

Kurzübersicht – Bedeutung Organe

- ° Herz – ich liebe mich selbst – Leben in Fluss halten
- ° Dünndarm - ich lerne von all meinen Lebenserfahrungen und gebe mich diesen voller Vertrauen hin – sich nähren
- ° Magen - ich bin zufrieden und glücklich - Leben verdauen
- ° Milz - ich entspanne mich und gebe mein bestes – inneres Gleichgewicht
- ° Niere - ich liebe das Leben und freue mich, es zu erforschen und aus Fehlern zu lernen – Emotionen fließen lassen
- ° Blase - ich gestalte mein Leben selbst – Gefühle halten
- ° Dickdarm - ich lasse die Vergangenheit los und schaffe Raum für positive Veränderung – nähren und loslassen
- ° Lunge - ich lebe meinen Werten gemäß – im Austausch mit der Umwelt
- ° Leber - ich begrüße Veränderungen in meinem Leben - Transformation
- ° Gallenblase - ich treffe Entscheidungen für mich zu meinem Wohle – Entscheidung, Entschlusskraft

Herz

Element - Feuer - Beziehung/ SEIN

Fluss: bedingungslose Liebe

Funktion: Freude, Lachen, Verbundenheit, Einheitsgefühl, göttliche Verbindung, nach innen aufnehmen, angleichen

Somatisch: Zunge, sprechen, Schweiß, Gesichtsfarbe, Blutgefäße

Sprachgebrauch: „das bricht mir das Herz“

Störung: Verleugnung der Liebe, Einsamkeit, Verlassen sein, Aussichtslosigkeit, Kummer, Abtrennung, Unabhängigkeit, Melancholisch

Testsatz: „ich liebe mich selbst“

Dünndarm

Element - Feuer - Beziehung / SEIN

Fluss: ich vertraue auf den Fluss des Lebens/ auf die unbewussten Prozesse

Funktion: Assimilieren- Angleichung und Anpassung, interpretieren, physisch nach innen aufnehmen, aussortieren, Gleichgewicht zwischen geben und nehmen

Somatisch: Gesichtsfarbe, Schweiß, Zunge, Sprechen, Blutgefäße

Sprachgebrauch: „ich fühle mich blockiert/ gehemmt“

Störung: physische Ebene- Nahrungsaufnahme, nicht anerkannter Aufwand, Unsicherheit, Verzweiflung, Verrat, fühle mich nicht genährt, vertraue nicht auf meine stabile Basis sondern suche bei anderen nach Unterstützung

Testsatz: „ich lerne von all meinen Lebenserfahrungen und gebe mich diesen voller Vertrauen hin“

3EW - Dreifacher Erwärmer

Element - Feuer - Beziehung / SEIN

Fluss: ich befinde mich in Harmonie

Funktion: Schutz, Wärmeregulation, Immunsystem

Somatisch: Gesichtsfarbe, Schweiß, Zunge, Sprechen, Lymphgefäße

Sprachgebrauch: „ich bin unabhängig“

Störung: Disharmonie, sich dem natürlichen Fluss des Lebens verweigern, Wunsch nach übermäßiger Kontrolle

Testsatz: „ich bin im Einklang mit dem Fluss des Lebens“

Perikard

Element - Feuer - Beziehung / SEIN

Fluss: losgelöstes Vertrauen in die eigenen Urkräfte

Funktion: Zirkulation, Blutkreislauf, Kreislauf der Gefühle, Vergebung

Somatisch: Gesichtsfarbe, Schweiß, Zunge, Sprechen, Herzbeutel

Sprachgebrauch: „ich hänge an dieser/ jener Person“

Störung: Schuld, Groll, festhalten an den Dogmen anderer um es recht zu machen,

Testsatz: „ich bin eins mit meinem Körper/ ich bin so wie ich bin“

Milz

Element - Erde - Bedürfnisse/ Gefühle

Fluss: Reflexion und vollständige Hingabe an dein tiefstes inneres Selbst

Funktion: geistiges Aufnehmen und Verdauen, Verdauungssäfte, Fortpflanzungshormone, Sympathie, Mitgefühl, Anteilnahme, Gleichgewicht zwischen Gefühl- und Vernunftanteil, zwischen dem Männlichen und dem Weiblichen, Versöhnung von Himmel und Erde

Somatisch: Bindegewebe, Speichel, Mund, schmecken, aufstoßen, rülpfen, erbrechen, sich stur stellen

Sprachgebrauch: „ich Sorge mich/ ich grübele häufig“

Störung: Fehlendes Gleichgewicht von Denken und Fühlen, Abschirmen von Gefühlen

Testsatz: „ich entspanne mich und gebe mein Bestes“

Magen

Element - Erde - Bedürfnisse/ Gefühle

Fluss: Zufriedenheit, Annahme

Funktion: Sammeln und Verarbeiten auf physischer Ebene, Verdauung und Fortpflanzung, deine Gefühle in ihrer Fülle akzeptieren, emotionales Verarbeitungszentrum- wie gehst du mit neuen Informationen, mit neuen Eindrücken um?

Somatisch: Bindegewebe, Speichel, Mund, schmecken, aufstoßen, rülpsen, erbrechen

Sprachgebrauch: „das kann ich gerade nicht verdauen“

Störung: nervöse Ängste, sich stur stellen

Testsatz: „ich bin zufrieden und glücklich“

Lunge

Element - Metall - Belohnung/ Wert

Fluss: ich bin grenzenlos, Friede, Freiheit

Funktion: Austausch mit der Umwelt, Abgrenzung, Kommunikation, Aufnahme von Qi, sich mit dem universell göttlichen verbinden

Somatisch: Haut, Körperbehaarung, Schleimhaut, Zilien, Schleim, Nase, riechen, husten, krächzen, sich räuspern

Sprachgebrauch: „das nimmt mir die Luft/ da bleibt mir die Luft weg/ das verschlägt mir den Atem“

Störung: Kummer

Testsatz: „ich lebe meinen Werten gemäß“

Dickdarm

Element - Metall - Belohnung/ Wert

Fluss: Akzeptieren und Verarbeiten neuer Gegebenheiten und Eliminieren und Loslassen unbrauchbarer Dinge

Funktion: Ausscheidung physisch/ emotional, Austausch mit der Umwelt, Umsetzung Materie in Energie, Altes loslassen und für Neues Platz machen, das ist mein Territorium, mein Inhalt, ich vertrete diese Werte

Somatisch: Haut, Körperbehaarung, Schleimhaut, Zilien, Nase, riechen, Weinen

Sprachgebrauch: „halte ich daran fest“

Störung: Trauer, Leid

Testsatz: „ ich lasse die Vergangenheit los und schaffe Raum für Veränderung“

Niere

Element - Wasser - Vertrauen/ Anerkennung

Fluss: Emotionen werden verarbeitet, gereinigt, gefiltert und losgelassen, dabei wird neue Energie frei, Vertrauen in die eigene Urverbundenheit mit deiner Natur

Funktion: Reinigung und Verfeinerung der Körperflüssigkeiten, Wasserhaushalt, Blutfiltration, angeborene Vitalität

Somatisch: Knochen, ZNS, Kopfhaar, Ohr, hören, stöhnen

Sprachgebrauch: „mir steht das Wasser bis zum Hals/ geht mir an die Nieren/ ich bin voll im Fluss“

Störung: Furcht, Angst

Testsatz: „ich liebe das Leben und freue mich, das Leben zu erforschen und von Fehlern zu lernen“

Blase

Element - Wasser - Vertrauen/ Anerkennung

Fluss: in wahrer und wacher Wahrnehmung mit Gefühl und Verstand dem Leben vertrauen, Blase ist das wachsame Auge welches dafür sorgt dass du Gefühlen sicheren Durchgang gewährst

Funktion: Reinigung und Verfeinerung der Körperflüssigkeiten, Wasserhaushalt, ANS (autonomes NS), Hypophyse, Antrieb, die Blase zeigt uns als Wächter an ob wir auf die Wahrheit unserer inneren

Gefühlswelt hören

Somatisch: Knochen, ZNS, Zähne, Innenohr, hören, stöhnen

Sprachgebrauch: „das muss ich aushalten/ ich muss dagegenhalten/ fühle mich eingeengt“

Störung: Angst, Zurückhalten

Testsatz: „ ich gestalte mein Leben selbst“

Leber

Element - Holz - Pläne/ Handlungen

Fluss: Transformation, auch schwer drückende Gefühle umwandeln in neue Bausteine aus Licht, Harmonie und Freude

Funktion: Planen, Entgiftung, Aufnahme, Verarbeitung, Abbau, Reinigung und Ausscheidung, steht für physische und psychische Transformationsprozesse

Somatisch: Muskeln, Sehnen, Bänder, Gelenke, Finger- Fußnägel, Augen, sehen

Sprachgebrauch: „eine Laus über die Leber gelaufen/ vergiftende Gedanken“

Störung: Wut, Zorn, Ärger, Aggression

Testsatz: „ ich begrüße Veränderung in meinem Leben“

Gallenblase

Element - Holz - Pläne/ Handlungen

Fluss: Vermögen zu aktiver Verarbeitung von Erfahrungen, Emotionen und Sehnsüchten, Entscheidungen treffen

Funktion: Entscheidung, Entschlusskraft, Reinigen und Abführen von giftigen Erfahrungen und Emotionen,

Ausscheiden von Unbrauchbarem,

Somatisch: Muskeln, Sehnen , Bänder, Gelenke, Finger- Fußnägel, Augen, sehen, Tränen, Trauer und Wut
machen dich hart

Sprachgebrauch: „ich traue mich nicht- mich so zu zeigen wie ich wirklich bin aus Angst verspottet zu
werden/ bin mir mit meiner Entscheidung nicht sicher“

Störung: Frustration, Verbitterung, Missgunst, Zorn, Aufschieben

Testsatz: „ich treffe Entscheidungen für mich zu meinem Wohle“