

## **Der Blasenstrom**

Die Blasenfunktionsenergie ist astrologisch dem Luftzeichen Waage zugeordnet und sagt: "Ich balanciere aus". Er regiert von 16 - 18.00 Uhr.

### **„In der Ruhe liegt die Kraft“ – die Wandlungsphase Wasser**

Der Blasenstrom ist dem Element Wasser und somit dem Winter zugeordnet. Der Winter ist die Zeit des Rückzugs, der Erholung. Die Energie ist nach innen gerichtet, und ebenso wie die Natur im Winter zur Ruhe kommt, sollte sich auch das Leben der Menschen verlangsamen. Es ist sinnvoll, wenn auch nicht immer möglich, in dieser Zeit abends früh ins Bett zu gehen und morgens spät aufzustehen. Es ist keine Zeit der überflüssigen und verschwenderischen Aktivitäten. Auf die menschliche Gesundheit bezogen bedeutet dies das Bewahren der eigenen Ressourcen und einen sparsamen Umgang mit dem Energiehaushalt. Nur so kann der Körper die nötigen Kräfte für den bald wieder beginnenden Jahreskreislauf sammeln.

### **“Das geht an die Nieren!“ - Angst schädigt die Nieren**

Wasser ist der Ursprung allen Lebens, es verbindet den Anfang mit dem Ende. So wie jedes Samenkorn Wasser zum Wachsen und Reifen benötigt, so welkt die Pflanze dahin, wenn die Wasserzufuhr gedrosselt wird. Das Wasserelement steht für den Lebensabend, hat mit Tod und Erneuerung zu tun.

Die Organe, die dem Wasserelement zugeordnet sind Blase und Niere, wobei aus chinesischer Sicht die Blase kein bloßes Ausscheidungsorgan ist, sondern ähnliche Eigenschaften aufweist wie die Nieren. Diese speichern die Lebensenergie und verwalten unsere Reserven. Ist ein Mensch alt und seine Lebensenergie verbraucht, stirbt er.

Nicht umsonst ist die Emotion Angst dieser Wandlungsphase zugeordnet: Die Angst vor dem Unbekannten, dem Dunklen, dem Abgrund, dem Tod. Je schwächer die Energie von Niere und Blase, desto stärker wird das Thema Angst im Leben des jeweiligen Menschen sichtbar. Sind die Wasserorgane dagegen stark und voller Energie, erkennt man den entgegengesetzten Pol der Angst, den Mut. Den Mut zum Risiko, den Mut der Gefahr ins Auge zu schauen. Mut lässt zu, dass wir, wenn nötig, um unser Leben kämpfen. Die Weisheit, die ebenfalls den Nieren zugerechnet wird, verhilft uns zu unterscheiden, wann es Sinn macht zu kämpfen und wann zu fliehen. Zu den klimatischen Faktoren, die die Energie der Blase schwächen, gehört die Kälte. Auch wenn es oft als unmodern und überflüssig abgelehnt wird, es macht Sinn die Nieren besonders im Winter warm zu halten. Denn sind die Nieren geschwächt, wird nicht nur die Blase geschwächt, die Kälte kann sich im ganzen Körper ausbreiten. Was sich besonders oft an kalten Händen und Füßen, oder ständig wiederkehrenden Blasenentzündungen bemerkbar macht.

Die Farbe, die diesem Element zugeordnet ist, ist blau/schwarz.

## **„Ist er Koch oder Arzt“?**

... fragt ein chinesisches Sprichwort, denn Gesundheit beginnt im Kochtopf!

Da durch die Kälte auch mehr Kalorien verbrannt werden und die Verdauung stärker arbeiten muss, sollte auf eine kräftigende, wärmende Ernährung geachtet werden.

Die chinesische Ernährungslehre rät daher in dieser Zeit zu ausreichend wärmenden und stärkenden Nahrungsmitteln wie beispielsweise, Lamm, geräuchertem Fisch, Lauch, Kohl, Fenchel, sowie zu wärmenden Gewürzen wie Curry, Ingwer, Knoblauch, Pfeffer und Chili.

Achten wir auf eine ausreichende Wärmezufuhr, auf Ruhe und eine gesunde Ernährung und sind wir bereit ab und an auch einmal etwas zu riskieren, sind wir fürs Frühjahr und den neu beginnenden Jahreskreislauf gut gerüstet.

## **Der Blasenstrom (hinterer absteigender Energiestrom)**

Er nimmt unsere Tränen und Ängste fort und eignet sich besonders für Menschen, die alles kontrollieren wollen.

Der Blasenstrom hält uns in jeglicher Hinsicht den Rücken und auch den Kopf frei.

So eignet er sich in besonderer Weise zur Harmonisierung von Rückenprojekten. Ist er in Harmonie fällt uns keiner mehr in den Rücken!

### Indikationen

körperlich: für alles, was zu viel oder zu wenig fließt (Ödeme), zum Entgiften, für Rücken, Beine, Kopf, Ausscheidung, Durchfall (rechts, um zu festigen), Verstopfung (links, um zu lösen), Harn- und Stuhlinkontinenz, Osteoporose, Probleme mit den Ohren, steifer Nacken, Afterjucken

seelisch: Angstthemen, Pedanterie, Zwanghaftigkeit, Putzfimmel, übermäßige Abscheu vor Schmutz, negative Einstellung zum Körper

### Für die rechte Seite

1. Die rechte Hand liegt auf der linken Seite in der Mitte des Halses (SES 12), dort bleibt sie die ganze Zeit  
Die linke Hand liegt unter dem linken Sitzbeinhöcker (SES 25)
2. Die linke Hand geht an die linke Kniekehle
3. Die linke Hand geht an den linken Außenknöchel (SES 16)
4. Die linke Hand legt sich um den linken kleinen Zeh

Alternativ kann der Zeigefinger geströmt werden.