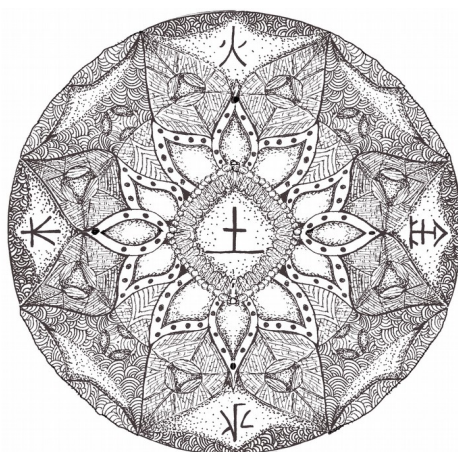


Psychoemotionale und Psychosomatische Aspekte
der Wandlungsphase

Erde



Eva Schmitt
Shou Zhong, Berlin
Kurs 22

2015

Inhaltsverzeichnis

I Patientenfall (nicht zu veröffentlichen)

II Psychoemotionale und Psychosomatische Aspekte der Wandlungsphase Erde

A. Einleitung

B. Die Aspekte der Erde

1. Die Erde und der Mensch im Kosmos
2. Schriftzeichen
3. Die Erde im Su Wen
4. Entstehung der Erde im Menschen
5. Yi
6. Die Tugenden der Erde
7. Die Wandlungsphasen in der Erde

7.1. Holz in der Erde

7.2. Feuer in der Erde

7.3. Metall in der Erde

7.4. Wasser in der Erde

8. Die vier Schlüsselkriterien nach J.R. Worsley und weitere diagnostische Methoden
9. Milz und Magen

9.1. Allgemeines

9.2. Milz nach Su Wen, Kapitel 8

9.3. Aufgaben und Pathologien des Magens

C. Psychoemotionale und Psychosomatische Pathologien der Erde

1. Nachdenklichkeit und Grübeln
2. Pathologien der Erde nach Ling Shu, Kapitel 64
3. Essstörung

D. Therapie

1. Fünf-Elemente-Punkte
 2. Behandlung ueber den Sheng-Zyklus
 3. Behandlung ueber den Ke-Zyklus
 4. Nach Punktekategorien
 5. Himmelfensterpunkte
 6. Ernaehrung
 - 6.1. Grundlagen
 - 6.2. Milchkomsum
- E. Nachwort und Danksagung

I Patientenfall (nicht zu veröffentlichen)

II Psychoemotionale und Psychosomatische Aspekte der Wandlungsphase Erde

A. Einleitung

Die Erde-Assoziationen reichen von dem Planeten Erde im Universum, der Erde, auf der wir gehen und leben, die Erde, die uns ernährt, über Erdbeben, die Wüste, Erdbeben, Überschwemmungen und Naturkatastrophen. All diese Begriffe zeigen sowohl die Abhängigkeit des Menschen sowie die Bedeutung der Erde im Menschen. Der Umgang mit ihr, die Ignoranz gegenüber Umweltproblemen und das Desinteresse an Lösungen der selbigen spiegeln den Stellenwert dieses Elements im Menschen. Es kann beobachtet werden, wie immer mehr Menschen den Kontakt zu sich selbst verlieren, ihre innere Leere durch Junkfood und Süßigkeiten zu füllen versuchen und die Verwirklichung ihrer Wünsche und Träume durch zu zahlende Rechnungen, Erwartungsdruck und fehlender Glaube an sich selbst zunichte gemacht werden.

Aus diesem Grund möchte ich mir das Element Erde genauer anschauen. Die zentralen Fragen hierbei lauten, wie der Makrokosmos und die Erde im Mikrokosmos Mensch wiedergespiegelt wird, was die Qualitäten einer gesunden Erde sind und natürlich die Symptome und Verhaltensmuster, wenn die Mitte verloren gegangen ist.

In der Therapie spielt Einfühlungsvermögen eine große Rolle. Das Lösen von Themenschwerpunkten wie Beziehungsmuster in der Kindheit, das Selbstwertgefühl, Wünsche und Bedürfnisse kann durch Gespräche und Akupunktur hervorragend unterstützt werden. Nicht zu vernachlässigen bei diesem Thema in der Praxis ist natürlich eine diätetische Beratung.

Ich wünsche mir, nach dem Befassen mit diesem umfangreichen Thema Patienten zu einer gesunden, starken Erde verhelfen zu können, damit sie ihren Weg im Einklang mit sich selbst weiter gehen.

*„Human life between Heaven and Earth is like a white colt
glimpsed through a crack in the wall, quickly past.
It purs forth, it overwhelms,
yet there is nothing that does not emerge.
It drifts, it swirls,
yet there is nothing that does not return.
Life is transformation, death is transformation.
All living creatures are saddened, all humanity mourns.
However, it is simply releasing of the Heavenly bowstring,
or the emptying of the Heavenly satchel,
a yielding and a changing which release the soul, as the body follows,
back at long last to the great Returning.
That without shape comes from shape,
that with shape returns to shapeless.“*

The Book of Chuang Tzu ¹



B. Die Aspekte der Erde

1. Die Erde und der Mensch im Kosmos

²Zuerst war der Himmel Tian Di, „das Schöpferische“, danach die Erde, „das Empfangende“. Sie stellt die Polarität zum Himmel dar. Der Mensch hingegen entsteht aus dem Himmel und Erde, beide zusammen schaffen ihn, das Dritte. Der Mensch steht auf einer Brücke und verbindet das Yang des Himmels und das Yin der Erde in sich.

³Vor Kopernikus existierte das heliozentrische Weltbild: Die Sonne dreht sich um die Erde, der Mensch wurde von Gott erschaffen und stand im Mittelpunkt. Nach der Aufklärung wurden diese Glaubenssätze verworfen, das Göttliche wurde in Frage gestellt, der Mensch war auf sich allein gestellt und nicht weiter Mittelpunkt des Universums. Durch die Industrialisierung und Globalisierung wurde dies weiter verstärkt. Die Erde im Zentrum wurde verloren, sowohl im Makro- wie auch im Mikrokosmos.

⁴Die Erde steht in der kosmologischen Sequenz in der Mitte aller Elemente.

Jedes Element schöpft die Kraft aus der Erde. Durch die Rückkehr und das Innehalten kann sich die Energie neu entfalten und in das nächste Element übergehen. Ein Zitat von Chun Qiu Fan lu verdeutlicht dies:

„Die Erde hat ihren Platz in der Mitte, sie ist der üppige Ackerboden des Himmels. Die Erde bildet die Arme und Beine des Himmels, ihre Wirkkraft ist überaus fruchtbar und anmutig zu betrachten, dass man nicht oft genug darüber sprechen kann. In der Tat, die Erde ist das, was die fünf Wandlungsphasen und die vier Jahreszeiten zusammenführt. Metall, Holz, Wasser, Feuer, sie alle haben ihre eigenen Aufgaben. Jedoch, wenn sie sich nicht auf die Erde als Zentrum beziehen, würden sie alle zusammen stürzen. ... Demnach ist die Erde die Kontrolleurin der Fünf Wandlungsphasen und ihr qi deren vereinigendes Prinzip.“⁵

2. Schriftzeichen⁶

土 Tu ist im Chinesischen gleichbedeutend mit Erde, auf der wir Menschen leben, die an sich erst einmal nur da ist und zur Ernährung dient.

Es gibt verschiedene Interpretationen hierfür:

Die obere Linie steht für die Erdkruste, die untere für den steinigen Untergrund und die senkrechte für all das, was sie hervorbringt.

Eine andere Interpretation ist ein „phallusförmiger Pfahl auf einem heiligen Altar“ (S. 15 L. 19f), was die Bedeutung der Fruchtbarkeit widerspiegelt.

A. Noll/U. Lorenzen zeigen die Bedeutung der Erde auch noch in einem anderen Schriftzeichen, Li 里: hier steht die Erde zusammen mit dem Feld für Heimat und das Umfeld, in dem man lebt. Es zeigt einen Ort des Schutzes, in dem man Zuflucht findet.

地 Di wird von Sinologen als Trichter oder auch als Vulva übersetzt. Dies verdeutlicht die weibliche Seite und Fruchtbarkeit der Erde.

3. Die Erde im Su Wen⁷

Im fünften Kapitel wird im Su Wen über die Erde geschrieben:

„Unter den Himmelsrichtungen ist es die Mitte

Das Zentrum/Mitte erzeugt Feuchtigkeit

Feuchtigkeit erzeugt die Erde

Erde erzeugt den süßen Geschmack

Der süße Geschmack erzeugt die Milz.“

Josef Müller hat die einzelnen Zeilen interpretiert und kommentiert.

Die Erde als Mitte vereinigt alle Elemente und hat die Fähigkeit, alle in sich zu tragen.

中 Mitte zeigt einen Pfeil, der eine Zielscheibe mittig durchbohrt hat. Durch diesen Pfeil wird die Drehachse gebildet. Für den Mikrokosmos Mensch bedeutet dies, dass eine gesunde Mitte zu einem gesunden Gewicht und ausgeglichenen Emotionen führt.

Feuchtigkeit spielt eine wichtige Rolle, sowohl für die Erde wie auch bei Magen und Milz.

Durch Feuchtigkeit wird der Boden fruchtbar, Pflanzen können wachsen. Durch zuviel Feuchtigkeit wird jedoch das Ackerland unnützlich und liegt brach.

Im Mikrokosmos Mensch zeigt sich dies durch Adipositas oder Magersucht - ist die Mitte gesund, sind Magen und Milz im Gleichgewicht, der Mensch hat eine gute Verdauung, auf körperlicher und mentaler Ebene.

Die Erde kann verschiedene Formen annehmen, abhängig von der Qualität, der Konsistenz und der Feuchtigkeit, die die Erde formen. So entstanden ursprünglich Lehmhäuser oder Geschirr aus Ton.

Die Nahrung, die wir täglich zu uns nehmen, wird durch den Verdauungstrakt zu einer feuchten Masse, welche dann unseren Körper nähren soll. Dies zeigt die große Bedeutung der Diätetik: Wie soll uns Fast Food ernähren und unsere Erde bilden? Was fehlt der Erde, was kann hinzugefügt werden, damit sie wieder fruchtbar wird?

Auf den Mikrokosmos Mensch bezogen kann sich diese Unfruchtbarkeit tatsächlich auf den Uterus beziehen. Abgesehen davon, dass der innere Verlauf des Milz-Meridians durch die Eierstöcke geht, entstehen durch Erlebtes oder geistige Blockaden auch Blockaden und Ansammlungen im Bauchraum, die hervorragend über den Milz-Meridian behandelt werden können.

Der süße Geschmack wiederum befeuchtet, die Milz liebt das Süße - zuviel davon schwächt sie jedoch, da Feuchtigkeit entsteht. In der heutigen Zeit ist die erste Assoziation dazu Zucker, die natürliche Süße von Obst und Gemüse spielt eine untergeordnete Rolle. Gerade der Erd-Typus neigt dazu, durch die harmonisierende Wirkung des Süßen einen Ausgleich im sehr holzigen Alltag zu finden. Desweiteren wird durch den süßen Geschmack Selbstfürsorge vorgespielt, wenn diese verloren gegangen ist. Der Kontakt zu seinem Ich, seinem Selbst ist abgerissen und es wird versucht, diese Leere zu befriedigen und sich selbst ruhigzustellen.

4. Entstehung der Erde im Menschen

Die Erde ist unser Nahrungslieferant, bei gutem Umgang mit der Erde ist unser Essen reichhaltig und energetisch wertvoll.

Unsere Erde wird genährt durch unsere Mutter, volkstümlich auch als Mutter Erde bezeichnet.

Schon während der Schwangerschaft werden wir über die Nabelschnur ernährt, nach der Geburt nährt uns die Muttermilch. Der Prozess der Abnabelung durch das Abstillen ermöglicht es, die Umgebung eigenständig wahrzunehmen und ein Ego zu entwickeln. Die Mutter sorgt für eine vertrauliche, ruhige Umgebung. Sie sorgt und nährt bedingungslos und ist immer liebevoll zur Stelle, wenn sie benötigt wird.

⁸Im Hervorbringungszyklus ist die Jahreszeit der Erde der Spätsommer. Im Spätsommer wird die Ernte eingefahren, die Früchte der Arbeit werden geerntet. Eine Person mit einer gesunden Erde sorgt für sich und ernährt sich gut. Sie zieht Nutzen aus dem Gelernten und verarbeitet es, sie ist zufrieden damit, was sie hat, ihr Hunger bleibt nicht ungestillt.

5. Yi

⁹Die geistige Energie der Milz ist Yi 意: Es setzt sich zusammen aus Etablieren/ Begründen, darunter ist ein Mund zu sehen. Im untersten Teil ist das Schriftzeichen für das Herz zu erkennen.

Zusammen bedeutet dies „Prozess der Meinungsbegründung in der Welt mit Worten, die von Herzen kommen“⁹. Ist der Shen gesund, kann man seine Mission und seine Träume leben und verwirklichen:

„When the yi is fulfilling its function, we fully commit ourselves to manifest our destiny and to bringing the light of our spirits into the world around us. The yi is the soul aspect that lets the world know that we mean to stand by our dream.“¹⁰

Ist die Erde gesund, kann man

„praktisch denken, lernen, sich etwas merken, Gedanken fokussieren, sich konzentrieren und Ideen entwickeln.“¹¹

Yi bedeutet auch, zielgerichtet in seiner Intention und seinen Gedanken zu sein.

6. Die Tugenden der Erde¹²

Die Tugenden der Erde sind Vertrauen und Aufrichtigkeit. Diese sind ein wichtiger Teil der Basis für die Entwicklung und das Wahre einer starken Mitte.

Die Grundlage in das Vertrauen, genährt und umsorgt zu werden, wird in der Kindheit gelegt. Im weiteren Leben werden die Tugenden durch Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit anderen gegenüber verankert.

Durch Vertrauensmissbrauch und die Erfahrungen, angelogen und ausgenutzt zu werden, wird die Erde in Mitleidenschaft gezogen, und die Mitte geht verloren. Der Hervorbringungszyklus, welcher sich auch auf die Tugenden bezieht, wird unterbrochen:

„Weisheit sollte in der Lage sein, Güte hervorzubringen. Güte sollte in der Lage sein, Sittlichkeit hervorzubringen. Sittlichkeit sollte in der Lage sein, Aufrichtigkeit hervorzubringen. Aufrichtigkeit sollte in der Lage sein, Gerechtigkeit hervorzubringen. Gerechtigkeit sollte in der Lage sein, Weisheit hervorzubringen.“¹³

7. Die Wandlungsphasen in der Erde¹⁴

7.1. Holz in der Erde

Damit die Erde Energien aus der Umwelt aufnehmen kann, braucht sie dynamisches Qi. Das Holz ist für das Yang, für den Impuls zuständig. Dies bedeutet für die Erde, dass sie die Kraft des Holzes benötigt, um all ihre Aufgaben wie Verdauung und Umwandlung zu erfüllen und um in die nächste Wandlungsphase überzugehen.

7.2. Feuer in der Erde

Im Sheng-Zyklus ist das Feuer die Mutter der Erde und somit sind die Feuerpunkte Milz 2 und Magen 41 auch die Tonisierungspunkte. Wie schon oben erwähnt steht der Mensch zwischen Himmel und Erde - er schaut nach oben, zum Himmel und braucht die Sonne und die Wärme, damit alles auf Erden gedeihen kann.

Hat das zentrale Thema der Erde, die Ernährung, einen großen Wert, wird mit Freude gekocht und gegessen. Das Feuer sorgt aber auch dafür, dass wir die Ebene des höheren Bewusstseins in die Erde tragen, philosophische Diskussionen führen und unsere Werte und Bewusstseinsstrukturen mit Freude diskutieren und kommunizieren.

7.3. Metall in der Erde

Das Metall sorgt dafür, dass wir all die Eindrücke, die von außen kommen, analysieren und ihre Bedeutung erkennen. Es gibt Struktur und stellt den rationalen Kontrast zu dem sehr emotionalen Element Erde dar. Es hilft, sich nicht zu überlasten, nicht alles in sich aufzunehmen und klare Grenzen zwischen seinem emotionalen Innenleben und der Umwelt zu ziehen.

7.4. Wasser in der Erde

Wasser steht für das Vorhimmlische, für den Ursprung und für alles, was wir auf diese Welt mitgebracht haben. Zusammen mit der Erde wird dies verknüpft mit dem Nachhimmlischen und den Erfahrungen und Eindrücken, die wir in dieser Welt sammeln. Es schafft eine subjektive Realität, ausgehend von der eigenen Persönlichkeit die Geschehnisse zu erkennen, seine eigene Wahrheit zu finden und weise zu werden.

8. Die vier Schlüsselkriterien nach J.R. Worsley und weitere diagnostische Methoden

- Die Farbe der Erde ist gelb

Schon Huang di, der gelbe Kaiser, welcher das Nei Jing verfasste, repräsentierte den Menschen zwischen dem Himmel und der Erde. Gelb ist in China auch die Farbe des Bodens, welcher fruchtbar wird, wenn der gelbe Fluss Huang he über die Ufer läuft.

Im Gesicht ist die Farbe gelb jedoch keineswegs ein gutes Zeichen - liegt eine Erkrankung der Erde vor, beschränkt sich die Verfärbung meist nicht nur auf die Schläfen, sondern färbt das ganze Gesicht. Eine grün- gelbliche Verfärbung um den Mund zeigt eine Holz-Erd-Disharmonie.

Im Nan Jing steht außerdem geschrieben, dass die Verfärbung des Gesichts die Pathologie der Wandlungsphase anzeigt, die das zu kontrollierende Element im Ke-Zyklus überkontrolliert. Im Falle der Erde ist dies das Wasser - die Erde saugt das Wasser auf, körperlich zeigen sich Ödeme.¹⁵

- Ihr Geruch ist süßlich

Am Besten beschreiben lässt sich dieser wohlriechende Geruch mit einem Baby oder Kleinkind. Hier ist der Duft physiologisch und angenehm. Ist die Erde jedoch im Ungleichgewicht, wird dieser schwer und unerträglich süßlich.¹⁶

- Die Melodie ist singend

Diese Stimme zeigt das Bedürfnis nach Harmonie und Konfliktfreiheit an. Die Stimmlage klingt, als tröste jemand ein kleines Kind, es wird viel Mitgefühl vermittelt.¹⁷

- Sie steht für Mitgefühl

思 Si/ Sorge spiegelt am ehesten Mitgefühl wieder: Es zeigt ein Tier, dass seine Kinder über die Zitzen ernährt. Es steht für Fürsorge, welche jedoch auch in Sorge und obsessives Denken umschlagen kann.¹⁸

- Gesichtsausdruck

Der Gesichtsausdruck der Erde ist von Mitgefühl geprägt. Besonders die Augen sind warm und voll Empathie, der Kopf wird leicht zur Seite geneigt, der Mund steht leicht offen. Bei dem konträren Erd-Typus hingegen ist der Körper, besonders die Bauchmuskeln, angespannt, der Kopf wird zurückgezogen, die Mimik kann verhärtet und wie ein Panzer wirken.¹⁹

- Emotion testen

In der Wandlungsphasenschule ist es üblich, dass der Therapeut bewusst die Emotion testet, in welcher er eine Schwäche bzw. die Konstitution des Patienten vermutet. Um Sympathie und Mitgefühl zu testen, wartet er auf eine Situation, in der der Patient seine Beschwerden beschreibt oder von einem schwierigen Ereignis berichtet. Wichtig ist es, dass es weder zu lange zurückliegt noch dass es zu akut ist. Der Therapeut versetzt sich nun in diese Stimmung und äußert sein ehrliches Mitgefühl und Bedauern. Ist die Erde gesund und stark, kann der Patient dieses annehmen. Befindet sie sich jedoch nicht im Gleichgewicht, kann der Patient sich darin suhlen und nach mehr verlangen oder aber alles herunterspielen und relativieren.²⁰

9. Milz und Magen

9.1. Allgemeines

Milz und Magen werden dem Funktionskreis Erde zugeordnet.

Die Milz kontrolliert die Transformation und den Transport. Wie eine Mutter arbeitet sie 24 Stunden am Tag und kontrolliert den Verdauungsapparat. Sie beaufsichtigt die Transformation von Nahrung in Blut und Qi.

Das Milz-Qi lässt das klare Yang-Qi zum Kopf aufsteigen, hält das Blut in den Gefäßen und hält die Organe an ihrem Platz.

9.2. Milz nach Su wen, Kapitel 8

- Die Milz erzeugt das Fleisch

Zum einen bedeutet dies, dass sie für das Bindegewebe verantwortlich ist, zum anderen, dass sie durch ihr Yang die Organe an ihrem Platz hält.

Vor der Geburt wird das Kind durch die acht außerordentlichen Gefäße genährt, nach der Geburt nährt die Milz die Muskeln und somit die vier Extremitäten.²¹

- Das Fleisch erzeugt die Lunge

Die Erde ist die Mutter des Metalls, somit hat die Milz auch die Aufgabe, die Lunge zu nähren. Der enge Bezug wird auch in dem Sprichwort deutlich „Die Milz erzeugt den Schleim und die Lunge ist der Behälter.“²²

- Die Milz beherrscht den Mund und die Lippen

Der Verdauungsapparat fängt streng genommen am Mund an, schon hier wird die Nahrung zerkleinert und Enzyme gespalten. Anhand der Lippen kann man den Zustand des Blutes erkennen, welches von der Milz gebildet wird. Interessant ist auch, dass die Lippen den Zustand des Beckenbodens und der Genitalien zeigen können: Der sogenannte „Trockenpflaumenmund“ zeigt den Zustand der Muskulatur um Magen 30, die Genitalien sind ausgetrocknet, die Libido ist schwach und die Lebenslust gering. Weiterhin weisen schmale Lippen auf eine schwache Verdauung hin.²³

- Die Mundhöhle

Die Mundhöhle und die Zunge in ihrer Funktion, die fünf Geschmäcker zu unterscheiden, unterliegt dem Aufgabenbereich der Erde. Der Speichel wird sowohl von

dem Wasser erzeugt wie auch von der Erde, hier muss differentialdiagnostisch unterschieden werden.²⁴

- Der Pankreas

Des Weiteren wird auch der Pankreas in seiner Funktion als Teil der Milz gesehen. Eine wichtige Funktion der Bauchspeicheldrüse ist es, den Zuckerhaushalt im Körper zu regulieren. Erkrankte an Diabetes Mellitus leiden an Schwankungen des Blutzuckerspiegels, welche auch mit emotionalen Höhen und Tiefen einhergehen. Dies ist wiederum charakteristisch für eine Erkrankung des Elements Erde, das Gleichgewicht und die Mitte sind verloren gegangen. Die Fähigkeit des Körpers, bei Bedarf Zucker freizusetzen bzw. einzulagern, spiegelt die Fürsorge und Zuwendung sich selbst gegenüber wider. Ist diese Funktion verloren gegangen, zeigt es ein gestörtes Verhältnis zu seinen eigenen Bedürfnissen - entweder es wird sehr viel Zucker eingelagert oder freigesetzt (Hypo- und Hyperglykämie).²⁵

9.3. Aufgaben und Pathologien des Magens

Der Magen bildet eine Symbiose mit der Milz - kann eines der Organe seine Funktionen nicht erfüllen, wird das andere in Mitleidenschaft gezogen.

- Allgemeines

Der Magen kontrolliert das Empfangen, er nimmt die Nahrung auf. Er wird als „Kornspeicher“ und „Meer von Nahrung und Getränken“ beschrieben. Er kontrolliert die Fermentierung und Reifung der Nahrung sowie das Transportieren der Nahrungssensenzen, gemeinsam mit der Milz. Ausserdem kontrolliert er das Absteigen des Qis und ist der Ursprung der Flüssigkeiten.²⁶

- Die Schilddrüse

Der Hauptpunkt zur Behandlung von Schilddrüsenerkrankungen ist Magen 9: Zum einen hat er einen lokalen Bezug, zum anderen vermittelt er als Himmelfensterpunkt zwischen

Kopf und Körper. Eine weitere Rolle spielt die Niere, welche einen engen Bezug zum Hormonsystem hat, sowie der San Jiao, der mit dem Ming Men in Verbindung steht. Zum einen können lokale Verspannungen zu Schilddrüsenerkrankungen führen. Zum anderen spielt aber auch die Psychosomatik eine große Rolle: Bei der Hyperthyreose hat das Feuer eine verzehrende Wirkung, die Person verausgabt sich und ist ständig im Außen, ohne auf ihre Bedürfnisse zu achten. Sie ist für alle verantwortlich und ist dies meist mit dem Hintergedanken, Abhängigkeiten herzustellen.

Bei einer Hypothyreose liegt ein genereller Yang-Mangel vor, vorwiegend des San Jiaos und in der Magenleitbahn. Magen und Milz sind schwach und können nicht verdauen, dies zeigt sich auch auf mentaler Ebene.²⁷

- Die Zähne / das Zahnfleisch

Die Zähne werden zwar der Niere zugeordnet, das umliegende Zahnfleisch wird jedoch von der Erde kontrolliert. Hitze im Verdauungstrakt kann entlang der Magenleitbahn nach oben steigen und zu Zahnfleischbluten führen.²⁸

Im 67. Kapitel des Su Wen steht außerdem geschrieben:

„Das, was am Himmel Nässe bildet, ist auf der Erde Erdboden, im Körper Fleisch, im Qi die Fülle und unter den Zang-Organen die Milz. Ihre Natur ist das Schlichten und Vereinigen, ihre Kraft das Befeuchten, ihr Nutzen die Umwandlung. Ihre Farbe ist das Gelbe, ihre Umwandlung bildet den Überschuss, von den Tierarten entsprechen ihr die Nackten, im Regieren bringt sie Frieden, im Wetter Wolken und Regen. Ihr verändertes Verhalten zeigt sich in der Konzentration, ihr Unheil ist die Überflutung.“²⁹

C. Psychoemotionale und psychosomatische Pathologien der Erde

„Heimweh ist die Sehnsucht, in sich selber zuhause zu sein. Heilung heißt Heimkehr in unser verlorenes Heim. Alles Weh ist Heimweh, jede Heilung ist eine Heimkehr.“

Dianne Connley

1. Nachdenklichkeit und Grübeln

思 Si : „Wenn man denkt, steigt die vitale Flüssigkeit des Herzens ins Gehirn hoch.“³⁰

Ist die Verbindung zwischen dem Herz und dem Gehirn gestört, kommt es zu Gedankenkreisen und Grübeln, sogar zu obsessivem Denken. Es verknotet das Qi. Ist die Erde nicht stark, zeigt dies auch gleichzeitig die Schwäche des Yi: Die oben genannten Aspekte des Yi können nicht mehr gelebt werden.

Ein Zitat verdeutlicht dies:

„Ohne Absicht gibt es kein Nachdenken. Übermäßiges Nachdenken verwirrt die Gedanken und hemmt das gerichtete Denken. Hinter all diesen geistigen Aktivitäten steckt die Milz als Basis. Wenn die Milz stark ist, ist das Denken klar und logisch, das Konzentrationsvermögen und Gedächtnis gut, die Ideen fließen zielgerichtet, Worte fesseln den Zuhörer. Wenn die Milz schwach ist, ist der Intellekt dumpf, das Denken fällt schwer und das Konzentrieren (Fokussieren) auf ein Objekt ist unmöglich. Die Worte langweilen den Zuhörer und verwirren ihn.“³¹

2. Pathologien der Erde nach Ling shu, Kapitel 64³²

- Erde-Yin-Leere

Der Erde-Yin-Leere-Typus hat in seiner Kindheit die Erfahrung gemacht, dass er sich nicht auf seine Mutter verlassen konnte, Bedürfnisse wie Körperkontakt oder liebevolles Umsorgen blieben unerfüllt. Deshalb hat er schon früh den Entschluss gefasst, ohne Unterstützung zurechtzukommen zu müssen und kann diese nicht annehmen. Sein Zentrum ist sozusagen unterentwickelt, er kompensiert diese seelische Ebene mit körperlichen Beschwerden. Wendet man diesen Aufmerksamkeit und Mitgefühl zu, relativiert er diese sofort. Er gesteht weder sich noch Mitmenschen Schwäche zu. Daraus folgt, dass er Schwierigkeiten damit hat, enge Bindungen mit seinem Umfeld einzugehen. Diese unnatürliche Unabhängigkeit und Ablehnung von nährender Wärme und Fürsorge kann auf körperlicher Ebene zu Abmagerung und Aushungern führen.

Eine weitere Ursache kann häufiges Umziehen in der Kindheit sein. Auch hier ist das Zentrum instabil, es kommt zu großen Stimmungsschwankungen. Entweder wird betont, wie wichtig und wie toll das harmonische Zuhause ist oder es kommt zur Ablehnung des selbigen. Es kommt zu der Fortsetzung der Kindheitserfahrung, sich heimatlos zu fühlen. Durch Angst vor erneuter Ablehnung fällt es diesem Typus schwer, neue Bindungen einzugehen und zu vertrauen. Dies zieht allerdings immer wieder die Erfahrung mit sich, nicht angenommen zu werden und alleine zu sein, er wird verbittert.

Punkteauswahl nach Josef Müller:

Ma 1 „empfangen die Tränen“: Seine Bedürftigkeit zeigen

Ma 9 „die Menschheit willkommen heißen“: Verändert die Perspektive

Ma 20 „die Fülle empfangen“, Ma 40 „wie ein Versprechen für die Zukunft“, Mi 4 „die Haltung des Vertrauens entwickeln“: Gefühl des Genährtseins

Ma 25 „Himmelspfeiler“ und Mi 4 „Große Horizontale“, Ma 36 und Mi 3: Gefühl von Zentrum und Stabilität

Mi 21 „die große Umarmung“: Allumfassendes Gehaltensein

- Erde-Yin-Fülle

Dieser Typus hat in seiner Kindheit die Erfahrung gemacht, dass sich alles um ihn dreht. Narzissmus spielt später eine große Rolle, er erwartet weiterhin, im Zentrum zu stehen, ist selbstüchtig und verwöhnt. Da im Erwachsenenleben jedoch ein Ausgleich zwischen Geben und Nehmen besteht, haben diese Personen das Talent entwickelt, zu manipulieren und weiterhin allein die eigenen Bedürfnisse zu stillen.

Durch ständiges Kommunizieren seiner Probleme schluckt er wie ein schwarzes Loch all die Energie seines Umfeldes.

Da es sich hier um ein Fülle-Muster handelt, muss dieser Kreislauf erst einmal aufgelöst werden, was durch das kontrollierende, dynamische Element Holz am naheliegendsten ist.

Punkteauswahl:

Le 1 und Mi 1: Haben als Brunnenpunkte viel Dynamik

Mi 5 und Ma 45: Die Erde in Richtung Metall weiterleiten

Mi 8 und Ma 24: „die Erde umpflügen“ und „das Nahrungstor schmieren“:

Fühlen und Denken kommt wieder in Bewegung

- Erde-Yang-Leere

Dieser Typ hat nie gelernt, selbst aktiv zu sein, zu verdauen und alleine durch die Welt zu gehen. Der Ursprung liegt hier in einer Mutter, die sich zu fürsorglich gekümmert hat und alles quasi vorgekaut hat.

In Folge dessen sucht dieser Typus immer Aufmerksamkeit und in jeder Person eine Mutter, was von dem Umfeld als anhänglich empfunden wird. Er macht sich ständig Gedanken, was andere von ihm halten könnten und hat Angst, verlassen zu werden und alleine in der Welt zu sein.

Hier ist es wichtig zu stärken, damit der Patient von seinen ständigen Sorgen loskommt und ein gesundes Selbstbewusstsein und Vertrauen in sich selbst bekommt. Hilfreich ist hier zum einen der Ansatz der Traumatherapie, anhand einer erfolgreich gemeisterten Lebenssituation das eigene, positive Potential zu zeigen sowie Körperübungen, um die Selbstwahrnehmung zu stärken.

Punkteauswahl:

Ma 4-6: Herunterschlucken, sich nicht im Kreis drehen

Ma 19 „Unwohlsein“: Die Gedanken im Kopf auflösen, damit die ständig leere Mitte mehr Energie hat

Ma 34 „Balkenhügel“: Stärkt den Prozess des Verdauens

Ma 41 und Mi 2: Feuerpunkte, helfen bei der Transformation

Mi 12 mit Ma 30: unterstützt das Selbstvertrauen, löst das stagnierte Denken, nicht lebensfähig zu sein

Ren 8 und Du 6 mit Moxa: Vertrauen in sich selbst

- Erde-Yang-Fülle

Dieser Typus ist das andere Extrem, er kümmert und sorgt sich ständig um andere und hat ein sogenanntes Helfer-Syndrom, was sich sowohl im Privatleben wie auch in der Berufswahl zeigen kann. Besonders nachvollziehen kann man dies anhand des Bildes einer Mutter, die sich ihr Leben lang um ihre Kinder kümmert und ihre eigenen Bedürfnisse darüber vergisst.

Durch dieses Verhalten hat dieser Typus seine eigene Mitte verloren, er fühlt sich leer und kompensiert diese mit nach außen gerichtetem Mitgefühl. Er nimmt sich all die Probleme seiner Umwelt wie auch tragische Ereignisse in der Welt sehr zu Herzen. Er scheint dabei sein Leben gut im Griff zu haben, was dazu führt, dass er weiter wenig wahrgenommen wird und weiter als emotionaler Mülleimer dient.

Dahinter versteckt sich oft eine riesige Wut, welche sich in dem Yang-Ming-Wahnsinn zeigt: Eine Art Manie oder obsessives Verhalten nach Aufopferung. Wird dieser Kreislauf unterbrochen, kommt die Wut ans Licht, die dieser Typus all die Jahre hinuntergeschluckt hat.

Punkteauswahl:

Um das Yang aus dem Kopf abzusenken, empfehlen sich hier Punkte der Magen- und Milzleitbahn an den unteren Gliedmaßen oder Unterbauch. Beispiele hierfür sind Mi 9 und Ma 36, um nach innen zu schauen.

Ma 8 hilft, das stark intellektuelle, dogmatische Verhalten zu lösen.

Ren 15, Ma 25, Ma 32 und Ma 41, bekannt als die vorderen Drachen, helfen bei manischem Verhalten.

3. Essstörung

Hat jemand seine Mitte verloren, zeigt sich dies oft auf der körperlichen Ebene als Verdauungsstörungen, Ödeme, Durchfälle, Heißhunger oder Appetitlosigkeit. Aus diesem Grund möchte ich genauer auf ein gestörtes Essverhalten eingehen:

Hier besteht ein Zusammenhang zur oralen Phase in der Kindheit. Ist das Familienumfeld unsicher und Spannungen werden über das Essen kompensiert, entsteht eine zwanghafte Abneigung gegen Gefüttertwerden. Das Essen zu verweigern

ist die einzige Möglichkeit sich abzugrenzen, nein zu sagen und eine eigene Identität zu entwickeln. In der Pubertät wird dies dann zu einer Essstörung, ein Kampf gegen das eigene Geschlecht und gegen Fruchtbarkeit, die vollständige Kontrolle wird über die Verweigerung der Nahrung ausgelebt.³³

Ergänzend sollte das Abmagern durch „nicht essen können“ genannt werden. Ursprung hierfür könnte zum Beispiel eine Mutter gewesen sein, die immer alles vorgekaut hat. Wenn jemand nie seine Probleme alleine lösen musste, erwartet er in einer schwierigen Situation, dass jemand da ist und ihm alles abnimmt.³⁴

Auch Adipositas hat den Ursprung in einer gestörten Mutter-Kind-Beziehung. Die emotionalen Unzulänglichkeiten oder Schwankungen der Mutter geben keine Sicherheit, als Kompensation wird das Essen gewählt. Es ist ein Ersatz für die Sympathie, Liebe oder Anerkennung der Eltern. Dieses Polster schützt vor Kränkungen und wird immer mehr aufgebaut, je mehr eine Person diese erlebt.³⁵

Josef Müller nennt als beteiligtes fu-Organ den Magen. Er steht sowohl für den physischen Hunger (mehr Essen) wie auch auf der psychischen Ebene nach mehr Wissen, mehr Leben. Durch den Leitbahnverlauf besteht eine enge Verbindung zum Herzen und somit zum Shen - die Hitze, die im Magen gebildet wird und nach immer mehr verlangt, steigt auf zum Herzen und verursacht obsessives Verhalten. Wie auch Noll/Lorenezen sieht Müller die Ursache für Adipositas darin, dass in der Kindheit die emotionale Ernährung nicht ausreichend war - es entsteht ein Loch, dadurch können die Bedürfnisse nie erfüllt werden, der Hunger ist immer anwesend.

Bei obsessivem Verhalten ist die vordere Drachenbehandlung wirksam.

Um endlich diese ständige Leere zu füllen, ist außerdem Ma 20 „die Fülle empfangen“ geeignet - überaus wichtig ist hier die Intension und das Verhalten des Therapeuten.³⁶

D. Therapie

1. Fünf Elemente-Punkte³⁷

- Milz 1 „Verborgene Klarheit“ bringt als Holzpunkt viel Dynamik in das Denken. Die Pathologie der Erde, nicht mehr fähig zu sein zu reflektieren und sich

schwammig und vernebelt zu fühlen, wird aufgelöst. Auch ein überschießendes Holz mit cholерischen Eigenschaften, welches die Sinne beeinträchtigt, wird in seine Grenzen verwiesen.

- Magen 43 „Eingesunkenes Tal“ wird bei Schleimansammlung verwendet, wenn die Erde sich mit Wasser vollgesaugt hat.
- Milz 2 „Große Hauptstadt“ bringt Feuer und somit Wärme, Bewegung und Dynamik in eine lethargische, phlegmatische Milz. Er hat eine starke Wirkung auf die Shen Ebene und verbindet Yi wieder mit dem Shen des Herzens.
- Magen 41 „Befreiter Strom“ hat auf psychischer Ebene eine ähnliche Wirkung wie Milz 2 - er ist wirksam bei Feuchtigkeitsansammlungen und hilft dabei, die Erde zu wärmen und fruchtbar zu machen.
- Milz 3: Siehe Yuan-Punkte
- Magen 36 „Bein Drei Meilen“ wirkt als Ben-Punkt besonders stark auf eine schwache Erde. Er baut sie wieder auf, hilft bei Depressionen und ständigem Grübeln. Er öffnet und macht möglich, die Realität wieder wahrzunehmen und aus einem pessimistischen Gedankenkarussell auszusteigen.
- Milz 5 „Händler am Berg“ ist der Metall- und somit Sedierungspunkt der Erde. Er wird angewendet bei einer Person, die sich in einer Erd-Fülle befindet und nicht mehr fähig ist, all das zu verdauen, was sie lernt und erwartet.
- Magen 45 „Bitterer Mund“ oder auch „grausame Bezahlung“ wird bei zuviel Metall in der Erde sediert. Die Person ist kalt, hat keine Empathie und ist berechnend. Durch dieses unsoziale Verhalten werden die eigenen Bedürfnisse nie befriedigt.
- Milz 9 „Quelle am Hügel“ befeuchtet bei einer ausgetrockneten Erde und befähigt zu mehr Mitgefühl und mehr Flexibilität. Sedierend wird er bei existentiellen Ängsten verwendet.
- Magen 44 „Innenhof“ impliziert durch seinen Namen eine Rückkehr zu einem ruhigen Ort, an dem man sich sicher fühlt und sich ausruhen kann. Er ist räumlich begrenzt und hilft, das überflutende Wasser zu stoppen und Ängste zu klären.

2. Behandlung über den Sheng-Zyklus³⁸

Hier kann es zwei Ursachen für eine schwache Erde geben: Entweder die Mutter, das Feuer ist leer, oder das Metall ist in Fülle und zieht Energie aus der Erde. Im ersten Fall äußert sich dies in Heißhunger auf Zucker. Wenn die Pulse der Feuerleitbahnen stärker sind als Milz und Magen, wird Ma 41 und Mi 2 tonisiert.

Im zweiten Fall steht die Metall-Fülle im Vordergrund, die Stimme ist klagend. Ma 45 und Mi 5 werden sediert.

3. Behandlung über den Ke-Zyklus³⁹

Das Holz hat die Aufgabe, die Erde zu kontrollieren.

Kann das Holz seine Aufgabe nicht erfüllen, ist die Erde in Fülle: Ansammlung von Schleim, langsames Denken und keine Dynamik sind die Folgen. Hier wird über Mi 1 und Le 1 behandelt, Mi 8 zerstreut Pathogene, welche über Ma 40 ausgeleitet werden.

Andersherum kann das Holz die schwache Erde angreifen, was ein häufiges Bild in der Praxis ist. Es steht eine Holz-Pathologie im Vordergrund wie zum Beispiel Probleme mit dem Bewegungsapparat (speziell Sehnen und Bänder) und unstete Gedanken und Verhalten, welches keine Früchte trägt und nicht in die Realität umgesetzt wird.

Die Erde hat die Aufgabe, das Wasser zu kontrollieren.

Findet eine Überkontrolle statt, saugt sich die Erde voll - es kommt zu Ödemen, auch auf geistiger Ebene verhält sich diese Person unklar, hat keinen Durchblick mehr und ist phlegmatisch.

Missachtet das Wasser die Erde, wird sie überschwemmt, die Emotionen des Wassers, Existenzängste stehen im Vordergrund.

4. Nach Punkte-Kategorien⁴⁰

- Yuan- Punkte

Milz 3 „große Klarheit“ oder „großer Glanz“ trägt seinen Namen, da er durch den ihm zugeordneten Planeten dem Metall zugeordnet wird. Er behandelt über das Metall die Erde, indem er den Schleim bewegt, der vorher alles getrübt hat. Als Ben- und Yuan-Punkt tonisiert er die Erde in ihren Hauptaufgaben, stabilisiert, ernährt und macht gleichzeitig möglich, dass die Erde in ihrer neuen Kraft die Übergänge in die andere Wandlungsphase ermöglicht. (Band 1, S. 94f.)

Magen 42 „dahinschießendes Yang“ beschreibt in seinem Namen das aufsteigende Yang, was zu extrovertiertem Verhalten führt mit dem Verlangen aufzufallen. Das Yang wird über diesen Punkt wieder verankert und zur Milz weitergeleitet, welche hierdurch tonisiert wird.

- Luo-Punkte:

Milz 4 „Urahn und Nachkomme“: Im frühen China war es üblich, dass die Enkel erst durch die Großeltern unterstützt und verwöhnt wurden, da die Eltern sie als Unterstützung im Haushalt und Arbeitskraft sahen. Dieser Punkt verbindet diese Kluft (WHO-Übersetzung des Punktes: Generationenkluft) und hilft, Konflikte in der Kindheit mit der Mutter aufzuarbeiten, sich angenommen und geliebt zu fühlen und das Urvertrauen in Mutter Erde wiederzufinden. Er unterstützt den Prozess, sich selbst zu vertrauen und gibt die Erkenntnis des Rechts, ernährt zu werden.

Milz 21 „großes Umfängen“ zeigt das Potential der Erde, alle Elemente zu ernähren und zu unterstützen. Er stärkt die eigene Mitte und unterstützt das gesunde Maß, zu helfen aber auch wieder zu sich selbst und seiner eigenen Mitte zurückzukehren. Er stellt die Balance zwischen außen und innen wieder her.

- Xi-Spalt-Punkte:

Milz 8 „die Erde umpflügen“ gibt neue Energie in eine unfruchtbare, hart gewordene Erde. Er hilft, festgefahrene Gedankenmuster zu lockern, die Erde wird wieder fruchtbar und es kann Neues entstehen. Ein Beispiel ist Jemand, der sich emotional abgrenzt und Mitgefühl abweist, obwohl es sein innerster Wunsch ist.

Magen 34 „Balkenhügel/Getreidehügel“ impliziert, die Reserven der Erde zu mobilisieren. Bei einer Depression wird der Überblick wiederhergestellt und das Potential wieder erkannt. Andersherum kann er auch bei einer Manie auf den Boden der Tatsachen zurückholen.

- Rücken-Shu-Punkte:

Blase 20, Zustimmungspunkt der Milz wird bei chronischer Schwäche der Milz verwendet.

Blase 49 „Yi Huetten“ behandelt das Yi, den Shen-Aspekt, welcher der Milz zugeordnet ist. Er unterstützt den gesunden Ausgleich zwischen Geben und Nehmen. Er kann Grübeln und ständiges Nachdenken beenden und jemanden aus der sich ständig drehenden Spirale des Selbstmitleids befreien. Stagnierende Denkmuster werden aufgelöst, Reflektion und dem Shen des Herzens zu folgen treten stattdessen ein. Yi kann sich in all seinem Potential entfalten.

- Blase 21: Zustimmungspunkt des Magens, behandelt das Yang des Körpers. Es kann sowohl sediert werden bei Magen-Hitze wie auch bei Verdauungsschwäche, welche zum Beispiel durch Magersucht entstehen kann. Blase 50 „Kornkammer des Magens“ stärkt die mentale Verdauung. Zum einen kann hier der ständige Hunger, zum anderen auch Anorexie auf psychischer Ebene behandelt werden. Statt das Gefühl der Leere oder des Nichtangenommenseins auf physischer Ebene zu kompensieren, wird so die Wurzel des Problems behandelt.

5. Himmelfensterpunkte

- Magen 9 “Die Menscheheit willkommen heißen” wird verwendet, wenn die Behandlung stagniert. Wie der Name schon sagt, hilft dieser Punkt bei dem Umdenken, Hilfe anzunehmen und willkommen zu heißen.
- Du Mai 16 “Wind Palast” sorgt durch seine yangige Wirkung dafür, die mentale Blockade zu lösen, sich zu öffnen und seine eigenen Bedürfnisse zu erkennen.
- Ren Mai 22 “himmlischer Kamin” hilft, seine Bedürfnisse zu äußern und mitzuteilen

6. Ernährung

6.1. Grundlagen

Die Diätetik ist eine der Grundsäulen der Chinesischen Medizin. Nach einer ausführlichen Anamnese, wenn alle Beschwerden bekannt sind, kann eine Empfehlung ausgesprochen werden, welche Lebensmittel zu der Konstitution und den aktuellen Beschwerden passen, diese muss personalisiert sein. Hierfür muss der Therapeut das Grundwissen über Thermik, Geschmackswirkung und deren Wirkweise besitzen.

Wie schon oben beschrieben, ist der Erde der süße Geschmack zugeordnet. Zuviel Süßes produziert Feuchtigkeit, der saure Geschmack kann über den Ke-Zyklus Kontrolle ausüben.

Generell mag die Milz die Trockenheit und der Magen die Feuchtigkeit: Dies zeigt, wie wichtig es ist, eine Balance in der Ernährung zu finden.

Es gibt allerdings einige Ratschläge, die helfen zu verdauen und aufzunehmen.

- Keine Ablenkung während der Mahlzeit: Leider wird heutzutage oft vor dem Fernseher oder dem Computer gegessen, der Fokus liegt nicht mehr auf der Nahrung.
- Keine negativen Emotionen während des Essens: Mit Wut im Bauch isst es sich nicht gut!
- Sich Zeit lassen während des Essens
- Morgens essen wie ein Kaiser, mittags wie ein König und abends wie ein Bettelmann! Die Zeit des Magens, in der er am besten verdauen kann und am meisten Energie hat, ist von 7-9 Uhr. Daraus ergibt sich auch:
- Nach 19 Uhr nicht mehr essen, da hier nun die schwächste Zeit des Magens ist.
- Regionale und saisonale Küche: Was regional wächst, ist meistens auch am besten verdaulich. Ein Beispiel: Den Obst- und Gemüsekonsum den Jahreszeiten anzupassen bedeutet, sich im Winter zu stärken und thermisch warme Lebensmittel zu verwenden. Oft ist zu beobachten, dass durch energetisch feucht-kalte Südfrüchte wie Orangen Kindern sofort die Nase läuft.
- "Du bist, was du isst": Bei allen Produkten, insbesondere jedoch bei tierischen Produkten auf die Herstellung und Qualität achten.

6.2. Milchkonsum

Auf den Konsum von Milchprodukten möchte ich noch einmal gesondert eingehen, da mir dieses Thema sehr am Herzen liegt und oft übersehen wird.

In der Entwicklung der Menschen werden diese mit ca. 6 Monaten bis 1 Jahr abgestillt, da hier gesagt wird, dass der Bedarf gedeckt ist und er nun bereit ist, feste Nahrungsmittel zu sich zu nehmen.

Durch die Industrialisierung und die Kontrolle über all die anderen Lebewesen ist es nun, besonders im Westen und leider auch immer mehr in China, normal, sein Leben lang die Muttermilch der Kuh zu trinken.

Abgesehen davon ist es gerade für den Erd-Typus, welcher zu Adipositas neigt, äußerst empfehlenswert, keine Milchprodukte zu sich zu nehmen, da diese stark feuchtigkeitbildend sind.

Dennoch ist wichtig: Was für den einen Gift, ist für den anderen Medizin - dem abgemagerten, ausgetrockneten Erd-Typus sollte von Milchprodukten nicht abgeraten werden.



Abbildung: *The Book of Chuang Tzu*, 1996, S.7

*„This mother's daughter travels the long way home
belly full with gratitude to all the great and
terrible things gathered on the way.*

*This mother's daughter has woven the tears of her
weepings into weavings and resound with simple pride
and no more shame.*

*Lessons gathered like gleanings bless
this mother's daughter with a patient grace,
and now the ground no longer shakes within her.*

This mother's daughter always took the long way home.“

Linda Joy Burke

E. Nachwort und Danksagung

Das Auseinandersetzen mit dieser Thematik war eine große Herausforderung, da es sehr viel Literatur dazu gibt. Ich lege bei weiterem Interesse ans Herz, Die Wandlungsphase Erde von Lorenzen/Noll und Den Geist verwurzeln, Band 2 von Josef Müller zu lesen (s. Quellen).

Ich wünschte, ich hätte all dies schon vor einiger Zeit ausgearbeitet und ich werde mich auf jeden Fall auch ausführlich mit den anderen Elementen beschäftigen.

Ich bin fasziniert von all den Autoren der Bücher wie auch dem Wissen der Dozenten und werde mich wohl die nächsten 50 Jahre mit dem Heilwissen der Chinesen beschäftigen.

Ich möchte mich bei allen Dozenten der Shou Zhong für das Vermitteln von viel Wissen in nur drei Jahren bedanken - es wurden viele verschiedene Ansätze und Perspektiven der Chinesischen Medizin erläutert und somit die Wahl gegeben, welche Richtungen ich in Zukunft vertiefen möchte.

Einen besonderen Dank bekommt der Mentor meiner Abschlussarbeit und mein Lehrer im Ambulatorium:

Clemens, du hast stets das selbständige Denken gefördert und mir den Anreiz gegeben, mich mit unterschiedlichen Themen auseinanderzusetzen - immer mit dem Wissen und Vertrauen, dass du mir bei Rückfragen weiterhilfst. Ich konnte wahnsinnig viel in den letzten zwei Jahren von dir lernen und werde all den fachlichen Input vermissen.

Quellenverzeichnis

- 1 The Book of Chuang Tzu, Penguin Classics, 1996, S. 192
- 2 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 322
- 3 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 4 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 283f
- 5 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 6 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S.22
- 7 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 8 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S.15f
- 9 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 331ff
- 0 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 329
- 1 Hicks/Hicks/Mole, Konstitutionelle Akupunktur nach den Wandlungsphasen, Elsevier, 2008, S.147f
- 2 S.O.
- 3 0 Lorie Eve Dechar, Five Spirits, Chiron Publications/Lantern Books, 2006, S. 216
- 4 1 Maciocia, Grundlagen der Chinesischen Medizin, Elsevier, 1994, S. 207f
- 5 2 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 6 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 279ff
- 7 3 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 8 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 280
- 9 4 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 0 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 338ff
- 1 5 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S.352f
- 2 6 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S.353
- 3 7 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S.353f
- 4 8 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S.354
- 5 9 Hicks/Hicks/Mole, Konstitutionelle Akupunktur nach den Wandlungsphasen, Elsevier, 2008, S. 260f
- 6 0 Hicks/Hicks/Mole, Konstitutionelle Akupunktur nach den Wandlungsphasen, Elsevier, 2008, S. 253
- 7 1 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 348f
- 8 2 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 349
- 9 3 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S.349f
- 0 4 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 350
- 1 5 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 337f
- 2 6 Maciocia, Grundlagen der Chinesischen Medizin, Elsevier, 1994, S. 187
- 3 7 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S.343f
- 4 8 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 350
- 5 9 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 6 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 53f
- 7 0 Hicks/Hicks/Mole, Konstitutionelle Akupunktur nach den Wandlungsphasen, Elsevier, 2008, S. 137
- 8 1 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 9 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 213
- 0 2 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 357 ff
- 1 3 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 2 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 237ff
- 3 4 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 341
- 4 5 Lorenzen/Noll, Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin, Band 3 Wandlungsphase
- 5 Erde, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 245
- 6 6 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 383f
- 7 7 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 1, Verlag Müller und Steinecke München, 2001
- 8 8 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 374f
- 9 9 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 2, Verlag Müller und Steinecke München, 2012, S. 375f
- 0 0 Josef Viktor Müller, Den Geist verwurzeln Band 1, Verlag Müller und Steinecke München, 2001