig für den Körper. Die Milzenergie und die Lungenenergie ergeben zusammen Beschwerden von Feuchtigkeit oder Schleim in den Lungen, Feuchtigkeit (Ödem) in den Fesseln und ein Übelkeitsgefühl. Die Beziehung zur Dickdarmenergie ist für den Akupunkturisten deutlich. Für die westliche Heilkunde ist die Beziehung nicht so selbstverständlich. Man sieht aber, dass Kinder mit Lungenbeschwerden oft auch Probleme mit Verstopfung oder Durchfall haben. Der Dickdarm und die Lungenenergie sorgen für die Haut und die Körperbehaarung. Die Kraft der Lungenenergie ist im Glanz des Haares sichtbar. Daher ist es überhaupt nicht seltsam, dass jemand mit Beschwerden der Lungen (beispielsweise Asthma) plötzlich keine Beschwerden mehr hat. In der westlichen Heilkunde sagt man dann, dass der Patient über die Beschwerden hinausgewachsen ist. Für den Akupunkturisten ist das falsch. Angesichts dessen, dass die Lunge eine starke Beziehung zum Dickdarm und der Haut hat, sehen wir gerade Beschwerden, wie Ekzeme, allergische

Hautbeschwerden, Pusteln entstehen. Auch der Dickdarm kann bei Schmerzbeschwerden im Bauch, Verstopfung oder Durchfall mitverantwortlich sein.

	Metall
Organ (Yin)	Lunge
Organ (Yang)	Dickdarm
Jahreszeit	Herbst
Richtung	Westen
Farbe	Weiß
Prozess	Ernte, loslassen
Sinn	Geruch
Chakra	5
Planet	Venus
Öffnung	Nase, Kehle
Negativ	Sturheit
Positiv	Vernunft
Mental	Sentimental
Gewebe	Haut und Schleimhaut
Zyklus	Sammeln
Klima	Trocken
Geschmack	Scharf
Flüssigkeit	Schleim
Psyche	Richtiges Urteil
Stimme	Weinen
Duft	Stinkend
Emotion	Trauer
Deblockieren	Weinen
Zeitpunkt Ying	03:00-05:00
Zeitpunkt Yang	05:00-07:00
Psychologisch	Patronisieren, schützend und Machoverhalten, Vaterprobleme
Energie +/-	Zuhörfähigkeit, spricht unvoreingenommen, ohne Angst, intuitiv und telepathisch

Energie -	Angst, Verlegenheit, Trauer, Leid, Angst zu sprechen, introvertiert, Unvermögen Emotionen zu zeigen
Energie +	Unbedacht, wibbelig, lästern, ins Wort fallen, Drang zu erklären, predigen, Überzeugen, überverantwortli ch
Physik	Störungen von Kopf, Hals, Thorax, Atmung, Sinne, Sprache

Die Lungenenergie versorgt auch die Stimme. Der Akupunkturist kann an der Stimme hören, wie die Kraft der Lungenenergie ist. Jemand mit einerschwachen Lungenenergie hat eine schwache Stimme und spricht langsam und leise. Ein Raucher hat keine saubere Stimme, weil die Lungenenergie angetastet wurde. Sie können also an der Stimme von jemandem hören, ob er fröhlich oder traurig ist.

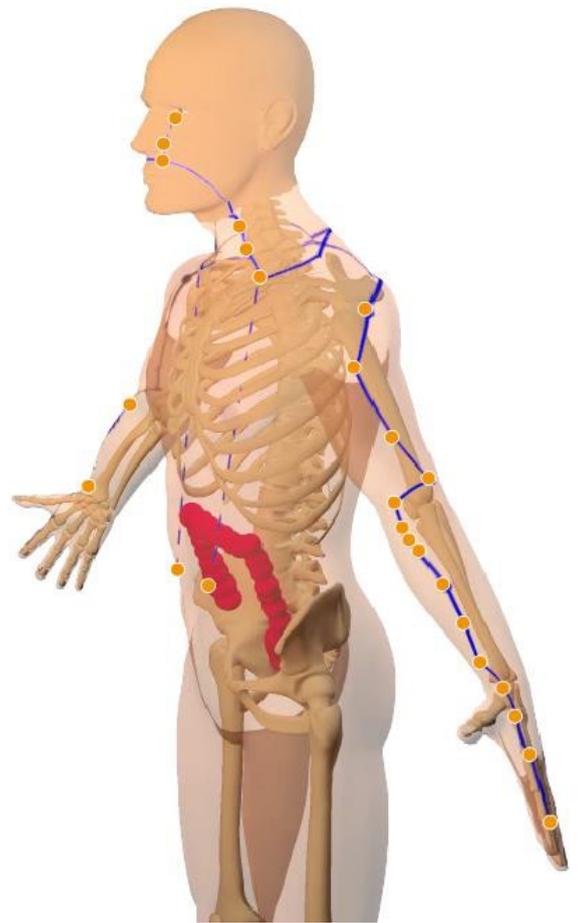
Der Lungenmeridian. Der Lungenmeridian (Cheou Tai Yin) läuft beidseitig am Körper und beginnt auf der Brust, kurz nter dem Schlüsselbein, von dort verläuft er über die Schulter zum Ellenbogen, an der Außenseite des Oberarms entlang, über das Handgelenk und endet am Daumen. Es bestehen 11 Punkte auf dem Lungenmeridian. Jeder Punkt hat seine spezifische Wirkung, es sei, um die Energie zu stimulieren, zu sedieren oder zu verschieben. Das einzige, was notwendig ist, ist ein Akupunkturist, der weiß was, wo, wie und warum er einen Punkt wählt, um dort eine Nadel reinzustechen. Wenn Sie den Verlauf gut befolgt haben, können Sie die Beschwerden, die mit der Lungenenergie zu tun haben, leicht verstehen. Die Beschwerden sind: Lungenprobleme, erschwerte Atmung, Schmerz an der Vorderseite der Schulter, Schmerzen im Ellenbogen, wie Tennisarm, Schmerz im Unterarm, Schmerzen im Daumen. Hautprobleme, wie Akne, Hautirritationen, Ekzem und schlechte Wundheilung. Die Lungenenergie hat auch ihre psychischen Aspekte. Für den Akupunkturisten ist die Lungenenergie verantwortlich für das Vermögen, anderen zuhören zu können, lernen zu können und klar denken zu können. Trauer kann der Lunge schaden und ist auch eine Äußerung von Lungenschwäche. Es ist nicht umsonst so, dass die östliche Heilkunde die Lunge ‚Den Sitz der Gefühle‘ nennt. Trauer, Kummer und Tränenfluss laugen die Lungenenergie aus. In chronischen Phasen führt das zu einem Verlust des Lebensmuts. Das sind oft Suizidfälle. Die Lungenenergie ist einfach beim Teenager zu sehen. Bei einer starken Lungenenergie ist es eine stabile Person mit starken Eigenschaften und voller Liebe und Lebensfreude. Im Moment, dass es mit der Liebe aus ist, kann sich die selbe Person in eine traurige Person verwandeln, die echt vor Trauer zerfließt. Ein Tränenmeer und sie halten alles nicht mehr aus; Das Leben hat keinen Sinn mehr. Umstehende (Eltern), die verstehen nichts

von den ganzen Emotionen über eine vergangene Liebe. Das sind auch die Teenager die Aknebeschwerden haben. Für die Lösung dieses Problems müssen Sie etwas weiterlesen. Jetzt verstehen Sie auch, wenn jemand, der traurig ist, suizidale Neigungen zeigt, der Akupunkturist über die Lungenenergie arbeitet.

Luftverschmutzung ist sicherlich eine Quelle negativer Energie für die Lungen. Jetzt muss bei Ihnen kein Gefühl von Unschuld entstehen, als ob es nur die Schuld großer Fabriken und all der Autos, Busse und so weiter sei. Es ist die Verantwortlichkeit eines jeden Menschen, dass er oder sie alles Mögliche tut, um die Lungenenergie gesund zu halten. Dabei gibt es einige Punkte, worauf Sie achten können oder zu einer gesunden Lungenenergie beitragen können. 1. Aufhören mit Rauchen. Natürlich gibt es verschiedene Arten, mit dieser Sucht aufzuhören. Am besten ist es, zu verhindern, dass jemand anderes erst mit dieser schlechten und ungesunden Methode beginnt. Sprechen Sie mit Ihren Kindern, Neffen und Nichten und erzählen Sie, dass es überhaupt nicht cool ist, zu rauchen. Erzählen Sie ehrlich, wie schwierig Sie es mit dieser schlechten Angewohnheit haben. Als Raucher gebe ich Ihnen den Rat, dass falls jemand einen Schritt nach hinten macht, während er/sie mit Ihnen spricht, es in der Tat der Gestank Ihres Raucheratem ist, der ihn umnebelt. Seien Sie auch kein Passivraucher und fordern Sie Ihre Frischluft ein. Bei uns besteht ein Gesetz, dass in öffentlichen Gebäuden nicht geraucht werden darf. Dennoch gibt es immer einen Raucher, der die Luft verschmutzt. 2. Lassen Sie uns alle an einer saubereren Umwelt arbeiten und lassen Sie uns versuchen, Luftverschmutzung auf ein Minimum zu reduzieren. Welche Instanz oder Serviceclub kommt wieder mit einem Produkt, um mehr Bäume zu pflanzen? Versuchen Sie die Nutzung von Sprühdosen einzuschränken. 3. Achten Sie auf die richtige Ernährung. Falls Sie merken, dass Sie Milch nicht vertragen, weil sie Schleim verursacht, müssen Sie die Einnahme aller Milch- und Milchprodukte direkt stoppen. Glauben Sie sicher nicht, was Ihnen erzählt wird, zusätzliche Milch einzunehmen, weil Ihre Knochen sonst schwach werden. Diese Geschichte ist schon lange überholt (in einem folgenden Artikel werde ich mehr über den Mythos ‚Milch und Osteoporose‘ erzählen). Zucker ist auch ein Produkt, das für die Lungenenergie schädlich ist. Außerdem ist es ratsam, Senf, scharfe Nahrungsmittel (Pfeffer) und zu viele kalte Produkte zu vermeiden. 4. Treiben Sie Sport und bewegen Sie sich, um die Lungen so viel wie möglich zu entfalten. Yoga und Atemübungen sind auch gut für die Lungenenergie. Behandlungen der Lungenenergie. Neben einem guten Lungenspezialisten können Sie einige einfache Hausmittel nutzen, um Beschwerden zu verringern oder zu lösen. Akupunktur ist natürlich eine Methode, bei der Sie die Punkte auf den Armen, der Brust und dem Rücken nutzen können, um den Mangel oder den Überschuss an Energie wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Es ist wichtig, dass die Akupunktur gut ausgeführt wird bei Beschwerden der Lungenenergie. Das Stechen von verkehrten Punkten oder das zu tiefe Einstechen von bestimmten Punkten kann andere – ernsthafte - Beschwerden verursachen. Wie bereits genannt, sind Fröhlichkeit, Sport (Körperbewegung zur Entfaltung und Stimulation der Lungen) und eine gesunde Ernährung wichtige Anforderungen.

Der Dickdarm Meridian

Für uns ist es leicht verständlich, dass der Ablauf des Spülbeckens verstopft, wenn zu viele große Reste Abfall in diesem Abfluss aufgelöst werden. Bei Verstopfung können große Probleme entstehen. Die einzige Lösung ist dann, dafür zu sorgen, dass die Verstopfung wieder so schnell wie möglich gelöst wird und (das Wichtigste.....) dafür zu sorgen, dass dies nicht mehr vorkommt. Unser Darm formt einen der großen Abfuhrkanäle für Abfallstoffe in unserem Körper. Wenn wir Abfallstoffe nicht ausscheiden können, sprechen wir von Konstipation. Konstipation ist vom Lateinischen Begriff ‚Constipatus‘ abgeleitet, was zusammendrücken und anhäufen bedeutet. Verstopfung bedeutet, dass die gespeicherte Menge Entlastung (Fäkalien) im Darm nicht oder kaum eliminiert wird. Eine ernsthafte Situation! Verstopfung ist eine der größten und wichtigsten Ursachen vieler Beschwerden und Störungen im menschlichen Körper. Für die Therapeuten, die sich mit Darmirritationen beschäftigen, ist der Dickdarm in Gebiete unterteilt, die alle mit anderen Organen und Körperteilen in Verbindung stehen. Mit anderen Worten, jeder Teil des Körpers wird wieder im Darm zurückgefunden und kann bei Beschwerden auch über den Darm behandelt werden. Für die Chinesen ist die Dickdarm-Energie (Tsu Yang Ming, für die Menschen, die ein bisschen Chinesisch sprechen möchten) auch sehr wichtig. Der Dickdarm ist für die Chinesen ein ausgedehnterer Begriff als das, was wir in westlichen Termen unter Dickdarm verstehen. Er ist der große Eliminator, der Abfallstoffe in erster Instanz über den Anus und an zweiter Stelle Entzündungen über die Haut ausscheidet. Für den Akupunkturisten wird die Haut durch den Dickdarm versorgt. Alle Hautprobleme, wie Entzündungen der Haut, Ekzem, Geschwüre, etc. werden über die Dickdarm-Energie behandelt. Außer der Haut gibt es noch andere Funktionen, die der Dickdarm bedient, nämlich die Speichelproduktion, Temperaturregulierung, Gehirndurchblutung und den Geruchssinn.



Metal und die Organe

Die Metallmeridiane sind die Lunge (Yin) und der Dickdarm (Yang), der die Funktion des Loslassens, Auflöserns, der Säuberung und Trauer hat. Lungen (Yin). Die Lungen regieren über die Haut, die Nase (Geruch) und die emotionale Komponente ist die Trauer, sich Sorgen machen, traurig sein. Die Lungen, die ‚zu voll‘ sind, finden Erleichterung in einem bitter-sauren Tee. Die Lungen stehen mit dem Dickdarm in Verbindung.

- Die Lungen nehmen Chi (Qi) aus der Luft durch die Atmung auf. Diese Energie ist wichtig für die Funktion und um Abwehr aufzubauen. Durch das Ausatmen werden überschüssige Gase ausgeschieden.
- Zu schnelles Atmen in einem entspannten Zustand verursacht Spannung und Verengungen von Blutgefäßen. Die Ausatemkapazität wird zu schwach. Abfallstoffe werden zu lange eingeschlossen.

- Eine schwache Lungenenergie und ein Überschuss an Feuerenergie im Herzen machen diesen Zustand schlimmer. Das kommt durch eine geschwächte Nierenenergie. Dies ist auch eine der Ursachen von Stress und Depression, postnataler Depression und manischer Depression.
- Die Lunge arbeitet mit dem Dickdarm zusammen (Ausscheidung). Bei einer Störung wird psychisch zu viel festgehalten (siehe auch Nierenenergie).
- Die Lunge säubert und reguliert Qi.
- Sie holt das saubere Qi aus dem Atem und gibt es an den Körper weiter und stößt die Unreinheiten wieder bei der Ausatmung aus. (Asthma, Cara, Müdigkeit)
- Die Lunge schützt den Körper gegen Wind. Durch die Regulation der Poren schützt die Lunge gegen externe pathogene Faktoren, wie Grippe und Erkältung.
- Die Lunge verbreitet Körperflüssigkeiten, wie Schweiß zur Haut und Urin zur Blase.
- Die Lunge zeigt sich in der Haut, der Körperbehaarung und der Nase. Die Qualität der Haut und des Körperhaares spiegeln die Kondition des Lungenmeridians wieder. Die Nase unterscheidet reif oder rot, sauber oder unsauber.

	Meridian	Meridian- Organfunktionen		Emotion	+ Energie	-Energie
L	Lunge	Immunsystem, Haut	Verstand	Trauer	Depression	Ruhelosigkeit
Di	Dickdarm	Lymphsystem	Kontakt	Rigide	Abhängig keit	Trauer

Dickdarm (Yang). Die Funktion des Dickdarms hat Einfluss auf die Lunge. Ein gut funktionierender Dickdarm sorgt für eine gute Energie.

- Bei Problemen wird in der geistigen Verarbeitung zu viel festgehalten. Der Dickdarm liefert auch Energie an den Magen.
- Störungen des Dickdarms ergeben auch Probleme, wie Arm-, Nacken- und Schulterbeschwerden, Gesichtsschmerzen, langanhaltende Erkältungen und laufende Nase. Der Dickdarm liefert außerdem Energie an den Magen.
- Der Dickdarm sorgt für Eliminierung. Der Dickdarm sorgt für die Ausscheidung von Unreinheiten über die Ausscheidungen.

Metall und Qualen Metallmangel (Defizit)

- Äußert sich in den folgenden Symptomen:
- Kurzatmigkeit bei körperlicher Anstrengung
- Trockene Haut oder Körperbehaarung
- Müdigkeit
- Erkältet, Grippe oder leichter Husten, asthmatische Beschwerden
- Schwache Stimme
- Verstopfung
- Sich ausgelaugt fühlen
- Verdruss nicht äußern können
- Das Wiederholen von schädlichen Verhaltensmustern
- Oft Perfektionisten, die Projekte nicht fertigstellen können, oft zusammen mit Angst streng beurteilt zu werden. Rauchen schwächt Metall. Während der Erkältung besteht ein Metallmangel:
- Triefnase
- Schmerzende Muskeln, vor allem in den Schultern und der Kopfrückseite.
- Geschwollener und/oder kratzender Hals
- Kalte Schauer und eine Abneigung von Wind
- Fieber

Defizit per Element

Wasser	Defizitär durch Unterernährung oder exzessiv durch Leersaugen der Mutter
Holz	Exzessiv durch unzureichende Kontrolle durch Metall
Feuer	Exzessiv und beherrschend
Erde	Defizit und kann Kind nicht nähren

Metall Überschuss (Exzess) äußert sich in:

- Trockene Haut oder Schleimhäute
- Viel Schleim in der Nase oder in den Atemwegen mit möglicherweise gelber oder grüner Farbe
- Geschwollene Mandeln
- Röchelnder oder schwerer Husten
- Aufgeblähtes Gefühl auf der Brust oder ein schwerer Kopf
- Trockene Verstopfung oder Durchfall mit Krämpfen
- Hautleiden wie Ekzem, Ausschlag, Nesselröte, Akne oder Psoriasis
- Stark verurteilend von anderen
- Schmerz in den Bronchien oder dem Dickdarmkanal
- Neurotisch
- Anhaltend und untröstliche Trauer
- Perfektionisten mit einem kranken Drang zu Sorgfalt. Angst vor Chaos und Unordnung

Exzess per Element

Wasser	Exzessiv durch Überströmung über die Mutter oder defizitär durch Verstopfung: lo5, DiD2
Holz	Möglich defizitär durch Beherrschung: lo11, DiD3
Feuer	Unzureichende Macht über Metall, daher defizitär: Lo10, DiD5
Erde	Ausgelaugt durch exzessives Kind: defizitär: Quelle und Erde lo9, DiD11
Metall	Lo9, DiD1

Zusammenfassung Metall

Physik	Beherrscht das Chi und die Atmung Hat eine verteilende und senkende Funktion, bewegt das Wasser im Körper Beherrscht den äußeren Körper Öffnet in der Nase und manifestiert sich im Körperhaar
Wird assoziiert mit	Lunge, das Chi (verbreitend) Atmung, schickt Chi nach unten Regiert mit der Milz die Flüssigkeiten Kontrolliert das Wei Chi Die Haut. Die Körperbewegung, Das Augenweiß Die Vorderseite der Schultern Der Dickdarm. Der Oberkiefer Linke Wange Außenkante Ellenbogen (Tennisarm). Zahnfleisch, Teil der Nase und der Kehle
Mental, emotional	Verbunden mit dem Atem. Verbunden mit Energiekörper Verbunden mit Rhythmus der Aufnahme und Abgabe Ist verbunden mit Erstellen, Unterhalten und Lösung von energetischen Bändern Wachstum von Weisheit in einem Leben Das Vermögen, mit der Wahrheit ins Reine zu kommen
Haus des Po	Im Metall befinden sich die physische Kraft und die tierischen Instinkte Außerdem Körpermitte Die Seele, die nach dem Tod an die Erde zurückgegeben wird Interpretation und juristische Rechtsprechung und richterliche Macht
Metall Yin	Probleme beim Einlassen auf Langzeitbeziehungen Angst, Verträge zu schließen, aus Angst, diese wieder zu verlieren Zurückgezogen aus dem täglichen aktiven Leben Lebt in der Vergangenheit, schwermütig
Lebenslehre	Verstärken des physischen Körpers Das Vermögen Verbindungen einzugehen und zurückzuerlangen, Das Vermögen, loszulassen Wieder nach draußen kommen und das warme (Yang) Leben genießen
Metall Yang	Unterdrücken oder gerade Umarmen von Trauer Sprechen gerne über ihr Leid und versuchen, die auf andere zu übertragen Benutzen gerne neue Beziehungen, um unverarbeitetes Leiden von früheren Beziehungen hinwegzukommen Prinzipielles festhalten Neigen zu Unbeugsamkeit

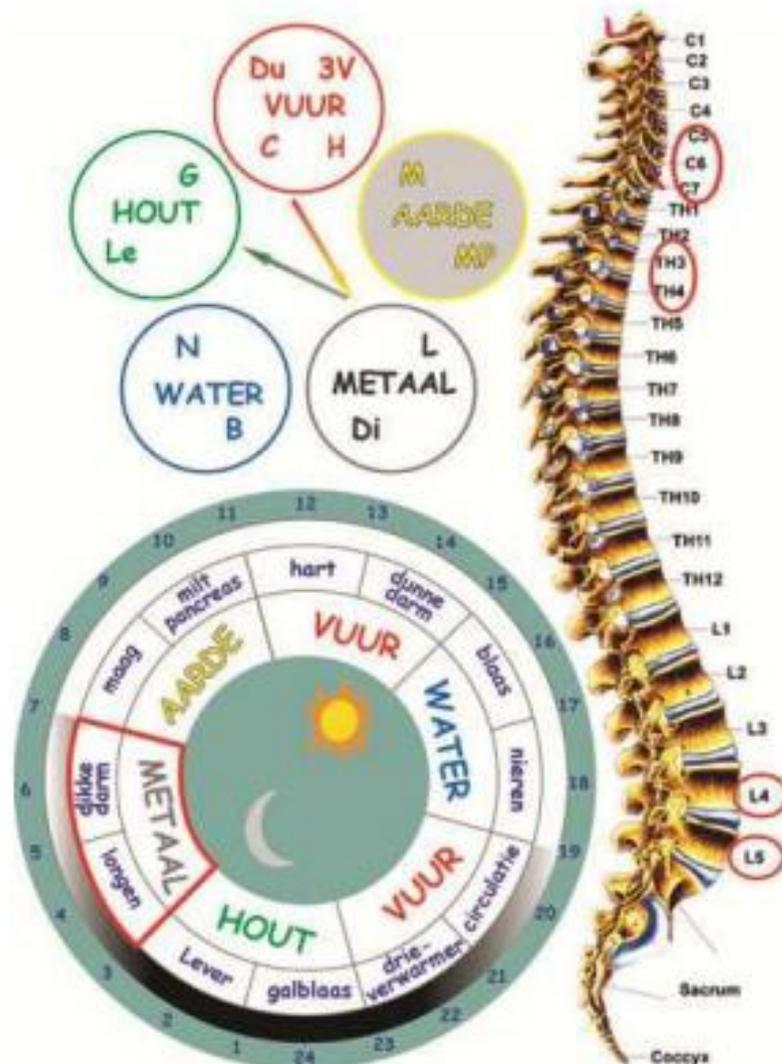
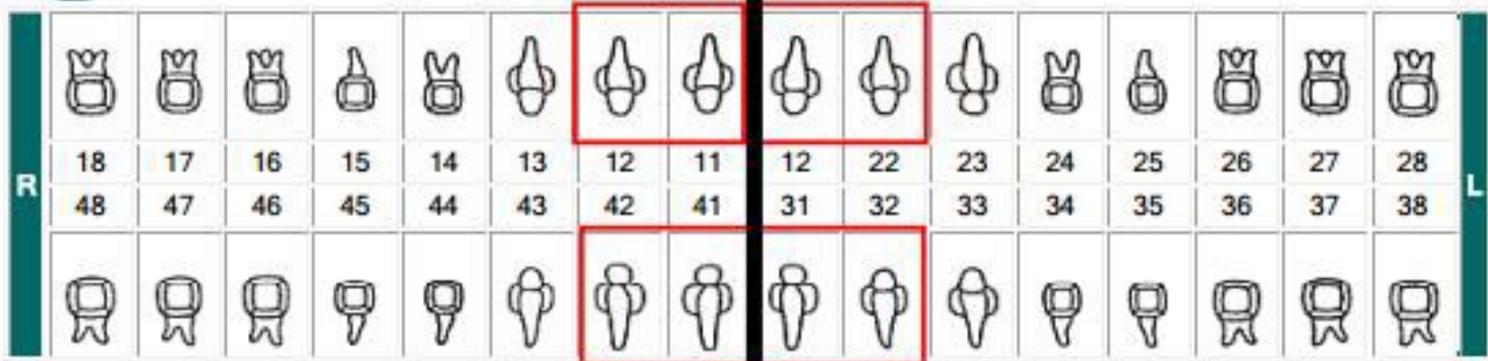
Lebenslehre

Der Wahrheit ins Auge blicken und sich gegenüber und anderen ehrlich sein
Anderen helfen Trauer in der Perspektive zu sehen
“appreciation of the moment”

Metall Balance

Trauerverarbeitung zulassen und die Vergangenheit loslassen
Sammeln von Weisheit:
Introspektive Lernen und wachsen
von jeder Beziehung
Teilnehmen am Leben und unbefangenen Beziehungen eingehen, ohne Angst zu haben,
diese wieder zu verlieren
Das Leben im Moment wertschätzen
Interpretation

15 Water (B, N)



	Rechts boven	Links boven
zintuigen	Neus (reuk) Sinus Frontaal	Neus (reuk) Sinus Frontaal
wervels Endocriene klie- ren	Knie achter Sacrococcyx	Knie achter Sacrococcyx
	Voet	Voet
Organen	L2 - L3 S3 S4 S5 Coccyx	L2 - L3 S3 S4 S5 Coccyx
diversen	Pijnappel klier	Pijnappel klier
	Rechts onder	Links onder
zintuigen	Neus (reuk) Sinus Frontaal	Neus (reuk) Sinus Frontaal
wervels Endocriene klie- ren	Knie achter Sacrococcyx	Knie achter Sacrococcyx
	Voet	Voet
Organen	L2 - L3 S3 S4 S5 Coccyx	L2 - L3 S3 S4 S5 Coccyx
diversen	Pijnappel klier	Pijnappel klier
	kwantiteit	psychoopathologie
Bladder	Seksueel vertrouwen	Schuldgevoel, wil le- deren plezieren, angst voor afwijzing, rebellere reactieve zelf beschuldiging
Nieren	Zelfvertrouwen. Wils- kracht en vastbera- denheid	Verlatingsangst, zelf- zuchtig, koppigheid, Impotentie, gebrek aan wilskracht

Water	tekort	overdaad
moeder	Metaal tekort	Metaal overdaad
zoon	Hout tekort	Hout overdaad
vijand	Vuur overdaad	Vuur tekort
controle	Aarde overdaad	Aarde tekort

Wasser und der Mensch

	Wasser
Organ (Yin)	Nieren
Organ (Yang)	Blase
Jahreszeit	Winter
Richtung	Norden
Farbe	Schwarz
Prozess	Reichtum, Tot
Sinn	Gehör
Chakra	1
Planet	Mercurius
Öffnung	Anus, Urethra
Negativ	Verlangen
Positiv	Weisheit
Mental	Verlangen
Gewebe	Knochen, Mark, Zähne
Zyklus	Speichern
Klima	Kalt
Geschmack	Salz
Flüssigkeit	Urin
Psyche	Willensstärke
Stimme	Stöhnen
Duft	Verrottend
Emotion	Angst
Deblockieren	Stöhnen
Zeitpunkt Ying	17:00-19:00
Zeitpunkt Yang	15:00:17:00
Psychologisch	Materielle Sicherheit, Territorium, soziale Anwesenheit

Energie +/-	Primäres Vertrauen Verbundenheit
Energie -	Angst, chaotisch, irrational, schwache Lebenskraft, Geldproble me, Essstörungen
Energie +	Selbstsüchtig, materiell, hinterhältig, aggressiv, leichtsinnig, kühn, Gelenkprobleme
Physik	Störungen der Knochen Gelenke, Uro- Geschlechtsorgane

Es geht bei Wasser um mehr als den reinen Aspekt der Nahrung, der meist damit verbunden wird. Die Art Wasser wird durch Wellen symbolisiert. Es geht um die eindringende Feuchtigkeit; Der Erhalt aller Aktivitäten. Abwesenheit von Leidenschaft und die Passivität führen zu Ruhe und Zuhören. Verborgen und ruhend, aber ein reiches Potential. Eine Wasserpersion ist ein lymphatischer (bleich, wenig Widerstandskraft) Typ. Der Körper ist voller Rundungen, fett; Der Mund ein bisschen offen und dick. Ein rundes Gesicht und die Haut weich und geschmeidig, mit einer dunkleren Farbe. Der Charakter ist freundlich unterwürfig und formbar, was die Kommunikation vereinfacht. Ruhig und friedlich ist er bereit, jedem zuzuhören, wodurch er leicht die Vertrauensperson wird, die weisen Rat gibt, der durch eine solide Intuition geleitet wird. Schüchtern und ein bisschen ängstlich macht, dass sie mit Geduld und Geschmeidigkeit handeln, wodurch jeglicher Widerstand wegfällt und sie dennoch zum Ziel kommen. Ihre Offenheit macht sie leicht beeinflussbar und abhängig. Wassertypen haben eine gedrungene Silhouette: gebogen. Aber dennoch richten sie sich stramm auf und das gibt ihnen einen etwas hochmütigen Ausdruck. Das Gesicht ist verschlossen, kalt und hat einen trüben Teint. Sie sind Meister über ihre Emotionen und ihre Mimik. Die Hände sind solide. Der Handrücken fest und die Gesten an den Fingern einer Hand abzählbar. Hart zu sich selbst und hart zu anderen, sind es Asketen. Die Spannung, die sie in ihre Handlungen legen, macht, dass von Kompromissen und emotionalen Explosionen keine Rede sein kann. Diese Spannung, die zur Spitze führt, zu noch mehr Yang, benötigt ein Ventil des Individuums, was oft auf eine soziale, politische, artistische oder religiöse Weise erfolgt. Sexuell sind die Tai Yang Typen auf sich selbst konzentriert. Unbeweglichkeit (Unbeugsamkeit) und die Schattenseite helfen ihnen, Konzentration zu finden, wobei sie aufpassen müssen, nicht aggressiv zu werden und wobei die Zufriedenheit des Partners auf dem zweiten Platz steht. Ungünstig ist für diese Typen, keine Ohrläppchen zu haben, einen gelben Teint, was den Einfluss der Erde beinhaltet oder auch, wenn sie eine Triefnase haben und den Mund halboffen halten, was bedeutet, dass sie zu viel Wasser haben.

Der Nierenmeridian

Unser Körper fungiert im Prinzip genau, wie ein großes Hotel-Restaurant, wo große Mengen Nahrungsmittel reingebracht werden, wovon ein Teil gut und gesund ist und diese zur weiteren Zubereitung und Aufnahme genutzt werden. Es werden Abfallstoffe entstehen, die über bestimmte Wege abgeführt werden; Es werden Verbrennungen von Paketen Abfall stattfinden; Flüssigkeiten werden in Abwasserkanäle geschüttet. In diesem großen Restaurant müssen wir dafür sorgen, dass die Abfuhrwege nicht gestörte werden, sonst entsteht eine Anhäufung von Abfallstoffen, Fäule und Ungeziefer an den Stellen, wo wir es gerade nicht haben möchten und dürfen.

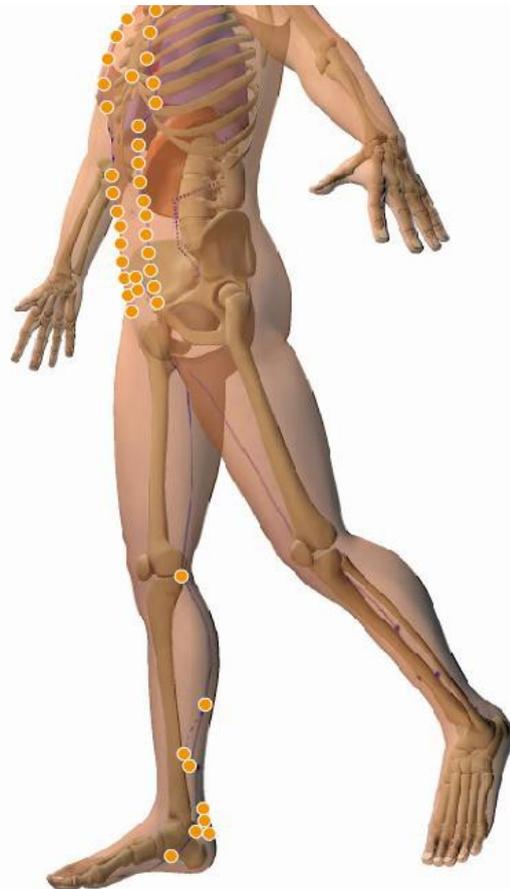
Es gibt einen großen Unterschied zwischen der Funktion der Nieren laut westlichem Verständnis und laut chinesischem Verständnis. Westlich gesehen sind die Nieren Organe, die Urin bilden. Es sind wichtige Organe zur Eliminierung von Abfallstoffen, die aus der Nahrung (wie Fleisch, Milch, Eiern, und Abfallstoffen aus den Muskeln) geholt werden. Die Nieren liegen im unteren Rücken ungefähr auf der Höhe der elften Rippe.

Die Nieren liegen gut geschützt im Fett und zwischen festen Rückenmuskeln und auf der Vorderseite geschützt durch das Peritoneum (Bauchfell). Die Nieren liegen also nicht in der Bauchhöhle, sondern dahinter. Die rechte Niere liegt normal etwas tiefer als die linke Niere. Die Form scheint wie eine große (braune) Bohne.

Wenn wir über die Nieren in der östlichen Heilkunde sprechen, dann referieren wir einen anderen Begriff. Die Niere, oder besser gesagt, die Nierenenergie (Zu-Chiao-Yin) sorgt außer für den Wasserhaushalt auch noch für viele andere Prozesse im Körper. Laut ‚dem Chinesen‘ werden Sie mit einem Paket Lebensenergie geboren. Mit diesem Paket müssen Sie ein Leben lang auskommen. Falls Sie in einer bestimmten Periode Ihres Lebens zu viel Energie verbrauchen, dann werden Sie später mit weniger auskommen müssen. Die Nierenenergie ist nicht leicht nachfüllbar.

Die Nierenenergie ist der Speicherplatz für die erbliche Energie. Das beinhaltet, dass, fall Ihre Vorfahren Krankheiten mitgemacht haben oder beispielsweise viele Drogen gebraucht haben, Sie einen Mangel an erblicher (starker, kräftiger, verteidigender Energie) haben. Die Nierenenergie steht also für die Lebenskraft. Die Nierenenergie hat Einfluss auf die Fortpflanzung, die sexuelle Energie und die Geschlechtsorgane. Falls die Nierenenergie gut und gesund ist, wird kein Problem mit der Potenz entstehen. Die andere Seite der Medaille ist, dass, wenn Sie die Nierenenergie ausschöpfen, verbrauchen oder missbrauchen, Beschwerden von Impotenz, sexueller Schwäche und/oder ungewünschter Sterilität auftreten können. Die Nierenenergie regelt das pränatale und postnatale Wachstum (beziehungsweise das Wachstum vor und nach der Geburt).

Bei Schwäche der Nierenenergie können Störungen im Knochenwachstum auftreten. Außerdem können Beschwerden im Wachstum und der Zahnentwicklung, des Gehirns und des Rückenmarks auftreten. Die Nierenenergie hat auch eine psychische Seite: Diese Energie bestimmt die Charakterfestigkeit einer Person. Eine schwache Nierenenergie verleiht Angst und Phobie.



Der Meridian

Der Nierenmeridian beginnt unter dem Fuß (beidseitig gleich), verläuft dann nach oben an der Innenseite der Fessel über die Innenseite des Unterschenkels, zu den Knien, Oberschenkeln, taucht dann in die Leiste zu den Geschlechtsorganen ein, verläuft dann nach oben, den Nabel entlang, über die Brust zum Schlüsselbein, wo er in die Tiefe taucht, in die Kehle und dann zu den Ohren führt. Wenn Sie dem Verlauf aufmerksam folgen, können Sie die folgenden Beschwerden leicht verstehen.

Die Beschwerden, die entstehen können und die den Akupunkturisten auf die Nierenenergie weisen, sind u.a.: Krämpfe in den Füßen, Geschwüre an den Unterschenkeln, Schmerzen in den Knochen, Schmerzen in den Knien, Knochenentkalkung, Schmerzen in der Leiste, Impotenz, Unfruchtbarkeit, trockener Stuhlgang, wenig Urin, aufgeblähter Bauch, Veränderungen in der Farbe und im Geruch des Urins, Entzündungen des Nabels, Druck auf der Brust, Probleme mit der Schilddrüse, Taubheit, dicke Ringe unter den Augen und Kopfschmerzen am Hinterkopf.

Beschwerden der Nierenenergie können entstehen, durch beispielsweise Auslaugen des Körpers: Sie können diese Menschen auch an den dicken Ringen unter den Augen erkennen. Sie sehen die gleiche Erscheinung auch bei jungen Kindern oder Studenten, die zu lange studieren oder Schlafmangel haben. Eine andere Ursache ist die Nutzung von Drogen; Drogen in kleinen Mengen und in leichten Dosen tasten die Nierenenergie bereits ungezweifelt an. Es ist also nicht seltsam, dass Drogennutzer einen beschleunigten Alterungsprozess erleben und dass später Ängste (Halluzinationen) entstehen. Zu viel sexuelle Erregung kann der Nierenenergie auch schaden. Das Vermeiden von Stimulanz kommt einem in der heutigen Zeit, wo das öffentliche Leben manchmal einem kontinuierlich auf Sexualität orientiertes Ritual gleicht, als schwierig zu befolgender Rat vor. Der Gebrauch von Schweinefleisch und Salz ist schädlich für die Nieren: Für die Naturheilkunde wird dem Patienten bei obenstehenden Beschwerden geraten, jedes Produkt, das mit Schweinefleisch oder Derivat davon hergestellt wurde, aus der Ernährung zu streichen.

Die Nierenenergie ist sehr wichtig, wie Sie aus obenstehendem verstanden haben. Es ist möglich, bestimmte Kräuter zu nutzen, um diese Energie zu pflegen (u.a. Ginseng, Eulothrococcus). Mit der Akupunktur ist es auch möglich, die Nierenenergie zu behandeln. Durch die Nutzung bestimmter Punkte auf dem Rücken ist es möglich, die restliche Nierenenergie zu stimulieren und zu erhalten. Mit viel Ruhe, gesunder Ernährung, Entsäuerung und der Suche nach einer stimulationsarmen Umgebung sind Sie bereits sehr weit auf dem richtigen Weg zur Regeneration ausgelaugter Nieren.

Der Blasenmeridian

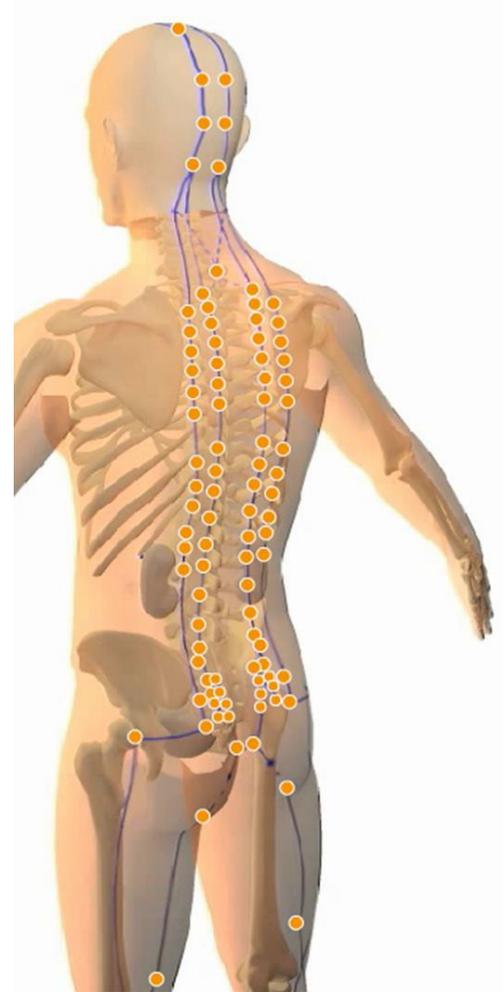
Genau wie andere Organe, gelten bei der Blase ganz andere Begriffe in der TCM als der Begriff ‚die Blase‘ in der westlichen Heilkunde. Die Blasenenergie ist daher auch mit einer ausführlichen Reihe an Funktionen verbunden, in den Augen des Akupunkturisten. Der Blasenmeridian (der ‚zu Tae Yang‘ für die Liebhaber, die gerne über die Grenze hinweg ein Wort mitreden) verläuft beidseitig über den Körper und verbindet verschiedene Körperteile miteinander. Der Blasenmeridian beginnt in den Augenwinkeln, neben der Nase, verläuft dann nach oben zur Stirn, über den Schädel zum Hinterkopf, dann nach unten über den Querfortsatz der Rückenwirbel (Processus Transversi), entlang dem Kreuzbein (Sacrum), dann weiter nach oben und wieder in einer Bahn vom Genick bis zum Steißbein, genau neben dem vorhin beschriebenen Teil, dann weiter nach unten über die Pobacken, Hinterbein, Kniehöhle, Schenkel, Fessel, an der Außenseite des Fußes entlang und stoppt am Nagel des fünften Zehs.

Wenn Sie dem Verlauf des Blasenmeridians noch mal folgen, dann werden die folgenden Beschwerden, die zum Blasenmeridian gehören, deutlich: Erkältung, tränende Augen, Kopfschmerzen an der Stirn, Schmerzen am Schädel, Kopfschmerzen am Hinterkopf,

Durchblutungsstörungen des Gehirns, wie Vergesslichkeit, Epilepsie, Gleichgewichtsstörungen, Gehörstörungen (Krankheit von Menière), steifer Nacken, Schmerzbeschwerden der Wirbelsäule, wie Genick-, Schulter- und untere Rückenbeschwerden (auch postoperative Bandscheibenvorfälle), Blasenbeschwerden, wie Inkontinenz, Blasenentzündung, ausstrahlender Schmerz ins Bein, Schmerz in der Kniehöhle, Krämpfe in den Schenkeln, Fesselbeschwerden und Schmerzen im Fuß.

Der Blasenmeridian ist mit seinen 67 Punkten der längste Meridian und außerdem der oberflächlichste Meridian. Er ist ein wichtiger Meridian, denn über den Rücken machen wir eine Verbindung zu allen Organen. Mit anderen Worten: Es ist möglich, jedes Organ über den Blasenmeridian zu behandeln. Oft kommen schmerzhafteste Punkte auf dem Rücken vor, die dann einfach massiert werden, ohne dass man die unterliegende Ursache betrachtet. Durch diese Fehlritte entsteht ein Reflex aus der Haut zum Organ (Curo-Viszeral-Effekt, bereits 1898 von ‚Head‘ und ‚Mackenzie‘ beschrieben), das manchmal für den Laien eine unerklärliche Organbeschwerde hervorrufen kann. Glücklicherweise rechnen die besten Physio-Therapeuten damit bei der Behandlung von Punkten auf dem Rücken.

Die Blase hat auch ihre psychischen Aspekte: Falls die Blasenenergie schwach ist, entstehen Beschwerden in der Willensstärke, ein Mangel an Disziplin und Durchsetzungsvermögen, Ängste, Phobien, Mangel an mentalem Widerstand (das bekannte Wort, das passend und unpassend benutzt wird.... STRESS!); Eine zu hohe Blasenenergie kann Agitation und mentale Verbitterung verursachen.



Die Blasenenergie kann auf verschiedene Weisen angetastet werden; Der Verzehr von zu viel Salz und Schweinefleisch sind zwei der Produkte, die sicherlich abgeschafft werden müssen bei Beschwerden der Blasenenergie. Die Blasenenergie ist sehr anfällig für Kälte! Jetzt verstehen Sie auch direkt, warum die Blasenentzündung wieder hochkommt, nachdem man auf nackten Füßen auf einem kalten oder nassen Boden gelaufen ist. Das ‚Erkälten‘ geschieht auch immer über den Blasenmeridian! Die Blasenenergie ist gut mit Raymedys zu behandeln. Auf Grund der vorhin beschriebenen Verbindung mit anderen Organen bietet die Blasenenergie eine ausführliche Möglichkeit, Beschwerden anderer Organe und Organenergien zu behandeln. Oft werden die Punkte auf dem Rücken genutzt, um durch Moxa (ein bestimmtes Kraut, das zu einer Kugel gerollt auf der Nadel erhitzt wird) die Energie der zu behandelnden Organe zu stimulieren.

Wasser und Qualen

Nieren (Yin)

- Die Nieren sind die Quelle des Yin und Yang.
- Die Nieren sorgen für das Yin und Yang in allen Organen, Sie sind ein Speicherplatz für Qi.
- Die Nieren speichern Jing, Jing ist die Kombination von pränatalem Qi und dem postnatalen Qi (Luft und Nahrung). Jing ist der Dank zu Kreativität und Fortpflanzung.
- Die Nieren sorgen für die Knochen und das Gebiss. Knochen und Zähne sind die kompakteste Form von Jing – Die Nieren zeigen sich im Haupthaar und den Ohren.
- Sie erhalten das Qi von der Lunge und regeln das Wasser.
- Die Nieren regieren die Knochen und die Ohren (Gehör) und ihre emotionale Komponente ist die große Angst.
- Sie stehen auch mit den Sexualorganen in Verbindung, mit dem Anus und, aus psychischer Sichtweise, mit der Willenskraft.
- Sie leiden unter Trockenheit und in diesem Fall ist es gut, bitteren Kräutertee zu trinken.
- Die Nieren stehen mit der Blase in Verbindung.

Die Nierenenergie ist eine wichtige Basis- und Lebensenergie. Das ungeborene Baby holt Energie aus den Nieren der Mutter. Nach der Geburt ist die Nierenenergie der Mutter meist ausgeschöpft. Die Nierenenergie wird von selbst wieder angereichert. Seit 1985 hat sich das durch die Ernährungskultur und dem veränderten Nahrungsmittelmuster verändert, das die Energie und sicher die Nierenenergie schwächer macht. Das ist der Grund, warum seitdem die postnatale Depression zugenommen hat. In der Lehre der Fünf Elemente verursacht die ausgeschöpfte Nierenenergie Störungen der Energien von Leber/Gallenblase, Herz/Dünndarm, Magen/Milz und danach Lunge/Dickdarm. Das Feuer überwuchert dann die Lunge und das verursacht Niedergeschlagenheit. Zu den Organen gehören auch Gemütszustände

Die Energie der Nieren reguliert sowohl die physische und geistige Funktion. Eine gute Nierenenergie bietet Widerstand für geistige Spannungen, indem die Hormonabgabe reguliert wird. Die Nieren desinfizieren und reinigen das Blut. Dadurch werden Anhäufungen von Säure verhindert.

Eine schwache Nierenenergie stört das geistige Gleichgewicht, aber auch die Leberenergie und die Energie des Herzens. Das Wasserelement ist zu schwach, um das Feuer im Zaum zu halten. Es entsteht dann ein Überschuss im Herzen. Die Zusammenarbeit von Energie zwischen Herz und Nieren wird gestört. Das Herz kann keine oder unzureichend Energie an die Nieren zurückgeben. Die Nierenenergie bleibt schwach. Dass Herz und Nieren zusammenarbeiten, findet man auch im Ausdruck ‚Mit Herz und Niere‘ bei einer Sache sein, wieder. Bei einer schwachen Nierenenergie entsteht auch Stress.

Zwischen dem zweiten und dritten Lendenwirbel befindet sich auf der rechten Seite ein Punkt zur Bildung von Kortisol (Nebenniere) und der Punkt auf der linken Seite sorgt für die Säuberung des Blutes, Urin wird produziert. Die Energie der Nieren ist eine Urenergie und ist mit der sexuellen Energie verbunden. Die Nieren sind außerdem mit der Knochenstruktur, den Gelenken und den Ohren verbunden. Das noch ungeborene Baby holt Energie aus der Nierenenergie der Mutter.

	Meridian	Meridian-Organfunktion	+ Merkmal	Emotion	+ Energie	- Energie
B	Blase	Sexualität, Wirbelsäule	Vital	Beschlusslosigkeit	Aggression	Verdrängung
N	Nieren	Regulation von Flüssigkeiten Elektrolyte	Starker Wille	Angst	Sorgen	Angst

Blase (Yang)

Die Blase und Nieren arbeiten eng zusammen. Die Blase hat daher viele Funktionen und ist somit nicht einfach ein Reservoir, von wo aus Urin gelöst wird. Die Blase speichert Abfallflüssigkeiten und scheidet sie aus. Die Blasenenergie ist mit dem mittleren Gehirnteil verbunden und sorgt für eine Zusammenarbeit der Nierenhormone und der Hypophyse. Die Blase ist mit dem autonomen Nervensystem verbunden. Das steht wieder mit den Fortpflanzungs- und Urinorganen in Verbindung. Die Blase eliminiert außerdem das Endprodukt des Reinigungsprozesses der Körperfeuchtigkeit und von Urin.

Ein Mangel an Nieren Yin zeichnet sich aus durch:

- Schmerzen im unteren Rücken und in den Knien
- Wenig und dunkler Urin
- Rote Zunge
- Nachmittagsfieber
- Glühende Wangen (nicht das ganze Gesicht)
- Schlaflosigkeit und Nachtschweiß
- Handflächenschweiß

Andere Symptome: Herzklopfen, frühzeitige Ejakulation, Unfruchtbarkeit, müde und Anspannung, zu frühes Ergrauen. Gespanntheit und Unvermögen, zur (kreativen) Ruhe zu kommen.

Defizit pro Element

Holz	Wird exzessiv, laugt seine Mutter aus: Ni1, BL65
Feuer	Wird exzessiv, geht zurück zu Wasser, laugt den Körper weiter aus: Ni2, BL60
Erde	Möglich exzessiv, überherrscht Wasser: Ni3, BL54
Metall	Defizit, nährt sein Kind zu wenig: Ni7, BL67
Wasser	N110, BL66

Wasser

Zu viel (Exzess)

- Müdigkeit
- Schwäche
- kalte Gliedmaßen
- Häufiges Urinieren
- Festhalten von Wasser, Ödem
- Schmerz im unteren Rücken und den Knien
- Durchfall und schneller Stuhlgang am Morgen
- Mäßiger Appetit
- Beschwerden sind morgens schlimmer
- Unvermögen, Ideen auszuarbeiten

Pro Element

Holz	Überströmendes Wasser kann seinem Kind einen Überschuss geben
Feuer	Defizit
Erde	Schwache Erde beherrscht zu wenig
Metall	Kann exzessiv werden und in sein Kind überströmen

Zusammenfassung Wasser

Physisch	<p>Wurzel des Lebens Beherrscht Geburt, Wachstum, Entwicklung und Reproduktion Beherrscht die Knochen Fundament von Yin und Yang, Wasser und Feuer im Körper Beherrscht das Wasser. Öffnet sich in den Ohren und manifestiert sich im Haupthaar</p>
Assoziiert mit	<p>Den Knochen (Wachstum) Nieren, Blase, Rückenmark und Gehirn Gebärmutter, Zähne, Gehörnerv, Haupthaar, Knie, Lendenwirbelsäule Innenfessel Öffnungen Unterkörper/ Rückseite der Kehle, Speiseröhre Hinterkopfteil des Genicks Innerster Teil der Stirn Genick, Rücken, Bauch, Beinseite Umfang der Schenkel, Außenseite Fessel</p>
Mental,emotional	<p>Steht für Energiespeicher und Konservierung Der Wille, der sich auf das Nachstreben von Zielen richtet Repräsentiert das Vermögen zu Veränderungen im Leben Aber umschließt außerdem die Beschränkung, die dem Vermögen auferlegt werden kann, durch Angst Steht des Weiteren für innere Kraft und den Glauben an sich selbst Lebenswille</p>
Haus der Seele	<p>Im Wasser ist der Wille begründet Steht für Formung, Fortpflanzung und Weisheit Speicher von rein geistiger Energie</p>
Wasser Yin	<p>Mangel an Energie. Ängstlich Unvermögen, voll zu leben Aus Händen der Kontrolle über das eigene Leben Tun zu wenig, schnell von Rückschlag entmutigt Entzug des Vermögens, Zielen nachzustreben</p>
Lebenslehre	<p>Konservieren und Verstärken der eigenen Energie Keine Arbeit verrichten, dass die eigenen Kapazitäten sich steigern Niemals ausschalten und nichts unvollendet lassen Aktiv im Leben stehen Innere Kraft finden, um Versagensangst überwinden zu können</p>
Wasser Yang	<p>Tun zu viel, ambitioniert und mitleidslos Achten nicht auf andere. Möglich fahrlässig und unachtsam handeln Unterdrücken von Angst Leben ohne enormen Stress wegen der Möglichkeit, Kontrolle zu verlieren Suchen Sicherheit durch Dominanz und Macht über andere zu erhalten</p>

Lebenslehre

Lernen aus innerer Stille und Kraft zu arbeiten, anstatt zu verlieren
Die Balance zwischen Ruhe und Aktion oder zwischen Stop und Weiter kennenlernen
Die Pause entdecken
Offen für die Liebe sein und das Vermögen, Verständnis und Mitgefühl für andere zu entwickeln

Wasserbalance

Die Balance besteht bei der Handhabung eines festen Willen
Empathievermögen und Bezug zum anderen
Nicht entmutigt werden von Rückschlag. Nicht übertrieben ausharrend sein
Als der eigenen inneren Kraft und Selbstvertrauen handeln
Nicht auf Kompensation und Angst heraus handeln
Behalten was gut ist und loslassen, was unnötig ist
Weise und beschlusskräftig. Die Quelle der Dinge suchend

Die 5 Phasen bestimmen als Informationssystem die Hierarchie während klinischer Behandlungen und gibt die Prioritäten:

- 1) Öffnen der Blockade (Energie strömt wieder)
- 2) Die Kommunikationsstörung von einer Phase zur Anderen lösen (Narben und Traumata behandeln) und
- 3) Einen Mangel und einen Überschuss behandeln
- 4) Die Harmonie wiederherstellen

Im 5-Phasen Modell können Probleme in näher definierten Termen beschrieben werden. Sie werden nicht länger als isoliert oder nur einem einzigen Organ oder einem einfachen Muster zugeschrieben. Es ist eine Frage des Mangels oder der Sättigung (Überfluss). Krankheiten können durch Disharmonie zwischen 3 Organen in einem Dreieck des 5-Phasen Netzwerks analysiert werden. Im 5-Phasen System ist dies primär ein Problem der Kommunikation und Wechselwirkung zwischen den Organen und nur sekundär eine Frage von Leere oder Sättigung. Beide Sorten können sich durch die Messung mit einem bio-energetischen Messsystem auf den Meridianen zeigen. Beispielsweise wenn der Blutzuckerspiegel absinkt durch körperliche Anstrengung oder durch Nahrungsmangel, gibt der Pankreas Glykogen ab, um die Leber zu stimulieren, Glykogen in Glukose umzuwandeln und ins Blut abzugeben. Bei einem Blutzuckerspiegelanstieg scheidet der Pankreas Insulin aus, um die Glukose über das Blut in die Zellen zu transportieren; Die Leber und Muskeln setzen den Überschuss an Glukose in Glykogen um. Erde, Holz und Feuer Dreieck in beiden Situationen. Wenn der Blutzuckerspiegel niedriger wird und die Leber nicht reagiert oder wenn die gespeicherte Glykogen-Kapazität beschränkt ist, versuchen die Nebennieren bei der Energieversorgung auszuhelfen. Die Nebenniere stimuliert Lipolyse im Fettgewebe und Kortisol fördert den Abbau von Eiweiß. Die Spannung und die Stimulation von der Leber kreieren Nervosität und Reizbarkeit, zusammen mit Hypoglykämie. Beim Folgen der Energie durch den 5-Phasen Zyklus ist es eine Bewegung von einem Organ zum nächsten. Das ist der Zyklus von Großmutter zu Mutter zu Sohn. Jede individuelle Phase ist teilweise ein Produkt von den zwei vorherigen Phasen, die eine kreierend, die andere kontrollierend.

Übersicht von Beziehungen

	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Organ (Yin)	Leber	Herz- 3Erwärmer	Milz-Pankreas	Lunge	Nieren
Organ (Yang)	Gallenblase	Dünndarm-Pericard	Magen	Dickdarm	Blase
Jahreszeit	Frühling	Sommer	Herbst	Herbst	Winter
Richtung	Ost	Süd	Zentral	Westen	Norden
Farbe	Blaugrün	Rot	Gelb	Weiß	Schwarz
Prozess	Geburt, Initiative	Wachstum, Wertschätzung finden	Erwachsen	Ernte, loslassen	Reichtum, Tot
Sinn	Sehen	Sprache	Geschmack	Geruch	Gehör
Chakra	3	4	2	5	1
Planet	Jupiter	Mars	Saturn	Venus	Mercurius
Öffnung	Nagels	Gesicht	Mond	Nase, Kehle	Anus, Urethra
Negativ	Feindlich	Habsucht	Ambition	Sturheit	Verlangen
Positiv	Gutartigkeit	Spirituell	Vertrauen	Vernunft	Weisheit
Mental	Rational	Blut	Ruhig	Sentimental	Verlangen
Gewebe	Muskeln/Sehnen	Wachstum	Muskeln, Bindegewebe	Haut und Schleimhaut	Knochen, Mark, Zähne
Zyklus	Geburt	Wachstum	Transformation	Sammeln	Speichern
Klima	Windig	Warm	Feucht	Trocken	Kalt
Geschmack	Sauer	Bitter	Süß	Scharf	Salz
Flüssigkeit	Tränen	Schweiß	Speichel	Schleim	Urin
Psyche	Müde	Enthusiasmus	Konzentration	Richtiges Urteil	Willensstärke
Stimme	Schreien	Lachen	singen	Weinen	Stöhnen
Duft	Ranzig	Brennend	Duftend	Stinkend	Verrottend
Emotion	Wut	Fröhlichkeit	Besorgnis	Trauer	Angst
Deblockieren	Schreien	Lachen	singen	Weinen	Stöhnen
Zeitpunkt Ying	0.1:00-02:00 Uhr	11:00-13:00/21:00-23:00	09:00-11:00	03:00-05:00	17:00-19:00
Zeitpunkt Yang	23.00-01.00 Uhr	13:00-15:00/19:00-21:00	07:00-09:00	05:00-07:00	15:00:17:00

Psychologisch	Eine Frage von Macht, Hierarchie, persönlichem Wunsch	Aufmerksamkeit, Freude und Leistung, mütterliche Probleme	Kreativität, Beziehungen, Sexualität, körperliche Intimität	Patronisieren, schützend und Machoverhalten, Vaterprobleme	Materielle Sicherheit, Territorium, soziale Anwesenheit
Energie +/-	Zielgerichtet bezüglich Richtung und Zielort, Harmonie mit höherem Selbst, Macht zu verändern, zu handeln und zu beschließen, selbstsicher	Altruistisch, mitfühlend, hilfsbereit, verträglich, friedlich, empathisch	Fühlen können, Sexualität genießen, Sicherheit, emotionale Nöte ausdrücken, Input von intellektueller und emotionaler Information	Zuhörfähigkeit, spricht unvoreingenommen ohne Angst, intuitiv und telepathisch	Primäres Vertrauen Verbundenheit

	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Energie -	Folter, frustriert, machtlos, niedriger Selbstwert, gibt jedem die Schuld, außer sich selbst	Einsam, Isolation, Angst/Panik, Anfälle, witzlos, unverträglich, langweilig, Melancholie, Herzschmerz, Angst vor Kritik, Intimität, keine Lebensfreude, Narzissmus	Angst vor Intimität, Entsagung von Sexualität, gestörte Kreativität	Angst, Verlegenheit, Trauer, Leid, Angst zu sprechen, introvertiert, Unvermögen Emotionen zu zeigen	Angst, chaotisch, irrational, schwache Lebenskraft, Geldprobleme, Essstörungen
Energie +	Aggressiv, kompetitiv, Control Freak, will soziale professionelle Anerkennung, manipulativ, stur, arrogant	Fordernd, neidisch, anbietend, Drang Aufmerksamkeit auf sich zu lenken, Hysterie	(Sexuelle und sensuelle Sucht, Obesitas, Zwanghaftigkeit, bipolare Störungen)	Unbedacht, wibbelig, lästern, ins Wort fallen, Drang zu erklären, predigen, Überzeugen, überverantwortlich	Selbstsüchtig, materiell, hinterhältig, aggressiv, leichtsinnig, kühn, Gelenkprobleme
Physik	Störungen von Bauch, Armen und Beinen	Störungen der Zirkulation	Störungen des unteren Bauchs, Eingeweide, Blut, lymphatische Störungen	Störungen von Kopf, Hals, Thorax, Atmung, Sinne, Sprache	Störungen der Knochen Gelenke, UroGeschlechtsorgane