

GRUNDLAGEN DER ENERGETIK

von Bernd Martinschitz

Teil 18

Der Dickdarm und der Dickdarmmeridian – Yang-Kraft im Metall

Der Yang-Partner der Lunge ist der Dickdarm. Er verkörpert somit die aktive Energie im Metall-Element. Die Hauptfunktion des Dickdarms ist die Ausscheidung von nicht mehr benötigten Stoffen. Im Wechsel von Yin und Yang im Metall ist die Lunge das Organ, welches aufnimmt, und der Dickdarm das Organ, welches abgibt und ausscheidet. Yin nimmt und baut auf, Yang gibt ab und verbraucht. Dieser Wechsel ist in allen Elementen ähnlich, Yin baut die Energie auf, Yang verwendet sie – kurz gesagt, aus Yin entsteht Yang.

Die Dickdarmenergie manifestiert sich aber nicht nur in der körperlichen Ausscheidung, sondern auch in der seelisch-geistigen. Was nicht mehr verwertbar ist, wird und muss ausgeschieden werden. Ansonsten besteht die Gefahr, dass Stoffe zu lange im Körper bleiben und dort Blockaden verursachen. Körperlich können dann Verdauungsprobleme entstehen, die zwischen Durchfall und Verstopfung wechseln, da der Dickdarm nicht mehr in der Lage ist zu erkennen, was wann ausgeschieden bzw. losgelassen werden muss. Da das Metall auch die Haut energetisiert, können durch eine Blockade der Dickdarmenergie auch Hautunreinheiten und Akne entstehen. Abfälle können nicht mehr über die Schweißdrüsen abgegeben werden und stauen sich so unter der Haut.

Auf geistiger Ebene ist es ähnlich. Hierzu zählt die Fähigkeit, Enttäuschungen und Verletzungen aufzuarbeiten und in den Lernprozess zu integrieren. Schmerzhaftes Erinnerungen oder Handlungen, die zu sehr binden und den Lebensfluss beeinträchtigen müssen erkannt und ausgeschieden bzw. losgelassen werden, ansonsten kann sich dies zu einer ähnlichen und in manchen Fällen sogar gesteigerten Disharmonie wie im körperlichen Bereich steigern. Erst die Trennung von alten Strukturen ermöglicht die Öffnung für neue Erfahrungen.

Wird aber Belastendes zu lange festgehalten, kann dies zu chronischen Erkältungen und Verdauungsproblemen, aber auch zu Akne und Ekzemen führen, da Gifte nun über die Haut ausgeschieden werden. Da der Dickdarm auch den Nacken, die Schultern und die Ellenbogen mit Energie versorgt, können auch in diesen Bereichen Schmerzen und Steifheit entstehen. Geistig schafft man es nicht, Negatives loszulassen. Man hält fest an Gegenständen oder verkrampft sich in die eigene Meinung. Auch Trauer kann nicht aufgearbeitet werden, was sich auf Dauer zu Depressionen steigern kann.

Das große Wort der Dickdarmenergie ist also das *Loslassen lernen* und bereit sein, weiter zu gehen. Nach einem Prozess des Loslassens entsteht oft ein Gefühl der Leere, das aber wieder Raum bietet, Neues und Schönes einzulassen und einen Neubeginn zu erfahren.

Förderung der Dickdarmenergie:

Aktivste Zeit: 05.00 bis 07.00 Uhr
Heilsteine: Amethyst; Charoit
Heilkräuter: Salbei; Zimtrinde

Körper: Reinigungskuren
Geist: Loslassen lernen; Bogen spannen
Asanas: zweifaches Dreieck;

Visualisierung des Energieflusses des Herzmeridians:

vom Zeigefinger über den äußeren Arm und über vordere Schulter und Nacken in einen Punkt seitlich der Nase