

GRUNDLAGEN DER ENERGETIK

von Bernd Martinschitz

Teil 10

Die Gallenblase und der Gallenblasenmeridian – Yang-Kraft im Element Holz

Der Yang-Partner der Leber ist die Gallenblase. Sie bildet die aktive Kraft des Elementes Holz. Man kann sagen, dass die Energie der Gallenblase das schafft und bildet, was die Leber geplant und entworfen hat.

Im Körper ist dies ähnlich. Die Gallenflüssigkeit wird von der Leber erzeugt und anschließend in der Gallenblase eingespeichert. Die Gallenflüssigkeit in der Schulmedizin gilt als besonderes Körpersekret, das schwere Fette verdaut und umsetzt. Die Kraft der Gallenflüssigkeit muss also sehr aktiv und heiß sein, um die schweren Fette zu verdauen.

Die Energie der Gallenblase ist gleichsam stark und dynamisch und gilt als die schaffende Kraft im Frühling. Sie lässt wachsen und gedeihen, bewegt und entscheidet, was die Leberenergie als Basis zuvor bereitgestellt hat. Das ist die Partnerschaft von Yin und Yang im Holzelement, von Basis und Bewegung, von Planung und Schaffung.

Die Gallenblase steht also für körperliche und geistige Entwicklung, für Wachstum und Entscheidung. Hier ist auch Entschlusskraft und Wagemut gefragt, der alte Muster durchbrechen kann. Die Ausdehnung des Wachstums ist eng verbunden mit dem Gehen eigener Wege. Durch die Verwirklichung seiner Pläne, die von der Leberenergie geschaffen wurden, kann man geistig wie körperlich wachsen und aus einengenden Mustern ausbrechen. Man ist voller Tatendrang und setzt seine Ziele mühelos um.

Durch eine zu angepasste Lebensführung bzw. wenn Entscheidungen unter Druck getroffen werden, kann diese dynamische Kraft der Gallenblase blockieren, die Energie verfestigt sich und lässt im geistigen Bereich plötzliche Aggressionsausbrüche und hektische Betriebsamkeit entstehen. Hier spricht der Volksmund davon, dass einem die Galle hoch gestiegen ist.

Man fühlt sich nervös und gereizt, setzt sich Konfrontationen aus und ist gleichzeitig zu schwach, um Verantwortung zu übernehmen. Im körperlichen Bereich kann dies zu Gallensteinen, Entzündungen, Verdauungsprobleme und Nackensteife führen.

Förderung der Gallenblasenenergie:

Aktivste Zeit:	23.00 bis 1.00 Uhr
Heilsteine:	Aventurin; Labradorit
Heilkräuter:	Enzianwurzel; Löwenzahn
Körper:	dynamische Sportarten
Geist:	Reaktionstraining
Asanas:	Dreieck; Krokodil

Visualisierung des Energieflusses des Lebermeridians:

von der Schläfe über den Nacken und dem Schultergelenk seitlich hinunter bis zum Hüftgelenk weiter an der Beinaußenseite über das Wadenbein und den äußeren Knöchel bis in den 4. Zeh