

Leberenergie – „Brücke zwischen irdischem und Göttlichem“

Holzelement, Ying



Die Leber ist für den **freien Fluß** von Chi und Blut verantwortlich. Sie reguliert das Verdauungssystem, harmonisiert Emotionen und die Menstruation, speichert das Blut. All diesen Dingen ist gemeinsam, dass sie ein gesundes Mass an **Bewegung** brauchen, um gut zu funktionieren Daher regiert die Leberenergie auch über die **Muskeln und Sehnen**. Sie reagiert jedoch sehr empfindlich auf viele Dinge, die in unserer Gesellschaft zum Normalzustand geworden sind und neigt sehr schnell zu Stagnation. Wenig Bewegung, viel Stress und angestaute Gefühle wirken sich stagnierend auf die Leberenergie aus.

Sie ist sie das Haus der Wanderseele Hun – was bedeutet das?

In der Chinesischen Philosophie ist jedem Element auch ein bestimmter Geist zugeordnet, der eine Aufgabe zu erfüllen hat. Im Falle der Leber ist dies die Wanderseele Hu. Sie besitzt die Fähigkeit, unser **Leben zu planen**, ihm eine Richtung zu geben. Hun verhilft zu **Lebensträumen**, zu Zielen, Visionen, Inspirationen und Kreativität. Ist nun dieser Geist, nicht gut in der Leber **verwurzelt**, kann es sein, dass man sich richtungslos und verwirrt fühlt. In diesem Zustand ist es eben schwierig, klar seine eigenen Träume zu verfolgen und umzusetzen und auch darauf reagiert die Energie der Leber mit **Wut** und manchmal auch **Depression**. In diesem Fall ist in der Behandlung eine Kombination von Wasserelement und Holzelement ratsam.

Das heißt um diese Energie auszubalancieren, braucht man nicht nur körperliche Bewegung, sondern auch **Raum** um sich auf seine ganz eigene Weise zu entfalten.

Unterstützt wird der Meridian unter anderem durch Bitterstoffe, die Farbe Grün in der Nahrung, an Kleidern oder im Wohnraum, durch Sport, Kreativität, Lachen und Musik. Auch die zwischenmenschliche Harmonie ist hier wichtig, sei es am Arbeitsplatz oder in der Familie. Und schließlich geht es um die Lebensfrage schlechthin: Lebt ein Mensch seine Berufung?

Bei Inbalance im Lebermeridian kann man beobachten:

Schmerzen bei und vor der Menstruation, sehr starke Regelblutung, starke Wechselbeschwerden, Gereiztheit, Migräne, trockene Augen, steife Gelenke, Asthma, Aggressivität, Schüchternheit, Impotenz, Hämorrhoiden