



Feuer das höchste Yang, das ohne Yin nicht brennen kann

Feuer kann für sich alleine nicht existieren. Es lebt von dem was es verbrennt. Wir brauchen genug Holz im Feuer, ausreichende Ressourcen, um nicht leer zu brennen und zu erlöschen. Diese Gegebenheit zeigt die Dualität des Feuers. Hitze steigt auf und kann dazu führen Feuer und Flamme für etwas zu sein oder aber es führt zu Zorn und Verdross. Einerseits ist Feuer mit seinen Blutgefäßen lebensspendend, andererseits ist es zerstörend und kann zum «Burn-Out-Syndrom» führen. Das Feuer ist unsere Sonne im Energiesystem. Reguliert, hält es uns im Winter warm und lässt in der Natur wie im Menschen alles reifen. Achten wir nicht auf diese Regulation, verbrennen oder erfrieren wir.



Kaiserorgane: Herz, Dünndarm,
Ministerorgane: Perikard, San Jiao
Körper: Gefäße
Gesundheitszustand: Gesicht
Sinnesorgan: Zunge
Körperflüssigkeit: Schweiß
Gefühl: Freude, Begeisterung
Sozialgemüt: Lachen
Geist: Shen, Geistseele
Farbe: rot
Klima: Sommer, Hitze
Geschmack: bitter
Tier: Schaf, Ziege
Getreide: (Rispen)hirse
Frucht: Aprikose

Disharmonien im Feuer «Das Herz ist der Wohnort des Geistes»

Das Herz ist das geistige und spirituelle Zentrum im Menschen. Es findet seinen Ausdruck durch Worte und Gefühle, die mit dem Verstand in Beziehung stehen. Hitze und Schleim vernebeln den Geist und das klare Denken, so nimmt das Herz den höchsten Rang ein unter den Organen. Durch die Blutgefäße belebt es Geist und Körper, die einander bedingen. Keine Dominanz des Geistes über den Körper und keine Dominanz durch den Körper über den Geist.

Krankheitsbilder im Feuer Herzklopfen, Herzinsuffizienz, Herzrhythmusstörungen, Schlafstörungen, Erschöpfungszustände, Stottern, schneller Redefluss, Blasenentzündungen, Blut im Harn, Schleimhautentzündungen, Zahnfleischentzündungen, Nachtschweiß, Menopausebeschwerden, Verwirrheitszustände, Vergesslichkeit, Schwindel, Schilddrüsenüberfunktion, Beklemmungsgefühle, Panikattacken, Depression, Schreckhaftigkeit, lebhaftere Träume

*Nahrungsmittel, die auf das Feuer einwirken (eine kleine Auswahl)

Fleisch: Schwein, Huhn, Rind, **Früchte:** Heidelbeeren, Papaya, Grapefruit, **Hülsenfrüchte:** Kichererbsen, Linsen, **Getreide:** Buchweizen, Hafer, Roggen, Wildreis, **Gemüse:** Radieschen, grüner Salat, Oliven, grüner Spargel, Avocado, Gurke, Zucchini, **Tee/Gewürze:** Zitronenmelisse, Schwarzer- und Grünertee, Basilikum, Oregano, Majoran, Rosmarin, Salbei, **Nüsse:** Baumnuss, Pinienkerne, Mandeln, Pistazien, **Getränke:** Getreidekaffee, Rotwein, Bier

Tipp: Feuer wird vom Holz genährt und vom Wasser kontrolliert. Daher sind viele Nahrungsmittel, die diesen Elementen zugeordnet sind therapeutisch für das Feuer.