

TANZ DER 5 ELEMENTE: HOLZ und FEUER

Das erste Thema dieses viertägigen Seminars ist die Stärkung des Elements Holz. Die Kraft des Holzes bewirkt, dass wir uns und unsere ureigensten Anliegen durchsetzen und uns auch zur Wehr setzen können. Das Yin-Organ des Holzes, die Leber, erzeugt im geistigen Bereich den Lebensplan eines Menschen, das Yang-Organ, die Gallenblase, ist für die Umsetzung der Ideen und Visionen in die Tat verantwortlich. Die Leber ist der Architekt unseres Lebens, die Gallenblase der Baumeister. An diesem Wochenende werden wir die Meridiane der Gallenblase und Leber durch spezifische Übungen, durch ihre Massage und durch Tanz nach den Fünf Elementen aktivieren.

Die Massage der Meridiane von Gallenblase und Leber gibt Durchsetzungskraft und Dynamik, Kraft zum - vielleicht schon längst herbeigesehnten - Aufbruch und Lust aufs Abenteuer. Das Element Holz wird gestärkt und es kommt neuer Schwung in unsere Unternehmungen.

Störungen im Bereich des Gallenblasen- und Lebermeridians, die durch die Meridianmassage gelindert oder behoben werden können:

Fülle-Zustände, wie zum Beispiel: Migräne, Jähzorn, chronische Reizbarkeit, cholerisches Temperament, Augenschmerzen, Kurzsichtigkeit und Astigmatismus.

Leere-Zustände, wie zum Beispiel: körperliche und geistige Trägheit, daraus resultierender Bewegungsmangel und Übergewicht, Sehschwäche und Weitsichtigkeit, Depression, beeinträchtigte Motorik bei Rekonvaleszenz nach Unfällen und Schlaganfall, Paresen und Tinnitus, Menstruationsbeschwerden.

FEUER

Das zweite Thema dieses Seminars ist die Entfaltung des Feuers. Die Kraft des Feuers bewirkt, dass wir uns so richtig ungeschminkt von Herzen freuen und tief aus dem Bauch lachen können. Die Kraft des Feuers manifestiert sich in jeder Blütezeit, in der Hitze und im Sommer. Sie ist vertikal aufwärts gerichtet, von den Tiefen der Erde zum Himmel, von der Materie zum Geist, vom dumpfen Beharren zum Bewusstsein.

Dem Feuerelement sind in der chinesischen Medizin vier Organe zugeordnet: Herz und Dünndarm, Herzhülle und Dreifacher Erwärmer. Die Yin-Organ des Feuers sind Herz und Herzhülle. Das Herz wurde der Feuerprinz genannt und als Zentrum des Bewusstseins, des Fühlens und Denkens betrachtet. Im Herzen regiert Shén, der Geist des Feuers. Das Zeichen Shén kann man mit Esprit, Seele, Geist, Gott und wirksam übersetzen. Der Shén hat zwei Wohnsitze. der untere Wohnsitz ist das Herz, von dem aus er für eine Ausgewogenheit der

Gefühle und eine klare, ehrliche Redeweise sorgt. Sein oberer Amtssitz ist das Dritte Auge, von dem aus er Klarheit des Denkens und Bewusstheit in der Lebensführung bewirkt. Wenn diese Eigenschaften in einem Menschen vorhanden sind, ist sein Shén kraftvoll und gesund. Man erkennt dies an einem Glanz, einem Licht in den Augen. Ist der Shén in einem Menschen ohne Kraft, so zeigt sich das an unklarem Denken und der Unfähigkeit, sich verständlich auszudrücken, an unklarer Sprache bis hin zu Stammeln, Stottern und Stummheit. Wenn die Feuerenergie im Herzen zu stark ist, kommt es dagegen zu Redeflut und Geschwätzigkeit, zu Nervosität und Ängstlichkeit, zu Lampenfieber und Schlaflosigkeit, zu Manie und Hysterie. In diesem Seminar werden wir die Meridiane des Herzens und des Dünndarms, der Herzhülle und des Dreifachen Erwärmers durch spezifische Körperübungen, durch Massage und Akupressur und durch Tanz nach den Fünf Elemente bei niedergebranntem Feuer aktivieren und bei loderndem Feuer beruhigen.

DIAGNOSTIK

In diesem Seminar werden wir die chinesische Pulsdiagnostik erlernen, die das wichtigste diagnostische Instrument der chinesischen Medizin ist, um den aktuellen Zustand des Qi in den 12 Organen festzustellen. Die Teilnehmer lernen zu erfühlen, wieviel Qi in den einzelnen Organen ist – damit weiß man, welche Organe und Meridiane in Fülle oder Leere sind und das ist das wichtigste Kriterium, um zu wissen, wo mit der Behandlung beginnen (bei einem Meridian in Fülle) und wo mit der Behandlung enden (bei einem Meridian in Leere). Entgegen allgemein verbreiteten mythischen Ansichten kann man das in ein paar Tagen lernen, dafür braucht man nicht neun Jahre.

Weiters lernen wir, den Zustand der Elemente in körperlicher und psychologischer Hinsicht zu erfragen, die Farbtönungen der Haut zu erkennen und aus diesen Ergebnissen gemeinsam mit dem Pulsdiagramm eine Behandlung der Meridiane zu erarbeiten, die Fülle und Leere der 12 Organe untereinander ausgleicht und auf diese Weise viele Symptome lindert oder heilt.

Leitung: Dr. med. ACHIM ECKERT

- Akupunktur-Diplom des International College of Acupuncture
- ausgebildet in traditioneller und moderner chinesischer Medizin am Colombo South Hospital, Sri Lanka
- Mitglied des International College of Acupuncture
- Mitglied der Sri Lanka Acupuncture Society
- Begründer des **TAO TRAINING** – körperliche und seelische Vitalität durch Muskeltraining, Meridianbalance und Strukturelle Integration von Körperarbeit und Charakter

Empfohlene Literatur zur Vorbereitung:

* **DAS HEILENDE TAO**, Achim Eckert, Müller & Steinicke, 11. Auflage München 2008

Seminar: **1. - 3. Mai 2008**, jeweils 11-19 h

Ort: Qì Gong Institut, München-Gräfelfing, Flurstr. 6

Kosten: 270,- €

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, 2 Leintücher oder Pareos

Anmeldung bei: **achim.eckert@gmx.net**, Tel: 0043 – 1 - 405 23 28

Weitere Informationen: **www.taotraining.at**

Weitere Veröffentlichungen:

DAS TAO DER AKUPRESSUR UND AKUPUNKTUR, MV Stuttgart 2005

TAO TRAINING, erscheint demnächst wieder im Dào Verlag (Eigenverlag)

DIE ACHT WUNDERMERIDIANE, Dào Verlag, Wien 2006