

Katharina Sabernig Tiger bändigt Drachen

Leseprobe

[Tiger bändigt Drachen](#)

von [Katharina Sabernig](#)

Herausgeber: BACOPA (Bugrim)



<http://www.narayana-verlag.de/b13055>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



GESCHICHTE DER CHINESISCHEN MEDIZIN

▶ Der Stellenwert der Medizin in China und ihre Hintergründe	16
Verschiedene medizinische Strömungen und deren religionsphilosophische und soziale Hintergründe	17
<i>Der konfuzianische Arzt an der Spitze der Hierarchie</i>	17
<i>Die Daoisten interessierten sich für die Wirkung der Pflanzen und setzten ihre Hände zum Heilen ein</i>	19
<i>Die Achtsamkeit des Herzens als hohe Disziplin der buddhistischen Ärzte</i> ...	20
Die Bedeutung des Umfelds, in dem die Erkrankung eingebettet ist ...	21
Gesundheitliche Betreuung der Bevölkerung	22
<i>Barfußdoktor und Wanderärzte für einfache Beschwerden</i>	22
<i>Apotheken und Hausmittel</i>	23
<i>Die Entstehung von Krankenhäusern</i>	24
<i>Vorbeugen ist besser als Heilen</i>	25
<i>Medizinische Betreuung im modernen China</i>	26
▶ Entwicklung der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)	28
TCM als Konglomerat verschiedener medizinischer Strömungen	28
Unterschiedliche Auffassungen über Diagnose	29
Regionale Unterschiede	31
▶ Entwicklung und Krise des Ärztstandes	34
Viele traditionelle Ansichten leben im Ausland weiter	36
Der Ursprung des medizinischen Wirkens	38
<i>Magie als Mutter der Entsprechungsmedizin</i>	41
<i>Die Medizin der Entsprechungen</i>	42
<i>Dämonen und Geisterheilkunde</i>	44
<i>Das „Huangdi neijing“- ein Gegensatz zur Geisterheilkunde?</i>	45
Moderne Strömungen und die Möglichkeit einer Ost-West-Synthese ...	47

**AUSFLUG IN DIE CHINESISCHE GESELLSCHAFT
UND IHRE DENKWEISE**

▶ Das Chinabild in Europa im Laufe der Zeit	51
▶ Die Besonderheiten der östlichen Denkweise	53
Beziehungen und soziale Identität	56
Zurückhaltung und Wahrung des Gesichts	58
Über die Relativität der Zeit und anderer Dinge	59
Essenszeiten als pragmatischer Bezug zur Zeit	60
Auch die Wahrheit ist relativ	61
▶ Die wichtigsten philosophischen Strömungen	63
Der Konfuzianismus	63
<i>Über die soziale Natur des Menschen</i>	64
<i>Ablehnung von Geistern und magischen Praktiken</i>	66
<i>Einfluss des Konfuzianismus auf die Medizin</i>	67
<i>Einhalten der Regeln als primärer Schutz vor Krankheiten</i>	68
Der Daoismus	70
<i>Das aussagbare Dao ist nicht das ewige Dao</i>	70
<i>Über die Überwindung des Todes</i>	71
<i>Über die Ordnung der Dinge</i>	75
<i>Der Daoismus und der Schatz der praktischen Erfahrung</i>	79
Der Buddhismus	81
<i>Der Große und der Kleine Weg</i>	83
<i>Der Buddhismus und seine Heilkunst</i>	84
Weitere wichtige Strömungen	85
<i>Die Mohisten</i>	85
<i>Die Logiker</i>	86
<i>Die Legalisten</i>	87
<i>Die Naturalisten</i>	88

YIN UND YANG

▶ Die Begriffe von Yin und Yang	90
Der Ursprung von Yin und Yang	90
▶ Die Prinzipien als komplexes System	91
Yin und Yang bedingen einander	91
Yin und Yang sind niemals absolut	92
Yin und Yang im rhythmischen Wandel	93
Yin und Yang produzieren und transformieren einander	95
Fülle und Leere	95
Yin und Yang anhand der Acht Prinzipien im menschlichen Körper . . .	97
Die Zustände der Acht Prinzipien als Prozess	99

DIE FÜNF ELEMENTE

▶ Gedanken zu den Elementen in den verschiedenen Kulturen	100
Der Zusammenhang zwischen Säftelehre und Elementen	102
Elemente und Säfte im Ayurveda	103
Säfte und Elemente in der klassischen tibetischen Medizin	104
<i>Verschiedene Systeme überlagern einander</i>	104
▶ Die Besonderheit des chinesischen Systems der Fünf Elemente	107
Das Interesse an Transformation und die ihr dienlichen Kräfte.....	107
Allgemein gültige Entsprechungen der Fünf Elemente	111
Ein sechstes Element?	113
▶ Die einzelnen Elemente	114
Das Element Holz	115
<i>Das Landwirtschaftsministerium will expandieren</i>	115
<i>Der heilige Zorn und seine Schattenseiten</i>	116
<i>Die Geistseele Hun auf Wanderung</i>	116
<i>Körperliche Aktivität;¹</i>	117
<i>Körperliche Entsprechungen</i>	117

Das Element Feuer.....	118
<i>Wenn im Kriegsministerium ein Brand ausbricht</i>	118
<i>Freude erobert die Welt</i>	119
<i>Eine übergeordnete Vision erleichtert die Koordination</i>	119
<i>Körperliche Entsprechungen</i>	120
Das Element Erde	121
<i>Im Zentrum liegt die Hauptstadt</i>	121
<i>Der hohe Stellenwert der Ernährung</i>	122
<i>Streben nach Ausgewogenheit und Harmonie</i>	122
<i>Die wahre Absicht als Ausdruck der Präsenz eines Menschen</i>	123
<i>Reflexion und Grübeln</i>	123
<i>Körperliche Entsprechungen</i>	124
Das Element Metall.....	125
<i>Der Prozess des Ausfilterns und Konzentrier'ens</i>	126
<i>Die Fähigkeit zu Trennung und Differenzierung</i>	126
<i>Wenn die Justiz energisch durchgreift</i>	126
<i>Die Wissenschaft ist ein Kind des Metalls</i>	127
<i>Religion tröstet das sentimentale Metall</i>	127
<i>Die Mystik der Materie</i>	128
<i>Körperliche Entsprechungen</i>	128
Das Element Wasser	129
<i>Das Wasser am Beginn des Lebens</i>	129
<i>Urvertrauen, eine wichtige Ressource</i>	130
<i>Das Arbeitsministerium berechnet die Arbeitskraft</i>	130
<i>Wasser birgt in sich Ruhe und Kraft</i>	131
<i>Die Stärke zur natürlichen Autorität</i>	131
<i>Körperliche Entsprechungen</i>	131
► <i>Die Beziehungen der Fünf Elemente untereinander</i>	133
Die Anordnung der Elemente im Pentagramm.....	133
Der <i>sheng-</i> oder <i>Hervorbringungszyklus</i>	134
<i>Verwandtschaften der Elemente innerhalb des sheng-Zyklus</i>	135
<i>Beispiele für den Hervorbringungszyklus beim Menschen</i>	136
<i>Wasser ist Mutter von Holz</i>	136

<i>Holz ist Mutter von Feuer</i>	136
<i>Feuer ist Mutter von Erde</i>	136
<i>Erde ist Mutter von Metall</i>	137
<i>Metall ist Mutter von Wasser</i>	137
<i>Phasen, die einem Element entsprechen</i>	137
<i>Die Sequenz der Erschöpfung</i>	138
Der <i>Ke-</i> oder Kontrollzyklus.....	139
<i>Die Überwindungs-Sequenz</i>	140
<i>Wasser kontrolliert Feuer</i>	140
<i>Feuer kontrolliert Metall</i>	141
<i>Holz kontrolliert Erde</i>	142
<i>Metall kontrolliert Holz</i>	142
<i>Erde kontrolliert Wasser</i>	142
<i>Die Verachtungs-Sequenz</i>	143
<i>Feuer verachtet Wasser</i>	144
<i>Wasser verachtet Erde</i>	144
Das Prinzip der Maskierung	145
Der Schatz der Komplexität.....	147
▶ Die Kosmologische Sequenz.....	150
Die Positionen der einzelnen Elemente.....	152
<i>Wasser als Basis</i>	152
<i>Erde als Mitte</i>	153
<i>Das Prinzip der Polaritätsachsen:</i>	
<i>Die vertikale Achse - die Verbindung zwischen Wasser und Feuer</i>	154
<i>Die horizontale Achse - die Verbindung zwischen Holz und Metall</i>	155
▶ Die moderne Abfolge.....	157
Wasser als Basis.....	157
Das Erdelement als Repräsentant der postnatalen Energie	158
Das Achsenkreuz spielt hier eine untergeordnete Rolle	160
▶ Elemente im Mangel und Übermaß	161
Das Elemente-Dreieck.....	161

DIE ELEMENTE-DREIECKE	164
Zur diagnostischen Arbeit.....	165
Die Konstitution	165
Die Kondition.....	167
Das Element Holz.....	169
Das Element Holz in Fülle	169
<i>Holz-Yang in Fülle</i>	170
<i>Was hilft bei zu viel Yang im Holz ?</i>	171
<i>Holz-Yin in Fülle</i>	172
<i>Was hilft bei zu viel Yin im Holz ?</i>	174
Das Element Holz im Mangel	175
<i>Ein Mangel des Yin im Holz zeigt Yang-Symptome</i>	176
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yin im Holz?</i>	178
<i>Holz-Yang im Mangel</i>	179
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yang im Holz?</i>	181
Das Element Feuer	182
Das Element Feuer in Fülle	182
<i>Feuer-Yang in Fülle</i>	183
<i>Was hilft bei zu viel Yang im Feuer?</i>	185
<i>Feuer-Yin in Fülle</i>	186
<i>Was hilft bei zu viel Yin im Feuer?</i>	187
Das Element Feuer im Mangel.....	188
<i>Feuer-Yin im Mangel</i>	188
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yin im Feuer?</i>	191
<i>Feuer-Yang im Mangel</i>	192
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yang im Feuer?</i>	194
Das Element Erde	195
Das Element Erde in Fülle.....	195
<i>Erde-Yang in Fülle</i>	197
<i>Was hilft bei zu viel Yang in der Erde?</i>	199
<i>Erde-Yin in Fülle</i>	200
<i>Was hilft bei zu viel Yin in der Erde?</i>	202

Das Element Erde im Mangel.....	203
<i>Erde-Yin im Mangel</i>	204
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yin in der Erde?</i>	205
<i>Erde-Yang im Mangel</i>	206
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yang in der Erde?</i>	208
Das Element Metall.....	210
Das Element Metall in Fülle	210
<i>Metall-Yang in Fülle</i>	212
<i>Was hilft bei zu viel Yang im Metall?</i>	214
<i>Metall-Yin in Fülle</i>	215
<i>Was hilft bei zu viel Yin im Metall?</i>	217
Das Element Metall im Mangel.....	218
<i>Metall-Yin im Mangel</i>	219
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yin im Metall?</i>	221
<i>Metall-Yang im Mangel</i>	222
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yang im Metall?</i>	224
Das Element Wasser	225
Das Element Wasser in Fülle	225
Das Element Wasser im Mangel.....	227
<i>Wasser-Yin im Mangel</i>	229
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yin im Wasser?</i>	231
<i>Wasser-Yang im Mangel</i>	232
<i>Was hilft bei einem Mangel an Yang im Wasser?</i>	234

▶ Die Antiken Punkte als Darstellung eines anschwellenden Flusses . .	237
▶ Gründe für die Beliebtheit dieses Systems	238
▶ Die Punkt-Qualitäten auf der Reise vom Brunnen bis zum Meer ...	239
<i>Jing</i> -Brunnenpunkte / Ausgangspunkte	239
<i>Ying</i> -Quellenpunkte / Punkte des Ausgießens	240
<i>Shu</i> -Bachpunkte / Punkte des besonderen Einflusses.....	240
<i>Jing</i> -Flußpunkte / Durchgangspunkte	241
<i>He</i> -Meerpunkte / Vereinigungspunkte	241
▶ Die antiken Punkte in Übersicht	243
▶ Arbeit mit den Antiken Punkten.....	244
Ein System der Unterstützung und Besänftigung	
der einzelnen Meridiane	244
Der Schatz der Tonisierungspunkte	244
Zusammenhang mit der Organuhr.....	245
▶ Anwendung der Antiken Punkte in der Diagnostik.....	247
▶ Weitere Anwendung.....	248
▶ Wichtige Historische Daten	249
▶ Literatur.....	252
▶ Stichwortverzeichnis	256



Katharina Sabernig

Tiger bändigt Drachen

Eine Anleitung zum besseren Verständnis der traditionellen chinesischen Heilkunde insbesondere der fünf Wandlungsphasen

268 Seiten, geb.
erschienen 2006



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de