

Armpunkte der Kampfkunst

Da gerade im Aikido sehr viel Wert auf die „Aufnahme“ des Angriffs gelegt wird, sind die Armpunkte von besonderem Interesse. Da die meisten Angriffe mit den Armen bzw. Händen ausgeführt werden, ist es für einen Aikidoka genauso wichtig, sich mit diesen Punkten auseinanderzusetzen, wie für jeden anderen Kampfkünstler auch. Da, das Aikido vordergründig eher eine passive bzw. beherrschende Rolle in einer Kampfsituation spielt, ist relativ unwichtig dabei.

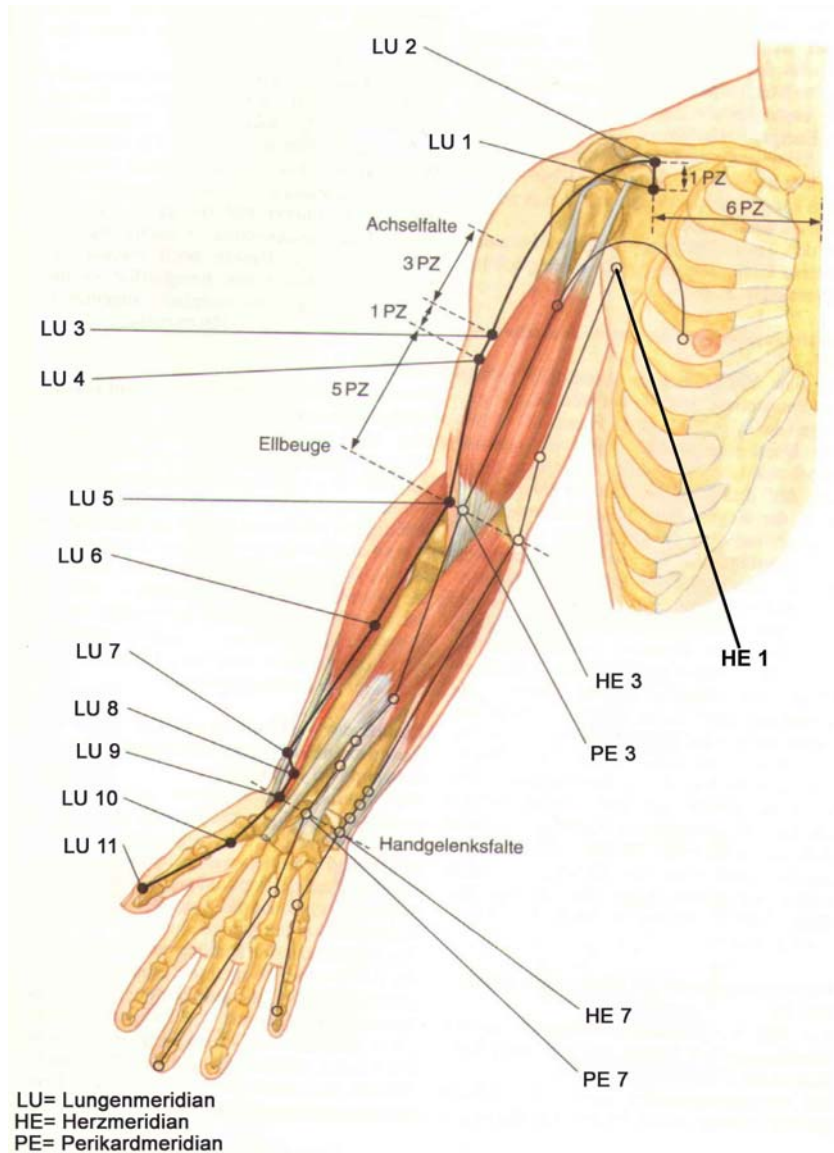
Mal ehrlich, ist es denn so schlimm, eine Belehrung mit einem oder mehreren Nervendruckpunkten zu unterstreichen? Ich bin der festen Überzeugung, dass durch den Einsatz der Punkte, eine Kampfsituation eher „schneller“ bereinigt werden kann. Bei vielen Techniken des Aikido werden Nervendruckpunkte angesprochen, teilweise ohne dass es der Ausübende überhaupt weiß. Hier nun eine kleine Auswahl an Armpunkten:

Die Punkte am Handgelenk (LU 9, 8, 7 & HE 7, 6, 5, 4) sind ideal für sämtliche Arten von Handgelenkhebel. Wenn sie **richtig** (an)gegriffen werden, wird das Handgelenk des Angreifers weich wie Butter. Ferner sind sie „Vorbereitungspunkte“ für andere Punkte am Arm, und am Oberkörper.

Die Punkte am Ellenbogen (LU 5, PE 3 & HE 3) sind sehr gefährliche Punkte, denn sie beeinflussen sowohl die inneren Organe, die drei Armnerven, als auch die Lebensenergie Qi.

Der Punkt in der Achselhöhle

Der erste Punkt des Herzmeridian (HE 1) ist wohl einer der gefährlichsten Punkte überhaupt. Schon ein recht leichte Angriff kann zu einer Beeinträchtigung, bzw. zum stillstand des Herzens führen. Dieser Punkt liegt auf der Achsel Arterie „Ateria Axillaris“.



Viele Leute unterschätzen die Wirkung der Punkte, was für mich dafürhalten ein großer Fehler ist. Wenn man die Kampfkunst als „Ganzes“ sieht, kann man sich der

Wirkung der Punkte nicht entziehen, sei es nun im kämpferischen, oder im heilenden. Wer als Betreiber einer Kampfkunst nur den zerstörenden Aspekt der Punkte wahrnimmt, der wird schnell feststellen, dass er in einer Sackgasse gelandet ist. Wie es schon im Zeichen „Yin-Yang“ dargestellt ist, kann es das eine nicht ohne dem anderen geben. Mit anderen Worten beschrieben; wer weiß wie man mit den Punkten heilt, der weiß auch, wozu sie noch im Stande sind.

Einige Armpunkte und ihre heilende Wirkung:

LU 5: Keuchatmung, Atemnot, Bronchitis Knieschwellungen an der Innenseite, Husten, Niesen, Weinerlichkeit

LU 7: Asthma, seitlicher Kopfschmerz, Zahnschmerzen, Nackenkopfschmerz, Schulterbeschwerden

LU 8: Husten, Asthma, Fieber ohne Schweiß, Krämpfe an Brust und Rücken

LU 9: Atembeschwerden, Aufstoßen, Nervosität, Augenrötungen, Unruhe

HE 1: Schmerzen in den oberen Extremitäten, Herzschmerzen, Asthma, Brechreiz, Traurigkeit

HE 3: Kopfschmerz, Schwindel, Taubheit des Arms, Übelkeit, Entzündungen und Schwellungen der Lymphknoten, Herzschmerzen, Vergesslichkeit

HE 4 : Brechreiz, Herzschmerzen, Spasmen im Ellenbogenbereich, Depression

HE 5: Kopfschmerz, Drehschwindel, Fieber, Atembeklemmung, Schmerzen in der Hand, Reizbarkeit

HE 6: Fieber am Nachmittag, Nasenbluten, Angstzustände, Frostigkeit

HE 7: Unruhe, Reizbarkeit, Depression, Epilepsie, große Stimmungsumschwünge, Teilnahmslosigkeit

PE 3: Angina pectoris, Schmerzen in Arm und Ellenbogen, Kopfschmerz, Röteln, Bronchitis, Durchfall

PE 6: Fieber, Brechreiz, Schmerzen im Brustbereich, Schlaflosigkeit, Koma, psychische Störungen, schmerzhafte Menstruation

Dies ist nur eine kleine Auswahl, wozu die Punkte fähig sind.

Wenn die Punkte in der Lage sind solche Erscheinungen zu bekämpfen, wer kann denn daran zweifeln, das sie diese Erscheinungen nicht hervorrufen können?

Jörg Weisflog
Kampfkunstschule Ikusagei Berlin
www.dim-mak.de
dimmak@freenet.de