



Kapitel 1:

Die Nieren unsere Lebensquellen

Die Nieren sind die „Energiequellen des Lebens“ in unserem Körper. **Die Nieren speichern die ursprüngliche Lebensenergie**, die seit unserer Empfängnis in unseren Körper geflossen ist. Die Nieren erfüllen eine Reihe lebenswichtiger Funktionen, die einen guten Stoffwechsel und das lebenswichtige Gleichgewicht in unserem Körper aufrechterhalten:

- **des Hydro-Mineral-Gleichgewichts:** wichtige Elektrolyte wie Calcium, Natrium, Kalium, Magnesium, Chlor, Wasser resorbieren oder abgeben; (S.42,51,76,128)
- **Aufrechterhaltung des Blutdrucks durch Regulierung des Natriumspiegels im Blut** mit Hilfe von Renin-Angiotensin-Hormonen; (S.21,42,51,79,132)
- **Beteiligen Sie sich an der Atmungskette und halten Sie zusammen mit der Lunge das Alkali-Säure-Gleichgewicht aufrecht:** Bicarbonate und Phosphate resorbieren; Wasserstoffionen und Säuren im Urin ausscheiden; (S.42,73-74)
- **Filtern das Blut** von verschiedenen Abfallmetaboliten, hauptsächlich von Proteinmetaboliten: Harnsäure, Harnstoff, Kreatinin; (S.43,53,54)
- **Erhalt und Anreicherung des Blutes** durch die Produktion von Erythropoietin, vor allem bei Sauerstoffmangel; (S.77,92,162)
- **Erhalten Sie die Stärke des Knochensystems durch die Produktion des Hormons Calcitriol aus Vitamin D**, das für einen normalen Blutkalziumspiegel und die Knochenmineralisierung notwendig ist, aber auch wichtig für die Stärkung der Immunität und die Produktion von Immunzellen im Knochenmark; (S.35,39,51,63,76,82,83,84,106,110,129)

Die Nieren sind eine Art "Lebensquelle" im menschlichen Körper, die den Energiefluss von Yin und Yang, Knochen, Blutbildung, Immun- und Nervensystem, das hormonelle Gleichgewicht und die Fortpflanzungsfunktionen durch die Nebennieren, die die wichtigsten Kortikosteroid- und Neurotransmitterhormone produzieren, aufrechterhält und wiederherstellt. (S.32,90)

DIE NIEREN - WÄCHTER UNSERER LEBENSENERGIE

Die Nieren sind Empfänger der Primären Kraft und Hüter unserer Essentiellen Energie – die potentielle Energie unseres Höheren Selbst. Unsere mentale und körperliche Entwicklung sowie unsere reproduktiven und kreativen Fähigkeiten hängen vollständig von der irdischen Manifestation unseres Selbst durch unser Ego ab. Unser Bewusstsein in jedem Moment bestimmt die Stärke und das Potenzial, mit dem sich diese Energie in unserem Leben manifestiert. Wenn wir übermüdet, hungrig, angespannt, nervös, verängstigt oder wütend sind, zieht sich diese Energie von uns zurück und wir vermissen sie. Dann werden wir anfällig für negative Einflüsse und Manifestationen. (S.13,14,15,17,35,36,40,94) **Die Nieren kontrollieren den Gebrauch der Bewusstkraft.** (S.42,99,100,102,144,173,182)

Die Nieren sind Produzenten und Lieferanten von Lebensenergie, die durch Luft, Nahrung, Wasser, Licht, körperliches und geistiges Training synthetisiert wird. Die Nieren liefern die notwendige Yin- und Yang-Energie für die fünf Energiespeicher unseres Körpers. Zur effizienten Verteilung der Nierenenergie nutzen sie die Luftenergie und Sauerstoff. (S.20,93,95,104,114,123,132,135) Häufiges und "kurzes" Atmen, das für respiratorische Alkalose charakteristisch ist, das Auftreten von Asthma oder häufige Müdigkeitsgefühle können auf eine schwache und unzureichende Fähigkeit der Nieren hinweisen, lebenswichtige Luftenergie aufzunehmen und zur Teilnahme an *der Atmungskette*. (S.73,74,76,78,129) Die Funktion der Nieren zeigt den qualitativen Benutz der **Intuitivenkraft** (S.32,36,37,39-42,133,137,179)

Manager des Mineral- und Wasserstoffwechsels. Die Unfähigkeit der Nieren, den Hydro-Mineral-Haushalt in unserem Körper zu kontrollieren, kann zu Schwellungen und Ödemen führen. Diese Funktion steht in engem Zusammenhang mit der Arbeit der Lunge und der Produktion von zellulärer Energie, die wir in den Themen Stoffwechsel und Basen-Säure-Haushalt diskutiert haben, aber auch mit den des Ichs. Trockener Husten kann ein Signal für eine schlechte Nierenbeteiligung bei der Aufrechterhaltung des Hydro-Mineral-Gleichgewichts sein. (S.29,39,44,51,73)

Die Nieren ernähren das Gehirn, das Rückenmark und das Knochenmark, bestimmen den Knochenstoffwechsel, die Gehirnaktivität, die Zahn- und Haargesundheit. Es besteht ein enger energetischer Zusammenhang zwischen der Stärke der Immunität und der Funktion des Knochenmarks, die beide von den Nieren ernährt werden. (S. 13,73-77,80,83-84,88,93,160) Wenn die Nierenenergie reichlich vorhanden ist, funktionieren das Knorpelsystem und die Zellregeneration aktiv. Bei Mangel zittern die Zähne, die Knochen werden brüchig, vorzeitige Alterung tritt ein. Dies sind die Zeichen des Bewusstseins, mit denen unser Ego die Primärkraft nutzt – respektieren wir das Leben oder verbrauchen wir einfach die Gaben? (S. 110-111,150,159,173)

Laut TCM "öffnet sich die Nierenenergie in den Ohren" und steuert die "unteren hinteren und vorderen Öffnungen". Anhand der Qualität unseres Gehörs können wir die Qualität des Flusses der Nierenenergie in unserem Körper bestimmen. Eine geschwächte Nierenenergie kann zu Hörverlust oder anderen Symptomen wie Ohrensausen führen. (S.186,195) Die vorderen Öffnungen unseres Körpers beziehen sich auf den Harnleiter und die Genitalien, und wenn die Energie dort nicht harmonisch fließt, kann dies ein Zeichen dafür sein, dass krankheitserregende Wärme, Kälte oder Feuchtigkeit im Körper zurückgehalten werden. (S.99,101,151) Chronische Verstopfung oder Durchfall können ebenfalls ein Signal für ein Ungleichgewicht oder einen Mangel an Nierenenergie sein.. (S.143)

QUALITÄTEN DER NIERENENERGIE

Die Nieren befinden sich auf beiden Seiten der Wirbelsäule, knapp über der Taille, wie **"zwei Reservoirs, die heißes und kaltes Wasser speichern"** in unserem Körper. Hier, in diesen beiden Reservoirs, **findet die lebenserhaltende Wechselwirkung zwischen den beiden Energieelementen Feuer und Wasser statt.**

(S.18,20,56,94) Dieses Zusammenspiel treibt und nährt die beiden Ströme Yin und Yang der Lebensenergie in unserem Körper und unterstützt alle Organe und physiologischen Prozesse. *Hier findet die lebenswichtige Assimilation negativer Energie und die Neutralisierung destruktiver Energie in unserem Leben statt.* (S.19,31)

Die Nieren sind die Reservoirs unserer *primären göttlichen Kraft*, die durch die in ihnen erzeugte sekundäre Energie aufgebracht wird, die durch die Aktivität unserer Milz aus Nahrung und Wasser synthetisiert wird. (S. 121) Diese sekundär erworbene Energie ist notwendig für die ständige Ernährung unserer Körperkraft, die je nach unserer Lebensweise, aber auch nach der Art und Weise, wie wir unser Ego wahrnehmen und nutzen, allmählich verbraucht und erschöpft wird. (S.13-17,148,160) Die Energiebilanz unseres Lebens und die Qualitäten der Lebenskräfte und Phasen unseres Organismus hängen von unserer Einstellung zu unserem Selbst und seinem Ich ab: Geburt, Wachstum, Reife, Alter, Tod. (S.12,21,93)

Nieren-Yin-Energie nährt und befeuchtet alle Organe unseres Körpers. Nieren-Yang-Energie, die vom Meridian der Blase gesteuert wird, ist diejenige, die uns wärmt und die notwendige treibende Kraft liefert, mit der die lebenswichtigen Funktionen ausgeführt werden. (S.14-15,24,101)

Die Nierenenergie fließt entlang eines Energiemeridians, ausgehend von der Fußmitte, an der Basis der großen Zehe. Es geht um den inneren Knöchel, klettert an der Innenseite des Oberschenkels, dringt in die Nieren ein, wo es mit der Blase verbunden ist, von dort zur Leber, zum Zwerchfell und in die Lunge, passiert den Rachen und tritt durch die Spitze aus der Zunge. Ein weiterer Zweig führt von der Lunge zum Herzen und zum Perikard und von dort in die Blutgefäße. (S. 24,115,131)

Wenn uns die Nieren-Yin-Energie fehlt, verlieren wir unsere Wärme, und wenn die Nieren-Yang-Energie nicht ausreicht, haben wir das Gefühl von Kälte. Deshalb ist es notwendig, unsere Füße im Winter zu schützen, von wo die Kälte in unseren Körper eindringen kann. Und im Sommer - um mit Sonnenlicht den Ausgangspunkt des Nierenmeridians oder beim Barfußgehen zu versorgen. (S.31,131) Die Qualitäten unserer Nieren-Yin-Energie liegen in der Abkühlungsfähigkeit unseres Körpers, in der Qualität unseres Wasserhaushaltes, aber auch in unserer **psychischen Fähigkeit**, aktiv zu entspannen und auszuruhen. Die Qualitäten unserer Nieren-Yang-Energie finden sich in der Aufwärmfähigkeit unseres Körpers, in der Qualität unserer Beweglichkeit und Motorik, in den Eigenschaften unserer Vitalität und Stimmung. (S.27,39,91,115-116)

Die Gesundheit von Haut und Haar wird durch den zellulären Sauerstoffaustausch aufrechterhalten, der gemeinsam von den Nieren und der Lunge gesteuert wird. Das Geheimnis schöner Haut und Haare liegt in den gesunden Nieren, die die Flüssigkeitszufuhr, Osmose und das Hydro-Mineral-Gleichgewicht kontrollieren. Die Nieren regulieren zusammen mit der Leber die Synthese wichtiger Moleküle und Enzyme, die an der Ernährung und dem Aufbau von Gewebe beteiligt sind, mit Hilfe von Schwefel (S), einem Leiter der Bewusstseinskraft, und wichtigen Spurenelementen wie Zink (Zn). (S.45.51.53.73.81.89,94,,127.173.182)

Der Geist manifestiert sich in der Materie, indem er mit der Urkraft vereinigt. Diese Fusion in unserem Körper wird *durch die Elemente Phosphor und Kalzium* ausgedrückt - die Hauptbausteine unseres Skelettsystems, aber auch die Hauptmotoren der zellulären Energie, der Gehirn- und Muskelaktivität, der Fortpflanzung und der Regeneration. Durch diese beiden Elemente kontrollieren unsere Nieren die Manifestationen unseres Egos - sie verbrauchen Kalzium in unserem Blut, wenn wir herzlos und egoistisch sind, und sie nehmen Phosphor weg, wenn wir feige, unsicher sind und keinen Glauben haben. Die Nieren beherbergen *die Sieben Hüter unseres Energiebilanz*. Um ein gesundes und erfülltes Leben zu genießen, müssen wir unsere „Quellen des Lebens“ sauber von negativen Emotionen und kranken Ambitionen halten. (S. 42,51,59,95,112,149,153,170,182)

Die Nieren sind besonders anfällig für einen unregelmäßigen Lebensstil, unausgewogene Ernährung, unzureichende oder übermäßige körperliche Aktivität, Schlafmangel, Stress. Zustände von chronischer Müdigkeit, Depression, verschiedenen Manien, Angst, Neurosen können nicht nur ein Signal für eine Intoxikation oder eine psychische Verletzung, sondern auch für eine eingeschränkte Nierenfunktion sein. (S.12,27,28,33,35,54,57-58)

NIEREN LEIDEN AN:

- Dehydration, **unzureichende Wasseraufnahme**. (S.76,128)
- **Übermäßige Proteinaufnahme** aus stark säurebildenden Fleischspeisen - regt die Harnsäureproduktion an und erhöht das Risiko von Nierensteinen. (S.77,100,127,150,158,168,190)
- **Alkalisierende Mittel und Diuretika**, die das Hydro-Mineral- und Alkali-Säure-Gleichgewicht stören. (S.79)
- **Übermäßige Aufnahme von kohlenensäurehaltigen Getränken**, die reich an Süß-, Fruktose- und Farbstoffen sind - erhöht das Risiko der Bildung von Oxalatkristallen in den Nieren. (S.60,78,128,169)
- **Harnverhalt** - erschwert es der Nierenfunktion, das Wasser-Mineral- und Alkali-Säure-Gleichgewicht im Blut aufrechtzuerhalten. (S.71,77,102)
- Ein **Mangel an Sonnenlicht** behindert den Knochenkalziumstoffwechsel und die Vitamin-D₃-Synthese, wodurch die Phosphatspeicherung im Gewebe und die Bildung von Nierensteinen verstärkt werden. (S.51,74,77,111)
- **Müdigkeit, Faulheit und systemischer Stress** provozieren Angstzustände, Angstneurose, Depression, Unsicherheit, die die Nierenfunktion beeinträchtigen, die Lebensenergie der Nieren erschöpfen, Gehirn- und Nervenstörungen verstärken. Umgekehrt können häufige Besorgnis- und Angstzustände auf einen Mangel an Nierenenergie hinweisen. (S.12,16,27,32-36,42,47,89-90,131,150)
- **Destruktive Manifestationen des Egos**: Ob wir unter den Manifestationen jemandes dominierenden Egos gelitten haben oder versuchen, anderen unseren persönlichen Willen und unsere Weltanschauung aufzuzwingen, beide Ansätze erschöpfen unsere Nierenenergie. (S.12,13,21,27,33,39,150,179,182)

Die Nieren leiden besonders bei verschiedenen chronischen Erkrankungen und müssen geschont werden bei: Gicht, Diabetes, Insulinresistenz, Schuppenflechte, Osteoporose, Arthritis, neurodegenerativen und Autoimmunerkrankungen, aber auch bei hormonellen Störungen, Schilddrüsenerkrankungen, chronische Entzündungen, Blasenentzündung, Nephritis, Unfruchtbarkeit, Impotenz, stressiger Lebensstil. (S.99,190)

ENERGIEURSACHEN VON ENERGIEMANGELN DER NIERE:

- **Die Stagnation der Yang-Energie der Leber** potenziert die Speicherung pathogener Wärme, stört das Hormon-, Elektrolyt- und pH-Gleichgewicht, eine häufige Ursache für Herz-Kreislauf- und Knochen-Gelenk-Beschwerden, Autoimmunerkrankungen. (S.31,35,42,45,48,54,57-58,79,106,111,114,171,190)
- **Eindringen von Erkältung** in den Blasenmeridian (S.102) - die Ursache für häufige Erkältungen, geschwächte Immunität, verminderte Libido.
- **Stagnation der Yin-Energie** im Meridian der Milz (S.123) verstärkt die Speicherung von pathogener Feuchtigkeit im Körper (Fäulnis im Dickdarm (S.144), Lymphstau).
- Schwache, destruktive oder fehlende **bewusste Manifestation**. (S.15,36,182)

DIE NIEREN BRAUCHEN:

- **Genügend sauberes Wasser** und etwas Mineralwasser.
- **Ausgewogene Ernährung**, die das Alkali-Säure-Gleichgewicht im Körper nicht unnötig stört, dh. belastet die Nieren nicht mit überschüssigen starken Säuren, Bikarbonaten, Phosphaten und Natrium (S.127,167)
- **Ausreichende Einfuhr von Lebensmitteln**, die reich an Kalzium, Magnesium und anderen Mineralien und Spurenelemente sind. (S.51,63,59,168)
- **Gesunde Lungen**, die reinen Sauerstoff aufnehmen, den Geist erleuchten und frische Spirituelle Energie aus dem Äther tragen, die auch für die Synthese sekundärer Lebensenergie im Magen, aber auch für den Alkali-Säure-Haushalt im Körper benötigt wird. (S.70,73,92,93,132,137)
- **Genug Bewegung**, aber auch **genügend aktive Erholung**. (S.25,75,91)
- **Sonnenlicht**, das lebensspendende UVB-Strahlen liefert, die die natürliche Vitamin-D-Synthese in der Haut unterstützen. (S.63,87,105,111)
- **Kreative und mentale Aktivität**, die das Bewusstsein erweitert, Emotionen ausgleicht und Lebensenergie nährt.. (S.12,21,27,33,42,69)

DER ASTROLOGISCHE WÄCHTER DER LEBENSQUELLEN

Als Regulatoren der Körperflüssigkeiten, ihres pH- und Hydro-Mineral-Gleichgewichts sind die Nieren die Wächter unseres Unterbewusstseins und unserer genetischen Programme in Bezug auf unsere mentalen und emotionalen Manifestationen und den entsprechenden hormonellen Ausdruck. (S.15,22,36,51,63,70,85,112,127,132,144) Als Energieregulatoren der Elemente Wasser (Yin), Erde und Feuer (Yang), die Nieren verrichten ihre bewusste Tätigkeit unter dem astrologischen Einfluss des Sternzeichens Steinbock. (S.21,58,94) **Die astrologische Aufgabe des Steinbocks** besteht darin, das Erdenleben zu nutzen, um Bewusstsein zu erlangen, mit dem das Ego und das "Lagerhaus" des Unterbewusstseins von veralteten und negativen Erinnerungen, Ansichten, Vorurteilen und Ängsten gereinigt werden. (S.38,39,91,114,146,150) **Um die Seele zu befreien!** Dies erfordert ständige Selbstbeherrschung und Arbeit an der Reinheit der Gedanken, des Herzens, der Sinne, der Körperflüssigkeiten, unserer bewussten und unbewussten Manifestationen. (S.36,102,137,182)

DIE ENTGIFTUNGSWIRKUNG DER HERZENSTÄRKE

Es ist die Herzkraft, die die Reinheit des Bewusstseins und der Körperflüssigkeiten erhält, das Portal zum Überbewusstsein öffnet und unsere Sinne an die Schwingungen der Liebe anpasst – *das ewige Lebensfeuer und die Quelle aller Gütter*. (S.17,59,93,106,112,117,131-133,148,153,171,190)