

GRUNDLAGEN DER ENERGETIK

von Bernd Martinschitz

Teil 15

Der Meridian des Dreifachen Erwärmers – Zweites Yang im Feuer

Der vierte und somit letzte Meridian des Elements Feuer ist der Dreifache Erwärmer. Auch dieser stellt – wie sein Yin-Partner der Herzkreislauf-Meridian auch – kein eigenes Organ dar.

Die Energie dieses Meridians ist Yang und wirkt unterstützend auf die Feuerenergie. Die Hauptaufgabe dieser Energie ist es für eine ausgeglichene Energieerzeugung und Wärmeverteilung zwischen den Hauptorganen zu sorgen. In der Energetik finden diese auch eine Einteilung in die drei Erwärmer oder auch drei Brennräumen. Der Untere Erwärmer im Unterbauch stellt die Energie des Wassers bzw. der Niere dar, der Mittlere Erwärmer im Oberbauch beherbergt die Verdauungsorgane der Erde und des Holzes und der Obere Erwärmer die Organe des Feuers bzw. das Herz und des Metalls bzw. der Lunge.

Ein ausgeglichener und starker Dreifacher Erwärmer sorgt also dafür, dass die Wärme und Energie zwischen diesen drei Räumen gut verteilt wird und dass jeder Teil des Körpers entsprechend gewärmt wird.

Auch die seelische Fähigkeit Wärme und Liebe zu geben, hängt vom Zustand des Dreifachen Erwärmers ab, wobei auch die Zuordnung zum Feuerelement erkennbar ist. Ein Mensch der Wärme geben kann, friert auch nicht und besitzt eine starke Abwehrkraft. Schwäche und Krankheit sind deshalb selten, wenn die Energie des Dreifachen Erwärmers ausgeglichen fließt.

Gerade in dieser Zeit, wo die Menschen immer feinfühler und bewusster werden, werden die Energien des Dreifachen Erwärmers und des Yin-Partners Herzkreislauf immer aktiver. Bei einem Ungleichgewicht kann die Verteilung der körperlichen, wie auch seelischen Wärme nicht mehr ausgeglichen erfolgen, was auch eine Blockade des Herzkreislauf-Meridians nach sich zieht. Dann entsteht in einem der drei Brennkammern zu viel Wärme, während in einem ein Zuviel an Kälte entsteht. Freude und Leichtigkeit kann nicht mehr entstehen, weil Hitze und Kälte sich nicht mehr das Gleichgewicht halten. Oft staut sich dann die Kälte in Händen und Füßen, während es zu Hitze im Kopfbereich kommen kann. Nackenprobleme und Kopfschmerzen sind dann die Folge. Klassisch ist auch das Bild, dass das Feuer zu stark brennt, während sich im Wasser die Kälte staut und die Nierenenergie beeinträchtigt. Mehr darüber aber in der Beschreibung zum Element Wasser.

Ein harmonischer Energiefluss des Dreifachen Erwärmers sorgt also dafür, dass im Körper genug Energie erzeugt wird. Weiters wird eine gleichmäßige Durchwärmung erreicht, die sich auf den ganzen Körper auswirkt. Auf seelischer Ebene wird die Herzenswärme verteilt, um sie in das Umfeld auszustrahlen.

Förderung der Energie des Dreifachen Erwärmers:

Aktivste Zeit: 21.00 bis 23.00 Uhr

Heilsteine: Rubin; Granat

Heilkräuter: Rhabarberwurzel; Hohlzahn

Körper: Anpassung an die Außentemperatur

Geist: zwischenmenschliche Wärme

Asanas: Adler; Krokodil

Visualisierung des Energieflusses des Herzkreislaufmeridians:

Vom Brustkorb mittig innen über den Arm und über den Handteller in den Mittelfinger