

Der Nervendruckpunkt

Lunge 7

Der Akupunkturpunkt (Nervendruckpunkt) Lunge (LU) 7 wird in fast jeder Kampfkunst benutzt, denn er ist ein hervorragender Punkt für den Zweikampf. Die meisten Angriffe werden ja bekanntlich mit den Armen/Händen ausgeführt, und somit sind gerade die Armpunkte von immenser Bedeutung. Bei jedem Festhalten des Angreifers am Handgelenk, können diverse Punkte beeinträchtigt werden. Der Punkt LU 7 ist einer von diesen. Er ist zwar etwas schwerer zu finden als die anderen Handgelenkspunkte, aber er ist immer involviert, wenn das Handgelenk gegriffen wird. Dieser Punkt liegt 1,5 Cun (chinesisches Körpermaß) bzw. 1,5 Daumenbreiten über der ausgeprägtesten Falte des Handgelenks, in einer Linie mit dem Daumnagel. Wenn du beide Hände (Zwischenraum Daumen-Zeigefinger) in einander legst, dann liegt der Punkt direkt unter der Zeigefingerspitze in einer kleinen Mulde.



Negative Stimulation:

Ein Angriff (**Schlag**) auf diesen Punkt verursacht große Schmerzen, und entzieht dem Körper Energie (Qi), was andere Punkte am Körper noch effektiver macht. Es ist auch schon vorgekommen, dass aus dieser Attacke ein Knock out (zeitweilige Bewusstlosigkeit bzw. Benommenheit) resultierte. Dies liegt in der Tatsache begründet, dass das Lungenmeridian mit dem Dickdarm-(Yin-Yang Kopplung) und Milzmeridian (oben-unten Kopplung) in Verbindung steht. Das soll heißen, dass ein Angriff auf diesen Punkt mehrere Meridiane und daraus folglich auch mehrere Punkte empfindlicher macht.

Ein starker Angriff (**Griff**) auf diesen Punkt beeinträchtigt nicht nur das Qi und verursacht Schmerzen, nein vielmehr wird dem Angreifenden auch noch die Möglichkeit genommen, eine Faust zu bilden bzw. wird er sehr kraftlos in der Handmotorik (Greifen, Fassen...) werden.

Positive Stimulation: In der Akupunktur (Stechen mit Nadeln) sowie auch in der Akupressur (Massage mit den Fingern) wird dieser Punkt immer wieder gern bearbeitet. Bei der Druckpunktmassage (Akupressur) kann man unter zwei Typen wählen: Typ 1 und Typ 2, die ich nur Stichwortartig erwähnen möchte.

Typ 1

dient als Alternative zu rezeptfreien Medikamenten, bei denen sich der Punkt LU7 gut eignet: Atmungsapparat, Augen, Erkältung und Grippe, Gerstenkorn, Hals und Nacken, Handgelenk, Husten, Kehlkopfentzündung, Kopfschmerzen, Migräne, Nasenbluten, Nasennebenhöhlenentzündung, Schnupfen, Schulter.

Typ 2

dient als Erste Hilfe- oder Notfalltechnik und kann auch als Ergänzung zur westlichen Erste Hilfe benutzt werden:

Asthma, Bindehautentzündung, Bronchitis, Dickdarmentzündung, Gähnkontrollzentrum, Gallenblase, Gedächtniskontrollzentrum, Gehirnerschütterung, Herz, Hexenschuss, Lungen, Nackenverletzung, Schmerzkontrollzentrum.

Um eine Kampfkunst richtig zu verstehen, bedarf es weit mehr, als nur das Auswendiglernen der Techniken, vielmehr muss man den Menschen verstanden haben.