# Mi 1 – Verborgenes Weiß

#### **Bartosz Chmielnicki und Yair Maimon**

Mit den Steckbriefen über Bilder von Akupunkturpunkten möchten wir Ihnen ein weiteres Fenster in die Schönheit der Chinesischen Medizin öffnen.

# Erklärung des Namens

№ – Yin: ein Hügel und mit zwei Händen und dem Herz vollbrachte Arbeit; anlehnen, Verborgenheit, versteckt, mysteriös, Geheimnis.

⊟ – Bai: weiß, klar, offensichtlich, einfach. Etymologisch ist das Zeichen ein Symbol von einer reinen, weißen Baumwollkugel oder dem Vollmond, der am Horizont aufgeht; ein Symbol des Tai Yin.

# Mögliche Übersetzung

Verborgene Klarheit – Die Magen-Leitbahn, die im täglichen Zyklus des *Qi* der Milz-Leitbahn vorgeschaltet ist, führt die *Yang*-Energie nach unten und innen zum *Yin*. An ihrem letzten Punkt Ma 45 wird das *Qi* zu Mi 1 geleitet, welches die Transformation dieses kräftigen *Yang* zum *Yin* beginnt. Dies wird von der Milz-Leitbahn an alle Organe geführt um diese zu nähren. An diesem Punkt ist die klare *Yang*-Energie im *Yin* versteckt. Deswegen ist dieser Punkt indiziert bei innerer *Yang*-Fülle oder -Hitze, wie z.B. bei Uterusblutungen oder Hämorrhoiden, und ist kontraindiziert in der Schwangerschaft oder bei Typ II-Diabetes.

Diese Yang-Energie vermittelt auch einen starken Schutz gegen übles Qi einschließlich gegen Dämonen; dieser Punkt heißt auch "Geist-Festung" und ist einer von Sun Simiaos Dämonenpunkten.

# **Weitere Bezeichnungen**

陰白- Yin Bai: Reines Yin

鬼壘- Gui Lei: Geist-Festung, Ansammlung von Geistern. Dieser Name bezieht sich auf die Situation, wenn Geister sich in der tiefsten Erde des Körpers, den Uterus, ansammeln und seltsame Myome hervorrufen; insbesondere multiple Myome bei jungen Frauen, die noch nicht schwanger gewesen sind.

鬼眼 – *Gui Yan*: Geist im Auge. Dieser Name verdeutlicht die Anwesenheit von Geistern bei plötzlicher Hysterie oder Panikattacken mit weitgeöffneten Augen. In diesem

Fall sind die Augen entweder so weit geöffnet, dass man den weißen Teil der die Iris umrundende Sklera sehen kann, welcher normalerweise verborgen ist, oder die Augen sind dermaßen geöffnet, dass das Weiße der Sklera versteckt ist.

#### Lokalisation

Nach dem *Jia Yi Jing* (Systematischer Klassiker der Akupunktur und Moxibustion) ist Mi 1 lokalisiert an der "Spitze des medialen Aspekts vom großen Zeh, ein Blatt chinesischen Lauchs entfernt von der Nagelkante". Um Mi 1 zu lokalisieren, zieht man – ähnlich wie bei anderen *Jing*-Quell-Punkten – zwei Linien: eine parallel und direkt anschließend an die mittlere Kante des Zehennagels, die andere parallel und direkt anschließend an die proximale Kante des Zehennagels. Mi 1 befindet sich am Kreuzungspunkt dieser beiden Linien. Ein Tipp zum Nadeln: Um Schmerzen zu vermeiden und die Wirksamkeit zu erhöhen, wird der Punkt schräg zur Oberfläche des Zehennagels genadelt, während man vor der Nadelung mit dem Fingernagel direkt neben den Punkt drückt.

# Hauptwirkungen und Indikationen

- 1. Mi 1 ist ein *Jing*-Quell-Punkt und der erste Punkt auf der Leitbahn.
  - Verinnerlichtes und verdautes Yang fließt von der Yang Ming-Magen-Leitbahn zu diesem Punkt.
    Das Qi zirkuliert in Zyklen durch den Körper. In dem täglichen Zyklus, der symbolisch die metabolischen Veränderungen im Körper beschreibt, wird das von der Lunge inhalierte Yang-Qi destilliert und von den beiden Yang Ming-Organen verdaut und verinnerlicht. Die letzten drei Punkte der Magen-Leitbahn leiten dieses reine Yang-Qi in den Bereich des Yin und zu Mi 1. Aus diesem Grund wirkt dieser Punkt auf das Yang bzw. Hitze und wird in Fällen von innerer Stagnation oder Fülle mit Yang oder Hitze verwendet. Dies bezieht sich



Abb. 1 Milz 1 (gezeichnet von Martyna Janik http://mjhandmade.blogspot.com/)

z.B. auf Uterusblutungen, Hämorrhoiden, Blut im Stuhlgang oder im Urin, fiebrige Erkrankungen mit Blutungen, Nasenbluten usw. Die gleiche Funktion erlaubt diesem Punkt die Hautporen zu öffnen und bei Patienten mit hohem Fieber Schwitzen auszulösen.

Diese Wirkung des Managements von Yang/Hitze führt dazu, dass Mi 1 auch Herz und Shen beruhigen kann. Wie viele andere Jing-Quell-Punkte kann dieser Punkt auch zur Wiedererlangung des Bewusstseins verwendet werden.

Deswegen ist dieser Punkt in der Schwangerschaft und bei Typ II-Diabetes kontraindiziert.

Die tendinomuskuläre Leitbahn entspringt an Mi 1.
 Da an Mi 1 die tendinomuskuläre Leitbahn entspringt, behandelt dieser Punkt alle Arten von Sehnenerkrankungen entlang der Leitbahn, wie Schmerzen, Schwellungen und Juckreiz. Die tendinomuskuläre Leitbahn der Milz schließt an die Rippen an und verteilt sich in der Brust. Dies erklärt die öffnende und zerstreuende Funktion von Mi 1 auf die Brust.

#### 2. Mi 1 ist ein Holz-Punkt.

Die Wandlungsphase Holz kontrolliert die Erde, was bedeutet, dass es die Erde in seiner angemessenen Qualität unterstützt. Die bewegende Wirkung vom Holz verhindert Stagnationen in der Erde, hält sie aber auch zusammen, um ihr eine bessere Struktur zu geben.

Mi 1 als Holz-Punkt hat eine sehr dynamische Natur, regt den Metabolismus an und verhindert Stagnationen. Deswegen wird dieser Punkt bei verschiedenen Problemen mit der Verdauung verwendet, wie z.B. abdominelles Spannungsgefühl, fehlendem Durst- oder Hungergefühl, Erbrechen, Diarrhö usw.

Im Falle von Blutungen gibt es ein gängiges Missverständnis in Bezug auf Tonisierung und Sedierung. Die Hauptwirkung von Mi 1 besteht darin, die Kraft der von der *Yang Ming*-Leitbahn zugeführten reinen *Yang*-Energie zu internalisieren, um den *Yin*-Aspekt anzuheben, wie bei einem aufgehenden Vollmond. Aus diesem Grund gleicht eine Tonisierung und nicht Sedierung innere Fülle von *Yang* und Hitze

aus, die Spannungen und Druck auf der Brust oder ein Herausdrücken von Blut aus den Gefäßen, was zu Blutungen führt, hervorruft. Man darf nicht vergessen, dass in den meisten Fällen von Blutungen mit Beteiligung der Milz ein Milz-Mangel vorherrscht. Dies kann helfen, die Tonisierung an diesem Punkt nachzuvollziehen.

# 3. Mi 1 ist einer von Sun Simiaos Geisterpunkten.

Um die Bedeutung des Punkts auf allen Ebenen nachvollziehen zu können, vertiefen Sie sich in das Bild, lesen Sie die verschiedenen Namenserklärungen und lernen dann die Wirkungen in Bezug auf die körperliche Ebene und der Umwandlung von Emotionen. Wenn Ihnen die Steckbriefe über die Akupunktur zusagen und Sie mehr über Punktenamen, deren Physiologie und praktische Verwendung erfahren möchten, haben Sie die Gelegenheit, an einem Kurs von Dr. Bartosz Chmielnicki im ABZ-Mitte teilzunehmen. Dieser Kurs beginnt am 26. bis 28. September 2014. Mehr Informationen finden Sie unter HYPERLINK "http://www.abz-mitte.de" www.abz-mitte.de.

# Erklärung des Bildes

Mi 1 (*Yinbai*) ist ein Holz-Punkt und ein *Jing*-Quell-Punkt; beide Funktionen finden sich auf dem Bild wieder. Da es auch ein Geisterpunkt von Sun Simiao ist, versteckt sich ein Geist neben der Quelle.

Die reine Yang-Energie ermöglicht das Verdampfen von Feuchtigkeit. Deswegen bilden sich Nebelschwaden über dem Fluss. Sichtbare Wolken am Horizont werden Tai Bai (Großes Weiß) genannt. Der Nebel, aus dem sich Wolken bilden, ist kaum zu sehen und wird Yin Bai (Verborgenes Weiß) genannt. Dies spiegelt die physiologischen Funktionen der Milz, Qi in den Oberen Erwärmer und zu den Lungen zu transportieren.

Für unsere ambulanten Zentren für Ganzheitliche Chinesische Medizin in Baden, Bad Zurzach, Basel, Kreuzlingen, Lenzburg, Wil, Winterthur, Zug, Zürich und Bad Säckingen (D) suchen wir per sofort oder nach Vereinbarung

TCM- Ärztln 100% / Verantwortliche TCM- Ärztln 100%

### Anforderungen für die Stelle TCM- ÄrztIn

- Abgeschlossenes TCM-Studium mit Berufserfahrung
- Gute Teamfähigkeit und soziale Kompetenz

#### Zusätzliche Anforderungen bei Verantwortlichen TCM-Ärztln

- Mehrjährige klinische Erfahrung und Führungsqualitäten
- Gute mündliche Deutschkenntnisse
- Interesse an Forschungsarbeit

Ihre vollständige, schriftliche Bewerbung senden Sie bitte an: RehaClinic Bad Zurzach, Personalabteilung, Quellenstrasse 34, 5330 Bad Zurzach, Telefon 056/269 54 11 Im etymologischen Sinne steht die Milz im Zusammenhang mit einem Sklavenmädchen, das demütig ohne einen Wunsch nach Bewunderung ihre Arbeit verrichtet. Auf dem Bild findet sich ein Sklavenmädchen, welches am Fluss Kleidung wäscht. Sie trägt ein rein weißes Kleid, das sich unter einem hässlich-braunen Umhang versteckt. Dies ist auch ein Zeichen für eine versteckte Reinheit oder Weißes.

Als Holz-Punkt und als ein Punkt auf dem *Chong Mai* (Durchdringungsgefäß) wird Mi 1 besonders bei Uterusblutungen eingesetzt. Dies zeigt sich im Bild darin, dass sie Blut aus der Kleidung wäscht.

Als *Jing*-Quell-Punkt hat Mi 1 eine starke Wirkung auf das andere Ende der Leitbahn und öffnet die Brust, was sich an der geschnürten Ausfertigung des Kleides auf der Brust des Mädchens wiederfindet.

Die schwarzen Geister in den Erdhügeln verdeutlichen die Funktion von Mi 1 als Geisterpunkt in der Behandlung von Myomen.

### Bartosz Chmielnicki, MD,

Mitbegründer der TCM-Klinik und Schule "Compleo" in Kattowitz; seit zwei Jahren arbeitet er an dem Projekt, Akupunkturpunkte und TCM-Physiologie in symbolischen Bildern zu präsentieren. Kontakt: chmieln@gmail.

#### Dr. Yair Maimon PhD, O.M.D Ac,

Leiter des Israelischen Zentrums für Forschung in der Komplementärmedizin (NPO) und des integrativen Krebsforschungszentrums "Tal" im Sheba-Krankenhaus, Tel Aviv; referiert weltweit und ist der Behandlung seiner Patienten treu ergeben. Kontakt: yair@tcm.org.il; Website: www.aimtcm.com

# TCM Therapeut/in im Kanton Zürich sucht nach Vereinbarung

Voraussetzung sind eine abgeschlossene TCM Ausbildung, mindesten 10 Jahren Berufs-Erfahrung und die EMR und ASCA Anerkennung. Weitere Informationen finden sie auf unser Homepage oder bei:

Mandarin TCM Services Engstringen Zentrum GmbH, Hönggerstr.1 8102 Oberengstringen. 044-750 24 22 info@mandarin-tcm.ch