



FUNKTIONSBESCHRIEB FEUER-ELEMENT

IN BEZUG AUF DAS GEWEBE, DIE SINNE UND DIE ORGANFUNKTIONEN

Lebensfunktionen des Feuer-Elements nach TCM & Zen-Shiatsu

Herz: Integration, Verarbeitung von Emotionen

Dünndarm: Sortieren, was nehme ich auf, was nicht?

Herz-Kreislauf: Zirkulation, wie viel öffne ich mich?

Dreifacher Erwärmer: Temperaturregulation, Schutz – Bezug zum Immunsystem

Organfunktionen

Aufgaben des Herzes: Das Herz ist ein Hohlmuskel und funktioniert wie eine Sog- und Druckpumpe. Das mit Sauerstoff angereicherte Blut wird in den Körper verteilt.

Aufgaben des Dünndarms: Der Dünndarm hat die Aufgabe des Aussortierens von Brauchbarem und Unbrauchbarem. Er resorbiert Nahrungsbestandteile und verarbeitet diese. Das Unbrauchbare geht an den Dickdarm zur Ausscheidung weiter.

Aufgaben des Herz-Kreislauf: Der Perikard, auch Herzbeutel genannt dient als Schutz des Herzens. Ist er entspannt, sorgt er dafür dass der Brustkorb weit ist und die Lunge und das Herz sich darin in ihrem natürlichen Rhythmus frei bewegen können.

Aufgaben des Dreifachen Erwärmers: Mit seinen 3 Brennkammern ist er für die Wärmeverteilung und Durchblutung der inneren Organe sowie für die Unterstützung des Stoffwechsels zuständig.

Zugeordnetes Gewebe

Blut, Blutgefässe, Zirkulation und Wärmeverteilung.

Sinnesorgan

Die Zunge (Stimme)

Emotion

Freude

Körperflüssigkeit

Schweiss

Geschmack

bitter

ÜBUNG FEUER-ELEMENT

Zähle gute Eigenschaften resp. lebenswichtige Funktionen des Feuer Elements auf:

Beispiel:

Gewebe: Wärmeverteilung: gute Wärme-Kälte-Regulation

Ergänze mit zu zuordnende Störungen (Disharmonien):

Beispiel:

Gewebe: Wärmeverteilung: starkes Schwitzen