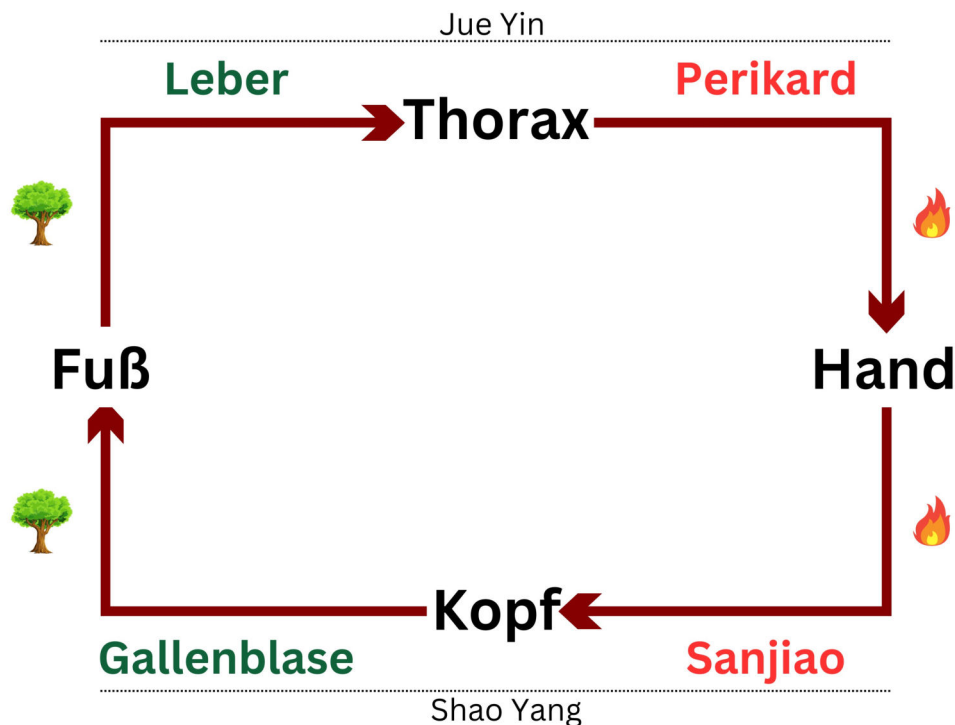


## Mensch - 3. Umlauf

Der dritte Umlauf ist der laterale und menschliche Umlauf, der aus den Energien von Perikard, Sanjiao, Gallenblase und Leber entsteht.



Es ist der menschliche Umlauf, weil seine Organe und Leitbahnen mit folgenden Aspekten zu tun haben:

- der menschlichen Gestaltungskraft in der Welt der 10.000 Dinge
- dem Hun (im weitesten Sinne dem Unterbewusstsein)
- dem Blut und Emotionen (Emotionen und Blut gehören stets zusammen)
- Beziehungen und Intimität
- das menschliche Herz

Achse	Leitbahnen	Lokalisation
Jueyin	Leber und Perikard	innen und <b>seitlich (lateral)</b>
Shaoyang	Dickdarm und Magen	außen und <b>seitlich (lateral)</b>

## Perikard



手厥陰心包經之圖

凡九穴  
左右共一十八穴


張磊畫



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

## Erde

Die Wandlungsphase Feuer prägt das Perikard am offensichtlichsten und ist sein irdische Aspekt.

Das Feuer im Perikard	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Minister der Freude	<p>„Freude und Glückseligkeit haben hier ihren Ursprung.“<sup>1</sup></p> <p>Der Punkt Ren 17 ist Alarmpunkt des Perikards und das vordere Tor zum mittleren Dantian, welches dem Menschen entspricht.</p> <p>Perikard ist das menschliche Herz</p> <p>Perikard ist das einzige Organ, bei dem im Huang Di Nei Jing Emotionen als Arbeitsfeld zugewiesen werden. =&gt; Perikard verantwortlich für emotionales Erleben</p>
Menschliches Herz „Stirb bevor Du stirbst.“	Tiefe Freude scheint durch, in dem Maße wie die Angst vor dem Tod transzendiert wird
Vermittelt zwischen den Dimensionen, wie das Feuer	Emotionen sind Wegweiser zur raumgleichen Natur des Geistes
Feuer ist Magie	Körperliche Manifestationen gehen mit Emotionen einher
Hexagramm 23 – Bo  Der Berg auf der Erde	Der Berg auf der Erde ist auch der Vermittler zwischen Himmel und Erde. Das Perikard vermittelt über das Blut und die Emotionen zwischen Geist und Körper.
Tor zum kosmischen, geistigen Herzen	Pe 6 Nei Guan „Das innere Tor“
Xin Bao „Herz-Beschützer“	öffnet oder verschließt das Herz Herz-Beschützer und Herz-Öffner
Sternzeichen Hund	Das menschliche Herz ist dem kosmischen Herzen so ergeben wie ein Hund seinem Herren
Treue	Verletzung von Treue betrifft Perikard
Intimität	Nähe zu sich selbst und anderen, zwischenmenschliche Beziehungen, romantische Liebe
Beziehungen	Medizin für das Perikard:

<sup>1</sup> Zitiert nach Unschuld, Paul U.: Antike Klassiker der Chinesischen Medizin. Huang Di Nei Jing, Su Wen. Berlin 2013, S. 50

	<p>Liebe zur Zwei (Yin und Yang) als Weg zur Eins (Wuji): Seine Gui (Dämonen) und seinen Schatten lieben lernen, Freundschaft damit schließen</p> <p>liebevoller Beziehung kultivieren zu allem, was ich als Zwei erlebe: Ich und meine Gefühle, ich und die Anderen, ich und mein Schatten, ich und meine Gedanken...</p> <p>Die Erscheinung der Zwei wertschätzen</p>
--	---

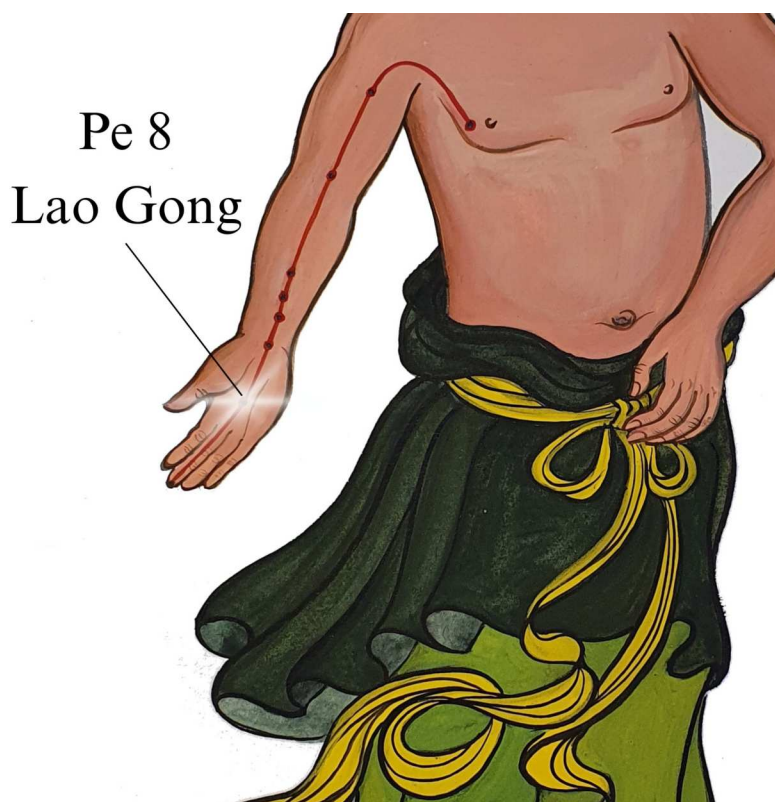
### Das Feuer auf der Perikard-Leitbahn

#### Laogong (Pe 8) – Palast der (Fron)Arbeit

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Bei mäßig geballter Faust liegt Laogong unter der Spitze des Mittelfingers	Kühlt Herz-Feuer und beruhigt Shen, harmonisiert den Magen und klärt Hitze aus dem mittleren Jiao, kühlt das Blut	Feuer-Punkt, wirkungsvoller Punkt um den Geist zu beruhigen, Sun Si Miao Dämonenpunkt*, wichtiger Punkt zur Energieführung im Qi Gong** und der Akupressur

\* auch Guicu – Dämonenhöhle genannt: vor allem bei psychisch-emotionalen Problemen, die mit Herz-Feuer einhergehen

\*\* Im Qi Gong ist Laogong (Pe 8) das Äquivalent an den Händen von Yongquan (N11), welcher unter den Fußsohlen lokalisiert wird. Durch beide Punkte kann geatmet werden. Das Sammeln von Qi an Laogong ist von besonderer Bedeutung bei jeder Art von Energie- und Körperarbeit.



## Mensch

Das Perikard ist durch die Kopplung mit der Leber-Leitbahn über die Jue-Yin-Achse auch von der Wandlungsphase Holz beeinflusst. Dies ist der menschliche Aspekt. Bei der Jue-Yin-Achse geht es um das Blut und die Emotionen.

Die Holz im Perikard	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Hun - Wanderseele	<p>Das Perikard als Minister der Freude und Emotionen ist maßgeblich beeinflusst von den Inhalten des Hun</p> <p>Inhalte aus dem Hun, die mit sehr viel Yang-Energie an die Oberfläche drängen verursachen (emotionale) Hitze</p>
Blut	<p>Perikard beherrscht das Blut, Leber speichert das Blut</p> <p>Hun verwurzelt sich im Blut</p> <p>reagiert besonders auf Hitze (im Blut) und Blut-Mangel</p> <p>Blut-Mangel: Angst, Depression</p> <p>Hitze: Angst, Schlafstörungen, Überregung</p>
Kind und Eltern	<p>Die kindliche Energie des Holzes braucht die Klarheit und Reinheit des Metalls.</p> <p>Die Eltern sind das Perikard des Kindes (Schutzfunktion)</p> <p>Ren 17 als Mu-Punkt des Perikards und vorderes Tor des mittleren Dantians: Beim Stillen des Kindes wird hier die Herz-Verbindung genährt.</p>



**Das Holz auf der Perikard-Leitbahn****Zhongchong (Pe 9) – Zentraler Ansturm**

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Im Zentrum der Mittelfingerkuppe	Klärt Hitze aus Perikard und Herz, stärkt kollabiertes Yang (stellt Bewusstsein wieder her), unterstützt die Zunge, vertreibt inneren Wind	Holz-Punkt, wichtiger Punkt für die energetische Akupressur, im Qi Gong hat die geistige Ausrichtung auf Zhongchong (Pe 9) eine stark beruhigende Wirkung auf Shen und Herz*, dem Namen entsprechend: wenn es innerlich bzw. im Herzen knallt, ist dieser Punkt indiziert


\* Meditation: Präsenz auf das mittlere Dantian (Ren 17) und Pe 9, Atem fließt bis in die Spitzen der Mittelfinder, anschließend in Stille ruhe und nur noch die Punkte wahrnehmen

Pe 9  
Zhong  
Chong



## Himmel

Durch die kosmologischen Einflüsse wirkt auch die Wandlungsphase Metall auf das Perikard. Seine Zeit ist 19-21h abends, der Monat des Perikards ist der neunte des Jahres nach dem chinesischen Kalender (Oktober / November). Hier zeigt sich deutlich der Metall-Charakter des Perikards.

Das Metall im Perikard	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Rückzug / nach innen gehen / Licht zieht sich zurück	Der 9. Monat am Ende des Herbstes wird das Licht im Inneren wichtiger, Nähe, Intimität
Trennung und Einheit	sich selber fühlen, nicht getrennt sein von seinen Emotionen
Geborgenheit	sich mit seinen Emotionen sicher fühlen
Wertung / Konventionen / Konzepte	Alle Emotionen als gleichwertig erfahren  Über soziale Konventionen und Wertungen im Einklang mit der eigenen Wahrheit den Emotionen begegnen
Trauma	<p>Hexagramm 23 „Die Abspaltung“</p>  <p>„Die Abspaltung. Nicht günstig, wenn man wo hinzugehen hat.“<sup>2</sup></p> <p>Trennung und Einheit als große Metall-Themen sind ebenso Thema des Perikards, weil seine Aufgabe die Transzendierung der Zwei ist.</p> <p>Jedes Trauma ist auch ein Perikard-Thema, weil seine Schutz-Funktion verletzt wurde. Bei Verletzung des Perikards kann sich auch die Körperseele (Po) nicht mehr so gut verwurzeln (Dissoziation).</p>
Loslassen / Sterben	9. Monat: Der Frost kommt, die Natur stirbt
Verhärtung	<p>Bevor das Tor zum Herzen sich wirklich öffnen kann, muss etwas sterben.</p> <p>Das Perikard hat die metallische Eigenschaft sich zu verhärten (Herz-Panzer) und braucht daher Nähe, Liebe und Wärme, um das Metall zu schmelzen.</p> <p>Pe 7 Da Ling „Der große Grabhügel“</p>
Nähe und Distanz	Disharmonien von Nähe und Distanz in

<sup>2</sup> Fiedeler, Frank: Yijing. Das Buch der Wandlungen. München 1996. S. 250

Intimität	zwischenmenschlichen Beziehungen zeigen deutlich die Metall-Energie des Perikards
-----------	--



## Sanjiao



手少陽三焦經之圖

凡二十三穴  
左右共四十六穴


張磊畫




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

## Erde

Die Wandlungsphase Feuer prägt den Sanjiao am offensichtlichsten und ist der irdische Aspekt.

Das Feuer im Sanjiao	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
<p>Drei Wärmequellen</p> <p>Transformation</p>	<p>Mittels des Ursprungs-Qi verteilt es physiologisches Feuer für die lebendigen Prozesse</p> <p>Unterer Erwärmer: Nieren wärmen, Flüssigkeiten transformieren</p> <p>Mittlerer Erwärmer: unterstützt Milz bei Transformation</p> <p>Oberer Erwärmer: Umwandlung von Sammel-Qi (Zong-Qi) zu Wahren Qi (Zheng -Qi), unterstützt das Herz bei Blutbildung</p> <p>=&gt; Der Sanjiao ist an allen energetischen Transformationsprozessen beteiligt- =&gt; Der Sanjiao ist besonders wichtig für alchemistische Transformation.</p>
Äußeres Tor zum Herzen	Sj 5 Wai Gaun „Das äußere Tor“
Netzwerk / Verbindung	Der Kosmos in Dir, das Gefüge oder die Matrix, welche alles unsichtbar strukturiert
<p>Wu Wei</p> <p>Hexagramm 2 Kun „Das Empfangende“</p> 	<p>Die empfangende Erde als Sinnbild der Hingebung.</p> <p>Wu Wei nicht führen wollen, fließen lassen Absichtslosigkeit</p>
Herrscher	<p>„Der dreifache Wärmer ist eine zusätzliche Quelle ursprünglichen Qis; er beherrscht das gesamte Qi, [das durch den Körper kreist. (...)]“ Nan Jing 38<sup>3</sup></p> <p>Lunge: Meisterin des nachgeburtlichen Qi Sanjiao: Meister des vorgeburtlichen Qi, Meister aller Energie-Richtungen (Steigen / Sinken &amp; Öffnen / Schließen), daher seine besondere Bedeutung im altehrwürdigen Qi Gong-Übungsreihen (1. Brokat / 6. Heilender Laut)</p>

3 Zitiert nach Unschuld, Paul U.: Antike Klassiker der Chinesischen Medizin. Huang Di Nei Jing, Su Wen. Nan Jing. Berlin 2013, S. 692

	<p>„Er ist der Endpunkt und der Ausgangspunkt des Stroms des Qi im Organismus.“ Nan Jing 31<sup>4</sup></p>
Substanzlos, gestaltlos	Substanzlos wie Feuer, Organ ohne Form
<p>Raum</p> <p>Hexagramm 2 Kun „Das Empfangende“</p>  <p>„Das Empfangende bezeichnet die räumliche Wirklichkeit gegenüber der geistigen Möglichkeit des Schöpferischen.“<sup>5</sup> Yi Jing</p>	<p>Der Drei Erwärmer durchfließt die drei Räume des Körpers: oberhalb des Zwerchfells, zwischen Zwerchfell und Nabel, unterhalb des Nabels</p> <p>Er ist raumgleich; wie der Raum des Universums. Gleichzeitig ist er für den Qi- und Flüssigkeitsstrom verantwortlich. Somit unterstützt er auch den Geist bei der Entfaltung seiner raumgleichen Natur. Daher ist der Sanjiao besonders wichtig für:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• emotionale Bewegungen</li> <li>• alchemistische Prozesse</li> <li>• Kultivierung von Raumbewusstsein</li> </ul>

## Mensch

Der Sanjiao ist durch die Kopplung mit der Gallenblase über die Shao-Yang-Achse auch von der Wandlungsphase Holz beeinflusst. Dies ist der menschliche Aspekt.

Das Holz im Sanjiao	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Vermittler, emotionale Stagnationen	<p>Nach den Feuer-Organen reagieren die Holz-Organen am stärksten auf Emotionen. Die Leber neigt zu Stagnationen und die Gallenblase als exekutive Kraft der Leber bringt das auf der emotionalen und körperlichen Ebene oft auf ihrem Leitbahnen-Verlauf zum Ausdruck.</p> <p>Die Shao-Yang-Achse gilt als Scharnier und Vermittler zwischen innen (Yang-Ming) und außen (Tai-Yang). Auch Emotionen sind Vermittler zwischen innen und außen, daher ist die Sanjiao-Leitbahn auch bei emotionalen Disharmonien besonders wichtig. Dies zeigt sich auch in ihrer Verbindung zum Perikard als Minister der menschlichen Emotionen.</p>
Freier Energiefluss	Ähnlich wie die Leber ist der Sanjiao auch für den freien Fluss der Energie durch den gesamten Geist-Energie-Körper-Kosmos verantwortlich.

<sup>4</sup> Ebd. S. 683

<sup>5</sup> Wilhelm, Richard: I Ging. Das Buch der Wandlungen. Wiesbaden 2010. S. 33

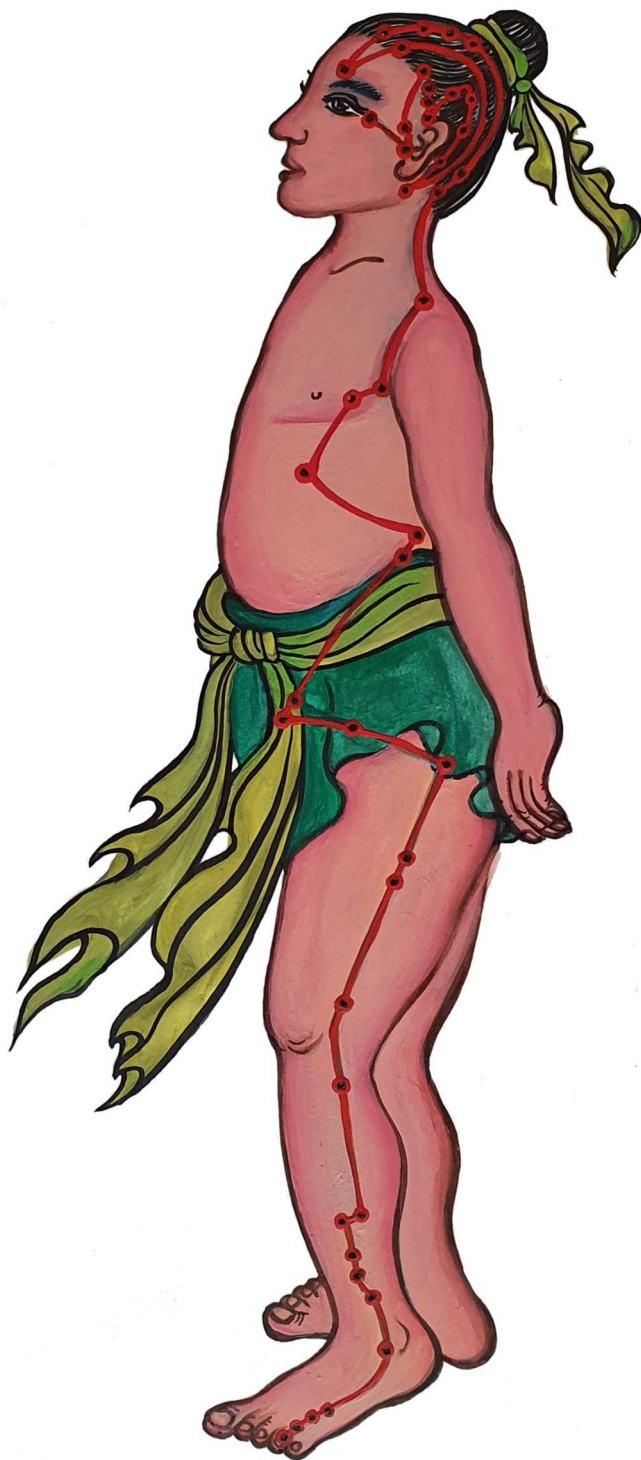
## Himmel

Durch die kosmologischen Einflüsse beeinflusst auch die Wandlungsphase Wasser maßgeblich den Sanjiao. Seine Zeit ist 21-23h abends, der Monat des Sanjiao ist der zehnte des Jahres nach dem chinesischen Kalender (November / Dezember) und somit der erste Wintermonat. Es ist die dunkelste Zeit des Jahres. Hier zeigt sich deutlich der Wasser-Charakter des Sanjiao.

Das Wasser im Sanjiao	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
<p>Straße des Yuan-Qi</p> <p>Wasser-Feuer-Achse</p>	<p>Der kosmische Fluss, der die Ur-Energie fließen und zirkulieren lässt</p> <p>Feuer, das in Wasser gespeichert ist: stellt die Hitze des unteren Dantians für alle lebendigen Prozesse mittels des Ursprungs-Qi zur Verfügung</p> <p>Sj 2: Wasserpunkt</p>
<p>Essenzielle Verbindung zum unteren Dantian und Mingmen</p> <p>Versorgt alle Organe mit ursprünglichen Qi</p>	<p><i>„Das Qi, die sich unterhalb des Nabels zwischen den Nieren bewegt, ist des Menschen Existenz. Es ist die Quelle und die Grundlage der zwölf Leitbahnen. Daher nennt man es „ursprüngliches“ [Qi]. Der dreifache Wärmer ist der Sondergesandte, der das ursprüngliche Qi weiterleitet. Er ist für den Durchzug der drei Qi durch die fünf Langzeitspeicher und sechs Kurzzeitspeicher [des Organismus] zuständig.“</i> Nan Jing 66<sup>6</sup></p>
Wasserwege	<p>Ist auch für die Ausscheidung von Flüssigkeiten zuständig: abhängig von seiner Funktion das Qi frei zirkulieren zu lassen in allen Körperbereichen.</p> <p><u>Flüssigkeiten</u>  Oberer Erwärmer: Schweiß  mittlerer Erwärmer: Magen-Flüssigkeiten  unterer Erwärmer: Harn und Flüssigkeit des Stuhls</p>
Gelenke	In den Gelenken kontrolliert der Sanjiao das Ein- und Austreten bzw. das Öffnen und Schließen des Qi und der Flüssigkeiten

6 Zitiert nach Unschuld, Paul U.: Antike Klassiker der Chinesischen Medizin. Huang Di Nei Jing, Su Wen. Nan Jing. Berlin 2013, S. 730f

## Gallenblase



足少陽膽經之圖

凡四十四穴 左右共八十八穴




張磊畫



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

## Erde

Die Wandlungsphase Holz prägt die Gallenblase am offensichtlichsten und ist der irdische Aspekt.

Das Holz in der Gallenblase	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Entscheidungen, Mut, Tatendrang	Pathologie: Unentschlossenheit, Angst, Schwache Resilienz
Der erste Schritt raus aus dem Dunkel  Hexagramm 24 „Die Wiederkehr“   Wintersonnenwende: Das Licht kommt zurück, Neuanfang  Donner unter der Erde	Die Aktivierung der Gallenblase fördert den ersten Schritt; kann aber auch der berühmt-berüchtigte Tritt in den Hintern sein  Erster Schritt, aber noch ohne Plan: Es reicht, Hauptsache anders (Pläne folgen in der Leber)  Erdbeben, Erschütterung, 2020 war ein Jahr der Gallenblase  unterdrückte Wut (oder andere Emotionen) kommt an die Oberfläche
Kontrolliert die Sehnen  Mobilität	Leber versorgt Sehnen mit Blut Gallenblase versorgt die Sehnen mit Qi  Gb 34 „Meisterpunkt der Sehnen“  Sehen sind die großen Straßen des Qi Leitbahnen sind die kleinen Straßen des Qi  Übung: Aufmerksamkeit in die Finger- und Zehenspitzen während Dehnung / Qi Gong, um alle Sehnen zu aktivieren
Freies Fließen des Qi	Gallenblasen-Qi ist in seiner physiologischen Form frei fließendes Leber-Qi (Gallenblase als exekutive Kraft der Leber)  Pathologie: Stagnation, Leber-Yang steigt zu stark auf, Schwäche kann zu Depressionen führen  Kapitel 9 Huang Di Nei Jing: Alle Organe sind Empfänger der Entscheidung der Gallenblase => <b>Blockaden auf jeder Leitbahn können über die Gallenblase behandelt werden, da sie der Archetyp für frei zirkulierendes Qi ist!</b>

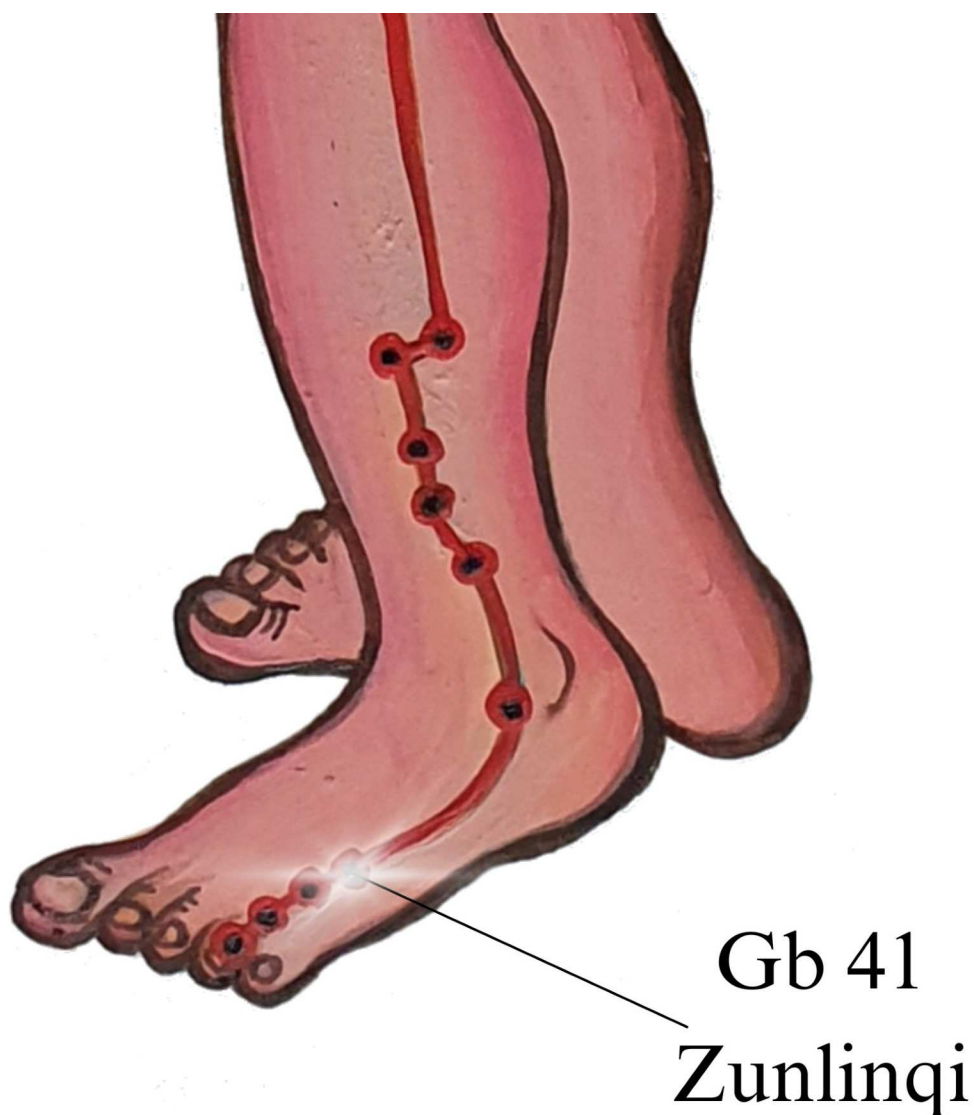


	Prävention: Dehnen! Dehnen! Dehnen! In China gibt es das Sprichwort: „Ein Cun mehr Dehnung heißt zehn Jahre länger leben.“
Strenge, Motivation im Sinne der Gallenblase  Einsatz der Gallenblasen-Energie als therapeutische Qualität	<i>„Wenn der Arzt nicht zu ernsthaften Ermahnungen [des Patienten] fähig ist, wenn er unfähig ist, dessen Geist in Bewegung zu setzen, und wenn das Äußere weich und schwach ist, mit unpassendem Verhalten, das die Regeln außer Acht lässt, so dass die Krankheit nicht beseitigt werden kann, dann ist auch eine Behandlung gar nicht möglich.“<sup>7</sup></i> Huang Di Nei Jing – Kap. 77

<sup>7</sup> Zitiert nach Unschuld, Paul U.: Antike Klassiker der Chinesischen Medizin. Huang Di Nei Jing, Su Wen. Berlin 2013, S. 605

**Das Holz auf der Gallenblasen-Leitbahn****Zulinqi (Gb 41) – Fließende Tränen am Fuß**

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Kleinzehe abspreizen, Richtung Sprunggelenk gleiten, in einer Mulde hinter der Sehne zwischen 4. und 5. Mittelfußknochen	Verteilt das Leber-Qi, unterstützt den Thorax und die laterale Rippenregion, transformiert Schleim und beseitigt Knoten, unterstützt die Brust, klärt den Kopf und unterstützt die Augen	Holz-Punkt, Öffnungspunkt des Dai Mai, unentbehrlicher Punkt um das Leber-Qi zu bewegen



## Mensch

Die Gallenblase ist durch die Kopplung mit dem Sanjiao über die Shao-Yang-Achse auch von der Wandlungsphase Feuer beeinflusst. Dies ist der menschliche Aspekt.

Das Feuer in der Gallenblase	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Gallenblasen-Feuer	Physiologische Kraft, welche die Verdauung unterstützt
Setzt das Mandat des Herzens um <sup>8</sup>	Nachdem der Dünndarm die Optionen abgewogen hat, trifft die Gallenblase die Entscheidungen - im Idealfall im Dienste des Herzens
Licht des Bewusstseins, Mut dem Herzen zu folgen	Die Gallenblase symbolisiert den ersten Schritt raus aus dem Dunkeln und somit auch den Mut dem Herzen zu folgen  Dieser Mut ermöglicht dem Licht des Bewusstseins auch in die Tiefen vorzudringen
Bringt Inhalte des Hun ins Bewusstsein  Verbindung mit Shen	Das Gallenblasen-Qi steigt auf, um die Leber zu unterstützen. Gleichzeitig kann es auch dafür sorgen, dass Inhalte aus dem Speicherbewusstsein ins Licht des Bewusstseins kommen.
Bereitschaft für eine Sache zu sterben, Entschlusskraft	Das Perikard als menschliches Herz hat die Aufgabe zu sterben, um das kosmische Herz zum Vorschein kommen zu lassen. Dafür braucht es den Mut und die Entschlossenheit der Gallenblase, die bereit ist den ersten Schritt zu tun, ohne zu wissen, was danach kommt.  Der spirituelle Pfad braucht somit besonderen Mut und eine große Entschlossenheit.  Wichtig bei Suizidgefahr, weil sie mobilisieren und die Entscheidung für den Schritt ins Leben stärken kann

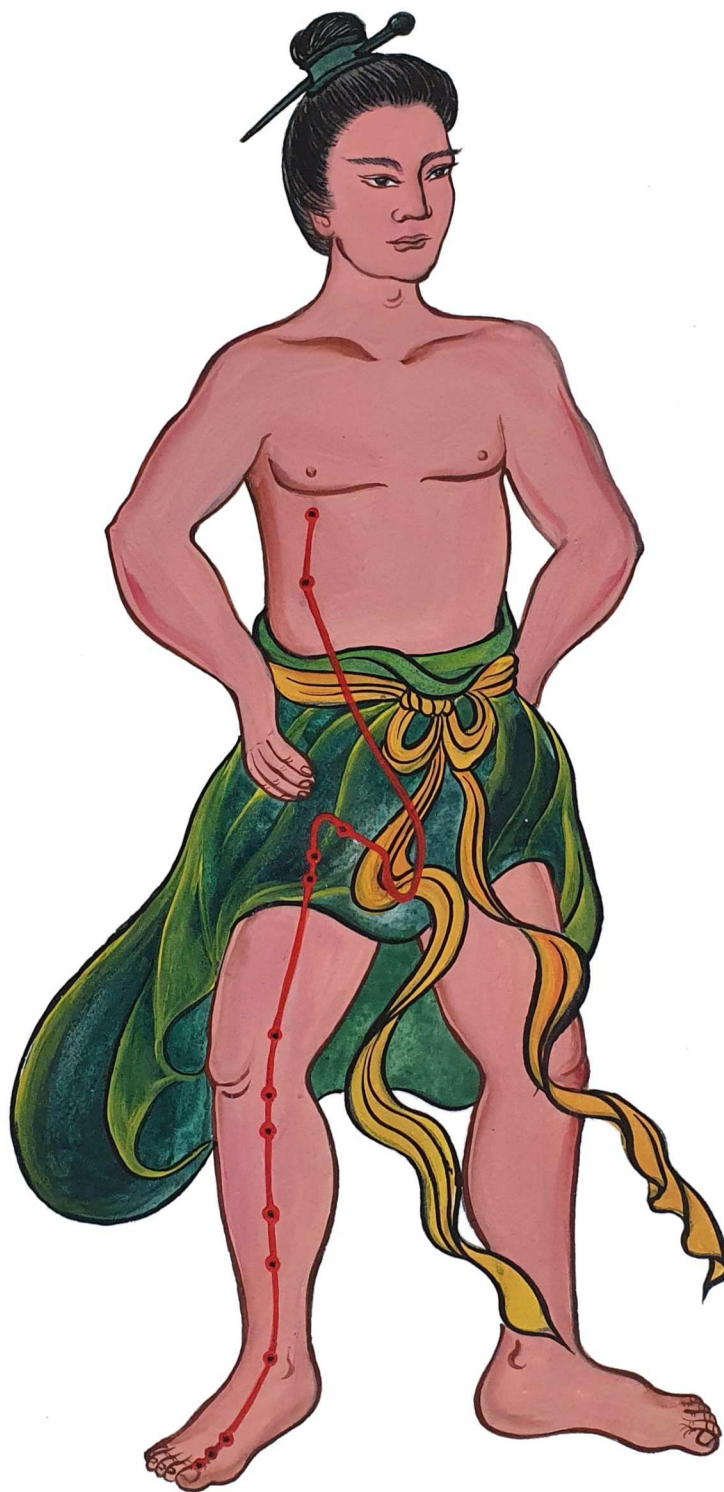
<sup>8</sup> Die Gallenblase liegt auf der Organuhr dem Herzen diametral gegenüber, was ihre besondere Verbindung verdeutlicht.

## Himmel

Durch die kosmologischen Einflüsse beeinflusst auch die Wandlungsphase Wasser maßgeblich die Gallenblase. Ihre Zeit ist 23-1h nachts, der Monat der Gallenblase ist der 11. des Jahres nach dem chinesischen Kalender (Dezember / Januar). Hier zeigt sich deutlich das Wasser der Gallenblase. Sie steht auch mit der Energie der Wintersonnenwende im Einklang und ist somit der Inbegriff des Neuanfangs.

Das Wasser in der Gallenblase	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Speichert Flüssigkeit	Empfängt die Galle von der Leber und speichert sie.  Das einzige Yang-Organ, dass eine reine Flüssigkeit speichert.
Durchdringt das Kreuzbein	Bl 1 – Bl 34: wichtig zu wissen für Schmerzen in diesem Bereich, weil er häufig eine Disharmonie von Wasser und Holz anzeigt
Alchemie	Gallenblasen-Energie ist notwendig, um aus der Dunkelheit des Yin und der Schatten wieder aufzusteigen und das Licht des Bewusstseins ins Dunkle zu tragen  Immer wieder aus der Tiefe aufsteigen
Wirkt im Inneren	Die anderen Yang-Organen Dünndarm, Magen, Dickdarm, Blase und Sanjiao kommunizieren direkt mit der Außenwelt über Nahrung und deren Ausscheidung.
Sternzeichen Ratte	Bewegung in der Dunkelheit, aus einem (emotionalen) Loch (wieder) hervorkommen
Schritt ins Unbekannte Heraus aus der Komfortzone	Gallenblasen-Energie zeigt sich oft in der Arbeit im Ahnenfeld und der Herkunftsfamilie (Wasser): Mut, es anders zu machen alte Verletzungen
Gallenblasen-Muster brauchen das Yin und die Energie des Wassers	Gallenblasen-Muster brauchen die Yin-Qualität des Wassers, um zu heilen:  Aggressivität, Reizbarkeit, Angst, mangelndes Selbstvertrauen, Kopfschmerz, Schwindel, Ohrgeräusche, ...

## Leber



足厥陰肝經之圖

凡一十四穴  
左右共二十八穴

張磊畫



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

## Erde

Die Wandlungsphase Holz prägt die Leber am offensichtlichsten und ist der irdische Aspekt.

Das Holz in der Leber	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Sternzeichen Ochse	<p>Der Macher, unermüdlicher Arbeitskraft (stärkste Arbeitskraft im antiken China)</p> <p>Pathologie: Immer etwas machen müssen, Aktionismus, nicht aufhören können, nicht ruhen können</p>
Neuanfang, Pläne, Visionen	<p>Die Gallenblase durchschreitet die dunkelste Zeit und die Leber macht Pläne für das zurückkehrende Yang und Licht</p> <p>Gallenblase macht den Anfang Leber plant langfristig</p> <p>Visionen: Die Leber ist mit den Augen verbunden</p>
Bewegung	<p>Gewährleistet einen reibungslosen Qi-Fluss</p> <p>bei körperlicher Betätigung fließt das Blut zu den Extremitäten</p> <p>Leber kontrolliert die Sehnen und hält sie geschmeidig, zeigt sich in den Nägeln</p>
Wachstum	<p>Die natürliche Expansion der menschlichen Energie ist die Aufgabe der Leber</p> <p>Abenteuer, Neugierde, das Unbekannte</p> <p>Ganzheitliche Entwicklung: Leber (Holz) bewegt sich aus der Angst (Wasser) =&gt; Gehe an die Orte, die Du fürchtest (solange Du Substanz im Hintergrund hast) über die Muster im Hun hinausbewegen</p> <p>Pathologie: Stagnation, einschränkende Gewohnheitsmuster, nur das Bekannte wiederholen, Angst vor Neuem</p>



## Mensch

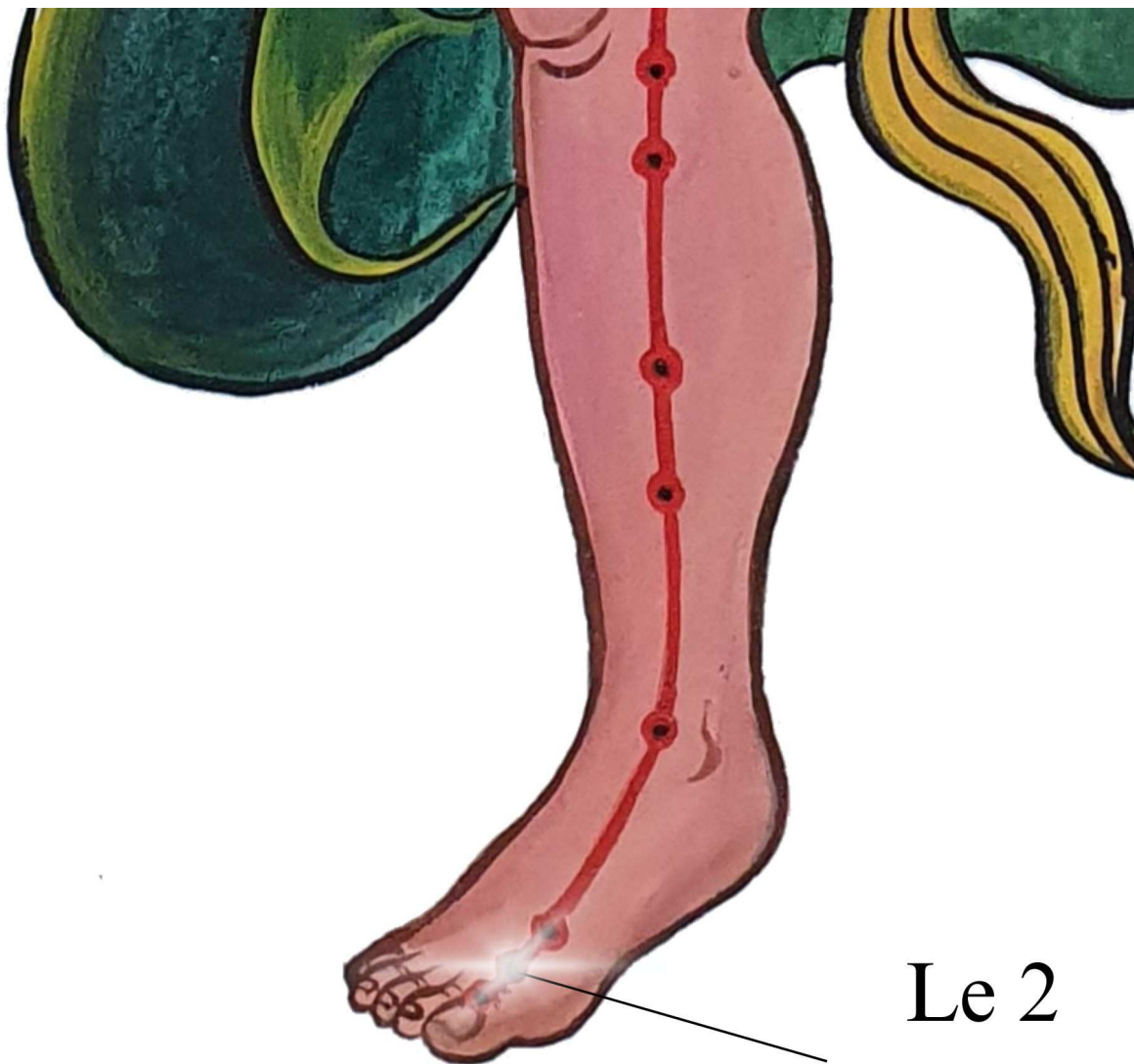
Die Leber ist durch die Kopplung mit dem Perikard über die Jue-Yin-Achse auch von der Wandlungsphase Feuer beeinflusst. Dies ist der menschliche Aspekt.

Das Feuer in der Leber	Physiologie / Pathologie /Eigenschaft
Emotionen	Der frei Qi-Fluss ist für ausgeglichene Emotionen besonders wichtig. Jede Emotion macht Hitze im Herzen.
Augen	Die Leber öffnet sich in die Augen. Die Augen sind jedoch auch der Spiegel des Geistes und des Herzens.  „Das Auge ist der Gesandte des Herzens. Das Herz ist der Aufenthaltsort des Geistes.“ <sup>9</sup> Ling Shu – Kap. 80
Wut - wù 怒	Wut versklavt das Herz  Holz füttert Feuer  Wut erhitzt Herz und Shen, macht sie eng und bindet sie  Wut ist der Klebstoff im Hun und hängt oft mit alten Wunden zusammen, bei denen man nicht die Liebe und Anerkennung (Feuer) erhalten hat, die man sich wünschte oder gebraucht hätte  Wut will oft etwas (Wünsche und Bewegung zum Feuer)
Leber-Feuer	Wenn das Yang der Leber nicht mehr gut im Wasser der Nieren verwurzelt ist, dann steigt es stark auf und überfüttert das Feuer:  Wutausbrüche, starke Kopfschmerzen, Hitze, Reizbarkeit, rotes Gesicht, Schlafstörungen, Tinnitus  Entsteht v. a. durch unterdrückte Emotionen und lang gepflegte Qi-Stagnation  Le 2, Le 3, Di 11, Mi 6, Nieren stärken

9 Zitiert nach Unschuld, Paul U.: Antike Klassiker der Chinesischen Medizin. Huang Di Nei Jing, Su Wen. Ling Shu Berlin 2013, S. 868

**Das Feuer auf der Leber-Leitbahn****Xingjian (Le 2) – Zwischenraum der Bewegung**


Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Auf dem Fußrücken zwischen der ersten und zweiten Zehe 0,5 Cun oberhalb der Schwimmhaut	Klärt Leber-Feuer, verteilt Leber-Qi, beruhigt Leber-Wind, klärt Hitze und stoppt Blutungen, unterstützt den unteren Jiao	Feuer-Punkt, ein Hauptpunkt bei Fülle-Mustern der Leber mit den drei Hauptwirkungsbereichen Kopf sowie Emotionen und unterer Jiao



Le 2  
Xingjian

## Himmel

Durch die kosmologischen Einflüsse beeinflusst auch die Wandlungsphase Wasser maßgeblich die Leber. Ihre Zeit ist 1-3h nachts, der Monat der Leber ist der zwölfte des Jahres nach dem chinesischen Kalender (Januar / Februar) und somit der letzte des Jahres. Hier zeigt sich die Wasser-Natur der Leber.

Das Wasser in der Leber	Physiologie / Pathologie / Eigenschaft
Speicherfunktion	Speichert Blut und Hun
Einfluss auf die Menstruation	Blut ist die Essenz der Frau
Wind	<p>Wind ist einerseits der äußere pathogene Faktor des Holzes. Andererseits kann die Leber auch Symptome entwickeln, die inneren Wind widerspiegeln (Unruhe, Rastlosigkeit, wechselnde Stimmungen, Schwindelgefühle...)</p> <p>Leber-Wind bewegt sich im Inneren</p> <p>Innerer Wind ist immer eine Folge einer Nieren-Schwäche und des unteren Dantians. Dies zeigt sich auch im Trigramm Xun, welches für den Wind steht.</p> <p>Xun - Wind</p>  <p>Unten leer und oben voll</p> <p>Medizin: Ni 1 und Le 8 Stärkung der Nieren und des unteren Dantians</p>
Das Yin der Leber ist besonders abhängig vom Yin der Nieren (Wasser ernährt Holz)	<p>Leber-Yin-Mangel mit unscharfen Sehen, trockenen Augen, Schwindel, Kribbeln und Hitze-Zeichen</p> <p>Ätiologie: emotionaler Stress, schlechte Ernährung, Verausgabung, Blutverlust</p> <p>Yin-Pflege: Ernährung, Schlaf, Beziehungsmuster, Ruhe, Meditation und Qi Gong</p>
Die Leber-Leitbahn umfließt die äußeren Genitalien	Die Leber-Leitbahn hat großen Einfluss auf die Sexualität. Sie versorgt die Genitalien auch mit Blut und Energie und bewegt diese hier.
Beeinflusst das Gehirn	Ein innerer Verlauf zieht durch das Gehirn

	<p>(Wasser / Jing) hoch bis zum Baihui (Du 20)</p> <p>dies erklärt auch den Zusammenhang zu möglichen neurologischen Symptomen</p> <p>Kopfschmerzen, Schwindelgefühle, Verschwommenes Sehen, Tinnitus</p>
--	---

### Das Wasser auf der Leber-Leitbahn

#### Ququan (Le 8) – Quelle an der Biegung

Lokalisation	Wirkung	Besonderheiten
Bei gebeugtem Knie am Ende der inneren Beugefalte	Klärt Feuchte-Hitze aus dem unteren Jiao, unterstützt die Genitalien, kräftigt das Blut und Yin	Wasser-Punkt, Tonisierungspunkt, verbindet die Leber mit ihrer „Mutter“ den Nieren und kann daher bei Leere-Syndromen verwendet werden oder bei Fülle-Mustern um Leber-Yang zu besänftigen

