

# Der Blasenmeridian – „zwischen Ruhe und Aktivität“

## Wasserelement Yang



Der Blasenmeridian wird in der TCM dem **Willen** zugeordnet, in unserer Sprache stehen Rücken und Wirbelsäule für Standhaftigkeit. Deshalb heißt es auch „**Rückgrat zeigen**“ oder „einen breiten Rücken haben“ bzw. „in den Rücken fallen“.

Er verläuft über den gesamten Rücken. Hier können wir sofort erkennen, wenn die Nierenenergie **gestresst** ist, denn es werden sich im Verlauf der Blase **Verspannungen** finden. Entlang der Wirbelsäule, bis hin zum Nacken. Die Blase sorgt auch für die korrekte Ausrichtung der Wirbelsäule. Der Blasenmeridian bestimmt die Leistungsfähigkeit unseres **Nervensystems** und reguliert dessen Aktivität und damit auch die **Erholung und Entspannung**.

Wenn wir uns ein Tier vorstellen, das gerade angegriffen wird, sind wir genau in der Aktivität und Aufgabe dieses Meridians. **Flee, Fight or Freece** ist dann die Entscheidung die wir treffen, die Energie dahinter jedoch, ist die gleiche. Die Spannung geht von den Fußsohlen, über den gesamten Rücken in den Nacken und zu den Augen. Es ist höchste Aufmerksamkeit geboten und der Körper ist bereit, sofort loszulegen.

Probleme gibt es dann, wenn sich diese Energie nicht entladen und entspannen kann. Und da das System nur schwer zwischen **emotionalen, psychischen und körperlichen Stress** und Angriffen unterscheiden kann, ist dieser Meridian leider nur allzu häufig belastet.

Beobachtung bei Überlastung: Blasenschwäche, Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Kälteempfindlichkeit, Konzentrationsschwäche, Spannungen im Kieferbereich, Nervosität, Ängstlichkeit