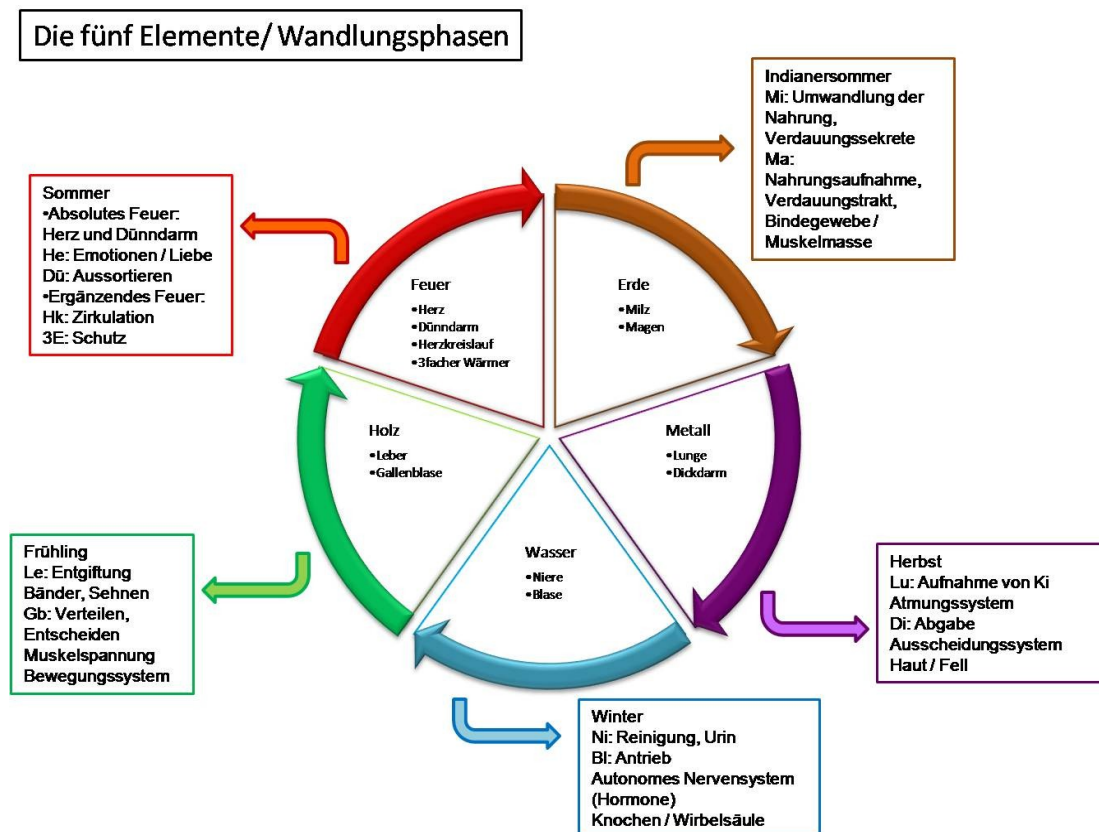


DIE LEHRE DER 5 ELEMENTE

GESUNDHEIT HEISST BALANCE – BALANCE ZWISCHEN DEN ELEMENTEN

Harmonie entsteht und besteht nicht einfach so. Es braucht dazu einige Mitspieler, welche gut auf einander abgestimmt sein müssen. Beispiel: Ein Tier frisst, nimmt aber nicht zu. Die Futteraufnahme ist gut, jedoch ist die Futterverwertung schlecht. Die Anamnese und Behandlung basieren im Shiatsu auf den 5 Elementen – auch Wandlungsphasen genannt. Die Einteilung ist nicht nur auf Fakten basiert, sondern ein Gefühl für das jeweilige Element zu entwickeln ist eines der fortlaufenden Themen im TCM. Die 5 Elemente gehören zum Unterrichtsstoff des Lehrgangs. Zur Einführung habe ich hier einen sehr guten Link kopiert, welcher nicht nur die 5 Elemente erklärt, sondern auch den Zusammenhang zwischen den 5 Elementen und dem Yin-Yang-Konzept. Bis zum Beginn der Ausbildung ist es in erster Linie ratsam ein Harmoniegefühl bezüglich Ausdruck, Gebärde, Sozialverhalten, Fressverhalten, Ausscheidung, und dem Gewebe etc. einer Tiergattung zu entwickeln. Nur dann können Disharmonien erkannt werden, welche wir lernen, den 5 Elementen zu zuteilen. Lektüre dazu gibt es zu genüge, aber auch gute Videos, siehe beigefügter Link.



<https://www.youtube.com/watch?v=Lms6wBb8en4>