

Milzmeridian – „Die Mama“

Erdelement Ying



In der Funktion der Milzenergie geht es um **zerkleinern, umwandeln** und **weitertransportieren** von Nahrung und um die **Erdung**

Sie kontrolliert das Blut, die Muskeln und die Extremitäten und beherbergt das Denken (In Bezug auf sich sorgen, weniger im Philosophieren)

Auch sie steht im Zusammenhang mit Außen und Innen und zwar in Bezug auf **Immunität**. Hat die Milzenergie genug Energie um Krankheiten abzuwehren?

Da zu diesem Meridian auch die Bauchspeicheldrüse zählt, hat sie auch sehr viel mit Süßem zu tun. In Form von Zucker, aber auch in Form von der **Süße des Lebens** und den Süßen Ideen. Also es geht darum, diese zu zerkleinern, umzuwandeln und daraus Energie zu gewinnen. Schafft sie dies nicht, kann

es sein, das man an Ideen hängenbleibt, dies bringt dann keine Energie mehr und verlangsamt den „**Stoffwechsel**“.

Er steht aber auch für den **weiblichen Zyklus**, die weibliche Fruchtbarkeit und das Mutter sein. Ihm zugeordnet ist das Bindegewebe und das Lymphsystem.

Die Milz wandelt die aufgenommene Nahrung in Qi und Blut um und stellt somit (neben der Lunge) einen Teil der **nachgeburtlichen Energie** bereit. Eine starke Milz kann die Nahrung problemlos verdauen und **versorgt den Körper mit reichlich Energie**.

Die Folgen einer schwachen Milz können ein aufgeblähter Bauch, unverdaute Nahrung im Stuhl, breiiger Stuhl und allgemeine Energielosigkeit sein. Die Milz produziert laut TCM das Blut, hält es in den Bahnen und hält die Organe am Platz. Häufige blaue Flecken, Krampfadern oder Organsenkungen können Anzeichen für eine schwache Milz sein.

Bei einer Inbalance der Milzenenergie können wir beobachten:
Verdauungsprobleme, Blähungen, Beinödeme, Krampfadern, Hormonelle Probleme, Hautveränderungen, Menstruationsunregelmäßigkeiten, Magensenkungen, Schwaches Bindegewebe, Müdigkeit, Mattigkeit, Schwächegefühle, Erschöpfungszustände