

Moxa oder Moxibustion ist eine Therapiemethode der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Auf diverse Arten durch glimmendes Beifusskraut wird das Qi (Lebensenergie / Lebenskraft) direkt oder indirekt unterstützt und die Leitbahnen werden erwärmt.



Die Meridiane leiten die Lebensenergie durch den ganzen Körper und bilden so einen Energiekreislauf, der Organe und Organsysteme zu funktionellen Einheiten verbindet. Nach chinesischer Auffassung entstehen Krankheiten durch die gestörte Lebensenergie im Körper. Durch die Hitze, die beim Abbrennen von Moxakraut über bestimmten Akupunkturpunkten einwirkt, kann die blockierte Lebensenergie wieder in Bewegung gebracht werden. Darüber hinaus soll Moxa Kälte vertreiben und Feuchtigkeit aus den Meridianen lösen. Nach westlicher Vorstellung trägt die Wärmebehandlung dazu bei, die Durchblutung des Gewebes zu verbessern, sie regt die Organfunktion an und stärkt die Abwehr.