

Die Wirbelsäule

Eine ganzheitliche Betrachtung der Wirbelsäule am Beispiel des Metallelements

Text: Monika Übel-Helbig

Die Wirbelsäule ist die tragende Säule unseres Körpers und repräsentiert viele Aspekte unseres Lebens. Den strukturellen Aufbau, die Aufrichtung des Körpers, das Rückgrat des Menschen. Sie ist das zentrale „Stützorgan“ des Körpers und die stabile Schutzhülle für das Rückenmark.

Das Wort „Wirbelsäule“ an sich bildet ein Paradoxon. Wirbel stehen für Beweglichkeit und Flexibilität, „Säule“ bedeutet Stabilität und Standfestigkeit. Sie vereint damit auf geniale Weise beides in sich, das Leben wird zu einem freudigen Tanz – wir sind „lebendig“ und fühlen uns wohl. Sie wird aber auch durch energetische und feinstoffliche Aspekte stark beeinflusst, wie die Befindlichkeit, die Einstellung zum Leben, geistige und spirituelle Glaubensmuster. Die Wirbelsäule reagiert feinfühlig auf unsere Gedanken, Ängste und Zweifel. Verlust, Stress und Konflikte sind vielfach die Ursache von Rückenbeschwerden.

Sie wird oft als die „Achse der Seele“ benannt. Es werden Meridiane und Organverbindungen den einzelnen Wirbeln zugeordnet und die Energiezentren (Chakren) haben Entsprechungen an der Wirbelsäule.

Die Anatomie der Wirbelsäule

Die Wirbelsäule wird in Hals-, Brust-, und Lendenwirbelsäule unterteilt. Sie besteht aus 32 bis 34 Wirbelknochen, die zu fünf Gruppen zusammengefasst sind:

- | | |
|------------------------------|--------------|
| • 7 Halswirbel | C1 bis C7 |
| • 12 Brustwirbel | Th1 bis Th12 |
| • 5 Lendenwirbel | L1 bis L5 |
| • 5 Kreuzbeinwirbel (Sakral) | S1 bis S5 |
| • 3 bis 5 Steißbeinwirbel | Co1 bis Co3 |

Diese Strukturen werden durch Wirbelgelenke und Bandverbindungen stabilisiert. Innerhalb des Wirbelkanals verläuft das autonome Nervensystem und versorgt die Organe und die gesamten Körperstrukturen. Zwischen den einzelnen Wirbelkörpern tritt jeweils auf beiden Seiten ein Spinalnerv aus, der den entsprechenden Körperbereich (Gefäße, Organ, Muskeln, Haut) versorgt. Durch Bewegungsmangel, langjährige Fehlbelastungen oder falsche Bewegungen kommt es oft zu chronischen Verspannungen der Muskulatur. Wird der Spinalnerv eingeeengt, kann es zu Beschwerden an allen von ihm versorgten Geweben kommen.

Die Wirbelsäule aus energetischer Sicht

Am Beispiel „Metallelement“ möchte ich Ihnen einige Verbindungen vorstellen:

Beziehung zu den Jahreszeiten und Elementen

Die fünf Elemente aus der TCM sind auch in der Wirbelsäule präsent. Nach den Jahreszeiten wird das **Metallelement dem Herbst** zugeordnet. Dazu werden die Halswirbel **C4 bis C7** gezählt, aber auch die Brustwirbel **Th1 und Th2**. Diese bilden den fließenden Übergang vom Sommer auf den Herbst und werden daher auch dem „Altweibersommer“ (Element Erde) zugeordnet.

Beziehung zu den Meridianen

Der Lungen- und der Dickdarmmeridian werden dem Element Metall zugeordnet. Die Verbindungen zu den Wirbelkörpern:

- C3** Dickdarm (Ileocecalklappe)
- T2** Lunge, GG, Herz, Kreislauf
- T3** Lunge
- L2** Dickdarm
- L4** Dickdarm

Verbindungen zu Körperteilen, Organen und Drüsen

und Auswirkungen, die von den entsprechenden Wirbeln beeinflusst werden können. Nach Dr. J.V. Jerney:

- C4** Körperbereiche: Mund, Lippen, Nase, Ohrtrumpete
Auswirkungen: Allergien, Polypen, Katarrh
- C5** Körperbereiche: Stimmbänder, Rachen, Halsdrüsen
Auswirkungen: Halsschmerzen, Heiserkeit, Kehlkopfentzündung
- C6** Körperbereiche: Halsmuskeln, Mandeln, Schultern
Auswirkungen: Mandelentzündung, Krupp, steifer Hals
- C7** Körperbereiche: Schilddrüse, Ellenbogen, Schulterschleimbeutel
Auswirkungen: Kropf, Erkältung, Schleimbeutelentzündung
- T1** Körperbereiche: Luftröhre, Speiseröhre, Hand und Unterarm
Auswirkungen: Asthma, Husten, Schmerzen in Hand und Unterarm
- T2** Körperbereiche: Herzklappen, Herzkranzgefäße
Auswirkungen: Herzbeschwerden, Brustbeschwerden
- T3** Körperbereiche: Lungen, Brustkorb, Bronchien
Auswirkungen: Lungenentzündung, Bronchitis, Grippe, Rippenfellentzündung

Psychische Zuordnung der Wirbelkörper

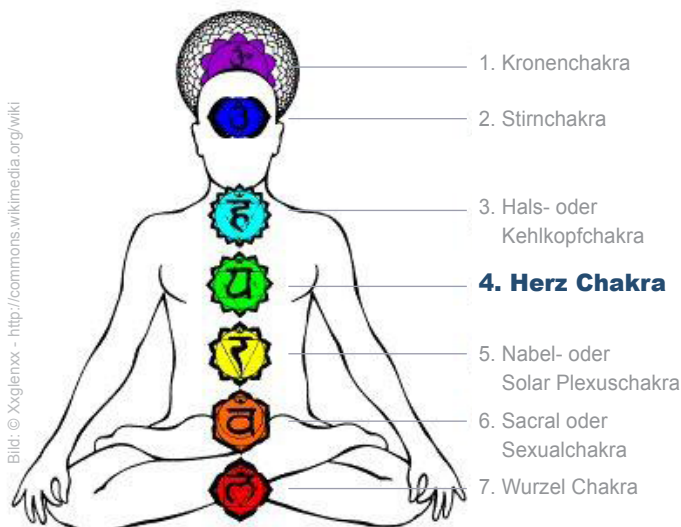
Als Beispiel für den dritten Brustwirbel (T3):

T3 - steht für seine Bedürfnisse nicht ein, hat keine eigene Meinung, zieht sich zurück, ist in alten schmerzhaften Verletzungen gefangen, fühlt innerliches Chaos, ist Kommunikationsunfähig, übermäßige Temperaturempfindlichkeit.

Die ganzheitliche Betrachtung: Probleme oder Schmerzen in der Wirbelsäule und im Rücken deuten oft auf ungelöste Konflikte oder blockierte Lebensthemen hin. Organische Erkrankungen oder funktionelle Störungen haben häufig ihre Ursache in Verschiebungen und Fehlstellungen einzelner oder mehrerer Wirbelkörper. Traumen, Stress, seelische oder emotionale Konflikte führen oft zu einer mechanischen Fehlstellung der Wirbelsäule und Gelenke. Um die Funktion der Gelenke aufrechtzuerhalten, werden kompensatorische Fehlhaltungen eingenommen. Diese führen auf Dauer zu den entsprechenden Symptomen und Funktionseinschränkungen. Unverarbeitete Probleme, Traumata und Konflikte, die wir nicht sehen wollen, werden gespeichert und können Energieblockaden bilden. Es kann sich eine Erkrankung im Körper manifestieren, die oft sehr deutlich auf das zugrunde liegende seelische Problem hinweist.

Die nachfolgenden vorgestellten Ausgleichsmöglichkeiten habe ich selbst erfahren und erlernt und sie bieten effektive ganzheitliche Unterstützungsmöglichkeiten an.

T3 wird dem **Herzchakra** zugeordnet.



Positive Affirmationen für das Herzchakra:

- "Ich vergebe mir."
- "Ich vergebe allen und mir selbst."
- "Ich vertraue mir und baue auf mich"
- "Ich vertraue meinen Fähigkeiten."

Emotionszuordnungen der Meridiane

- LUNGE:** Intoleranz, Trauer, Depression, Kummer, Geringschätzung, Hochmut, Enge, Verachtung, Vorurteile, Niedergeschlagenheit, Überheblichkeit, Abgrenzung, Toleranz, Fröhlichkeit, Bescheidenheit, Rechtschaffenheit,
- DICKDARM:** Schuldgefühle, verbittert, ungnädig, festhalten Selbstwert, gnädig, barmherzig, loslassen, annehmen

Anzeichen für Disharmonien im Metallelement

Dem Metallelement mit den Meridianen Lunge und Dickdarm, wird auch das **Immunsystem** zugeordnet.

Störungen im Metallelement können verschiedene Auswirkungen haben. Z. B.: Abwehrschwäche, Atemnot, Asthma, Bronchitis, Husten, Halsschmerzen, Immunerkrankungen, Hauterkrankungen, Lungenentzündung, Lungenödem, kalte Hände, Rheuma durch Kälte, Schwäche, Schweißausbrüche, Schüttelfrost, leise Stimme, Seufzen, Weinen, Bauchschmerzen, Blähungen, Darminfektionen, Darmkoliken, Durchfall, Verstopfung, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa. (Diese Aufzählung zeigt Beispiele auf und beansprucht nicht den Status der Vollständigkeit.)