



Die Qualität des Holzes ist es sich gerade und krumm zu biegen

Gemeint ist die Flexibilität des Holzes. Ein geschmeidiges Holz ist biegsam und bricht nicht im Sturm. Und wenn der Wind vorüber ist steht das Holz wieder fest wie ein Speer. Es steht einerseits für das eigene Durchsetzungsvermögen und andererseits für die Fähigkeit auf sein Umfeld Rücksicht zu nehmen. Die Energie des Holzes steht für Anfänge, der Naturzyklen und des Lebens. Es führt uns durch das körperliche und geistige Wachstum in der Kindheit und später hilft es uns ein Lebenlang neue Dimensionen zu entdecken. Stetig weiter zu wachsen, emotional, sozial und spirituell. Das Holz ist Lebenskraft. Die Leber ist der Speicherplatz des Blutes.



Organe: Leber, Gallenblase
Körper: Muskeln, Sehnen
Gesundheitszustand: Nägel
Sinnesorgan: Augen
Körperflüssigkeit: Tränen
Gefühl: Wut
Sozialgemüt: Güte
Geist: HUN, Traumseele
Farbe: grün
Klima: Frühling, Wind
Geschmack: sauer
Tier: Huhn
Getreide: Weizen
Frucht: Pflaume

Disharmonien im Holz «Eindruck ohne Ausdruck ist gleich Druck»

Ein oft gesehenes Muster in der Praxis ist die gestaute Leber. Die Leber Energie staut durch ein Gefühl der Unsicherheit. Diese führt zu vermehrtem Streben nach Erfolg und Bestätigung. Immer mehr erzwingen zu wollen führt zu einem «*nie mit sich selbst zufriedensein könnendem Gefühl.*»

Krankheitsbilder im Holz Schlafstörungen, Kopfschmerzen/Migräne, Schwindel, Sehstörungen, Bindehautentzündungen, Taubheitsgefühle, Krämpfe, Tics und Zittern, Tinnitus, Hörsturz, Menstruation und Wechseljahrsbeschwerden, Bluthoch- oder tiefdruck, Blutmangel, Venenprobleme, Prostataprobleme, Impotenz, Muskel- und Sehnenbeschwerden, Gallenblasensteine, Gereiztheit, Depressionen, Traumata, Albträume u.v.m.

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

Fleisch/Milchprodukte: Huhn, Ente, Quark, Sauermilch/-rahm, Ziegen-/Schafskäse und Joghurt, **Getreide:** Bulgur, Couscous, Dinkel, Buchweizen, Quinoa, Grünkern, **Hülsenfrüchte:** Azukibohnen, Linsen, **Gemüse:** Sauerkraut, grüne Oliven, **Früchte/Nüsse:** saure Äpfel, Brombeere, Himbeere, Aprikose, Zwetschge, Pflaume, Zitrusfrüchte, Pistazien, **Tee/Gewürz:** Wacholder, Hagebuttentee, Zitronenschale, **Getränke:** Weisswein, Weizenbier

Tipp: Leberwickel mit Schafgarbe entgiftet die Leber. Erfahre mehr auf unserer Webseite (Downloads): www.5elements-tcm.ch