

Niere 1 – Sprudelnde Quelle

Yair Maimon und Bartosz Chmielnicki

Mit dem Akupunkturpunkt Niere 1 *Yongquan* beginnen wir eine Reihe, in der die Funktionen und Eigenschaften des jeweiligen Punktes in Bildform dargestellt werden. Neben den überaus beeindruckenden Bildern gibt es eine Zusammenfassung über die Wirkweisen und Indikationen der Punkte nebst einer Erklärung des Bildes. Diese visuelle Umsetzung ist als Hilfe gedacht, die Punkte nicht nur auf der Verstandesebene im Gedächtnis zu verankern, und eröffnet uns ein weiteres Fenster in die Schönheit der Chinesischen Medizin.

Erklärung des Namens

湧 – *Yong* – Sprudeln, hervorquellen; blühen oder das Öffnen von Blüten.¹

泉 – *Quan* – Eine Quelle, die aus dem Boden entspringt.²

Mögliche Übersetzung

Sprudelnde Quelle: Dies verdeutlicht die nach aufwärts gerichtete Bewegung frischen, gesunden Wassers, was eine der Hauptwirkungen von Ni 1 ist. Das *Yang-Qi* aus dem *Tai Yang* fließt in das *Shao Yin*. Wenn dem Wasser *Yang*-Energie zugeführt wird, beginnt es zu sprudeln.

Andere Namen

地衝 – *Di Chong* – Hauptverkehrsstraße der Erde. Ni 1 ist ein Verbindungspunkt zwischen dem *Chong Mai* (Durchdringungsgefäß) und der Erde. Ein innerer Zweig vom *Chong Mai* verläuft von Ni 11 (*Henggu*) nach Ni 1.

地衢 – *Di Qu* – Erdkreuzung. Zusammen mit der vorherigen Bezeichnung steht dieser Name in Verbindung mit der zweispurigen Durchfahrtsstraße von *Qi*, die an Ni 1 zusammenläuft. Das *Yang-Qi* fließt aus der Kopfregion nach unten und gleichzeitig steigt es von dem Punkt auf. Es wandelt Flüssigkeiten und *Yin-Qi* um, die es nach oben zur Brust und zum Kopf mitnimmt. Man kann sich das bildlich mit einem Sprung in eine Pfütze vorstellen. Man hüpf so stark und stampft mit den Füßen auf, dass das Wasser nach oben spritzt. Genau das macht Ni 1. Ein phonetischer Teil von *Qu* 衢, 翟 zeigt einen Vogel mit wachsamen Augen (In der Siegelschrift sieht es folgendermaßen

aus: 翟). Wenn es *Ju* ausgesprochen wird, bedeutet es ängstlich.³ Ni 1 wird sowohl in der Behandlung von Furcht und Ängstlichkeit verwendet als auch zur Wiederherstellung des *Yang* bei einem Kollaps.

陰谷 – *Yin Gu* – *Yin*-Tal. Ni 1 ist in einer Vertiefung (Tal) auf der Fußsohle lokalisiert, einem Körperbereich mit dem meisten *Yin*. Dieser Name verdeutlicht somit die Lokalisation des Punkts.⁴ Außerdem wird Ni 10 auch so bezeichnet. Dies steht für eine Aufteilung der Nieren-Leitbahn in drei Teile mit jeweils neun Punkten in Bezug auf die Vorstellung von Mikrokosmos und Makrokosmos (Himmel, Mensch und Erde). Ni 10 ist *Yingu* (*Yin*-Tal) und Ni 19 *Yindu* (Hauptstadt des *Yin*).

Lokalisation

Der Punkt befindet sich auf der Fußsohle zwischen dem zweiten und dritten Mittelfußknochen ungefähr auf einem Drittel der Strecke zwischen dem zweiten Zeh und der Ferse.⁵

In einigen Traditionen befindet sich Ni 1 an der dorsalen Seite des kleinen Zehs, an der medialen Seite des Nagelbetts, gegenüber von Bl 67 (*Zhiyin* 至陰). Er wird verwendet, um die tendinomuskuläre Leitbahn zu öffnen und die divergierende Leitbahn zu beeinflussen.





Abb. 1 Niere 1 (gezeichnet von Martyna Janik <http://mjhandmade.blogspot.com/>)

Hauptwirkungen und Indikationen

Die Hauptwirkung dieses Punkts besteht darin, *Yin*-Energie nach oben und *Yang*-Energie nach unten zu bewegen. Bei Kopfschmerzen, Bluthochdruck, Schwindel, Unruhe und Schlaflosigkeit, Schmerzen und Steifigkeit von Nacken, Schultern und oberem Rücken wird dieser Punkt verwendet, um überschüssige *Yang*-Energie aus dem oberen Körperbereich nach unten zu bringen. Wenn *Yang*-Energie in der Mitte blockiert wird, führt dies zu Hitze und Dyspnoe, eine klassische Indikation für Ni 1. Da Ni 1 die *Yang*-Energie kräftig verankert, ist er wirksam in der Behandlung von Epilepsie. Eine häufig angewendete und wirksame Methode für Patienten mit Schlaflosigkeit

besteht darin, diesen Punkt vor dem Schlafengehen zu massieren.

Gleichzeitig hebt Ni 1 das *Yin* und verbindet die Niere mit der kraftvollen *Yin*-Energie der Erde. Deswegen wird dieser Punkt benutzt in Fällen von Infertilität, Impotenz, Rückenschmerzen durch Schwäche und Konzentrationsstörungen. In der Behandlung von Ängstlichkeit hilft Ni 1, den Geist zu verwurzeln und die Niere mit dem Herzen zu verbinden.

Ni 1 ist ein Holz-Punkt. Es bringt somit Energie und Bewegung in den Bereich des Wassers. Außerdem ist Holz nach den Fünf Wandlungsphasen ein Kind des Wassers und somit ein wirkungsvoller Punkt bei Fülle-Zuständen im Wasser. Aus diesem Grund ist die klassische Indikation Harnverhaltung und Dysurie.

Außerdem ist er ein *Jing/Ting*-Quell-Punkt und hat starken Einfluss auf das andere Ende der Leitbahn. Die Nieren-Leitbahn endet bei *Ren Mai* 23 mit inneren Verläufen in die Zungenwurzel und den Hals. Da Ni 1 *Yang*-Energie nach unten und *Yin*-Energie nach oben führt, ist dieser Punkt indiziert bei Halsschmerzen, Halstrockenheit, Schwellungen und Verstopfung des Halses. Er wird auch bei plötzlichem Stimmverlust und Wind-Schlaganfall verwendet.

Ni 1 ist der einzige Punkt, der sich an der Fußsohle befindet. Bei Hitze in den Fußsohlen, Taubheit und chronischen Schmerzen des Fußes wird er als Lokalpunkt verwendet.

Erklärung des Bildes

Die Niere steht in Beziehung zum Erdzweig 酉 *You*. Etymologisch betrachtet stellt es eine Flasche dar, in der Wein vergoren und Essenzen aus den Früchten gezogen werden. Eine physiologische Eigenschaft der Niere, dem achten Monat des Jahres (Tag- und Nacht-Gleiche im Herbst) und der Tageszeit am Nachmittag besteht darin, Gutes zu sammeln und es zu speichern. Deswegen wird die gesamte Nieren-Leitbahn in Herbstfarben dargestellt.

Die Qualitäten von Ni 1 (*Yongquan*) als Holz- und *Jing*-Quell-Punkt der Nieren-Leitbahn sind im Bild als Baum und Quelle wiedergegeben. Als Holz-Punkt unterstützt Ni 1 die Verbindung zu den Wurzeln von Inspiration und Kraft und befähigt die Aufwärtsbewegung von *Yin* und Flüssigkeiten.⁶

Die Hauptfunktionen des Punktes bestehen in der Aufwärtsbewegung von *Yin* und in der Abwärtsbewegung von *Yang*.

Es bringt *Yang*-Energie von Kopf und Oberkörper nach unten und befreit das *Yang* bei einem Kollaps. Beides ist in Gestalt eines Phönix dargestellt, der von einer Quelle

trinkt. Der Vogel muss nach unten kommen und wird durch frisches Quellwasser genährt.

Die zweite, von der Erde ausgehende Aufwärtsbewegung von *Yin* zeigt sich als ein Geysir, der Wasser aus der Quelle nach oben sprudelt. Diese starke Wasserbewegung verdeutlicht auch die Fähigkeit von Ni 1, Stagnation in Form von Harnverhaltung und Dysurie zu behandeln.

Ein weiterer Phönix sitzt in der Nähe und späht aufmerksam in die Umgebung. Diese Gestalt versinnbildlicht die oben erwähnte etymologische Komponente von 衢 *Qu*

und außerdem die Wirkung von Ni 1 in der Behandlung von Ängstlichkeit, Furcht und der Wiederherstellung von *Yang*.

Die sprudelnde Quelle an sich befindet sich hinter den Büschen versteckt. Dies soll verdeutlichen, dass der Punkt an der Fußsohle nicht vom Auge erfasst werden kann. Eine weitere Quelle, die von He 1 極泉 (*Jiquan* – Höchste Quelle), befindet sich ebenfalls versteckt in der Achselhöhle. Somit können beide Wurzeln des *Shaoyin* nicht gesehen werden – sie stammen von unseren Eltern.

Anmerkungen

- 1 D. Kaatz „Characters of Wisdom“ The Petite Bergerie Press, 2009; p. 516
- 2 D. Willmont „Energetic Physiology in the Acupuncture Pointnames“ Willmountain Press, 2001 p. 219
- 3 D. Willmont „Energetic Physiology in the Acupuncture Pointnames“ Willmountain Press, 2001 S. 219
- 4 A. Ellis, N. Wiseman, K. Boss „Grasping the Wind“ Paradigm Publications, 1989; S.197
- 5 P. Deadman, M. Al-Khafaji, K. Baker „A Manual of Acupuncture“ Journal of Chinese Medicine Publications, 2006; S.336
- 6 L. S. Jarret: „The Clinical Practice of Chinese Medicine“ Spirit Path Press, 2006; p.431

Dr. Yair Maimon PhD,

O.M.D Ac; Abschlüsse von TCM-Schulen in Europa, USA und China; Leiter des Israelischen Zentrums für Forschung in der Komplementärmedizin (NPO); Leiter des International Congress of Chinese Medicine in Israel (ICCM); Leiter der integrativen Klinik „Refuot“; Leiter des integrativen Krebsforschungszentrums „Tal“ im Sheba-Krankenhaus; Leiter der Abteilung für Komplementärmedizin am Sourasky-Krankenhaus, Tel Aviv; Referent für Medizinische Psychologie an der Universität Tel-Aviv; referiert weltweit und ist der Behandlung seiner Patienten treu ergeben.

E-Mail: yair@tcm.org.il; Website: www.aimtcm.com

Bartosz Chmielnicki,

MD; Abschluss der Medizinakademie Silesian; vierjährige Ausbildung an der Schule für Chinesische Medizin, Krakau; Mitbegründer der TCM-Klinik und Schule „Compleo“ in Kattowitz; veröffentlichte ein Poster und Handbuch über die Hauptqualitäten klassischer chinesischer Pulse; seit den letzten zwei Jahren arbeitet er an dem Projekt, Akupunkturpunkte und TCM-Physiologie in symbolischen Bildern zu präsentieren.

E-Mail: chmieln@gmail.com

TCM Therapeut / Therapeutin

Sie behandeln selbständig Patienten nach traditioneller chinesischer Medizin (Arbeitsort Kanton Zürich). Sie legen die Diagnosen fest und wenden komplementäre und individuelle Therapieformen wie Akupunktur, Tuina Massage, Kräutertherapie etc. an. Dabei erfüllen sie die folgenden Anforderungen:

- Abgeschlossenes TCM Studium
- Mindestens 5 Jahre klinische Berufserfahrung in TCM
- Gute Deutsch Kenntnisse in Wort und Schrift
- Freundlich, kompetentes auftreten
- pflichtbewusst

Fühlen sie sich angesprochen, dann senden sie bitte Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen per email an:

aihua.miao@kangtai.ch

TCM kangtai GmbH

Frau Aihua Miao

Dättnauerstrasse 58a

CH-8406 Winterthur, Schweiz

TCM-Therapeut/-in 100% ab September/Okttober 2013

Sie verfügen über eine Ausbildung als TCM-Therapeut/-in, die für die Anerkennung bei der ASCA und EMR ausreicht. Ihre therapeutischen Fähigkeiten umfassen Puls- und Zungendiagnostik, Akupunktur, Tuina-Massage, Schröpfen, Moxibustion und wenn möglich Phytotherapie. Sie praktizieren Akupunktur, Schröpfen, Tuina Massage und allenfalls Phytotherapie seit mindestens 5 Jahren. Der Arbeitsort befindet sich im Kanton Bern/Schweiz. Bewerbungen bitte an:

China-MedCare, Mühletal 2, CH-3033 Wohlen oder contact@china-medcare.ch senden.