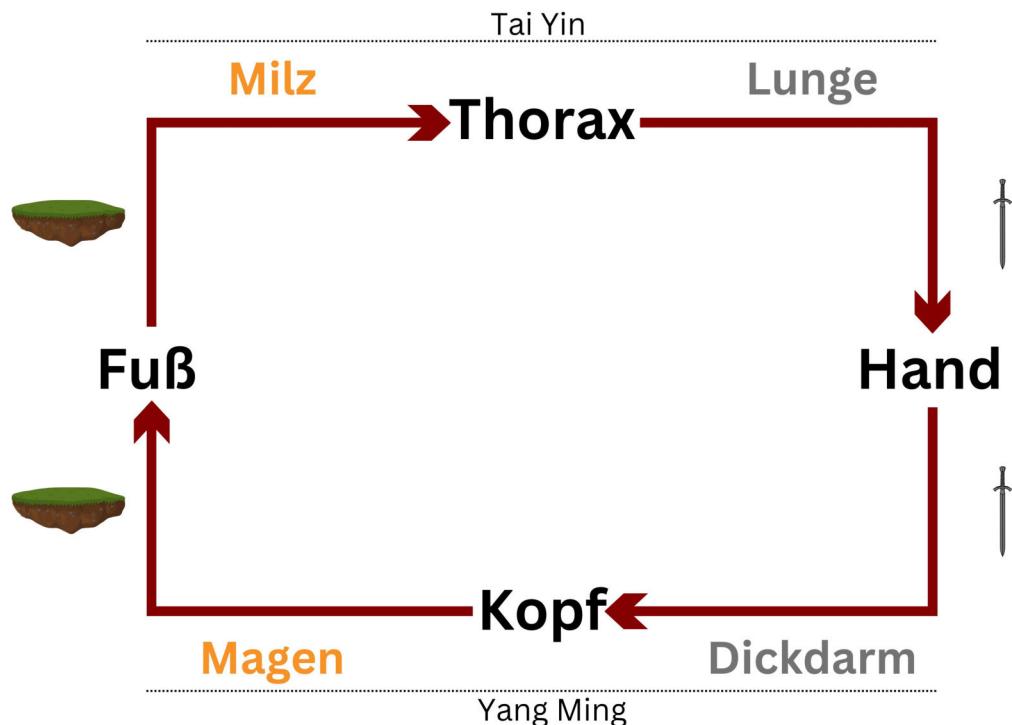


## Erde - 1. Umlauf

Der erste Umlauf ist der ventrale und irdische Umlauf, der aus den Energien von Lunge, Dickdarm, Magen und Milz entsteht.



Es ist der irdische Umlauf, weil seine Organe und Leitbahnen für die Aufrechterhaltung der körperlichen Form sorgen und somit auch die beiden nachgeburtlichen Energiequellen hier repräsentiert sind.

- Atmung (1. nachgeburtliche Energiequelle)
  - Nahrungsaufnahme (2. nachgeburtliche Energiequelle)
  - Ausscheidung

Achse	Leitbahnen	Lokalisation
Taiyin	Lunge und Milz	innen und <b>vorne (ventral)</b>
Yangming	Dickdarm und Magen	Außen und <b>vorne (ventral)</b>

## Lunge



Bild von Lei Zhang  
[www.zhangleipainting.com](http://www.zhangleipainting.com)

**Erde**

Die Wandlungsphase Metall prägt die Lunge am offensichtlichsten und ist der irdische Aspekt der Lunge.

Das Metall in der Lunge	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Bewegung nach unten in die Form (Po - Körperseele)	Speichert bzw. beherbergt die Körperseele, das Ordnungsprinzip in der Form / im Körper
Energie-Bewegung des Metalls nach unten  Einatmung: bringt die Energie des Himmels in den Körper und zu den Nieren  Yi Jing: Tai – Frieden (Hexagramm 11) 	Himmel (tiān) 天 Da-Qi (großes Qi) 大 Mensch (rén) 人  die Nieren greifen das Atem-Qi und helfen der Lunge, die Energie des Himmels aufzunehmen (Metall ernährt Wasser)
Himmel unter der Erde: Bringt den Himmel in den Körper	Pathologie: gegenläufiges Qi als Sekundärsymptom (Husten), nicht im Körper verwurzelt (Po)  Amt des Kanzlers, bringt den himmlischen Frieden auf die Erde (Ordnungsprinzip nach himmlischen Vorbild nicht nach starren mentalen Konzepten)  Pathologie: Metall verachtet Feuer – Konzepte wichtiger als Herzensweisheit, Verhärtung des Herzens
Verfeinerung (Lungenflügel bis Alveolen)	verteilt die Körperflüssigkeiten in Form eines feinen Nebels zwischen Haut und Muskulatur, befeuchtet die Haut, reguliert das Öffnen und Schließen der Poren
Klarheit und Struktur	mentale Kategorisierung und Einordnung (nach den Prinzipien des Himmels / der Natur)  Ordnungsprinzip auf den Ebenen von Geist, Energie und Körper
Meisterin der Energie 1. nachgeburtliche Energie-Quelle vom Zeitpunkt der Geburt bis zum Tod	beherrscht Qi, Atmung, Leitbahnen und Blutgefäße  Po ist im Qi zuhause: starkes Qi = gute Verwurzung von Po, schwaches Qi = schwacher Verwurzung mit Schwäche des Wei-Qi bis hin zu Autoimmunerkrankungen (Störung des Ordnungsprinzips)

	bildet zusammen mit dem Yang der Nieren, dem Gu-Qi (Nahrungs-Qi) von Milz und Magen das Immunsystem (Wei-Qi)
--	--

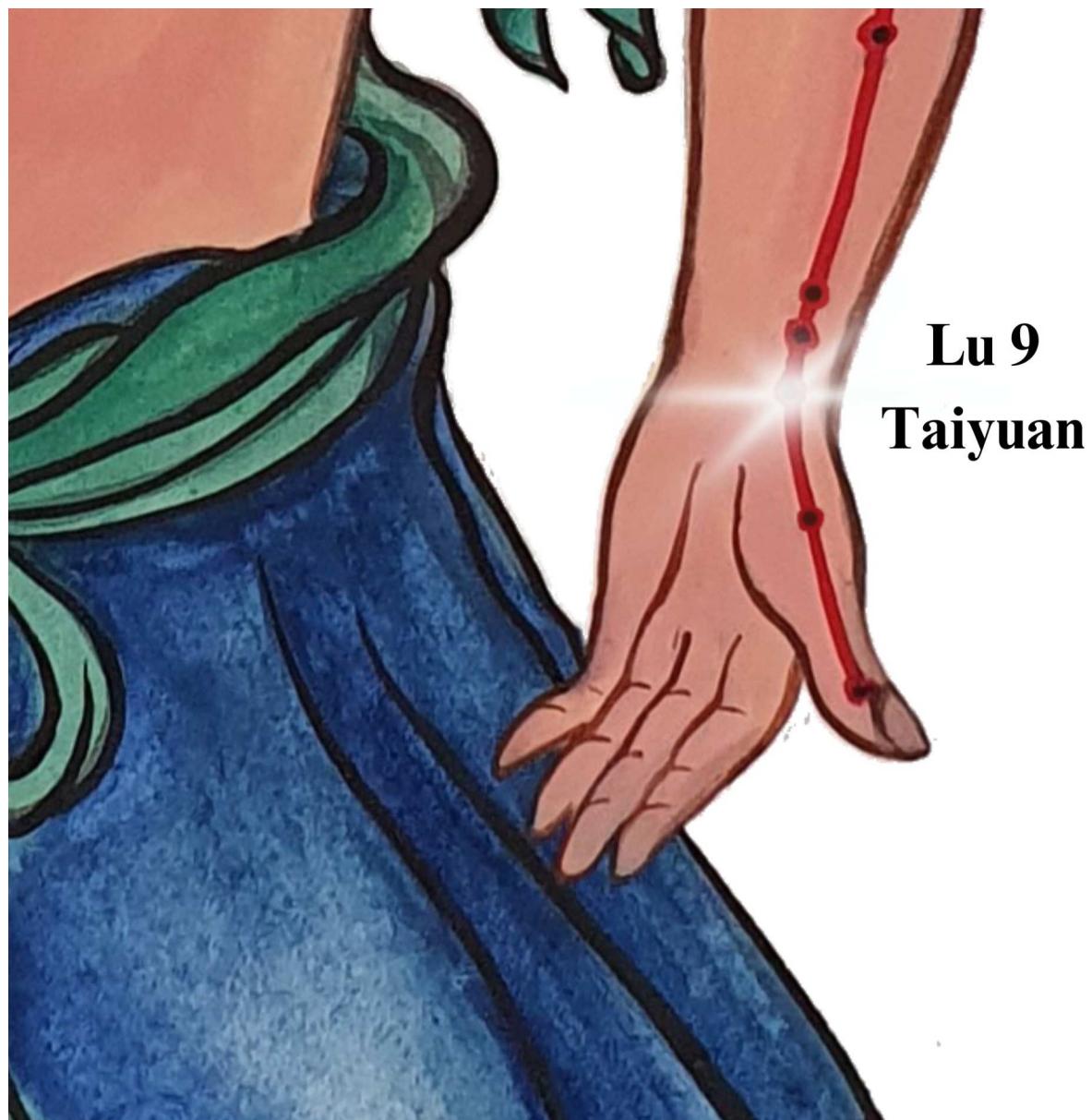
## Mensch

Die Lunge ist durch die Kopplung mit der Milz-Leitbahn über die Tai-Yin-Achse auch von der Wandlungsphase Erde beeinflusst. Dies ist der menschliche Aspekt. Einerseits kann die Lunge durch die Atmung die Milz unterstützen. Andererseits ist die Tai-Yin-Achse anfällig für Leere, Kälte und Feuchtigkeit durch eine geschwächte Milz.

Die Erde in der Lunge	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
die Lungen-Leitbahn durchdringt den Magen und das Zwerchfell	die Atmung wirkt auf die Verdauung sowie auf die Energie von Magen und Dickdarm und hilft somit bei der Transformation von Feuchtigkeit und Schleim
die Milz gilt als die Quelle des Schleims und die Lunge als sein Gefäß	Pathologie: Feuchter Schleim blockiert die Lunge / Fülle im Brustraum Pathogenese: Milz- & Nieren-Yang-Mangel
Lunge erhält von der Milz das Qi, um Zong-Qi (Brust- oder Sammel-Qi) zu bilden  bildet gemeinsam mit der Erde die nachgeburtliche Energie	Das Zong-Qi: <ul style="list-style-type: none"> <li>unterstützt Herz und Lunge dabei Qi und Blut zu den Extremitäten zu befördern (besonders zu den Händen / kalte Hände)</li> <li>unterstützt die Kraft der Stimme</li> <li>unterstützt die Nieren / das Ursprungs-Qi</li> <li>unterstützt die Blutzirkulation</li> <li>Ren 17 (Kreuzungspunkt mit der Milz-Leitbahn): reguliert Qi &amp; befreit den Brustkorb, senkt rebellierendes Qi von Lunge und Magen ab, unterstützt das Zong-Qi, unterstützt die Milchproduktion</li> </ul>
Lunge erhält verfeinerte Flüssigkeiten von der Milz (Die Lunge reguliert die Wasserwege)	Verteilt sie zwischen Haut und Muskeln, schickt sie zu Blase und Niere Disharmonie: Ödeme (v. a. im Gesicht)

**Die Erde auf der Lungen-Leitbahn**  
**Taiyuan (Lu 9) – Großer Abgrund**

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Am Handgelenksspalt in einer Vertiefung	Stärkt die Lunge, senkt Lungen-Qi ab, wandelt Schleim um, Reguliert die Gefäße, macht die Leitbahn durchgängig und lindert Schmerz	Yuan-Punkt, Erde-Punkt, Tonisierungspunkt, Meisterpunkt der Gefäße, wichtiger Tonisierungspunkt des Lungen-Qi und Lungen-Yin, nach dem Modell der fünf Wandlungsphasen ist der Erde-Punkt die Mutter des Metalls und daher besonders stärkend für die Lunge



**Milz und Lunge treffen sich****Zhongfu (Lu 1) – Residenz der Mitte**

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
6 Cun lateral der vorderen Medianlinie und 1 Cun unterhalb der Clavicula	Reguliert Lungen-Qi und senkt es ab, transformiert Schleim und klärt Hitze im oberen Sanjiao, senkt Magen-Qi ab	Mu-Punkt der Lunge, Wichtiger Punkt bei Erkrankungen der Lunge, Kreuzungspunkt von Lungen- und Milz-Leitbahn



## Himmel

Durch die kosmologischen Einflüsse beeinflusst auch die Wandlungsphase Holz maßgeblich die Lunge. Ihre Zeit ist 3-5h morgens, der Monat der Lunge ist der erste des neuen Jahres nach dem chinesischen Kalender (Feb. / März). Hier zeigt sich deutlich der Holz-Charakter der Lunge.

Das Holz in der Lunge	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
die Leber-Leitbahn durchdringt die Lunge, den Rachen und den Nasen-Rachen-Raum	<p>aufsteigendes Leber-Yang kann der Energierichtung der Lunge nach unten entgegenwirken mit dem Gefühl nicht tief atmen zu können und Druck im Brustraum zu verspüren</p> <p>Holz verachtet Metall</p> <p>Meditation / Atemübung: bewusste, tiefe Atmung zu den Nieren und ins untere Dantian mit der Absicht, die überschüssige Energie aus dem mittleren Dantian wieder in den Nieren zu verwurzeln</p>
Po und Hun wirken immer zusammen	<p>wenn die Inhalte des Hun mächtig an die Oberfläche drängen, kann es aufgrund der energetischen Ladung passieren, dass sich die Körperseele nicht gut verwurzeln kann</p> <p>wenn Po stabil verwurzelt ist, wirken die Inhalte des Hun nicht überfordernd und drängen weniger Yang-Energie und Hitze ins Bewusstsein</p>
das Lungen-Yang braucht die Energie des Holzes, um kräftig zu bleiben (Ausdauer / Sport / Aktivität)	die Lunge hat durch die kosmologischen Einflüsse auch eine Holz-Natur und braucht somit Bewegung zur Aufrechterhaltung ihrer Funktionen
Die Lunge ist zur Hälfte Yang 	Meditation für den Wächter des Westens (weißer Tiger), Tiger-Energie in der Lunge
die Atmung bewegt das Zwerchfell und das Leber-Qi	<p>Typische Zeichen einer Leber-Qi-Stagnation sind z. B. Druck unter dem Rippenbogen und ein Globusgefühl im Hals.</p> <p>Der Hals wird von der Lunge beherrscht und Zwerchfell von der Atmung bewegt.</p> <p>Atemübungen sind eine wichtige Medizin bei Leber-Qi-Stagnation.</p>
Wind	exogener pathogener Faktor des Holzes, Wind greift Yang-Bereiche bevorzugt an, die Lunge liegt von den Organen am weitesten oben und ist

	<p>somit am anfälligsten, Wind transportiert die anderen exogenen Pathogene, kann auch über die Nase (Öffner der Lunge) oder die Poren (die Lunge beherrscht das Öffnen und Schließen der Poren) eintreten</p> <p>Frühstes Stadium einer Erkältung</p> <p>Lunge beherrscht das Qi und die Leitbahnen, Wind kann die Qi-Zirkulation in den Leitbahnen stören (plötzliche, starke Schmerzen)</p> <p>Prophylaxe: die Stärkung des Lungen-Qi und Wei-Qi über die Aktivierung der Holz-Energie schützt somit auch die Leitbahnen und die Lunge selbst (ist das Holz in der Lunge stark, kann kein Wind eindringen)</p>
Wechselbeziehung zwischen Qi und Blut	<p>Die Lunge ist die Meisterin des Qi und die Leber ist zuständig für den freien Fluss des Qi</p> <p>Qi wärmt und bewegt Blut, Blut ernährt Qi und wird in der Leber gespeichert</p>

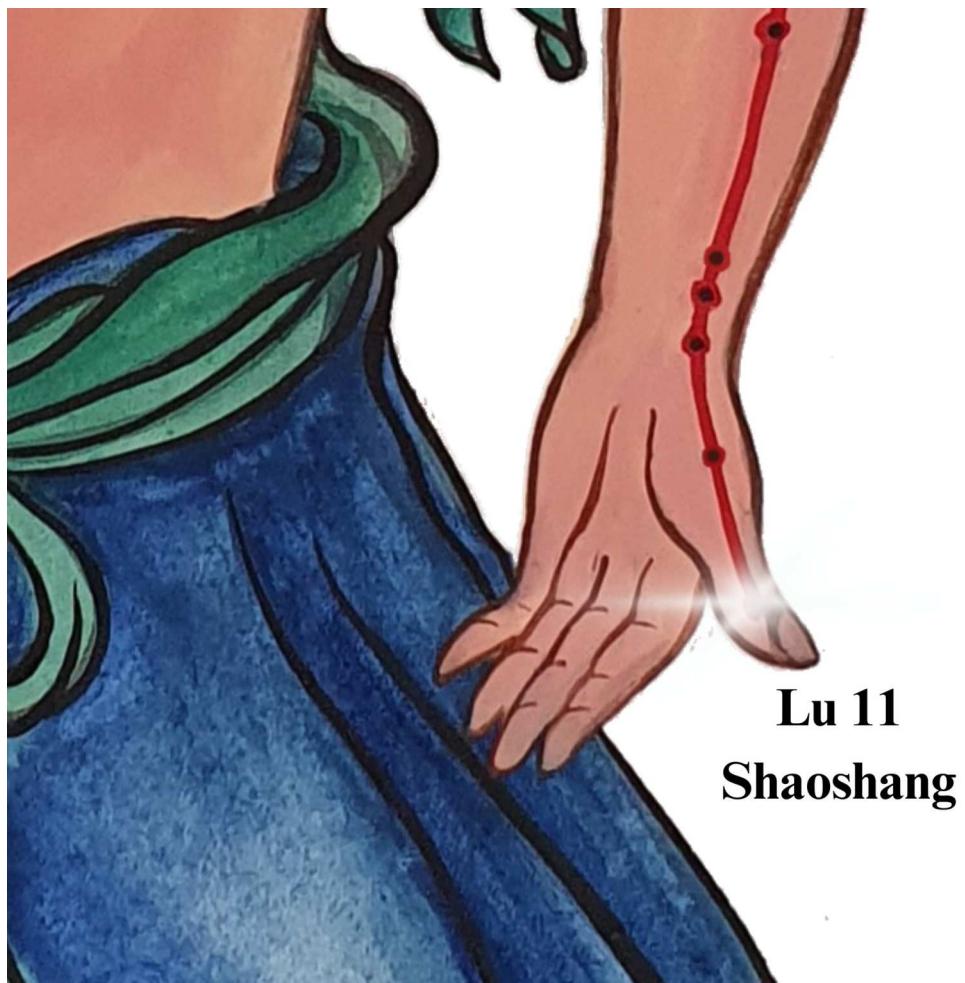
## Das Holz auf der Lungen-Leitbahn

### Shaoshang (Lu 11) – Kleines Metall

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Radialer Nagelwinkelfalz am Daumen	Klärt Hitze und unterstützt Hals-Rachen-Raum, macht die Leitbahn durchgängig	Holz-Punkt (Holz balanciert oder reduziert das Metall – daher der Name), wichtiger Fernpunkt bei Halsschmerzen durch Wind-Hitze, Jing-Brunnen-Punkt*, Sun Si Miao Dämonenpunkt**

\* Der Jing-Brunnen-Punkt ist stets der erste^bzw. letzte Punkt auf der Leitbahn. Auf Yin-Leitbahnen entspricht er der Wandlungsphase Holz und auf Yang-Leitbahnen dem Metall. Laut dem 68. Kapitel des Nan Jing, dem Klassiker der Schwierigkeiten, behandeln diese Punkte Fülle unterhalb des Herzens. Somit unterstützt Lu 11 Shaoshang die Auflösung von Qi-Stagnation mit Druck unter dem Rippenbogen und spiegelt die Qualität einer tiefen Atmung auf die Leber wider. Gemeinsam mit dem zweiten bzw. vorletzten Punkt, dem Ying-Quellpunkt, beschreibt der Jing-Brunnenpunkt die Pathologie der Leitbahn.

\*\* auch Gui Xin (Dämonentreue) genannt: auch bei Störungen der Körperseele Po und Dian-Kuang (manisch-depressive Geisteskrankheiten)



## Dickdarm



Bild von Lei Zhang  
[www.zhangleipainting.com](http://www.zhangleipainting.com)

**Erde**

Die Wandlungsphase Metall prägt den Dickdarm am offensichtlichsten und ist der irdische Aspekt.

Das Metall im Dickdarm	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Absinkende Energierichtung	Ausscheidung, auch das sinkende Lungen-Qi unterstützt diesen Prozess  Lungen-Qi-Mangel kann zu Verstopfung führen, was wiederum zurückwirken kann auf die Atmung
Vollendung eines Zyklus	letzte Umwandlung der aufgenommenen Nahrung (auf allen Ebenen)
Loslassen / Trennung	Ausscheidung auf den drei Ebenen Körper, Energie und Geist, Gegenwärtigkeit  Di 4: wichtigster Punkt um loszulassen und gleichzeitig wichtigster Schmerzpunkt und Meisterpunkt des Kopfes  Pathologie: Verstopfung (auf allen Ebenen), Festhalten (an der Vergangenheit)
Klarheit, Analyse	Dickdarm-Pathologien: alles, was unklar ist  Aktive Meditation und Medizin für den Dickdarm: Aufräumen und Ausmisten! alles entsorgen, was Du nicht mehr brauchst und ALLEM einen Platz geben (Ordnungsprinzip)

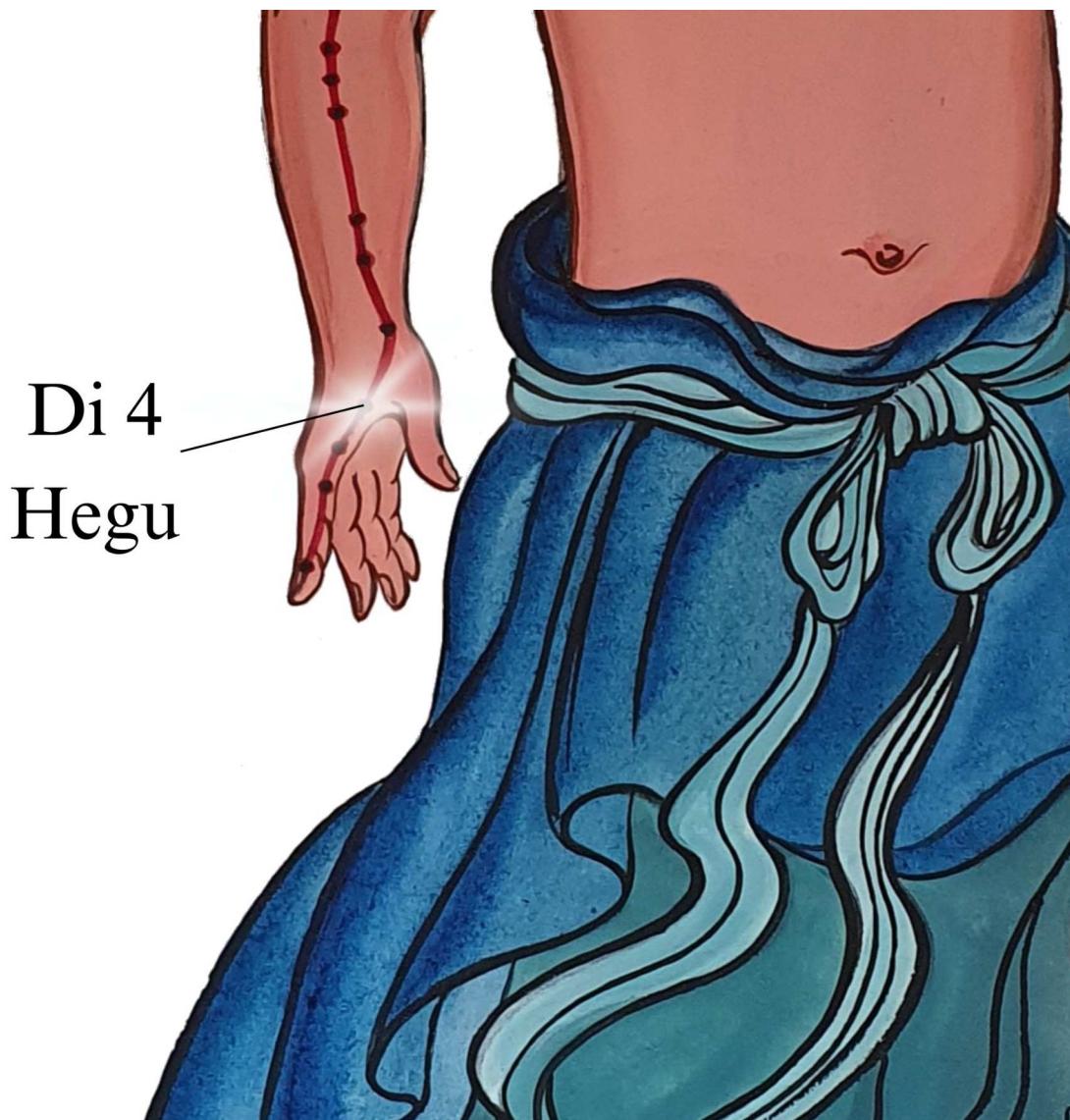
**Die Medizin des Loslassens**

Loslassen ist das zentrale Thema des Dickdarms und des Metalls<sup>1</sup>. Die Organe und Leitbahnen des ersten und somit irdischen Umlaufs sind verantwortlich für die Bildung und Aufrechterhaltung der Form. Dies ist jedoch nur durch das Loslassen möglich – materiell, energetisch und geistig. „Mit leichten Gepäck kann man besser reisen“. Die Dickdarm-Leitbahn geht über in die Magen-Leitbahn und somit ist hier auch ein deutlicher Hinweis darauf, dass das Loslassen uns in die Mitte bringt und die Aufnahme und Integration von Neuem ermöglicht. Chinesische Medizin ist stets die Medizin der Mitte (Zhongyi 中醫) aus dem Reich der Mitte.

1 An dieser Stelle ist es wichtig, darauf aufmerksam zu machen, dass der Dickdarm in der Organuhr direkt gegenüber den Nieren liegt. Die Pflege des Dickdarms unterstützt nicht nur auf der körperlichen Ebene die Nieren. Das Loslassen ist immer auch ein Sterben, was der Vollendung eines Zyklus in der Wandlungsphase Wasser entspricht und somit die Qualität des Metalls widerspiegelt: Loslassen, um ins Wasser zu gelangen. Außerdem ermöglicht diese Bewegung des Metalls ins Wasser auch noch die Ausrichtung auf das pure Sein, was ebenfalls eine Qualität des Wassers ist.

**Hegu (Di 4) – Talverbindung**

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Wenn Zeigefinger und Daumen aneinander gelegt werden, auf dem höchsten Punkt des Muskelwulst	Hauptpunkt um die Oberfläche zu befreien, vertreibt Wind, reguliert Gesicht und Kopf, reguliert das Wei-Qi und das Schwitzen, macht die Leitbahn durchgängig, lindert Schmerzen, fördert die Wehenaktivität, regeneriert das Yang	Meisterpunkt für Kopf und Gesicht, wichtigster Schmerzpunkt für den ganzen Körper, der große Ausleiter von pathogenen Faktoren, unterstützt das Loslassen von Emotionen  Si Guan – Vier Tore: zusammen mit Le 3 „Tai Chong“ bewegen sie stark Qi und Xue, beenden Schmerzen und lösen Spasmen, wichtige Punktkombination bei Qi-Stagnation



## Mensch

Der Dickdarm ist durch die Kopplung mit dem Magen über die Yang-Ming-Achse auch von der Wandlungsphase Erde beeinflusst. Dies ist der menschliche Aspekt. Die Yang-Ming-Achse führt am meisten Qi und Blut.

Die Erde im Dickdarm	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Reagiert stark auf Feuchtigkeit als exogenes Pathogen der Erde	Feuchtigkeit führt zu Durchfall, da Milz* und Magen die Nahrung aufbereiten ist der Dickdarm besonders anfällig für eine Schwäche von diesen beiden
Transformation und Wandel	<p><i>„Der Dickdarm hat das Amt des Straßentransports. Veränderung und Umwandlung haben hier ihren Ursprung.“</i> Huang Di Nei Jing – Kap.8<sup>2</sup></p> <p>nach der Transformation kann das Alte, das nicht mehr gebraucht wird, ausgeschieden werden</p>
Kreuzung mit der Magen-Leitbahn im Gesicht	<p>bei Di 20 treffen sich Magen- und Dickdarm-Leitbahn, Yangming-Achse beherrscht das Gesicht (Duft / Geruch hat Auswirkung auf den Magen / Appetit)</p> <p>dringt ins Zahnfleisch ein, die Magen-Leitbahn dringt in die Mundschleimhaut ein</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aphten, Zahnfleischbluten: Hitze im Yangming</li> </ul> <p>läuft wie die Magen-Leitbahn in der Nähe der Lippen (Mund = Öffner der Milz)</p>

\* Die Milz kann als Archetyp für den gesamten Resorptionstrakt (Ma, Di, Dü) verstanden werden.

2 Zitiert nach Unschuld, Paul U.: Antike Klassiker der Chinesischen Medizin. Huang Di Nei Jing, Su Wen. Berlin 2013, S. 50

## Die Erde auf der Dickdarm-Leitbahn

### Quchi (Di 11) – Gekrümmter Teich

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Am Ende der Ellenbogenbeugefalte in einer Vertiefung	Klärt Hitze und vertreibt Wind, beseitigt Yang Ming-Feuer, kühlt das Blut, leitet Feuchtigkeit aus, mindert Juckreiz, macht die Leitbahn durchgängig, reguliert Qi und Blut, lindert Schmerzen	Erde-Punkt, Tonisierungspunkt (Erde ernährt Metall), nährt obere Extremitäten, <b>einer der wichtigsten Punkte um Hitze, Feuer und Yang-Überschuss zu klären</b> , bei entzündlichen und heißen Hauterkrankungen, Sun Si Miao Dämonenpunkt*
Der Name gibt schon einen Hinweis auf die Lokalisation		

\*auch „Guichen“ - Dämonenminister genannt: Fülle-Hitze im Yang Ming kann den Geist verwirren und zu Geisteskrankheit führen, durch die Zuordnung zur Wandlungsphase Metall der Dickdarm-Leitbahn, hat dieser Punkt auch einen engen Bezug zur Körperseele Po und somit zu psychosomatischen Erkrankungen und Süchten



## Himmel

Durch die kosmologischen Einflüsse beeinflusst auch die Wandlungsphase Holz maßgeblich den Dickdarm. Seine Zeit ist 5-7h morgens, der Monat des Dickdarms ist der zweite des Jahres nach dem chinesischen Kalender (März / April). Hier zeigt sich deutlich der Holz-Charakter des Dickdarms.

Das Holz im Dickdarm	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Neubeginn / Loslassen	Die Funktion des Loslassens ermöglicht den Neubeginn als Qualität der Wandlungsphase Holz
Qi-Stagnation als typische Leber-Disharmonie wirkt auch auf den Dickdarm	Schafsköttel-Stuhl, geblähtes Abdomen, Verstopfung
Donner im Himmel  Hexagramm 34 „Die Kraft des Großen“	über die Yang-Ming-Achse können die Energien stark nach oben schlagen (wie pathologisches Holz), wichtigster Punkt bei Kopfschmerzen Di 4
Energie des Frühlings, Hase (Rammler) als Sternzeichen	Materie (re)produzieren, etwas machen (wollen), Durchsetzungskraft (die es auch braucht, um loslassen zu können)

## Magen



Bild von Lei Zhang – [www.zangleipainting.com](http://www.zangleipainting.com)

**Erde**

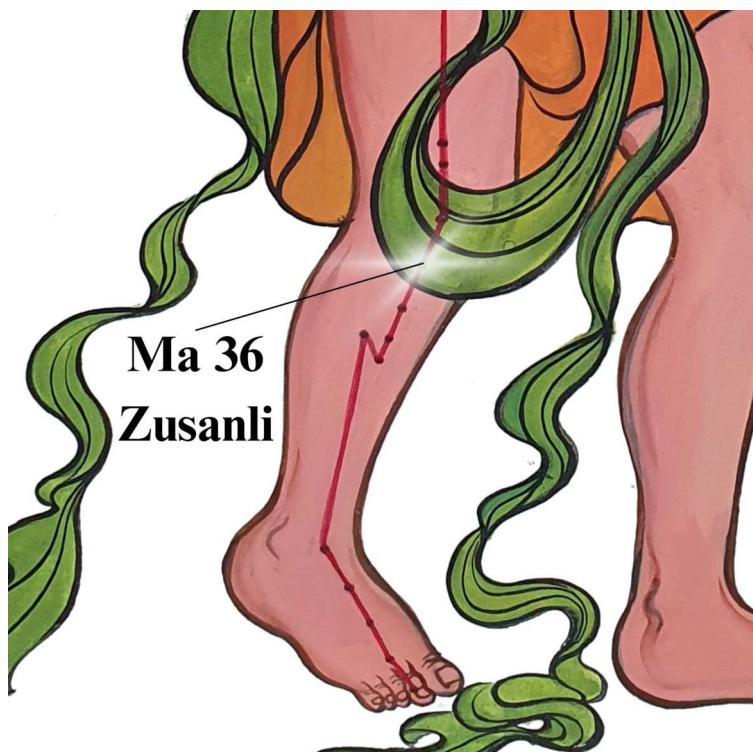
Die Wandlungsphase Erde prägt den Magen am offensichtlichsten und ist der irdische Aspekt.

Die Erde im Magen	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Der Alchimist im Menschen (großer Kochtopf) / Transformieren / Verdauungsfeuer	Hier wird Grobes in Feines umgewandelt und daraus Energie gewonnen / als erste Station auf dem Weg der Umwandlung wird hier besonders viel Energie gebraucht
Aufbereitung nachgeburtlicher Energie	Zusammen mit der Milz ist der Magen für die Qi- und Blut-Produktion zuständig. Er ist die Quelle des Nähr-Qi (Yingqi).
Versorgung	Auf den drei Ebenen von Körper, Energie und Geist beeinflusst der Magen die Qualitäten von „nähren“ und „genährt sein“.

**Die Erde auf der Magen-Leitbahn**

Zusanli (Ma 36) – Drei Meilen am Fuß

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
3 Cun unterhalb der Patella und 1 Cun lateral	Reguliert den Magen, stärkt die Milz, transformiert Feuchtigkeit, Stärkt Qi und Yang, nährt Blut und Yin, beruhigt Shen, macht die Leitbahn durchgängig, unterstützt Yuan-Qi	Erde-Punkt, Hauptpunkt zur Tonisierung von Qi und Blut bei Schwäche-Syndromen, bedeutendster Punkt des Körpers um die Funktion von Magen und Milz (Qi- und Blutbildung) zu stimulieren, <b>sehr wichtiger Punkt</b>



## Mensch

Der Magen ist durch die Kopplung mit dem Dickdarm über die Yang-Ming-Achse auch von der Wandlungsphase Metall beeinflusst. Dies ist der menschliche Aspekt. Die Yang-Ming-Achse führt am meisten Qi und Blut.

Das Metall im Magen	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
die Magen-Leitbahn durchströmt den Brustkorb und beeinflusst die Lunge	Lunge unterstützt die physiologische Bewegung des Magen-Qi nach unten
Zerteilen, Aufspalten	Nach der Aufspaltung und Extraktion der Nahrung wird die Essenz an die Milz und das Trübe an den Dünndarm weitergeleitet
Bewegungsrichtung des Magen-Qi geht ebenfalls nach unten	Pathologie: gegenläufiges / rebellierendes Qi mit Erbrechen, Übelkeit, Reflux und Aufstoßen
Kann stark auf das exogene Pathogen des Metalls reagieren (Trockenheit)	der Magen braucht viel Flüssigkeit, um den Nahrungsbrei aufzubereiten  Pathologie: Hitze bis Yin-Mangel Magen-Yin-Mangel: mit Appetitosigkeit, Schmerzen im Oberbauch, Völlegefühl nach dem Essen, trockene Lippen und Mund, Verstopfung, Durst aber nicht trinken wollen, Magengeschwür  Pathogenese: unregelmäßiges, unachtsames, spätes Essen, nur neben bei Essen, thermisch zu heiß essen

## Himmel

Durch die kosmologischen Einflüsse beeinflusst auch die Wandlungsphase Holz maßgeblich den Magen. Seine Zeit ist 7-9h morgens, der Monat des Magens ist der dritte des Jahres nach dem chinesischen Kalender (April / Mai). Hier zeigt sich deutlich das Holz des Magens.

Das Holz im Magen	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Drache	Das Sternzeichen des Magens ist der Drache. Er steht für den Osten, die Fruchtbarkeit, den Frühlingsregen und den Regen ganz allgemein. Somit ist er ein deutlicher Hinweis auf die Holz-Natur des Magens.
Sehr starke Yang-Energie	Pathologie: alles, was in den Kopf knallt (psychisch und physisch) hat auch mit der Magen-Leitbahn zu tun (wie pathologisches Holz), weil sie so ein starkes Yang hat und gleichzeitig nach unten fließen soll
Ma 40 Fenglong = Donnergott, macht Wolken zu Regen	Der Punkt ist der Regenmacher, wandelt zähen Schleim um
einige Yang-Leitbahn, die an der Vorderseite des Körpers verläuft	<p>Ein Indiz dafür, dass sie einen besonders starken Yang-Aspekt hat</p> <p>die Magen-Leitbahn kann aufsteigende Hitze nach oben transportieren (ähnlich einem pathologischen Holz)</p> <p>Hexagramm 43 „Der Durchbruch“    5x Yang und 1x Yin</p> <p>Die Energie des Durchbruchs ist eine typische Holz-Energie</p>
Wachstum und Mobilität	<p>Durch die Aufbereitung der nachgeburtlichen Energien und die Einwirkung auf die Muskeln, hat der Magen auch mit Wachstum zu tun (Pathologie: Atrophie), was ebenfalls eine deutliche Holz-Qualität ist</p> <p>Zusammen mit der Milz versorgt der Magen die vier Extremitäten mit Energie und sichert somit die Mobilität</p>
Leber attackiert die Mitte	Pathologische Holz-Energie kann jedoch nicht nur aufsteigen, sondern auch direkt Magen und Milz attackieren

## Milz



Bild von Lei Zhang – [www.zangleipainting.com](http://www.zangleipainting.com)

**Erde**

Die Wandlungsphase Erde prägt die Milz am offensichtlichsten und ist der irdische Aspekt.

Die Erde in der Milz	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Transformation und Transport	Extrahiert die Essenz aus der Nahrung und schickt das Grobe weiter an den Darm  Geistige und energetische Transformation ohne eigene Bewegung, pure Präsenz
Schlange	Das Sternzeichen der Milz ist die Schlange als Symbol der Verdauungskraft, des Wachstums und der Erdverbundenheit. Die Schlange kann unzerkaut und ohne Bewegung die Nahrung verstoffwechseln.
Aufbereitung nachgeburtlicher Energie	Quelle für Qi und Blut
Gewebe	Stellt das erdhafte bereit: Muskelfleisch, Binde- und Fettgewebe
Mitte	Hält alles an seinem Platz: Organe und Blut
Fürsorge	Archetyp der Mutter, sich selbst eine Mutter sein auf allen Ebenen: Körper, Energie, Geist  Milz leidet unter mangelnder Fürsorge / Erdrückende Fürsorge

**Mensch**

Die Milz ist durch die Kopplung mit der Lunge über die Tai-Yin-Achse auch von der Wandlungsphase Metall beeinflusst. Dies ist der menschliche Aspekt.

Das Metall in der Milz	Physiologie / Pathologie /Eigenschaft
Klima	Hasst Feuchtigkeit und liebt Trockenheit als klimatischen Faktor des Metalls
Einfluss des oberen Datians	Grübeln aber auch zu viel Lernen und Nachdenken schädigen die Milz. All das basiert auf den Kategorien und Wertungen des Metalls.  Verstehen und Begreifen als Metall in der Erde  Ausrichtung der Aufmerksamkeit (Yi 意)

## Himmel

Durch die kosmologischen Einflüsse beeinflusst auch die Wandlungsphase Feuer maßgeblich die Milz. Ihre Zeit ist 9-11h morgens, der Monat der Milz ist der vierte des Jahres nach dem chinesischen Kalender (Mai / Juni) und somit der erste des Sommers. Hier zeigt sich die Feuer-Natur der Milz.

Das Feuer in der Milz	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Hexagramm 1 „Qian – Der Himmel / Die Schöpfung“  6 Yang-Striche: Maximales Yang	Die Milz bewegt sich schon in Richtung Himmel und Geist; hier zeigt sich auch die Bedeutung der irdischen Versorgung für das spirituelle Leben  Die Milz kontrolliert das aufsteigende Qi und hebt das Klare nach oben (wie Feuer, das zum Himmel steigt) Pathologie (alles, was nach unten sinkt): Müdigkeit, Schwere, Prolaps (Verlagerung eines Organs aus seiner physiologischen Lage), schwere Extremitäten, Ausfluss  Die Milz-Leitbahn durchdringt das Herz und verbindet sich mit der Herz- und somit Feuer-Leitbahn.  Pathologie: Milz leidet unter Kälte und Feuchtigkeit. Sie neigt zu Qi- und Yang-Mangel
Liebt Moxa	Viele Milz-Störungen lassen sich oft erst mit einer Moxa-Behandlung nachhaltig therapieren.
Milz-Leitbahn verbindet sich mit dem Herzen	Ein innerer Verlauf dringt in Milz, Magen und Herz ein
Transformation, Präsenz, Führung	Beherbergt Yi 意 als den geistige Aspekt, der das Qi führt  durch ihren starken Feuer-Charakter hat die Milz einen großen Einfluss auf den Shen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yi ist das, worauf das Herz ausgerichtet ist, Yi ist der Fokus des Shen</li> <li>• Feuchtigkeit und Schleim können die Weisheitskanäle des Herzens blockieren (meist vorher schon Schwäche von Milz, Lunge und Nieren)</li> </ul> Qi und Blut bilden darüber hinaus die Grundlage, in der sich der Geist verwurzeln kann und die das Herz versorgen

Verdauungsfeuer	<p>Sehr starke Yang-Kraft, um Materie in Energie aufzuspalten und zu bewegen (Schlange)</p> <p>Selbsterkenntnis: Integration durch die transformative Kraft der Milz ermöglicht Transzendierung und damit das Leuchten des Geistes (Shenming 神明)</p>
Akzeptanz / Harmonie / Mitte	<p>Als Organ der Mitte schafft die Milz Harmonie, hat die Weisheit alles an seinem Platz zu halten und die Dinge anzunehmen, wie sie sind</p> <p>Jenseits von Anhaftung und Ablehnung als erster Bewegung des kleinen Geistes</p>
<p>Kosmologische Sequenz</p>	<p>Die Erde stabilisiert das Feuer und vermittelt im Hinblick auf das Wasser. Ohne den Einfluss der Milz (z. B. Ausrichtung des Yi, Blutproduktion, Stärkung der Nieren mit nachgeburtlicher Energie) würde das Feuer des Herzens nicht transformierend und leuchtend (Shenming) sein, sondern verbrennend und konsumierend</p>

**Das Feuer auf der Milz-Leitbahn**  
**Dadu (Mi 2) – Große Hauptstadt**

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
An der medialen Seite der Großzehe, in einer Vertiefung vor dem Großzehengrundgelenk am Übergang rotes und weißes Fleisch	Reguliert die Milz, beseitigt Feuchtigkeit und feuchte Hitze, klärt Hitze, harmonisiert den mittleren Jiao, bringt das Yang zurück	Feuer-Punkt, Tonisierungspunkt (Mutter-Punkt) der Erde

