

# Lungenmeridian - „Universal

## Power“

### Metall - Ying



Die Lungenenergie herrscht über **Chi und Atmung**, über das Verteilen und Absteigen, kontrolliert Haut und Körperhaare. Sie steht für **Vitalität**, das **Ja zum Leben**. Auch sie hat eine starke Beziehung zur Niere, die die Atmung im Körper verankert (Ein wichtiger Hinweis bei Asthma)

Sie hält für uns die Verbindung zum universellen Chi, das immer und überall um uns herum ist. Sie kann diese Energie aufnehmen und ist damit mit der Milz gemeinsam die Quelle von nachgeburtlichem Chi in unserem Körper. Dieses nachgeburtliche Chi sorgt dafür, dass wir unsere angeborene Kraft nicht verbrauchen müssen. Und dann verteilt sie diese Energie, gemeinsam mit Flüssigkeiten, im Körper.

Auch die Haut wird von der Lunge ununterbrochen versorgt und befeuchtet. Sie steuert das Öffnen und Schließen der **Poren** und hat damit auch unmittelbaren Einfluss auf die Energie unserer **Abwehrkräfte**. Ist die Lungenenergie stark, zirkuliert das Chi gleichmäßig im gesamten Körper und alles wird gut versorgt.

Weiteres sind sie zuständig für den Zustand der Haut und der Körperhaare. Nase, Hals, Stimmbänder und natürlich die Lungen selber (Asthma, Atemnot, Kurzatmigkeit) werden der Lungenenergie zugeordnet.

Bei einer Inbalance können wir beobachten: Verspannungen, Atemprobleme, Infektanfälligkeit, Schwaches Immunsystem, Lungenkrankheiten, Schlaflosigkeit, Nervenzusammenbrüche, Selbstmitleid