

Der Nierenmeridian – „Wurzel des Lebens“

Wasserelement Ying



Die Nieren nehmen gleich eine Sonderstellung im Meridiansystem ein, denn hier ist das sogenannte **Jing** gespeichert. Das Jing ist das **Energiedepot**, das wir von unseren Ahnen bekommen. Wir nennen es auch vorgeburtliches Chi (es gibt auch ein nachgeburtliches Chi, dies wird durch Ernährung und Atmung gebildet). Man kann sich das vorstellen wie einen Tank fürs Leben. Wir sollten darauf achten, ökonomisch durchs Leben zu fahren, dann haben wir lange etwas davon. Dies passiert durch einen **gesunden Lebenswandel** – gute Ernährung, gesunder Schlaf, keine Drogen und Exzesse, wenig Kaffee und Stress.

Stress ist eines der Schlüsselwörter. Denn im **Stress** verwenden die Nieren ihre Kraft um Stresshormone auszuschütten, anstatt Kraft zu erhalten und zu regenerieren.

Die Nieren beherrschen unser Wachstum, den Zeitpunkt der ersten Menstruation, den Eisprung, die Fortpflanzung, und den Tod. Das heißt in

der Meridianenergie sind auch die diversen **endokrinen Drüsen** inkludiert. **Fortpflanzung, Selbsterhaltung und Sexualität** sind also wichtige Themen der Niere.

Sie regiert das Wasser und kontrolliert das Empfangen des Chi. Sie manifestiert sich in den Haaren. Sie drückt sich in Vertrauen und Willen aus. Denn wenn man Vertrauen in seine Existenz hat, ist man auch gut **verwurzelt**

Sie trägt damit das gesamte Potential für deine **Vitalität und Lebendigkeit** in sich und sorgt dafür, dass die Energie positiv fließen kann. Gleichzeitig kontrolliert er mit seinem Gegenpart, der Blase, die Reinigung des Körpers und den Flüssigkeitshaushalt. Er lenkt die **Hormonfunktion**, das Nervensystem und auch deine Bereitschaft zum Handeln

Die Nieren öffnen sich in die **Ohren**, das bedeutet, dass das Hörvermögen aber z.B. auch Ohrensausen vom Zustand der Nierenenergie abhängt.

Beobachtung bei Inbalance der Nierenenergie können sein: Ausbleiben der Menstruation, kalter unterer Rücken, Schmerzen und Schwäche im unteren Rücken, Schlafstörungen, Haarausfall, Erschöpfung, Schwäche, Hormonstörungen, Durchfall, Unfruchtbarkeit, Lustlosigkeit, Geringes Selbstbewusstsein, Heiße oder kalte Füße, Ängstlichkeit, Pessimismus, Schwarzmalerei