

## Akupunktur

Nadelstichtechnik, 4000 Jahre Tradition in China

- Regulationstherapie, um Energien im Körper auszugleichen
- Verbessert die Funktion sämtlicher Gewebe und Organe
- Kann Schmerzen lindern
- Kann hormonelle Fehlsteuerung verbessern, speziell Ohrakupunktur, seit 1950 in China und Frankreich entwickelt
- Gute Erfahrungen auch in der Suchtbehandlung, zur Erleichterung von Schmerzen bei zahnärztlichen Eingriffen, in China sogar operative Eingriffe nur mit Akupunktur

Über 350 Punkte liegen auf sog. Energieleitbahnen, den Meridianen: 12 Hauptmeridiane, paarig, 2 unpaare, je einen vorne und hinten in der Mitte.

### Ziel der Nadelung

in der Körperakupunktur

- Gestaute Punkte entstauen, Prinzip der Fülle und Leere, wichtig bei Schmerzpunkten, da hier oft Stauung
- Meridiane anregen (tonisieren) oder beruhigen (sedieren), z.B. lokal bei Gelenkbeschwerden
- Energien umlenken: z.B. aus einem mit zu viel Energie in den Partnermeridian, der zu wenig hat, Bsp. Magen/Milz zur Stärkung der sog. Mitte
- Innere Organe in ihrer Funktion stärken:  
Prinzip der Wandlungsphasen – Wasser – Holz – Feuer – Erde – Metall
- Über einen sogenannten Fernpunkt das gesamte System positiv beeinflussen, z.B.
  - Magen 36 = *Punkt göttlichen Gleichmuts*, sog. Manager-Punkt, bringt gestresste Menschen in inneren Ausgleich
  - Dickdarm 4 = bei Schmerzen, akuten Entzündungen, Allergien
  - Gallenblase 34 = *Quelle am Yang-Hügel*, bringt muskuläre Verspannungen in Fluss und löst die auslösenden seelisch-geistigen Spannungen
  - Gallenblase 41 = *Tränenüberströmt am Fuß*, bei gestautem Ärger, seelischer Labilität, depressive Verstimmung aufgrund nicht geäußerter Aggression

In der Ohrakupunktur

- die reflektorisch zugeordneten Punkte reizen und die zugeordneten Funktionen stärken
  - Asthma-Punkt: verbessert die Atmung bei spastischen Beschwerden
  - Bsp.: Eierstockspunkt, aktiviert die Eierstöcke und die zugehörigen Hormonaktivitäten
  - Shen Men-Punkt: *Tor der Götter*, führt zu innerer Einkehr, hilft, sich über Ursachen von Beschwerden und die eigene Situation bewusst zu werden

Reizung der Akupunkturpunkte auch möglich über

- Akupressur (Drucktechnik), angewandt bei Shiatzu und Entsprechung in der Osteopathie über sog. neurovegetative und neurolympathische Punkte, Ausstreichen der Meridiane, angewandt bei Rolfing – Struktureller Integration
- Moxa (Wärmezufuhr), über Moxa-Zigarre oder über energetisierende Berührung mit den Händen, angewandt in der Cranioenergetik nach Dr. C. Alber-Klein
- Auftragen von Wirksubstanzen wie z.B. Blütenessenzen, angewandt in der Cranioenergetik nach Dr. C. Alber-Klein

### Wirkung

- Vitalisierung des gesamten Körpers
- Klarer Geist, geordnete freie Gedanken
- Seelische Ausgeglichenheit: Bei der Zuordnung der Meridiane und Punkte zu seelischen und mentalen Befindlichkeiten zeigt sich, dass die chinesischen Ärzte schon sehr viel von Psychosomatik verstanden! Eine gute Akupunktursitzung kann ein Anlass sein, den seelischen Hintergrund einer Beschwerde zu erkennen und im weiteren Gespräch oder bei einer folgenden Cranioenergetik-Behandlung von der Ursache her zu lösen.