

**DIPLOMARBEIT**

**W U X I N G        /    W U S H I N G**

**von**

**Susanne Fridli**

## Vorwort

Trotz meiner Bedenken hat sich Frau Fridli, die ich schon seit Jahren kenne und schätze zu der Diplomarbeit über

- Wandlungsphasen

entschlossen.

Wie ich erkennen kann, hat sich im Laufe der Zeit das Wissen bei Frau Fridli stark verdichtet und vertieft.

Da ich Frau Fridli nun schon seit fast zehn Jahren kenne, Sie eine meiner frühesten Studentinnen ist- konnte Frau Fridli auch meinen Werdegang verfolgen. Von der Akupunktur zu einem tiefen Verständnis. Nicht die Suche an der Oberfläche- Nein das Tiefe eindringen in die Mysterien der traditionellen chinesischen Medizin bringen den Erfolg.

Ich wünsche Frau Fridli alles Liebe und Erfolg auf dem Wege kranken Menschen zu helfen.

Es ist mir deswegen eine große Freude diese Arbeit ins Netz zu stellen und einem größeren Publikum zugänglich zu machen.

Thews Franz

## 1. Fünf Elementenlehre

Das System der 5 Wandlungsphasen verkörpert das Wachstum und Entwicklung von der Empfängnis bis zum Tod. Es stellt den Lebenszyklus durch Hervorbringung und Kontrolle dar. Wir bewegen und widerspiegeln uns in den Elementen und je enger wir uns vereinen mit ihren Naturgesetzen, desto mehr nähern wir uns dem Einklang

### **Körper-Geist-Seele**

Die 5 Elemente sind eng mit den Naturabläufen verbunden, mit den Tages-, - und Jahreszeiten, mit den kosmischen Einflüssen, dem Mond- und Sonnenzyklus. Zum Vergleich im Westen wusste man auch schon früh, dass Eisen im menschlichen Blut stürmisch reagieren kann, je nach Mond oder Sonnenanziehung und diese Lehren hatten sie aus der Beobachtung der Natur, der Meere mit ihren Gezeiten gezogen. Schon früh wurde erkannt, dass ein subtiles Gleichgewicht die Wechselwirkung der Wandlungsphasen beeinflussen kann, je nach Stärke, hemmen, unterstützen oder blockieren. Daraus entstand ein gegenseitiges Kontrollsystem. Durch die intensive Beobachtung der Natur mit ihren oft auch gegeneinander wirkenden Kräften, (Polaritäten) zog man die Schlüsse, Konflikte bereits vor ihrem Entstehen zu verhindern, prophylaktisch durch Anpassung des Milieus, durch gezielte Musterveränderung, was stets ein Miteinbeziehen des Patienten, ein aktives Zusammenarbeiten erfordert. Sein Bewusstwerden der subtilen Zusammenhänge von Emotionen, Geist und Körper bewirkt oft eine Wandlung seiner Sicht und somit eine positivere Lebenseinstellung.

Ursprünglich gab es 36 verschiedene Anordnungen der Wandlungsphasen, 5 davon sind möglich, die 5 Fähigkeiten, auch genannt die 5 Wandlungsphasen, ursprünglich

waren es 6, die Sechste stand für Korn.  $6 \times 6 = 36$ . Die sechs Regierungssitze waren Wasser, Feuer, Metall, Holz, Erde und Korn.

Die fünf Wandlungsphasen entstanden 476 – 221 v. Chr. in der Periode der Kämpfenden. ( Yin / Yang ist ca. 1000 J. v. Chr. anzusiedeln. )

Dazu eine einfache Erklärung zum Buch der Wandlungen

Im Buch I Ging, dem Buch der Wandlungen wurden die 3 Grundmächte :

- **Der Sinn des Himmels**
- **Der Sinn der Erde**
- **Der Sinn des Menschen**

zusammengefasst und verdoppelt, deshalb die 6 Striche.

Die 6 Striche sind die **Wege – Sinn – Tao**

KIEN	Das Schöpferische	Himmel / Vater	stark
Kun	Das Empfangende	Erde / Mutter	hingebend
DSCHEN	Erregende	Donner / 1. Sohn	bewegend
KAN	Das Abgründige	Wasser / 2. Sohn	gefährlich
GEN	Stillehalten	Berg / 3. Sohn	ruhend
SUN	Das Sanfte	Wind, Holz / 1. Tochter	eindringend

Dazu kamen 2 weitere

LI - das Haftende

DUI – das Heitere.

Um eine Mannigfaltigkeit zu erreichen, wurden die 8 Bilder kombiniert, wodurch man 64 Zeichen bekam.

Sie enthalten 6 positive und 6 negative Striche und diese sind wandelbar.

Mehr dazu im I Ging, dem Buch der Wandlungen.

Mehr zu den 64 Hexagrammen des Pa Kua ( Bagua ) folgt in Himmelsrichtungen, mit Beispielen nach Feng Shui.

## 1. Die einzelnen Qualitäten :

**Mu**    **Holz**    Entwicklung – Zentripedal.  
Kann gebogen werden

**Ruo**    **Feuer**    Dynamik, vollendete Entwicklung.  
Feuer schlägt nach oben

**Tu**    **Erde**    Vermittlung – zwischen den vier Phasen.  
zentral  
Erde erlaubt säen, wachsen und ernten.

**Jing**    **Metall**    Zurückziehen.  
Kann geformt werden.

**Shui**    **Wasser**    Stärkste Materialisierung – Wurzel  
Wasser befeuchtet nach unten.

Wasser / Feuer    bedeutet Nahrung

Metall / Holz    Wohlstand

Erde    Vorräte,

als Beispiel die > Erde – Vorräte < , damit verbindet man auch die mütterliche, ernährende Rolle der Erde. Sie wird oft in der Mitte angesiedelt, als Zentrum und versorgt damit gleichzeitig die andern vier Fasen. Die Erde, MP/ Ma kann daher stets mittherapiert werden, da sie < mitleidet > bei einem Ungleichgewicht.

Eine Unterstützung, Tonisierung der Milz kann das Nachhimmelsqi, also Qi und Blut stärken, wie auch generell im Oberen 3 E, auf Lunge und Herz ernährend einwirken.

Wir verbinden ein Daheimfühlen mit einer gesunden Mitte, wir fühlen uns wohl nach einem guten Essen, vorausgesetzt, die Verdauung funktioniert reibungslos.  
Zu dem Kontrollsystem rechnet man die Numerologie.

## 2. Numerologie

*Die Zuteilung der Zahlen an die Elemente :*

Ruo	7 / 2	Zwei – Polarität, Yin, Yang 7 Drachen, Dämonen
Tu	5	Fünf – Elemente, Zyklus der Jahreszeiten, 5 Yinorgane 5 zu den Zahlen addieren, ergibt neue Entsprechung
Jing	4 / 9	Vier – Himmelsrichtungen, 4 Jahreszeiten
Shui	1 / 6	Eins – Einheit Tao, Tai - Friede Tai hsü – Die grosse Leere, Tai shi – Die schöpferische Kraft, Tai-i Der grosse Wandler, oder t-ein der Himmel .
	3 / 8	Sechs 6 – Liu Yin, 6 Pathogene Faktoren, Drei – Mu Chi, Bewegung,

Die Eins ( das Tao ) erzeugt die Zwei, die Zwei erzeugt die Drei und die Drei erzeugt alle Dinge.

Die Eins ist das aktive Yang, die Zwei ist das passive Yin, deren Verbindung sind die Drei, ( die drei Schätze ) und aus den Drei kommen alle zehntausend Dinge im Universum hervor.

Die drei Schätze, damit sind gemeint :

<b>Ching , Jing</b>	<b>–</b>	<b>Essenz,</b>
<b>Chi , Qi</b>	<b>–</b>	<b>Lebenskraft</b>
<b>Shen</b>	<b>–</b>	<b>Spirituelle Energie, Geist</b>

Zur Zeit der Naturalismus Schule, hatten die Philosophen einen derartigen Einfluss, dass sie die Politik mitprägten, das besagen Aufzeichnungen aus dem 3. Jh. v. Ch.

Sie bestimmten den chinesischen Herrschern den Beginn ihrer Dynastien in Einklang mit den 5 Elementen zu bringen. Sie wählten den richtigen Zeitpunkt, Farbe und Element aus, unter dem regiert wurde. Man spricht noch Heute vom gelben Kaiser Huang Di Nei Jing , der unter dem Zeichen der Erde regierte . Nach Beendigung einer jeweiligen Dynastie entstand eine neue, stets im Hervorbringungszyklus. Eine Tugend-, Emotion der Erde, Vertrauen , folgte eine des Wassers, der Macht und Weisheit, einer Holztugend der Güte folgte eine der Recht und Gerechtigkeit. Es ist möglich, dass sich daraus eine Naturwissenschaft entwickelte, die mit der heutigen modernen Wissenschaft vergleichbar, eine anerkannte, soziale Position einnahm.

Aus dem Huangdi neijing suwen geht hervor, dass die therapeutischen Massnahmen der Chinesischen Medizin aus Massage, Phyto, Diät, Körperübungen, Moxa, Meditation und Nadelung bestehen, die Diagnose umfasst sowohl fundierte Kenntnisse über Physiologie, Anatomie wie Pathologie.

### 3. Qi

Im Altertum behaupteten die Chinesen, dass das Qi ausserhalb von Himmel und Erde alle Dinge umfasse und innerhalb von Himmel und Erde in allen Erscheinungen zirkuliere und sie nähre. Es fände keine Jahreszeit, kein Wetter statt ohne Qi, und es könnte kein Stern leuchten, wenn er nicht mit Qi durchdrungen wäre. Weiter sagen sie, dass die Energie, die Krankheit verursache, auch imstande sei, sie wieder zu heilen.

< Heisst das wohl, dass sich Qi in einer Kraftfeldmatrix so eng verdichten kann bis es materialisiert ! >

Im Huang Di NeiJing heisst es, der Zweck der Akupunktur sei, das Qi anzuziehen. Man nadele so lang bis das De- Qi gefühl ankomme und genau dann erfahre der Kranke Linderung. Sein Eintreffen sei so sicher wie der Wind, der Wolken zerstreue.

Von den vier Ebenen der Energie, Wei, Qi, Ying und Xue in der Schule der Wärmeerkrankungen und auch in den drei grundlegenden Erscheinungsformen von Energie, Qi, Xue und Ying ist Qi das flüchtigste und somit am anfälligsten für die Auswirkung durch Emotionen und Stimmungsschwankungen .

Die Aufgaben von Qi :

Qi besitzt eine aktive, bewegende Funktion, eine wichtige Yang – Komponente.

Gu Qi soll umwandeln, hilft die Nährstoffe in Xue, Qi , Yin Ye zu transformieren und zu transportieren sowie ausscheiden.

Wei Qi soll schützen, Körperabwehr, vor dem Eindringen von äusseren P.F.

Geng Qi antipathogene Qi, entfernt P. F. aus den Organen.

Zhen Qi schützt wahre Qi bildet Essenz aus angeborener und erworbener Energie .

Die Verschmelzung von Shen und Jing heisst Yuan Qi .

Yuan Qi ererbt, angeboren.

Jing Qi Essenz, stammt vom reinen Yin des Universums

Zong Qi hebt, wärmt	wird in der Niere aufbewahrt. das Qi des Thorax, versorgt Xin und Fei, somit treibende Kraft für Atmung und Blutzirkulation
Da Qi	wird durch die Lunge, Fei aus der Luft aufgenommen.
Ying Qi	zirkuliert im Luokanal, hat nährenden Aspekt auf die Organe und zirkuliert im Meridiansystem. Ueber die Luo – Passagepunkte ,den Verbindungsmeridian kann das Yuan Qi, können die Quellpunkte erreicht werden. Berücksichtigt werden müssen hier die 8 Prinzipien, das Gleichgewicht von Fu - aussen, Zang - innen, Yin und Yang, Shi und Xu, Fülle – Leere, sowie , shu und mu, vorne – hinten, sowie Sanjiao, oben – mitte, unten.

#### 4. Sheng - Entstehungszyklus:

Entsprechung der Wandlungsphasen, in Verbindung mit Yin und Yang im Zyklus der Jahreszeiten.

In der Wandlungsphase ernährt jede die folgende und wird von der vorherigen genährt. Es bestehen zwei Zyklen der Entstehung : Der Vorgeburtliche und der Nachgeburtliche.

Der Vorgeburtliche ist dem Wasser, der Niere zugeordnet. Der Geist wird durch das Wasser zum Herzen weitertransportiert und das Urqi wird so von Leben zu Leben weitergegeben. Im Herzen wohnend wird er durchs Feuer, individuell verteilt.

Das Holz ( Geist – Seele ) ernährt das Herz ( den individuellen Geist, ) so kann unsere Wasserenergie bei unserem Tode als entwickelter Geist in die Ewigkeit eingehen.

Die Wasserenergien sind die Quelle des E Q , der Intuition und der Lebenskraft.

Die Niere speichert die Essenz und ist für Geburt, Wachstum, Entwicklung und Fortpflanzung zuständig.

Die Beziehung zwischen Essenz (materieller Grundlage) und Geist befindet sich in einem ständigen, dynamischen Austausch. Wenn der Geist schwach ist, leidet auch die Essenz.

Bei einer Nierenessenzstärkung profitieren somit auch Leber und Herz.

Essentiell ist auch das Potential der Erbenergie der jeweiligen Wandlungsphase.

Ein Ungleichgewicht in einer bestimmten Wandlungsphase kann sich stark auf die Entstehung oder Entwicklung einer Krankheit auswirken.

Ein Schock in der Schwangerschaft gibt dem Kind weniger Jing mit, es wird eine schwache Nieren und Blasenleistung haben.

## 5. Holz

entspricht dem Frühling mit den Meridianen Leber und Gallenblase in der Körper,- Geist,- und Seelenwirkung, hat die Leber 1 – 3 h, die Aufgabe eines Heerführers, die G B, 23 – 1 h, die, eines höheren Beamten. Holz heisst – gerichtet sein...

Ist für die Wiedergeburt des Seins verantwortlich, des Durchsetzungsvermögens in der Entwicklung. Ein Mensch, der in der Holzphase stecken bleibt, kann masochistische Züge entwickeln. Holz entspricht dem jungen Yang. Holz produziert Feuer.

## 6. Feuer

ist der Ausdruck von Ordnung und harmonisiert die Energien, die der Freude und der Liebe Ausdruck verleihen.

Das Feuerelement entspricht dem Sommer, die Tageszeit ist Mittag fürs Herz, 13 – 15 Uhr für Dünndarm, 19 – 21 für K S und 3 E von 21 – 23 Uhr. Das Herz hat die Rolle des obersten Fürsten, der Dünndarm als Beamter, der Scheider von Reinem und Unreinem sei. Der Herzbeutel als Botschafter, er übermittelt den königlichen Willen, der dem Volk Freude bringt. San Jiao ist die Quelle aller Seewege des Körpers.

Der obere 3 E ist wie ein Nebel, der mittlere 3 E ist wie eine Gärkammer und der untere 3 E ist wie ein Abzuggraben.

Das Yang erreicht seinen Höhepunkt, das mächtige Yang.

Feuer erzeugt Erde.

Die spirituelle Energie Hun wird Feuer, also dem Herzen zugeordnet.

## 7. Erde

heisst Bindung, Abgrenzung, unsere Nahrung kommt aus der Erde.

Ein gesundes Fundament haben.

Eine starke Mitte heisst gut geerdet sein.

Unsere Kraft und hauptsächliche Energie beziehen wir aus der Fruchtbarkeit und Fülle der Erde.

Denn alle Dinge, die vom Universum erzeugt werden, treffen im Zentrum aufeinander

Die Erde verbindet uns mit dem Universum.

Die Erde entspricht dem Spätsommer und die dazugehörenden Organe sind Milz und Magen. Die Milz von 9 – 11, ist zuständig für die Verteilung der Energien, der Magen, von 7 – 9 der Speicher, Umwandler der Nahrung in Energie. Erde bringt Metall hervor.

## 8. Metall

heisst Transformation, Mineralien, das Salz der Erde, Substanz, Festigkeit, die Jahreszeit ist der farbenprächtige Herbst,

das junge Yin, der Uebergang zum Nachdenken,

Metall ist zuständig für enge oder lockere Bindung, die Lunge erlaubt uns, eine Beziehung nach aussen des Gebens und Nehmens aufzubauen.

Aelterwerden, Ernte einbringen.

Die Organe Lunge, deren Höhepunkt 3 – 5 Uhr ist, als Empfängerin der Energien, von der die rhythmische Ordnung ausgeht. Aufwachen, Durchatmen und einer engen

Beziehung zu Geben und Nehmen in einer Entwicklungsphase, wie der Pubertät, wo zum ersten mal eine natürliche Autorität nach aussen zum Tragen kommt,

Daqi kann durch die Lunge aus der Luft aufgenommen werden.

Der Dickdarm, von 5 – 7 Uhr, ist der Minister, der die Aufgabe hat, Energie aufzunehmen und auszuscheiden. Im Nei Ching erhält der Dickdarm die Funktion eines Erzeugers von Wachstum und Wandler.

Metall produziert Wasser.

## 9. Wasser

Ist Macht, die Wandlungsphase des Winters - Das mächtige Yin.

Die Energie des Wassers gibt die Lebensenergie vom Moment der Zeugung an, wenn der Drache sich erhebt und steht in Beziehung zum göttlichen Geist und vereinigt uns mit der ganzen Schöpfung. Es gibt nichts weicherer und schwächerer als Wasser. Und doch die Art, wie es dem Harten zusetzt, kommt nichts gleich. Es ist unveränderbar und lebensnotwendig .

Die Organe sind die Niere und die Blase, die Niere ist die Wurzel des Lebens, die Zeit von 17 – 19 Uhr und die Blase von 15 – 17 Uhr.

Wasser bringt Holz hervor.

Bezug zum Wasser hat die schwere, stoffliche Energie Zhiqi. Jingqi ist das Nierenessenzqi.

## 10. Kontrollzyklus

Kontrolliert wird jede übernächste Phase und wird selbst von der Vorletzten kontrolliert. Diese Kontrolle begünstigt ein selbstregulierendes Gleichgewicht untereinander. Bei einem Ungleichgewicht verschiebt sich die Richtung und es findet eine Verachtungs – oder Ueberwindungssequenz statt.

Holz kontrolliert und bedeckt die Erde und wird von Metall kontrolliert, oder organspezifisch, Herz kontrolliert die Lunge, Milz die Niere, etc.

- Feuer schmilzt Metall
- Erde hält das Wasser auf
- Metall fällt Holz und
- Wasser löscht das Feuer

Zum Kontrollsystem zählt man auch die Beeinflussung durch Emotionen und dadurch die Entstehung von Disharmonien oder Blockaden des Qi, das Element kommt somit in den Verachtungszyklus.

Qi ist die unentbehrliche Lebenskraft und wenn sie ausgewogen vorhanden ist, Gesundheit verkörpert.

Bei einer Dysbalance stellen sich unweigerlich Probleme ein.

Zorn verletzt Leber

Zorn kontrolliert Nachdenken

Freude verletzt Herz

Freude kontrolliert Traurigkeit

Nachdenken verletzt Milz

Nachdenken kontrolliert Angst

Traurigkeit verletzt Lunge

Traurigkeit kontrolliert Zorn

Angst verletzt Niere

Angst kontrolliert Freude

Die Resonanz der Entsprechungen in Verbindung zu den Organen im energetischen Sinne.

Funktion:

### Holz Mu

Leber General,  
Gan

Gallenblase Richter, Beamte  
Dan

### Feuer

Herz Kaiser  
Xin  
Dünndarm Beamter  
Xiao Chang Scheider

K S Perikard Botschafter  
Xin Jiao  
Dreifacherwärmer  
Koordinator  
San Jiao

### Erde Tu

Milz Regierungsbeamter  
Pi

Magen Proviantmeister  
Wie

### Metall Jing

Lunge Fei  
Ordnungsminister

Dickdarm Da Chang  
Taoverkünder

### Wasser Shui

Niere Minister  
Shen

Blase Beamter  
Pang Guang des Scheidens

## 11. Himmelsrichtung

In der chinesischen Kosmologie waren Himmelsrichtungen den unseren entgegengesetzt. Der Kaiser stand im Süden und schaute nach Norden, der Süden wurde also dem Himmel gleichgesetzt und deshalb oben angesiedelt und das Volk schaute vom Norden her gegen Süden, also von unten nach oben.

Im Feng Shui, einer Wissenschaft von Wind und Wasser, Geomantie, werden in Ausnutzung der kosmischen Energien und in Harmonie von Yin und Yang die optimalen Bedingungen berechnet und in Position zu den Bergen, Tälern und Flüssen ringsherum gebracht. Heute wird Feng Shui bereits vielerorts erfolgreich im Westen beigezogen, wenn es darum geht, sich seine Kuazahl, und somit positive Richtung auszurechnen, um zu einer optimalen Schlafrichtung, Erfolgsrichtung etc. zu gelangen. Bei einem Neubau in China werden die Pläne in Miteinbezug der Umgebung, die Form des Hauses, Zimmer, Fenster und Türen werden entsprechend ausgerichtet. Gartenanlagen, ja, ganze Quartiere plant man im Einklang mit den Fünf Elementen. Es ist wichtig, dass die Energien frei zirkulieren können, keine Blockaden entstehen. Man schafft freie Durchgänge, um den Wind und die Dämonen zirkulieren zu lassen. Solche Orte erzeugen ein Gefühl von grossem Wohlbefinden, nur vergleichbar mit den Kraftplätzen in freier Natur. Die Ausgewogenheit der Energien, die beim Besuch eines dieser Plätze, Klöster, oder Bauwerke erfährt, kommt dank des freien Flusses der vereinten Kosmischen mit der Erdenergie zustande.

Berücksichtigt wird selbstverständlich stets eine Ausgewogenheit in Farben, Formen und Anteil von Yin und Yangaspekt. Es gibt viele Beispiele in der Architektur, die nach eben diesen günstigen Voraussetzungen entstanden sind. Die Oper in Sidney, mit ihrer Muschelform entspricht dem Feuerelement und liegt im Kontrollzyklus günstig am Wasser, die Glaspypamide des Louvre ist wohl Yinig, lässt aber viel Sonne durch und dies schafft den Ausgleich. Die Pariser La Défense, umfasst ein ganzes Quartier und strahlt mit ihrem Prunkstück, La grande Arche sehr viel Harmonie aus.

Die Chinesen rechnen selbstverständlich auch günstige Bedingungen aus, die zu einer glücklichen Partnerschaft führen können. Da werden vor jeder Heirat die Beiden und ihre

Familien genau nach Herkunft Geburts – ort und - Zeit ect . unter die Lupe genommen, man berechnet ein genaues Hexagramm , um günstige Voraussetzungen zu schaffen und möglichst negative Einflüsse für die Zukunft auszuschliessen. Dazu eine Erklärung über das Buch der Wandlungen, Yi jing oder I Ging oder I Ching, Die zehn Flügel, das aus der Han – Dynastie 220 J vor – 200 J. nach Chr. entstand.

Das Zusammenfliessen philosophischen Gedankengutes in Verbindung mit Orakelantworten, sowie Naturbeobachtungen, wurden die spirituellen, emotionellen, ethischen und philosophischen Fragen in ursprünglich 8 Bagua ( Zustände ) in 64 Trigrammen, Hexagrammen festgelegt. Sie sollen, ohne Anspruch auf Vollständigkeit zu haben, die menschlichen Lebenssituationen widerspiegeln und somit beantworten. Jedes der 64 Zeichen im I Ging kann durch Bewegung von einem oder mehreren Strichen in ein anders übergehen. So erhält man  $64 \times 64 = 4096$  verschiedene Zustände, die alle möglichen Situationen des täglichen Lebens ausschöpfen. Bestimmt auch durch das verwirrende Orakellesen entstand ein Beigeschmack des Unglaublichen. Denn langjährige Erfahrung und ein umfassendes Wissen waren Voraussetzung zur Auslegung und Anwendung der alten Mysterien und wenn die Einsicht fehlte, tischten Scharlatane den Leichtgläubigen ihre Märchen auf. Es war verantwortlich für sehr viel Verwirrung bei den damaligen Philosophen, wie auch als anregend für neue Denkprozesse, denn, Konfuzius, wie Laotse sollen sich damit auseinandergesetzt haben, und viele Aphorismen entstanden in jener Zeit. Kungtse hat dann wohl die heutige Fassung geschaffen.

Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Osten	Süden	Mitte	Westen	Norden

Im Osten geht die Sonne auf im jungen Yang,  
im Süden entfaltet die Sonne mittags ihre volle Kraft, das grosse Yang,  
im Westen beginnt der Abend als kleines Yang,  
und im Norden , in der Dichte des grossen Yin, kommt abends alles zur Ruhe.

Eventuell ist eine mögliche Erklärung , weshalb man einem undefinierbaren Reisetrieb nachgehen will, der, dass es Jemanden nach Süden zieht, nicht bloss, die Suche nach Wärme. Heute ist es sehr einfach, in kurzer Zeit an die entlegensten Orte der Welt zu gelangen. Vielleicht war auch Chr. Kolumbus mehr als ein begnadeter Abenteurer und wenn wir einmal den Blickwinkel verändern, öffnet sich uns der Horizont mit seinen 10 000 Dingen.

Es könnte beispielsweise sein, dass neben der Faszination der chinesischen Mythologie und ihrer Verinnerlichung, die Franz Thews so oft in den Osten zog, ihn doch sein Karma als Dreier in den Westen zurück führte, um sein umfassendes Wissen an die Da – bi – ze, Langnasen weiterzugeben.

## 12. Jahreszeit

Frühling

Sommer

Spät-  
Sommer

Herbst

Winter

Lenz kleidet die Gehölze in leuchtendes Grün

Sommerzeit, brennende Sonne lässt das Land erglühen

Die Erde bleibt ohne Ungestüm

Schwermütiger Herbst taucht die Welt in Gold und Rost

Gestrenger Winter bedeckt die Wasser mit Frost.

Die Anwendung der Antiken Punkte sollte im Vergleich mit den Entsprechungen und ihrer Wirkung auf die Organe in Beziehung zu den Jahreszeiten beigezogen werden.

In der Literatur stehen widersprüchliche Hinweise zur Anwendung.

Die 5 Antiken Punkte werden vorzugsweise prophylaktisch verwendet.

Im Frühjahr verwende die Yin – Quellenpunkte.

Im Sommer die Shu – Bachpunkte.

Im Spätsommer die Jing – Flusspunkte.

Im Herbst werden die He – Meerespunkte genommen  
und im Winter die Jing – Brunnenpunkte.

### 13. Klima Lin Yin

Wind

Hitze

Nässe

Trockenheit

Kälte

Holz korrespondiert mit Wind, das heisst, reagiert man empfindlich auf Wind, besteht eine Disharmonie im Holz, ev. eine Leberqistagnation , Wind greift die Sinnesorgane an, der Wind verursacht 100 Krankheiten.

Feuer mit Hitze, das heisst, die Hitze wird schlecht ertragen, bei einem Ungleichgewicht in Feuer, ein typisches Herzinsuffizienzzeichen.

Erde mit Feuchtigkeit, die Milz hasst Nässe abgrundtief, Feuchtigkeit ist schwer und trüb.

Metall mit Trockenheit, deshalb verletzt Trockenheit die Lunge, schädigt Yin und Xue, Therapie wäre, die Säfte zu nähren.

Und Wasser mit Kälte, Kälte zieht zusammen, Ansammlung von Kälte führt zu Schmerz, kann zu Qi, Yang und - Xue stagnation führen,

In uns aufgeschlossenen, intelligenten Bewohner dieser Erde sollte die Erkenntnis wachsen, dass durch die Ausbeutung der natürlichen Ressourcen, wir schnell in eine extreme Disbalance der Energien geraten, die sehr schwer wieder in eine harmonische Balance zurück zuführen ist.

Was einmal zerstört ist, bleibt zerstört, ein Ungleichgewicht kann hingegen noch ausgeglichen werden. Das ökologische Gleichgewicht der Erde hat exakt dasselbe energetische Muster wie jedes Lebewesen darauf, ein < Aus der Balance geraten > beginnt zuerst über das Empfinden, die Psyche und eine physikalische Störung manifestiert sich anschliessend bei Nichtbeachten der vielen vorgängigen Zeichen. Ein Vergleich der heutigen , extremen Verhältnisse mit den Naturbeobachtungen der Chinesen drängt sich beinahe auf. Parallelen ziehen könnte man mit Beispielen aus aller

Zeit und der ganzen Welt. Sei es der biblische Noah, der voraussah, dass die Erdachse kippen könnte, sei es einer der zahlreichen Forscher, Astrologen, Propheten oder Philosophen, wie Aristoteles, Plato, Nostradamus, sei es Galileo Galilei, Hildegard v. Bingen, Kant oder Goethe, Jeder von ihnen war ein Meister in Beobachten der Naturerscheinungen. Sei es ein Mesmer, der das Od neuentdeckte, oder ein Hahnemann, der das Aehnlichkeitsgesetz festlegte, und die Energetisierung mittels Medium durch Verschüttelung fand. Die Information wird wohl durch das energetische Resonanzprinzip im Extrazellulärraum auf die menschliche Zelle übertragen.

( Homöopathie zusammen mit TCM in Verbindung zu bringen, zwei solch gewaltige Komponenten, wäre auch ein spannendes Diplomarbeitsthema. ) Sei es Hippokrates oder Paracelsus, nicht zu vergessen, der Viktor Schauberger, dessen Wahlspruch hiess: Kاپieren und Kopieren und die kuriosesten Erfindungen machte. Apparaturen herstellte, die sogar im Dritten Reich Anklang fanden. Er beobachtete den Flug der Vögel, das sich Tragen lassen der Fische. Er zog Parallelen von der Temperaturmessung und Anzeiger von Gesundheit und Krankheit beim menschlichen Blut oder dem Wasser in der Natur. Er beobachtete, wie beim Pflügen mit Eisen, die Kraftlinien geschnitten würden, erfand einen Kupferpflug, er nannte die feine Dunstschicht, die durch Verdunstung gebildeten Kristallteichen, die eine Strahlung anziehen und abgeben, das Jungferhäutchen der Erde. Er beobachtete Forellen, die beim Ueberspringen eines Wasserfalles sich hochschrauben und baute in selber Manier verschiedene Apparate nach dem Vorbild der energetischen Bewegung von Luft und Wasser energieproduzierende Maschinen. Einen Repulsator, einen Wassergyro, erklärte, mit Vergleich zu Yin und Yang Bewegungsformen, eine zentripedale, zyklische Spiralbewegung entspreche der sinkenden Temperatur, somit Kontraktion, und eine zentrifugale sei gleichbedeutend mit Wärme, Ausdehnung, Expansion und Explosion. Seine Beobachtungen blieben nicht bloss Theorie, er hatte die Fähigkeit, sein Wissen praktisch umzusetzen. Er baute berühmte Holzschwemmanlagen, darüber existiert noch ein Film, die Technik dazu hatte er einer Wasserschlange abgeschaut. Er zog Vergleiche mit der heutigen Technik, die leider die natürlichen Bewegungen der Natur nicht miteinbeziehen, als Beispiel, die nicht

genutzte Abfallwärme der Verbrennungstechnik, eine gefährliche Erwärmung der Erdoberfläche, und damit die chemisch – aktive Sperrzone rund um die Erde zerstöre. Die Zerstörung der Wälder, des grünen Erdgürtels verändere die Ozonschicht. Er warnte davor, dass durch Abholzen das Wasser verschwinden, und somit das ganze Ökosystem beeinflusst werde, Pflanzen und Tierarten würden verschwinden. Folgen der Senkung des Grundwasserspiegels würden Überschwemmungs – Katastrophen und ein Ungleichgewicht im Niederschlag sein.

Er gab Studien heraus zur Rheinregulierung und vieles mehr.

Wir erleben die Folgen bereits jetzt, die Eismassen schmelzen, das Meeressniveau steigt an, Überschwemmungen, extreme Stürme sind die Folge. Durch Verbauung und Verhärtung grosser Flächen der Erde können die Wassermassen nicht versickern.

Dagegen werden vielerorts wegen Rentabilitätsdenken die Alpen nicht mehr bewirtschaftet, das Ökologische System ist durch Überdüngung schwer gestört, die Berghänge rutschen ab, durch die Erwärmung sind die Wintersportorte nicht mehr schneesicher, der Mensch greift erneut ein und stellt Millionenschwere Schnee - maschinen her, die wiederum durch Belastung des Grases, die Milchwirtschaft beeinflussen, usw. usw. Gleichzeitig entstehen neue Wüsten und bereits heute haben Zweidrittel der Menschen zuwenig Nahrung und kein Trinkwasser. Sowenig wie die Züchtung von Hybriden in den Grundnahrungsmitteln eine Lösung darstellt, ebenso wenig wird die Globalisierung der Weltmärkte den Welthunger einzudämmen vermögen. Wir sollten lernen, mit den Ressourcen der Erde haushälterischer umzugehen.

## 14. Tageszeit

Jedem Element wird im Tagesverlauf eine Zeit mit grösserem Einfluss auf die Organfunktionen zugeschrieben. In dieser energetischen Phase können sowohl grosses Wohlfühl und kraftvolle Funktionstüchtigkeit der Organe, wie auch entsprechende Störungen auftreten. Weiter können mit optimalem Erfolg, Medikamente verabreicht werden. Hormone und Enzyme erfahren eine starke Veränderung, spezifische Therapien sind viel effizienter in Beachtung der Tagesrhythmen, der sogenannten Hochzeiten der Organe. In Miteinbeziehung beider Polaritäten könnte das heissen, dass sich ein Gallenstein regelmässig um Mitternacht meldet, Hochalpinisten steigen müheloser in der Lungezeit auf die höchsten Gipfel, dagegen ist ein Asthmatiker um diese Zeit am Anfälligsten. Die Chinesen machen ihre Thai – Qi übungen am frühen Morgen in den Parks, wenn die Luft noch frisch ist. Ebenso ist die natürliche Zeit für Stuhlgang im Metallelement, usw.

GB 23–1	He 11–13	Ma 7-9	Lu 3–5	Bl 15-17
Le 1–3	Dü 13–15	MP 9–11	Di 5-7	Ni 17-19
	KS 19–21			
	3E 21-23			

## 15. Farbe

Grün

rot

gelb

weiss,

blau

Metall

schwarz

Jede Krankheit entspricht einer der fünf Farben. Die äussere Erscheinung muss oben, unten, links und rechts betrachtet werden. Sie manifestiert sich als Nuance im Gesicht. Die Vorliebe oder Verabscheuung zu einer Farbe kann sich in der Kleidung oder in den Farben zeigen, in denen man sich gerne umgibt und gilt als weiterer Puzzlestein zum Gesamtbild, sollte hingegen nicht überbewertet werden. Man lässt sich unbewusst oft durch einen Modetrend beeinflussen.

Gezieltes Einsetzen der Farben in Verbindung mit anderen Faktoren, zum Beispiel Essenzen, Aromaölen oder homöopathischen Mitteln in den entsprechenden Organzonen oder Meridianen, kann bereits viel zur Umstimmung beitragen.

Die Heilwirkung durch Lebensmittel kann natürlich durch Beachtung entsprechender Form, Farbe, thermischer Wirksamkeit, klimatischer Herkunft, und physikalischer Zusammensetzung Einfluss nehmen.

## 16. Geruch

Ranzig

verbrannt

aromatisch

stechend

faulig

Den eigentümlichen Geruch bei einem Ungleichgewicht kann unverwechselbar wahrgenommen werden. Die Uebersetzung aus den chinesischen Schriftzeichen hat wohl zu unterschiedlichsten Auslegungen geführt.

Der ranzige, widerliche Geruch, ist typisch für eine Leberhitze .

Der verbrannte , versengte Geruch im Feuerelement ist auch unverwechselbar bei einem Herz – oder Dünndarmfeuer.

Der süssliche, ekelerregende Geruch ist oft mit einer Milznässe verbunden.

Eine Erklärung zum vermoderten, Geruch wäre, im Zusammenhang mit Erde zu verstehen, es kann nicht verdaut, nicht integriert werden, oder der Hyperglykämische, der das viele Süsse nicht mehr verdaut, riecht ähnlich.

Der stechende, ätzende Geruch im Metallelement ist meist mit chronischen Lungenerkrankung, mit Schleim oder dem Dickdarm in Verbindung zu bringen.

Der faulige Geruch ist typisch bei Nässe oder Nässe – Hitze der Blase oder der Niere.

## 17. Geschmack

Sauer            bitter            süss, eklig            scharf, pikant            salzig

Im Falle einer Störung sollte der Geschmack des kontrollierenden Organes gemieden werden. Die Wirkung der 5 Geschmacksrichtungen :

Der saure Geschmack geht zur Leber, bei Störung sollte scharf gemieden werden.

Der bittere Geschmack geht zum Herzen, bei Herzerkr. sollte salzig gemieden werden.

Das Süsse geht zur Milz, bei einer Störung sollte sauer gemieden werden.

Der scharfe Geschmack geht zur Lunge, bitter sollte bei Lungenerkr. gemieden werden.

Das Salzige geht zur Niere, bei Nierenerkrankung das Süsse meiden

Die Vorlieben einer bestimmten Geschmacksrichtung lassen auf die aktuelle Befindlichkeit und das dazugehörige Element schliessen.

Gezielt kann auch Einfluss genommen werden in der Stärkung oder Vermeidung einer bestimmten Geschmacksrichtung. Sie dient oft als Indiz zu einem Ungleichgewicht der Harmonie. Der ständige Heisshunger auf Süsses kann bedeuten, dass die Milzfunktion gestört ist. Man will einen Mangel im Erdelement ausgleichen.

Findet ständig ein Salzmissbrauch statt, werden die Energien nach unten geleitet, man trocknet aus, wenn die Geschmacksknospen vielleicht durch Rauchen bereits unempfindlich geworden sind, wird der Salzkonsum ständig erhöht und die Niere kann nachhaltig geschädigt werden. Gleichzeitig können Hitzeerkrankungen der Leber , Gallenblase und des Herzens begünstigt werden.

Sauer ,

führt die Energien im Holzelement nach oben. Es hilft Qi aufbauen. Kontrolliert Körperflüssigkeiten und Yin. Wirkt adstringierend. Im Frühling , wenn der Wind die grösste Wirkung auf Leber und Gallenblasenfunktion ausübt, können sich Sprossen, grüne Gemüse, Salate und Kräuter sehr positiv auswirken.

Zusammenziehen, vor Säfteverlust bewahrend sind säuerliche Teesorten, Obst .

Bei energetischen Mangelzuständen des Milzqis sollten säurebildende Milchprodukte, Tomaten und saure Tees gemieden werden. Bringt die Leberenergien durcheinander.

Bitter,

Kalt, erfrischend, leitet Energien nach unten. Beseitigt Hitze und Nässe – Hitze. Bei Nervosität und Stress. Der bittere Geschmack geht zu den Knochen.

Nach einer heissen Mahlzeit mit Lamm, Rotwein Schwarztee, Kaffee, Zigaretten, deren Missbrauch einen Yinmangel zur Folge hätten, kann durch die Hilfe eines Artischockenlikörs, durch würzen mit Rosmarin, Origano und Thymian Ausgleich geschaffen werden.

Im Sommer bei grosser Hitze, Schwitzen und Unruhe des Herzens, wirken als Erfrischung bittere Salate, Obst, Beeren neutrale Getreide und Sprossen.

Süss,

entspricht der Mitte. Harmonisiert durch die Erdenergien den ganzen Organismus .

Die Elastizität der Muskeln und des Bindegewebes hängen von einem ausgeglichenen Milz – Qi ab. Ein Milzqimangel zeigt sich schnell in Wasseransammlungen.

Süss befeuchtet . In der Kinderernährung spielt die Harmonie des süssen Geschmacks eine Hauptrolle. Zur Stärkung bei Leerezuständen und Schmerzbehandlung.

Der süsse Geschmack geht zu den Muskeln, er kann sich daher in Muskelschwäche manifestieren. Als Energieräuber sieht man bestens am Beispiel bei Dicken, dass übermässige Feuchtigkeit zu Schleim und Stagnation führt. Die Kombination von

Milchprodukten mit Zucker bewirkt ein Aufquellen der Zellen und raubt Energie, deshalb ist die Folge Antriebslosigkeit und Lethargie.

Scharf

Der scharfe Geschmack verteilt Qi, und leitet nach oben.

Zerstreut und löst Stagnationen.

Wirkung ist im Herbst spezifisch, da scharf, warm tonisiert und Abwehr schafft.

Ingwertee öffnet die Poren, Cayennepfeffer, Chili, Curry und Muskat sind warm, Gemüse sind Lauch, Meerrettich, Zwiebel, Knoblauch, Liebstöckel, Kümmel, Senf, alle Wildgeflügel und Hase.

Kühlend sind Reis, Rettich, Kohlrabi, Kresse, Geflügel und Pfefferminztee

Mandel laxiert, Aprikose ist ein Antidotmittel

Salzig, aufweichend,, in kleinen Mengen säfteaufbauend, leitet die Energie nach unten.

Im Winter regelmässig Hülsenfrüchte essen. Hülsenfrüchte und Fische sind warm.

Spargel ist kalt, bitter, süß, hat diuretische Wirkung auf Lunge und Nieren.

Meerträubel lösen Stauungen im Wasserhaushalt, bei Kälteschäden

Kalt sind Algen, Agar – Agar, Malz, Sojasauce, Miso und Mungobohnen

## 18. Emotionen

Emotionen wirken sich stets aufs Nervensystem und somit auch auf den Hormonhaushalt aus und lösen damit bestimmte Vorgänge aus. Wenn sie durch Aktivitäten oder durch verbale Äußerungen abgebaut werden können, richten sie keinen Schaden an, sie werden entladen. Durch Verdrängung kann Stagnation der Energie oder Schmerz entstehen.

Wut, Zorn	Freude	Sorge	Trauer	Furcht
	Lust	Mitgefühl		
	Angst			

In der T C M haben die Emotionen eine andere Bedeutung als bei uns.

Da wird Wut, Zorn nicht so negativ bewertet, Zorn heisst auch, eine Veränderung herbeiführen wollen, sich selbst verwirklichen, sich ausdehnen, wie eine Pflanze, die nach oben ans Licht strebt.

Akuter Zorn hingegen heisst, da ist Feuer in Holz geraten, das heisst, Leberblut ist in Hitze geraten.

kalter Zorn, die kalte Schulter zeigen, das heisst, Metall im Holz, weinen vor Wut heisst Erde in Holz.

Lang verdrängte Emotionen führt zu Retention in Leber oder Gallenblase, bis hin zu Schleim.

Lust, Freude kann das Herz schwer schädigen. Dazu gibt es viele Beispiele.

Freude, Angst oder eine starke Erregung können die Blutzufuhr zum Herzen sehr beeinträchtigen, einen Schock auslösen, den gesamten Kreislauf beeinflussen.

Wie oft wird eine Migräneattacke durch freudige Überraschung ausgelöst.

Angst heisst, Kampf oder Flucht.

Das Herz kann bei einer Angstattacke den Geist nicht mehr kontrollieren.

Der Geist verwirrt sich.

Ein volles Herz kann auch überfließen, es äussert sich voller Lebensfreude in blumigen Worten, oder aber, es ist unfähig, sich in der Liebe mitzuteilen oder äussert sich sogar in Sprachstörungen.

Grosse Angst oder Freude kann den Herzbeutel stark schädigen und sich dramatisch in einer Hysterie oder Manie manifestieren,

Uebermässiges Nachdenken, grübeln wird die Milz beeinflussen und dadurch, in Leere entweder Durchfall oder Verstopfung bewirken und somit erneut zu einer Störung des Denkens führen. Das sonst aufsteigende Milz – Qi versorgt das Gehirn nicht mehr. Die Gedanken und Pläne können nicht koordiniert werden, es könnte auch zu Tagträumerei und somit Unbewältigung und Unsicherheit im Alltag führen.

Kummer und Trauer schädigt die Lunge, sie verteilt die Energie nicht mehr ausreichend. Die folgende Schwäche zeigt sich vor allem im oberen 3 E, man sieht es bereits an der eingesunkenen, traurigen Gestalt. Wenn keine Veränderung herbeigeführt wird, entstehen ernsthafte Probleme.

Furcht und Angst vor Versagen kann zu Machtlosigkeit und Unzulänglichkeit dem Leben gegenüber führen, es belastet damit stark die Blase und ihr Partnerorgan Niere.

Der ganze Elektrolythaushalt ist gestört, das Nieren – Yin kann sich erschöpfen, und somit seine Aufgabe nicht mehr wahrnehmen, das Gehirn zu versorgen, was zu Konzentrationsschwäche führt.

Umgekehrt führt oft eine Nierenschwäche zu Unruhe und Angst.

Das Ni – Yin wird auch durch langanhaltende Traurigkeit geschädigt und das Nieren – Yang durch chronische Angst, nach Dr. Shen.

## 19. Evolution

Geburt

Wachstum

Reife

Ernte

Tod

Wiedergeburt

Geburt

Holz , - der Same muss keimen, Triebe machen, Blätter entwickeln, bevor der Baum blühen und Früchte tragen kann.

Er wächst gleichzeitig nach oben, aussen unten und innen.

Wachstum

sei mit einem Zitat aus dem Su wen gesprochen :

Was ist der Geist ? Der Geist kann nicht mit dem Ohr gehört werden. Das Auge muss in der Wahrnehmung ausgezeichnet sein, das Herz muss offen und aufmerksam sein, dann wird der Geist plötzlich in unserem Bewusstsein enthüllt. Nur das Herz kann alles ausdrücken, was wir schauen können.

Das Herz nimmt den Geist, die göttliche Eingebung auf und beherbergt sie.

In uns ist eine Sehnsucht nach Gesundheit und Lebensfreude, die Triebfeder unserer Lebenskraft. Sobald diese fehlt, entsteht Verzweiflung, Resignation, die sich als Lebensüberdruß äussern kann.

Reife

Die Verteilung der Erdenergien sind wichtig. Wenn der Boden gut vorbereitet ist, kann die Saat gedeihen und wachsen, ansonsten verkümmert das Pflänzchen.

Gut zentriert, geerdet sein, aus dieser Mitte kann man stets neue spirituelle, psychische , wie physische Kräfte schöpfen. Indizien für unausgewogene Erdenergien erkennt man an unausgegorenen Ideen., unreifen Personen, das Festhalten an fixen Ideen, oder an rechthaberischen Äusserungen.

## Ernte

Wer nichts säet, auch nichts erntet

Das Holz gibt die Richtung an,

das Feuer liefert den Ausdruck der Leidenschaft dazu,

die Erde die Bindung und das Metall sorgt für Festigkeit, Struktur, vielleicht

zurückzuführen auf den Halt, der uns die Mineralien liefern, dazu sind sie ideale Leiter für

Wärme, elektronische Verbindung zur Aussenwelt, Mineralien der Erde ergänzen unsere

Nahrung .

Zu jeder Zeit wurden um Gold oder Silbervorräte gekämpft und ganze Völker vertrieben

oder ausgerottet und es werden wohl immer Völker deswegen gegeneinander kämpfen,

sei es unter einem Deckmantel, wie Heute um das schwarze Gold.

## Tod

Der Kreis des Lebens entsteht und vollendet sich im Element Wasser, dadurch sind Tod

und Geburt im Kosmos unwiderruflich vereint. Trennung beginnt bereits bei der Mitose,

und die Nächste ist die Geburt . Ein taoistischer Meister beschreibt den Uebergang mit

dem Vergleich eines Tautropfens, der nun ins leuchtende Meer gleitet, und Shen, der

Geist, kehre zur Quelle zurück. Denn der Geist sei dazu bestimmt, das Universum selbst

zu werden, im Augenblick des Todes den Kreis zu beschliessen, wenn der rote Vogel

uns in den Nebenraum begleite.

## 20. Träume

Träume werden wie überall differenziert interpretiert. In der T C M spricht man von Bildern, die ein belastetes oder aus der Balance geratenes Organ assoziieren könne. Eine Erklärung scheint mir recht einleuchtend zu sein. < Shenqi > der Geist, von dem es heisst, dass er tagsüber im Herzen wohne und falls er gesund sei, sich im klaren Glanz der Augen zeige, wenn er gestört oder wild sei, entsprechend stumpf, des nachts in der Leber residiere, könne für unruhige Träume der Menschen sorgen.

Träume können auch Aufschluss geben über das Yin – Yang Verhältnis und können durch Variieren, Informationen über den Verlauf einer Krankheit liefern.

Nachtängste treten auf bei einem Kontrollverlust der Grenze zwischen Bewusstsein und Unbewusstem.

Träume von Hunger und Durst können bei einem Mangel von Erdenergien auftreten. Mit dem Magen verbindet sich feuchte, flüssige Nahrung, mit der Milz trockene, also feste.

Wenn das Herz schwach ist, findet der Geist keine Ruhe und schwebt in der Nacht herum, was zu Schlafstörungen führt.

Deshalb wird auch abgeraten, Spiegel im Schlafzimmer aufzuhängen, man verbringt sehr viel Zeit im Bett und während des Schlafes sei die Seele des Menschen ungeschützt und verletzlich.

Wenn es heisst, bei Leberfülle träume man davon, zornig zu sein, ist das recht gut nachvollziehbar. Die einzelnen Elemente sollen folgende Bilder assoziieren :

Champignons	Feuer	singen	Tod, Eisen	Schiffe
Bergwäldern	Flamme	Hunger	Weinen	Tauchen
Kämpfen		Hügel		

## 21. Physiognomie

Aus Haltung, Blick, Bewegung und Auftreten eines Menschen lassen sich schon sehr viele Rückschlüsse ziehen.

Über die Haut, Haare, Zähne und natürlich die Fingernägel lässt sich manches Indiz eines Ungleichgewichtes oder die Schädigung durch einen pathogenen Faktor erkennen. Im Maciocia sind die Typen der 5 Elemente treffend erklärt. Meistens finden wir mehrere Aspekte in einem Menschen. Man trifft nur selten einen „reinen Typen.“

Das Hautcolorit, vor allem an bestimmten Gesichtszonen gibt uns weiteren Aufschluss.

blass lässt auf einen Qimangel schliessen,

leuchtend auf einen Yangmangel,

eine stumpfe Farbe heisst oft Xuemangel,

rot – Hitze, doch damit ist noch nicht klar, woher sie aufsteigt,

sind die Wangen rot, herrscht Yinmangel,

sind sie gelb, meist Milzqimangel,

graue Haut bedeutet Nierenqimangel,

Augenränder, meist dunkel, oft bläulich heisst auch Nierenqimangel,

Die Wahl einer bestimmten Farbe in der Bekleidung kann auch ein Hinweis sein, es könnte jedoch auch bedeuten, dass eine bestimmte Farbe nie gewählt wird, es müssen viele Nuancen beachtet werden, eine Vorliebe zu blau heisst nicht einfach, es mit einem Wassertypen zu tun zu haben. Aufschluss geben kann uns auch die Form der Hände, der Finger, die chinesische Handdiagnostik unterscheidet viele Arten von Handformen, runde, rechteckige, spachtelförmige längliche, zarte, bambusförmige und quadratische. Runde Handflächen lassen auf Feuer schliessen, sie sind extrovertiert, optimistisch. Rechteckige gehören eher zu einem introvertierten Menschen mit guter Immunstärke und lassen auf einen Erdmenschen schliessen.

Spachtelförmige haben dicke Handgelenke und Knöchel, oft auch löffelförmige Finger, die Finger verdicken sich zu der Spitze hin, das könnte bedeuten, dass der Mensch cholerisch ist und er eine Neigung zu Bluthochdruck hat,

die Trommelschlegelfinger kennt man auch in der westlichen Medizin, sie sind ein typisches Zeichen für Lunge und Herzinsuffizienz.

In der chinesischen Handdiagnostik beachtet man weiter die Linien, die Fingerabdrücke, man beachtet die Länge, Farbe, Krümmung und Stärke der Finger, jeder einzelne Finger hat seine spezifische Bedeutung. Bei den Fingernägeln achtet man auf Glanz, Farbe, Form und die Zeichen darauf.

Es gibt Nägel mit Flocken, Längsrillen, mit Querrillen versehen, oft lassen die Zeichen auf Ernährungsfehler schliessen. Sind die Monde gross, klein oder fehlen ganz. z. B. gelb und brüchig, lässt auf Pilzerkrankung durch feuchte Wärme schliessen – Leber behandeln. Abnorme Formen mit Krümmung nach oben ist Blut - oder Qimangel, kann auch Alkoholabusus oder Arthritis bedeuten, nach unten gekrümmt, heisst meistens He-, Gefässkrankheit, Volumenmangel. Lu / He beachten.

Der Geruch, den ein Mensch ausströmt, ist vielsagend, es ist nicht nur die Ausdünstung, eher eine Umhüllung. Ein Feuertyp riecht versengt, verbrannt.

Ein Erdetyp meist unangenehm eklig süss aus dem Mund.

Die Chinesen achten auf den Klang und das Volumen einer Stimme.

Man spricht etwa von einer metallenen, schrillen Stimme.

Aus der Haltung eines Menschen schliessen wir sowohl auf seine momentane körperliche, geistige, wie seelische Befindlichkeit.

Aufrechte, selbstbewusste Haltung lockere Schultern, ein beschwingter Schritt lässt nur ein ausgeglichener, energievoller Mensch zu.

Eine eingesunkene Gestalt, hängender Kopf und schlurfende Schritte lassen doch eher auf Schwäche, Angst oder mangelnden Muskeltonus schliessen.

Das Zusammenziehen der Beugemuskeln VORNE kann aber auch bedeuten :

Unterwürfigkeit, Depressionen, Angst, es kann auch eine Schutzhaltung sein, man bietet dem Angreifer wenig Fläche. Dagegen bietet ein dargebotener Brustkasten ( Machogehabe ) viel mehr Angriffsfläche.

Wir denken gleich an eine Leberstörung bei mangelndem Muskeltonus.

Unverwechselbar ist ein Holztyp mit seiner steifen Haltung, steifen Bewegungen und ev. rigider Sprache, aus seinem Vokabular hört man oft < ich will > Wenn ein Mensch in der Holzphase ( Frühling, Geburt, Wachstum ) stecken geblieben ist, energetisch, wie physisch, kann er eine masochistische Persönlichkeit entwickeln.

Der Blick sagt uns sehr viel, ist er direkt, weicht er aus, fixiert er, er kann unstedt, von oben herab, von unten herauf, devot sein.

Trägt der Mensch eine Brille, könnte ein Ungleichgewicht in Leber oder ein Gallenblasen – Qimangel vorliegen.

Die Bewegungen eines Menschen hängen erneut von seiner Befindlichkeit ab, zögernd, ängstlich, beschwingt, lässt aber stets auf Typenzugehörigkeit schliessen, nehmen wir wieder den Holztypen, bewegt er sich jetzt flink, redet schwallartig, erhitzt sich und fuchtelt mit den Armen, lässt darauf schliessen, dass er in Feuer geraten, und dementsprechend zu behandeln ist.

Die Zähne – Karies, zuviel Yangming, also ist der Zahnschmelz durchlässig für Bakterien, die eindringen können.

Sind die Haare struppig, wie bei einem Sulphurtyp. All das sind Indizien, die zusammen mit der Zungendiagnose , der Pulsdiagnose und der Anamnese helfen, das Gesamtbild und Muster herauszuarbeiten. Es ist interessant, bei Hutter und Ferronato findet man ähnliche Bilder wie in der T C M.

## 22. Sternbild

Zwillinge

Jungfrau

Stier

Schütze

Widder

Krebs

Waage

Löwe

Steinbock

Fische

Skorpion

Wassermann

## 23. Organ

In jedem der 5 Elementen wird ein Sinnesorgan gespiegelt oder geöffnet.

Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Auge, Nägel	Zunge Gesicht	Mund Haut	Nase	Ohren Kopfhaar

Die Augensymptomatik wird vom Holz regiert. Auch aus der Verlängerung der Sehnen, den Nägeln lässt sich manches Indiz ableiten. Ein Mangel lässt tiefe Furchen entstehen.

Das Herz regiert die Zunge. Die Ursache vieler Sprachfehler findet man im Feuerbereich. Die Kunst sich ädaquat auszudrücken, hat ihre Wurzeln im Feuerelement..

Wir atmen, nehmen die Nahrungsmittel und das Wasser der Erde durch den Mund in uns auf. Die Lippen zeigen häufig den Energiezustand von Magen und Milz an. Ebenso erdverbunden ist der Hals.

Eine trockene, wie eine rinnende Nase, plötzliches Niesen sind oft Ausdruck eines Unbehagens im Metall. Auch die Geschmäcklernase kann man hier einordnen.

Die Verbindung zum Wasser bezieht sich auf den Gehörsinn. Die Flüssigkeit in den Gehörgängen ermöglicht uns auch einen ausgezeichneten Gleichgewichtssinn. Der Embryo schwimmt bereits im Wasser. Auch unter Wasser ist es möglich, Geräusche oder Töne zu hören.

## 24. Gewebe

Muskeln	Gefäße	Muskelfleisch	Haut	Knochen
Sehnen	Blut		Schleimhaut	Mark

Bei Holzdisharmonie werden die Sehnen beeinträchtigt, sie können steif und gespannt sein, sogar die Muskulatur kann sauer reagieren, ständiger Muskelkater bei Belastung, oder eine Atrophie sollte ein Indiz sein.

Wenn ein Ungleichgewicht im Feuer auftritt, kann es Auswirkungen auf die Blutgefäße haben.

Bei einer Schwäche in Erde, verliert die Gestalt ihren Halt.  
Sie fällt sozusagen vom Fleisch,

Bei einem Ungleichgewicht in Metall, kann die Haut über ihre Lungenzugehörigkeit reagieren. Das kann sich als Schwitzen manifestieren, weil die Poren sich öffnen.  
Die Haut ist die dritte Lunge und kann mit Ekzemen oder Psoriasis reagieren.  
Die Reaktion über die Schleimhäute würde bereits tiefer wirken, nämlich als Lungenschwäche.

Die Niere hat Beziehung zu den Knochen und dem Mark. Bei Osteoporose oder öfteren Knochenbrüchen sollte dem Wasserelement mehr Aufmerksamkeit entgegengebracht werden.

## 25. Körperöffnung

Augen

Ohren

Mund

Nase

Ausscheidungs  
Organe

Disharmonien, die sich im Oeffner manifestieren, können diagnostisch beigezogen werden, sind aber nur als Indiz zu betrachten. Es gibt stets viele weitere Möglichkeiten. Unscharfes Sehen, das französische Lieblingswort Thews, mouches volantes, könnte auf Leberschwäche hindeuten.

Die Augensymptomatik umfasst sowohl die Unausgewogenheit im Holz, was bei geringstem Anlass zu Tränen führen kann, wie den klaren Blick, der für eine Harmonie des Leberblutes spricht, der zum Durchblick beim Planen, Urteilen und Entscheiden beiträgt.

Mit den Funktionen des Feuers sind alle Tätigkeiten des Ohres verbunden. Auch die Meridiane verlaufen in Ohrnähe. Der Dünndarm soll Töne sortieren, das Herz, das Perikard, sowie 3 E, sind alle beteiligt am Hörprozess.

Tinnitus, Taubheit, und Ohrenscherzen sind oft mit dem Feuerelement verbunden.

Mit der Erde verbunden sind in jeder Beziehung die Dinge , die wir durch den Mund aufnehmen . Ernährung, Trinken und die Atemluft. Dieser Prozess der Aufnahme ist sehr wichtig. Jeder Mensch hat über den Akt der Assimilation zu entscheiden, was er durch den Mund, seinem Tor zum Inneren, aufnehmen will und damit Verantwortung über Gesundheit und Wohlergehen zu treffen. Dasselbe gilt genauso für das Preisgeben des gesprochenen Wortes.

Mit der Nase verbunden sind viele psychosomatischen Aussagen, die eigentlich gut zutreffen.

Es raubt mir den Atem,  
mir bleibt die Luft weg,

den richtigen Riecher haben,  
oder es verschlägt mir den Atem.

Wenn der Geruchsinn beeinträchtigt ist, über Metall behandeln.

Eine Unausgeglichenheit im Wasser kann sich in Störungen im Wasserhaushalt, aber auch in sexuellen Störungen zeigen, Impotenz, Frigidität und Unfruchtbarkeit.

Der Embryo schwimmt in Wasser.

Das Fließen der Energien steht oft im Zusammenhang mit einem ausgeglichenen Wasserelement.

## 26. Flüssigkeit

Flüssigkeiten werden auf chinesisches Yin Ye genannt. Wobei hiermit sowohl trübe als auch reine Flüssigkeiten diskutiert werden.

Tränen      Schweiss      Speichel      Schleim      Speichel  
Lymph      Fortpflanzungs  
Sekrete

Das Wasser, das aus den Augen fließt, sind die Tränen. Die Leber hat die Aufgabe, die Augen zu benetzen. Für alle innere und äussere Wahrnehmung sollte das Auge ausgezeichnet sein.

Wenn jemand erschrocken und erschüttert ist, wird sein Geist und seine Lebenskraft verletzt und der Schweiss, den er dann absondert, wird vom Herzen erzeugt.

Beklagt sich jemand über einen Mangel an Speichel, kann das eine Beziehung zum Element Erde haben. Zuviel Speichel, ein zahnendes Kind oder ein geifernder Hemiplegiker ebenso.

Die Sekrete, die bei einem Ungleichgewicht der Atemorgane auftreten, sind Schleim. Sei es nun eine Nasen – oder Halsstörung, oder möglicherweise hängt es mit einer Dickdarmentzündung zusammen.

Der Speichel, der mit dem Wasser in Zusammenhang steht, ist mit den Zähnen verbunden, die Zähne schwimmen normalerweise im Speichel.

## 27. Besondere Fähigkeit

Kontrolle

Traurigkeit

Singen

Husten

Zittern

Grübeln

Kontrolle, als Beispiel :

Bei manchen Schweizer Berglern ist durch jahrelangen Aufenthalt im Freien, bei Wind und Wetter, sowie durch einen kargen Lebensstil sogar der Einsatz der Stimme auf ein Minimum reduziert worden. Da wird keine Energie unnützlich verschwendet.

Da heisst es < Schöner Bergaufenthalt >, weshalb sollte man auch einen ganzen Satz bilden, wenn in der Äusserung alles enthalten ist. Oder < draussen warten >, anstatt eine lange Erklärung abzugeben, dass in einer halben Stunde die nächste Zahnradbahn komme, und man bitte solange draussen warten wolle. Dasselbe gilt für den freundlichen Gruss < wie heisch ? > was soviel bedeutet wie, wie geht es dir Heute, was gibt es Neues, oder was hast du so erlebt in der Fremde.

Mich erstaunen und erheitern solche Minimalisten immer wieder neu.

Traurigkeit

Der Mangel an Herzensfreude und spontaner Kreativität, der Geist fehlt. Physisch kann sich Traurigkeit mit Leere äussern, das Herz verkrampft sich und Folgen sind, Lungen Qimangel und Blutleere.

Singen, Grübeln

Ein melodisches Singen beim Sprechen, oder ein grüblerisches Herumnörgeln können beide erdbehaftet sein. Sorgen lassen die Milz und die Lunge zusammenschnüren, was zu oberen Verspannungen und Beengungen führt.

Husten,

hat oft mit Beziehung nach aussen zu tun, zu wenig Luft kriegen, dagegen anhusten, atemlos oder atemberaubend.

Zittern ,

vor Kälte im Winter, oder vor Angst, denn die Niere ist das Angstorgan, oder die befreiende Reaktion nach einer Anspannung äussert sich durch zittern.

Nieren Yinmangel kann zu Schwindel, Tinnitus, Vertigo oder Parkinson führen.

## 28. Substanz

Xue

Shen

E Q

Körperflüs  
sigkeit

Atem Qi

Essenz

## 29. Psychischer , himmlischer Aspekt

Hun	Kognitive	Yi, poetisch	Wu shen	Zhi, Zui
Inkarnation	Fähigkeiten	kreativ	Po	Wille
I, chiao	ting, ping	chi, wu	hsing, keng	kuei, jen

- Holz
- Der Mensch ist wie die Pflanze, zu Beginn weich und zart. Er wird mit der Zeit hart und stark, damit auch unflexibler und angreifbarer für Sturm und Wind.
- Wer sich nicht beugt, wird gekrümmt oder zerbricht.
  
- Feuer
- Eine Sehnsucht nach Harmonie und Gesundheit.
- Die Feuerstelle war früher ein heiliger Ort.
- Perikard und 3 E sind zuständig für die Verbindung von Wärme und Harmonie.
  
- Erde
- Mit sich selbst im Reinen sein, zentriert, nach aussen in eine Wechselbeziehung treten, beteiligt am Ganzen
  
- Metall
- Leitungsnetze des Körpers. Vergleichbar mit der heutigen elektronischen Vernetzung
  
- Wasser
- Sitz und Basis der vitalen Essenz und des Lebenswillen.

## 31. Klang

Laute

Mundharmonika

Trommel

Shang

Yu

Orchester

## 32. Stimme

Schreien

Lachen

Singen

Weinen

Stöhnen

seufzen

Generell spricht eine laute Stimme für ein Füllemuster, und eine leise, dünne für ein Leermuster.

Eine schreiende Stimme lässt auf Leber Disharmonie schliessen,

Eine lachende für ein Herzmuster

Eine singende, für einen Milzqimangel.

Eine weinerliche für eine Störung der Lunge

Und eine stöhnende für ein Nierenmuster.

### 33. Zahl

3 / 8

2 / 7

5

4 / 9

1 / 6

Einen Aspekt der Numerologie in Verbindung zum Kontrollsystem ist eingangs ausführlich behandelt worden. Es gibt einen weiteren Aspekt der Zahlenverhältnisse in Verbindung zur menschlichen Konstitution. Aus dem Text der unbefangenen Fragen.

*Bei der Frau :*

Mit 7 Jahren ist die Energie der Niere aufgefüllt, der Zahnwechsel erfolgt.

Mit 2x7 J. setzt der Zyklus ein ( Heute sind die Mädchen frühreifer )

Im mittleren 3 E wird der Energiefluss durchgängig, d. h. die Empfängnisfähigkeit ist gegeben.

Mit 3x7 die aktive Energie der Niere ist ausgeglichen, das Knochenwachstum hört auf, die Weisheitszähne wachsen.

Mit 4x7 J. sind Muskeln und Knochen fest, Haarwachstum erreicht, der Körper kraftvoll.

Mit 5x7 J. verfällt die Energiefülle der Leitbahn, das Gesicht beginnt zu welken, die Haare auszufallen.

Mit 6x7 J. ist die Energie aller 3 Leitbahnen im ob. Körper verfallen, die Haare ergrauen.

Mit 7x7 J ist die Energie im mittleren Bereich erschöpft, die Energie der gr. Heerstrasse wird vermindert, die Wege des Zyklus sind nicht mehr durchgängig. Die Gestalt zerfällt, die Fähigkeit, Kinder zu zeugen ist dahin.

*Den Knaben entspricht ein 8er Zyklus.*

Mit 8 J erreicht die Nierenenergie eine Fülle, Haare und Zähne wachsen.

Mit 2x8 wird sie noch stärker, der Tau des Himmels tritt ein, Sperma.

Mit 3x8 J. erreicht die Energie einen Höhepunkt, das Wachstum, Sehnen und Knochen sind auf dem Höhepunkt. Die Weisheitszähne wachsen.

Mit 4x8 J. ist die Energie am stärksten.

Mit 5x8 beginnt die Nierenenergie sich zurückzuziehen, die Haare fallen aus, die Zähne lockern sich.

Mit 6x8 J. ist das Yang Chi erschöpft, das Haar ergraut.

Mit 7x8 ist die Lebensenergie geschwächt, der Tau des Himmels trocknet aus, die Niere wird schwach, Beweglichkeit lässt nach, der Mann altert.

Mit 8x8 sind Haare und Zähne verschwunden.

## Eigenschaft

Wachsen

Reifen

Uebergang,  
Umwandlung,

Ernten

Speichern

Die Chinesen hatten schon früh die Bedeutung der Natur erkannt. Sie beobachteten die Wechsel der Elemente in den Jahreszeiten, sie bearbeiteten die Erde unter ihren Füßen, sie tranken das Wasser, sie erkannten die Bedeutung der Sonne, des Feuers, sie entdeckten Metalle und stellten einen Zusammenhang her mit dem, im Frühling spriessendem Bambus, dem jungen Yin.

Der gelbe Kaiser sagte : Um den menschlichen Körper in Harmonie zu bringen, nimmt man den Massstab der vier Jahreszeiten und der fünf Elemente.

Wachsen, vergleichbar mit denen im Frühling hervordrängenden Kräften, eine ausgewogene, durch Holz kontrollierte Fähigkeit des Expandierens, und des rechtzeitigen Zurückziehens.

Aufbau und Abbau der Stoffwechselfvorgänge.

Reifen, jede Erkenntnis im Reifeprozess, wird durch die Energie der Wandlungsphase Feuer vermittelt, sei es in geistiger, intellektueller Hinsicht oder natürlich in Gefühlen. Herzenergien finden ihren Ausdruck in vielfältiger Form unzähliger Genies. Sei es das

Produkt eines Dichters, die Komposition eines Musikstückes, stellen wir uns doch einmal vor, ein Hamlet oder ein Faust in leeren Worten, ohne Herzblut, wen würden die Prosa eines Rilke berühren, wessen Emotionen würden wohl angesprochen bei dem Meisterwerk eines unreifen Picasso, Monet, Michelangelos oder El Grecos.

Umwandlung, und Anwendung des Gelernten, Ausdehnung der Horizonte, sowie der zwischenmenschlichen Bindungen und bestehende nähren, diese Zeit des inneren Wandels und gleichzeitigen expandieren findet nur kraft der Erdenergien ohne Chaos statt.

Ernten, der Lebensabschnitt Metall ist die Zeit , wo eine bestimmte Position erreicht ist, Lücken geschlossen werden, Metall Yang Energien liefern den Impuls, neue Richtungen einzuschlagen, das Beste für sich herauszuholen und die Metall Yin Energien helfen mit, einen vernünftigen Abschluss zu finden.

Speichern, der Vorrat an Nierenessenz ist begrenzt, die Qualität der Energie steigt und fällt mit deren Vorhandensein und entscheidet essentiell über Leben und Tod.

Etwas erreichen wollen, genug Kraft und Ehrgeiz zu haben, sein Ziel zu erreichen, speichert in der Niere.

Ein willenloser, labiler Mensch lässt auf Erschöpfung seines Nierenspeichers schließen.

## 34. Krankheit

Die Energien, die eine Krankheit verursachen sind auch diejenigen, die sie wieder zu heilen vermögen.

Krankheit ist nur eine Variante der Gesundheit. Kein von ihr losgelöster Zustand.

Die Einheit der Natur umfasst stets beide Polaritäten.

Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Schwindel	Fieber	Oedeme,	Schleim	Sexuelle
Zuganfällig	RR ↑	Stau	Erkältung	Störungen

## 35. Holz

Leber und Gallenblase gehören zur Shao Yang Achse.

Holz reguliert den freien Fluss von Qi, unterstützt die Transformation von Qi, reguliert Gefühle, Xuespeicher. Die Leber beherbergt Shen.

Bei einer Stagnation von Leber – qi kann auch das Lungen – qi nicht absteigen. Die Leber versucht zusammen mit dem ZNS die emotionalen Spannungen abzubauen.

Eine psychische Auffälligkeit ist das Wiederholen von Fehlern

Der äussere P. F. sind heisse Ernährung ( nährstoffarm ) und Emotum. Wut, Frust, Groll. Oder – und Alkohol, Drogen. Choleriker, der Stimulanzien benötigt, der Nux vomica typ. Kardinalsymptom ist seufzen, das entspannt die Leber, sowie der Ausspruch, ich will.

Bei einer Disharmonie sind die Symptome oft ziemlich wechselhaft. Dramatik ist immer dabei. Alle Lebermuster sind aufsteigende Füllemuster zum Kopf. Es kann zu

Schwindel, Schläfenkopfschmerz, Tinnitus, oder Reizbarkeit führen. Alles

langanhaltende Muster. Therapie unterstützend, P. umhergehen lassen.

Wenn das Blut nicht bewegt wird, entstehen wandernde Schmerzen in verschiedenen Körperregionen. Knieschmerzen oder Ischias.

Eine Holzdisharmonie kann frühkindliche Ursachen haben. Das Kind erfuhr eine Ueberbetonung des Materiellen, anstatt Fürsorge, oder sie beschränkte sich auf Sauberkeit, was ein Nichteingehen auf Nähe und Gefühle, manchmal auch in Erniedrigung und Respektlosigkeit der kindlichen Bedürfnisse einhergeht. Daraus kann sich eine boshafte oder passiv – aggressive Persönlichkeit entwickeln. Die Lebenskraft leidet und ist unglücklich, sie zieht sich ins Innere zurück. Das äussere, abwehrende Wei –qi, das sich in der Muskulatur befindet, zieht sich ins innere zurück, und wendet sich gegen Yin – qi, dem Sitz der Gefühle, und Zuneigung. Beim Ausdruck passiv aggressiver, masochistischem Charakter blockiert die Muskulatur den Ausdruck zarter Gefühle.

Durch eine überentwickelte Halsmuskulatur erscheint die vornübergebeugte Haltung fast boshaft. Meist kommen ausgeprägte Unter – und Oberschenkel dazu, ein typisches Body

building – gebilde, und es verwundert nicht, wenn Libidoverlust und sexuelle Störungen das Bild abrunden. Ständige Anspannung verhindert die geschmeidigen Bewegungen eines Sportlers. Der chinesische Bambusvergleich fällt hier auf, beuge dich und du brichst nicht. Das ist in diesem Stadium nicht mehr möglich. Der Muskelpanzer kann nicht durchbrochen werden. Nähe kann nicht zugelassen werden. Dem ständigen Druck und Kampf sind die Muskeln, Sehnen und Bänder auf die Länge nicht gewachsen. Lowen liefert eine bioenergetische Beschreibung dieser Person.

Diese Menschen hätten einen Hang zu Sodomasospielen. Entweder als Tyrann oder als Opfer. Oder beides. Er sagt, die bemerkenswerte Stärke, die sich beim masochistischen Charakter entwickelt, wende sich gegen sich selbst und aus dem Gefängnis der kontrahierten Muskeln finde er sein Selbst nicht und nicht mehr alleine hinaus.

Physisch erklärbar, das überschüssige Leberblut führt zu einem ödematösem Zustand, das Skelett, - muskelsystem wird träge und reagiert nur noch langsam. Ständige Müdigkeit ist die Folge. Die Galle kann nicht mehr entscheiden. Die Leber kann nicht mehr planen.

Wenn Leberyang mit Intelligenz ausgestattet wird, können diese Menschen sehr mächtig werden und sie wollen sich selbst übertreffen. Entweder richtet sich die ständige Aggressivität gegen sich selbst oder sie mischen sich in die Angelegenheit anderer ein. Können ein Nein nicht akzeptieren und meinen dabei, sie verhielten sich vorbildlich und korrekt. Sie werden getrieben, und ihr massloser Charakter zerstört sie letztlich selbst. Disharmonien entstehen meist durch Qistagnation, die durch Emotion, Gifte und Stress verursacht werden.

Die Leber führt eine emotionale Reaktion über körperliche Aktivität ab.

Durch das fehlende Ableiten der Aggression kann ein Bi– syndrom entstehen. Das Leberblut muss in der Lage sein, über das ZNS abzuleiten und dadurch den Geist wieder herzustellen, dabei hilft das Nieren – yang durch Bewegen des Qis mit, das Milzqi steigt auf und dadurch werden der Körper, also Muskeln, Sehnen, Bänder und Nerven mobilisiert.

- Bei einem Lungen – qimangel wäre die emotionale Reaktion durch den Atem auszugleichen.
- Beim Herzen durch die Sprache.
- Leberqistase kann sich in Kopfschmerz, Schwindel oder Taubheit der Glieder äussern.
- Leberwind wäre dann schon dramatischer, mit einem Mistral zu vergleichen, er kann sich sensorisch oder neurologisch manifestieren, in Tics, Spasmen , Epi. oder Parkinson.
- Emporloderndes Leberfeuer entsteht durch langanhaltende Konflikte ohne Lösungsansatz, und äussert sich in Kopfschmerz, Bluthochdruck, Bindehautentzündung, überflutender Puls, Nasenbluten oder Magenbluten.
- Leberyangmangel entsteht durch die exzessive Konsumation über längere Zeit von Drogen, Alkohol oder sonstigen Giften. Führt zu einem Zerfall des Nervensystems.

## 36. Feuer

Die übernatürlichen Kräfte des Sommers erzeugen Hitze, im Himmel und Feuer auf der Erde. Die Feuerenergie soll Kommunikation und Harmonie vermitteln

Die Herzsymptomatik gehört zur Shao Yin Achse.

Psychische Probleme umfassen ein Ungleichgewicht in der Projektion des Geistes, in den Äusserungen der Liebe, des Lebens, unfähig, Zuneigung zu zeigen und zuzulassen. Wechsel zwischen Getriebensein und Antriebslosigkeit.

Ein Zuviel an Freude oder Lust kann zu manischem Getriebensein führen.

Ein Ungleichgewicht der Herzenergien führt zu einem zwanghaften, gepanzerten Wesen.

Ein verschlossenes Herz kann zu einer Angst vor Liebe und Sex und zu grossen emotionalen Problemen führen. Sie sind rachsüchtig und verspüren oft einen nadelstichartigen Beklemmungsschmerz. Der Herzbeutel ist wie eingeschnürt. Die Zungenspitze hat rote Punkte, die Nägel sind weiss.

Diese Symptomatik kann durch eine plötzliche, schlechte Nachricht ausgelöst werden.

Die vielen psychosomatischen Redewendungen haben oft eine tiefe Bedeutung

Die Störungen im Feuerelement beginnen meist mit einem Herzqimangel.

Symptome sind

1. Schwitzen, Dyspnoe, Vitalitätsmangel. Bei nicht beachtet folgen

2. Nierenödeme, Xue-tase, das kann zu A. P.- Anfällen führen, oder es tritt eine Herzinsuffizienz - Symptomatik auf, unbehandelt würde

3. ein Nieren Yangmangel zu einem Cor pulmonale führen.

Ein volles Herz:

Das nervöse Herz findet weder den Schlaf, noch ist das Qi in der Lage, das Herz zu verlassen, das führt zu Energielosigkeit. Das Gesicht ist rot, der P. hat Mühe beim Atmen, er ist jähzornig. Er schläft mit erhöhtem Kopfteil. Eine mögliche Ursache ist, zu langes Verweilen im Geburtskanal.

Das nervöse Herz hat auch unter einem Geburtsschock gelitten. Das Qi ist unstabil, sie fühlen sich zeitlebens wie auf der Achterbahn. Verlieren schnell die Kontrolle und sind ständig gereizt.

Das angespannte Herz.

Haben einen straffen Puls und dunkelrote Zungenspitze. Ist in einem ständigen Ueberschuss, durch Anspannung, rastlosen Geist, können nicht einschlafen, machen sich Sorgen, verspüren in linker Brusthälfte ein Unwohlsein,

Kleines Herz.

Plötzlicher Geburtsschock. Oder verlängerte Wehen, die Nabelschnur um den Hals- Langanhaltende Aengste und Zorn führen zu weiterer Symptomatik, Angst, Arrhythmien, Schlafstörungen, Palpitationen, kurzatmig, Schmerz im Brustbereich, der Sprachfluss wird meist auch beeinflusst.

Die echte Herzkrankheit.

Meist blaurot um den Mund, und Trommelschlegelfinger.

Der Herz Yangmangel ,

das Herzbewusstsein ist nicht mehr kontrollierbar.

Manche suchen das Abenteuer in waghalsigen, gefährlichen Aktivitäten. Diese Abenteuer machen süchtig, so dass man das Risiko immer erhöhen muss.

Bei Misserfolg wird die Realität nicht wahrgenommen.

Entsteht durch Blutmangel, übermässiges Denken, Mangelernährung, langanhaltende Krankheit.

Symptome sind , gesteigerte Erregbarkeit, Kälte, leuchtend, helles Gesicht.

Herzyinmangel und Xuemangel.

Die Hun –seele streift umher und findet keine Ruhe.

Symptome sind, Spannung im Nervensystem, reizbar, schreckhaft, schlaflos, vergesslich, exzessive Träume. Herzmuster können zu Phobien, Psychosen und Depressionen führen.

## 38. Erde

Die Erde gehört zur Yang Ming Achse.

Alle Dinge, die im Universum erzeugt werden, treffen im Zentrum aufeinander und werden von der Erde aufgenommen.

Die Erde ist wie ein lebendiges Wesen.

Die Erde ist verantwortlich für Transport und Transformation von Wie Qi durch die Milz nach oben

Der Proviantmeister für die Xuebildung.

Ma – Qi steigt ab zur Niere, zum Herzen und steigt auf zur Lunge.

Kontrolliert somit auch die Muskeln.

Absorbtion und Umbildung aller materieller Substanzen.

Sie ist die Wurzel des Nachhimmels Qis.

Die Erde ist auch zur geistigen Nahrungsverarbeitung bestimmt.

Milz hasst Nässe. Die Nässe könnte sich auch mit Hitze oder Kälte vereinen.

Der Magen hasst Trockenheit. Sie kann zu einem Yinmangel führen.

Bei einer Störung kann im Element Erde Schleim produziert und damit die Oeffnungen , die Sinnesorgane verlegt werden und dies führt oft zu Bewusstseinsstörungen.

Die rhythmischen Abläufe können ausser Rand und Band geraten, denn den Menschen im Erdelement, umgibt meist ein Hauch von Frieden und Stille .Sie verfügen über viel Mitgefühl und man findet sie oft in sozialen Berufen, und die Gefahr besteht einzig darin, dass sie von anderen Elementen zuwenig mitbringen, die Festigkeit des Metalls fehlt ihnen, die Kontrolle des Holzes über eigene Energien oder die Erneuerung im Wasser, so dass sie schnell ausbrennen. In den Pflegeberufen trifft man viele solcher Burn out – Typen.

Bei einer Störung sind die Ursachen in einer frühkindliche Phase zu finden.

Die wichtige Bindung – Trennung – Abgrenzungsfindung zwischen Mutter und Kind wurde oft abrupt unterbrochen, was viele Muster auszulösen vermag.

Ein Yangmangel kann zu Psychosen führen, zu Zwangsvorstellungen und zu Dogmen.

- Der orale Charakter hatte mangelnde Unterstützung der Erdenergien intrauteriner Umgebung, doch heute findet man öfters auch Missbildungen, die durch schädliche Auswirkungen von Umweltgiften, Rauchen, Drogen, Luft, Mangelernährung, aber auch durch die elektromagnetische Bombardierung von Hochspannungsleitungen, Richtantennen für netzlose Telefone, Computern etc. entstehen.

Aus dem oralen Charakter kann durch den Verlust der Kontrolle über das Bewusstsein, Angst vor Zurückweisung durch erfahrenen Misserfolg, Kinder die kein Echo finden, ein schizoides Muster entstehen, das zusammen mit einer genetischen Schädigung labil auf Stressfaktoren ist und die Grenze zu Schizophrenie leicht überschreitet.

Das kognitive Denken ist gestört, man leidet an fixen Ideen, Wahnvorstellungen oder Verfolgungswahn. Der Zustand kann mit hellen Fähigkeiten einhergehen, die genau so viel Angst auslösen können.

Da so ein Mensch keine Kontrolle über sein inneres Chaos hat, versucht er, seine Angst über Vernichtungsdrohungen nach aussen zu projizieren.

Beim oralen Charakter kann der frühe Verlust der mütterlichen Versorgung zu einer Borderliner Persönlichkeitsstörung führen. Es können auch Zwangsneurosen auftreten.

Wenn die Mutter das Kind dann tatsächlich verlässt entsteht eine Depression.

Die ständige Angst vor Liebesentzug oder Unterstützung hat Auswirkungen auf Leber, Niere und Milz.

Personen mit einer Milzstörung können nicht auf dem Rücken schlafen.

Nach dem Essen nicken sie oft ein, haben wie einen ständigen Nebel um den Geist.

Gern wird ein Manko mit Süßem kompensiert.

Paranoia ist mit Yin und Yang vergleichbar. Es findet eine Verwechslung von innen mit aussen statt, und von aussen mit innen.

- Eine Quelle sagt, dass durch Lebensmittelallergien ein direkter Weg zu Schizophrenie führe. Es sei mit der Immunreaktion des Körpers vergleichbar, der gegen ein unverdautes Protein oder ein Virus ankämpfe. Die grossen Moleküle würden die Zirkulation der Denkzeptoren hemmen, er bestätigte seine Theorie mit Experimenten.

- Ein Mangel an Yangenergie.

Auf die Persönlichkeitsentwicklung hat auch das Umfeld Einfluss.

Wenn die Trennung von Kind und Mutter und die langsame Ablösung mit Gleichaltrigen normal verläuft, findet man solche, die mit einem ständigen Panzer durchs Leben gehen. Hart werden oder zugrunde gehen, ist ihre Devise. Sie können keine Zärtlichkeit zulassen, Liebe ist ein Mittel zur Ausbeutung, Sex ist ohne Zärtlichkeit. Meist sind es ganz brillante Geister.

- Die Menschen mit Yinüberschuss wollen die Welt um sich herum manipulieren und nach ihren narzisstischen Vorstellungen sind sie das Zentrum des Universums. Bei uns im Behindertenheim haben wir ein vortreffliches Beispiel dafür.

- Die junge Person führt durch ihre egozentrischen Forderungen und aufgrund ihrer eigenen Unzulänglichkeiten einen täglichen Kampf und den meist vergeblichen Versuch, ihre Umwelt zu dominieren. Sie findet eine gewisse Sicherheit in einem ganz klar abgesteckten Rahmen. Wenn sie ihre Aggressionen durch Aktivitäten ableiten kann, denn sie ist recht sportlich, und es finden keine wesentlichen Verhaltensänderungen in ihrem Umfeld statt, dann findet sie sich zurecht.

Denn ansonsten terrorisiert sie die Schwächsten, entweder verbal, da sie die Schwachstellen der Anderen genau kennt, scheut aber auch vor Handgreiflichkeiten nicht zurück oder sie verletzt sich selbst. An ihrem Unterarm hat sie eine Fünffrankenstück grosse Stelle, in die sie sich regelmässig hineinbeisst, auf der mit der Zeit ein Schutzfell gewachsen ist.

Ihr Muster lässt nur die Möglichkeit zu, entweder ist sie gut, dann bildet sie den Mittelpunkt, oder sie wird den Anforderungen nicht gerecht und sie muss sich dafür bestrafen, noch befriedigender ist, wenn sie in ihrem Umfeld ein Opfer findet.

## 37. Metall

Gehört zur Tai Yin Achse

Metall ist zuständig für Expansion.

Alte Bindungen auflösen, und neue knüpfen.

Von Geburt an reguliert die Metall Energie die Freisetzung und Erneuerung der Energie Atemqi – Geist.

Lockerung primärer Bindungen, in der Pubertät findet eine Oeffnung zu einem grösseren Kreis statt. Vergleichbar der Ausdehnung der Lunge.

Wenn wir uns in das grosse Gefüge der Gesellschaft einbringen wollen, ist diese Zeit der Ablösung unter Gleichaltrigen sehr wichtig.

Die animalische Seele wird mit Metall assoziiert.

Eine gesunde Weiterentwicklung , mit Bindungsqualität, Loyalität hängt wesentlich von einer Unversehrtheit der Erdenergien ab.

Die metallenen Yinenergien sind auch verantwortlich, Verbindungen zu halten, Leitungen herzustellen, im Vergleich zu Telefon, P C, Transport.

Wenn nun Leitungen mutwillig durchtrennt werden, geht das mit Traurigkeit, Schmerz und Krankheit einher.

Da die Haut auch als dritte Lunge gilt, und die Ausscheidung über die Haut funktionieren sollte, treten oft Ekzeme, Psoriasis usw. auf.

Kummer beeinflusst die Lunge nachhaltig. Asthma, Bronchitis, Anorexia, sind Beispiele dafür.

Scharfes Essen bei bestehendem Ungleichgewicht, kann Nägel verkümmern und Muskeln knotig werden lassen.

Die metallenen Yang Energien bewegen sich zentrifugal.

Im Gegensatz zu den Metall – Yin Energien, die mit Traurigkeit assoziiert werden, setzt man die Yang Energien mit der Erregung gleich , die man verspürt, wenn man sich auf neue zwischenmenschliche Beziehungen einlässt. Diese unbändigen Gefühle der

Freude reduzieren die Angstgefühle vor einer unbekanntem Zukunft auf ein erträgliches Mass.

Eine weitere Entwicklung besteht darin, uns tieferen Zugang zur eigenen Identität zu ermöglichen, indem wir die sozialen Lektionen aus Kultur und Gesellschaft lernen, und weise nutzen.

Es ist eine Gelegenheit, Magie und Rituale der Gesellschaft zu übernehmen, und die eigene Rolle darin, festzulegen.

Die Gesellschaft und die Welt wird stets komplexer, birgt zwar nicht mehr so viele Gefahren wie zur Zeit der Jäger und Sammler, doch umso höhere Risiken in spirituellem und emotionellen Belangen. Heute braucht es einen grossen Ueberlebenswillen, und die Selbstmordrate der Jugendlichen ist sehr hoch.

Unsere Gesellschaft sollte lernen, die Gefahren im Umfeld der Jugendlichen zu minimieren, denn ihre chaotische, innere Unordnung ist überlebenswichtig im Reifeprozess, und wir sollten versuchen, ihnen die Steine aus dem Weg zu räumen.

Die Yinfunktionen in der Wandlungsphase Metall im Vergleich zu den Schamanen in Polynesien, die Kahunas, sehen auch die Fäden aus dem Dantian oder Hara entspringen und sich mit denen, einer andern Person verbinden, sei es zum Guten oder zum Bösen.

Yinfäden verfügen über solide , zentripedale Verbindungen, die Festigkeit versprechen.

Disharmonien :

Lungenyinmangel

Sticht durch die Mühe hervor, Beziehungen zu knüpfen ( Wasser – Metall ) oder festzuhalten ( Erde in Metall ) oder Metall in Holz, jene Metallfäden zu ihrer Bestimmung zu führen. Ein solcher Mensch verliert ständig seine Beziehungen . Er ist nicht stark genug, sie festzuhalten. Es besteht auch die Möglichkeit, dass dieser Mensch stets der Gebende, nie der Empfangende ist. Er ist unfähig, Entscheidungen zu treffen, unentschlossen, besitzt wenig Selbstwertgefühl. Wenn die Fäden reissen, verfällt er in Trauer oder flüchtet in Depressionen. Dieser Mensch kann nicht loslassen.

Sein Dantian ist leer und gibt unter Druck nach, ist ohne Kraft.

### Lungenyinüberschuss

Sie saugen Energien der Anderen, sind selbst ohne Wachstum, einverleiben sich die Ideen und Gedanken der andern, üben gern Kontrolle aus,

### Lungenyangmangel

Klammern sich ans Bekannte. Sie sind nicht in der Lage, Menschen, Gedanken und Ansichten loszulassen. Fühlen sich oft zutiefst einsam, sind äusserst vorsichtig, ständig abhängig von äusserer Autorität . Stark obrigkeitstgläubig.

Verfügen über eine beschränkte Entwicklung, nehmen oft dienende Positionen ein.

Labilität, ist ein besonderes Merkmal, oft lassen sie sich missbrauchen.

### Yangüberschuss

Diese Menschen verfügen über viel Enthusiasmus, können mitreissen, bis das Nächste, oder der Nächste kommt und sie mitreisst. Sie binden sich nicht gern, sobald ein gewisses Engagement und Beständigkeit erforderlich wird, flüchten sie.

Beständig ist allein der Kitzel am Neuen. Phobien sind voraussehbar.

## 38. Wasser

Niere / Blase gehören zur Tai Yang - achse.

Der Mensch, dessen Niere nicht richtig arbeitet, sieht sich als Zentrum der Welt.

Er hat ein so geringes Selbstwertgefühl, dass er sich selbst zerstören würde oder selbstquälerisch vorgehen müsste, gäbe er sich nicht einer Illusion hin.

Bei gestörtem ZNS offensichtlichen Defiziten, die in Form von geistiger Zurückgebliebenheit , z. B. als Down Syndrom auftreten können.

Das grosse Gebiet der genetisch bedingten Defizite ist noch nicht ausreichend erforscht, sicher ist, dass durch genetische Disposition, wie auch durch Schwangerschafts – und oder Geburtskonflikte , wie Sauerstoffmangel während der Geburt oder die Nabelschnur um den Hals, dazu führen können, dass lebenslange Persönlichkeitsstörungen mit neurologische Problemen bestehen, die sich in Form von Lernstörungen, Paranoia, Autismus , Schizophrenie oder Trisomie 21 manifestieren, dazu gehören auch diejenigen, die keine Grenzen kennen . Negative Auswirkungen haben auch Misshandlungen im oder das rhythmische Aufschlagen des Kopfes im Kleinkindesalter, Hinweise können sein, Lispeln, Augendefekte, Zappeln, Hyperaktivität, tiefe Frustrationsgrenze.

- Essenzmangel zeigt sich an geistiger, oder und körperlichen Mängeln. Da vorhandene Essenz als Gradmesser von Vitalität, Stärke und Fruchtbarkeit gilt, hat sie grosse Aussagekraft über Konstitution und Sexualleben. Essenzmangel kann sich äussern in einem schwachen Kurzzeitgedächtnis, in mangelnder Willenskraft oder in Antriebslosigkeit, es kann sich über die Knochen in X – Beinen oder O – Beinen manifestieren, im frühzeitigen Ergrauen oder Ausfallen der Haare. Essenz lässt sich durch Vererbung und die nachgeburtliche durch Ernährung beeinflussen. Heute ist erwiesen, dass sich die Nierenessenz langsam regenerieren kann, der materielle Aspekt der Yin -Essenz, vor allem durch Thai chi und Chi gong – übungen.

Behandelt werden muss stets der Yin und Yangschenkel .

Da die Niere für die Reproduktion verantwortlich ist, kann ein Mangel zu Libidoverlust, Infertilität, oder Sterilität führen.

Die Niere hat die Aufgabe Essenz zu speichern, Knochen, Zähne, Mark zu produzieren, sie ist verantwortlich, dass das Ni – Yin nach oben steigt, das Lungen – Qi kontrolliert das obere Thorax – Qi, sie ist über die Kontrolle der Blutbildung auch zuständig, für ausreichende Versorgung des Gehirnes und das Nieren – Yang steigt ab und kontrolliert die unteren Oeffnungen., reguliert somit auch die Wasserwege.

Nieren – Qi – Mangel

Das Nieren Qi hat vor allem vorgeburtlich und in den ersten drei Lebensjahren enormen Einfluss auf Entwicklung und Wachstum eines Menschen. Das Nieren Qi ist lebenslang bemüht, den äusserst schwierigen Balanceakt eines Yin – und Yang - gleichgewichtes herzustellen und reagiert sensibel auf jede Art von störendem, traumatischem Einfluss. Menschen mit einem Qi mangel fehlt es an Ausgewogenheit. Weder ihr intelligenter Wille noch ihr spirituelles Ich sind ausgeprägt. Deshalb verwischen sich die Grenzen des Realisierbaren so oft. Sie haben keinen Zugang zu ihren dunklen Seiten. Das Risiko ist gross, gewalttätig zu werden.

Ich möchte Parallelen ziehen zu einem aktuellen Fall, der in letzter Zeit für Schlagzeilen auf sämtlichen Titelblättern gesorgt hat und die junge Frauenwelt in Angst und Schrecken versetzt hat.

- Der Mann heisst Mischa Ebner, ist 27 jährig und hat spätnachts eine junge Frau erstochen und in der gleichen Nacht eine Andere schwer verletzt. Weitere hat er bedroht oder angegriffen. Der junge Mann ist ein bekannter Waffenläufer, der stets ganz Vorne mit dabei war, er ist gelernter Koch, hat sich in kurzer Zeit zum Chef entremetier, hochgearbeitet. Ein eher unauffälliger, fast scheuer Typ mit brennenden Augen. Er sei ein Einzelgänger und Perfektionist. Seine Mutter hat er nie gekannt, sein Vater hätte die meiste Zeit im Gefängnis verbracht, er wuchs in einem Kinderheim auf. Er reiste durch die Welt, leistete Sozialeinsatz und war Leiter einer Pfadfinderabteilung. Er war wohl verzweifelt auf Kontaktsuche, er hinterlegte seine Handynummer in Einkaufszentren am schwarzen Brett, des weiteren streute er Zettel auf seiner Joggingstrecke mit seiner

Handynummer , auf diesem Weg suchte er Kontakt zu jungen Frauen. Als Grund für seine Tat gibt er an, Probleme mit Frauen zu haben und in ihm gebe es eine Ader, die psychisch krank sei. Ob die Probleme mangelnde Beziehungsfähigkeit oder sexuelle Inkompetenz sei, wird nicht gesagt, wahrscheinlich beides.

6 Wochen später :

Inzwischen hat er 25 – 30 Delikte zugegeben. Begonnen haben seine Straftaten mit dem Entreissdiebstahl einer Handtasche. Im Laufe der Zeit hat dann die Gewaltbereitschaft stetig zugenommen. Die Steigerung umfasst Vermögensdelikte, über Körperverletzung bis dann hin zum Tötungsfall.

Im Gefängnis hat er inzwischen einen Selbstmordversuch gemacht.

Sein Verhalten deutet darauf hin, dass er im frühen Holzstadium stecken geblieben ist, dazu kommt die Energiestörung der Nieren. Ein Essenzmangel. Es kann sein, dass sich durch frühe Isolation und Bedrohung eine Psychose entwickelt hat, die sich nun in ganz bestimmte Projektionen äussert. Sei es nun in dem Mechanismus der Frauenunterwerfung, oder ist gleich jeder ausserhalb seines Ichs der Feind. Denn anfangs hat er eine Verwirklichung in Sozialdiensten gesucht. Er hat versucht, Anerkennung von aussen durch Leistung zu bekommen. Schlussendlich trat er nur noch als Jäger auf, dabei bekam er durch den Kampfanzug und die Waffe noch mehr gewicht. Mich würde nicht wundern, wenn er sich als modernen Robin Hood sah.

- Eine höchst übersteigerte Selbsteinschätzung .Entweder werden diese Menschen grosse Helden oder gefürchtete Machthaber. Das beste Beispiel waren Hitler, sowie Napoleon, sie verfügten über grosses Charisma und vermeintlicher Identifikation mit Gott Das Gottspielen geht immer mit Macht, meistens mit Krieg einher. Bush gehört wohl auch zu diesem Muster.

Laut Physiognomie haben sie viele Gemeinsamkeiten. Jeder hat wasserblaue Augen. Dieser Mensch kennt keine Grenzen.

Jeder ist sein potentieller Feind ,

Furcht wird mit Elan und Willenskraft überspielt.

Sie können keine Zärtlichkeit zulassen.

## 45.Zerstörungszyklus

Die Reihenfolge des Befalls durch einen Pathogenen Faktor wird sein

1. – Kind
2. - Mutter
3. – Kontrollierte System
4. – Kontrollierende System

### Holz

Wasser bringt kein Holz hervor, wo Wasser überreichlich vorhanden ist, schwemmt Holz davon. Holz gebiert Feuer, wo Feuer überreichlich, verbrennt Holz, wo Erde im Uebermass auftritt, verfault Holz. Holz besitzt nicht die Kraft von Metall, daher fällt es. Holz in grosser Stärke, kann bei Feuerangriff die Gefrässigkeit der Flammen schwächen

### Feuer

Holz bringt kein Feuer hervor, aber wo Holz überreichlich ist, verzehrt sich Feuer  
Wo Erde überreichlich vorkommt, erlischt Feuer. Wo Metall in Uebermass auftritt, erstickt Feuer. Feuer in grosser Stärke kann bei Angriff von Metall dessen Zerstörung bewältigen. Feuer besitzt nicht die Kraft von Wasser, daher stirbt das Feuer.

### Erde

Feuer bringt keine Erde hervor, aber wo Feuer überreichlich ist, verbrennt Erde.  
Wo Metall überreichlich, schwindet Erde. Wo Wasser im Uebermass auftritt, schwemmt Erde davon. Erde besitzt nicht die Kraft von Holz, daher weicht sie. Erde gebiert Metall, doch wo Metall in Uebermass vorkommt, schwindet Erde.

### Metall

Erde bringt kein Metall hervor, wo Erde überreichlich vorhanden ist, stirbt Metall  
Wo Wasser überreichlich, geht Metall unter. Wo Holz im Uebermass ist, stumpft Metall.

Metall hat nicht die Kraft des Feuers und schmilzt. Metall in grosser Stärke kann sich bei Angriff von Wasser der Heftigkeit erwehren.

## Wasser

Metall bringt kein Wasser hervor, aber wo Metall überreichlich ist, brodeln Wasser.

Wo Feuer im Uebermass, funkelt Wasser nur schwach

Wasser in grosser Stärke, kann bei Angriff von Holz dessen Wucht bremsen

Wo Holz überreichlich vorkommt, schwindet Wasser

Wasser besitzt nicht die Kraft der Erde, es verschlammt.

## 40.Verhalten

Kneten	Lodern	Lippen	Härte	zittern
		Benetzen	zerstört	beben

## 41.Baum, Frucht

Pfirsich	Pflaume	Aprikose	Kastanie	Dattel
----------	---------	----------	----------	--------

## 42.Tier

Drache	Phönix	Büffel	Tiger	Schlange
Geflügel	Lamm	Rind	Pferd	Schwein, Fisch
	Ziege	Kalb	Hase	Schildkröte

## 43. Gemüse

Malve	Hirse	Schalotte	Zwiebel	Erbse,
Sauerampfer		Gurke	Lauch	Sojabohne
Rosenkohl		Kohl	Rettich	Algen

### Das Primäre an einer optimalen Ernährung sollte sein :

- Hohe Qualität
- Kleine Quantität
- Grosse Vielfalt
- So naturbelassen wie möglich
- Wenig Genussmittel

Die chinesischen Ernährungslehre unterscheidet sich stark in der Zusammensetzung einzelner Anteile an unserer Westlichen. Da werden als Empfehlung genommen :

50 % - Getreide	70 % Getreide
20% - Gemüse	15 % Gemüse
15 % Hülsenfrüchte	5 % Rohkost
je nach dem 10 % Obst	5 % Milchprodukt
nicht mehr als 5 % Fleisch	5 % Fleisch

Ein Mensch unterscheidet sich vom Tier durch seinen Geist und dadurch, dass er seine Speisen kocht.

Durch das Feuer des Kochens wird das geistige Feuer des Menschen entfacht.

Beim Zubereiten der Speisen kann in Beachtung des Fütterungszyklusses sehr grossen Einfluss zur Harmonisierung und Energieverteilung beigetragen werden.

Holz ernährt Feuer, usw. Durch die Kochmethode oder entsprechenden Zutaten kann die gewünschte Wirkung nach Jahreszeit oder thermischen Einflüssen erzielt werden.

Generell sollten Produkte aus klimatisch ähnlichen Verhältnissen, der Elementenlehre entsprechend, bevorzugt werden.

Weiter sollte das Element berücksichtigt werden, in welchem eine Wirkung erzielt werden will.

Besteht eine Fülle oder eine Leere.

Es kann Yinisiert oder Yangisiert werden.

Yangisieren, durch braten, grillieren, mit Alkohol zubereiten oder heiss würzen.

In einem Gericht sollten stets alle 5 Geschmacksrichtungen, Elemente vertreten sein.

Mit Ausnahme der Erdenergien, die dürfen als harmonisierende Mitte vorwiegen.

Bei Hitzezuständen erfrischendes, Rohkost essen.

Das wären Endivien, Chicoree, Löwenzahn, Randen, Radieschen und Grapefruit.

Weitere positive Wirkung auf die Leber

erzielt man mit neutralem Dinkel, Grünkern. Das Fleisch von Pute und Huhn entsprechend dem Holzelement.

Im Frühling sollte viel Grünes, wie Spinat, Sprossen, Brokkoli, Mangold, und alles Saure, das Leber und Galle anregt, als Ausgleich und Entschlackung gegessen werden.

Chrysantheme, das bitter, süß ist, hilft bei Wind und Hitzeschädigung. Klärt die Augen.

Süßholz, ist süß, hat eine Cortisonähnliche Wirkung, leitet Wasseransammlungen aus.

Pfingstrose, die Königin der Blumen, wirkt auf Herz, Niere, Leber. Xue kühlend, erweichend, krampflösend, und absenkend bei Hochschlagen des Leberyanges.

Rhabarber, kalt, enthält laxierende Anthrastoffe, die gegen Hitze eingesetzt werden.

Löwenzahn, regt die Gallensekretion an, wirkt er entgiftend auf Leber und Magen, Schlacken und Stauungen lösend.

Harmonie erfahren Herz und Dünndarm

durch Endivien, Artischocke, Rosmarin, Thymian, Salbei, die im Sommer durch kalte Speisen abgekühlt werden.

Eisberg, Holunder, Pampelmuse und Quitte wirken erfrischend.

Hirse harmonisiert die Mitte.

Bei Kälte und feuchtem Wetter bevorzugt Zimt einsetzen. Zimt ist heiss, scharf und süss.

Löst die Oberfläche.

Bei Erschöpfung Lamm und Schaffleisch.

Warm ist Ziegenmilch, Schafskäse, Buchweizen.

Ingwer ist warm, scharf, erwärmt Herz und Nieren bei Kältebefunden.

Kalt sind Enzian, Frauenmantel, Schafgarbe, Wermut und Schwarztee,

Huflattich wirkt bei Hitze oder Feuchtigkeitsprozessen des Herzens.

Ginseng, eine alte Wurzel kann in Japan bis zu 300 £ kosten, sie ergänzt das Urqi, stärkt die Mitte, und damit das Lungen – Yin.

Süss,

befeuchtend, Qi aufbauend, entspannend,

heiss ist Fenchel, Zimt.

Warm Kürbis, Kastanie, Aprikose, Kirsche, Kokos, Pistazie, Vanille und Walnuss, die Lenden und Knie befeuchtet. Knoblauch ist scharf und hat eine antiparasitische, abschwellende, entgiftende Wirkung.

Neutral sind alle Milchprodukte, Kartoffeln, Bohnen, Erbsen, Karotten.

Erfrischend sind Obst, Sojaprodukte, Gurke, Banane, Sellerie, Zucchini, Blumenkohl und Schwarztee. Alant zerstreut die Feuchtigkeit.

Leinsamen ist süss und stärkt Milz, Leber und Niere. Safran, Honig, Malz Traubensaft, fast alle Oele.

Die 3 gelben Heilpflanzen sind : Spitzklee, Helmkraut und Huang Lan.

Scharf,

Stagnation lösend, tonisierend, leitet das abgesunkene Qi nach oben.

Bei Milzenergiemangel, schafft bei zunehmender Kälte Abwehrkraft, scharf, warm ist Cayennepfeffer, Chili, Curry, Muskat. Ingwertee öffnet die Poren, bei kalten Füssen.

Warm ist Lauch, Zwiebel und Meerrettich Liebstöckel, Kümmel, Senf.

Alle Wildgeflügel, Hase.

Kalt ist Reis, Rettich, Kohlrabi, Kresse, Geflügel. Pfefferminztee wirkt kühlend.

Mandeln wirken laxierend auf die Lungen, Aprikosen als Antidot.

Wasser,

salzig, aufweichend, ist in kleinen Mengen säfteaufbauend, leitet die Energie nach unten.

Spargel kalt,, bitter, süß. Diuretikum für Lunge und Nieren.

Im Winter regelmässig Hülsenfrüchte und Fisch essen. Stärkt Nieren und Blase.

Meerträubel, bei Kälteschäden, löst Lungen und Blasenstauungen auf.

Hülsenfrüchte und Fische sind erwärmend.

Kalt sind Algen, Agar-agar, Malz, Sojasauce, Miso und Mungobohnen.

## 44. Kosmologische Sequenz

Die Erde, mit Milz und Magen sind das Zentrum des Nachhimmelqis und haben somit als Xue - und Qi Ursprung eine berechnigte, zentrale Anordnung verdient.

Die Drachenader:

Das reine, kosmische Yang, Yang Chi, dem Himmel zugehörig und das reine, kosmische Yin der Erde Yin Chi finden in Form von Drachenadern , ( vergleichbar der Meridiane ) den Weg zueinander und vermischen sich.

In der chinesischen Landschaftsmalerei findet diese Vorstellung deutlichen Ausdruck.

Die wellenförmigen Linien der Berge, Hügel, der Flussläufe, die Konturen der Wolken, die fließende Linienführung in der Erhabenheit der Natur, lassen erahnen, wie bedeutungslos der Mensch im Vergleich zur himmlischen Weite der Wolken, Meere und Darstellung des Himmels ist. Einem begnadeten Maler , wenn er sein Bild eventuell noch unvollendet lässt, soll es gelingen, dem Betrachter durch eigene Intuition ein Eintauchen und Verschmelzen zu ermöglichen.

Ebenso unvollendet schliesse ich meine Diplomarbeit ab. S. F.

Quellennachweis : Connelly, Hammer, Hempen, Maciocia, Thews.