



Traditionelle Chinesische Medizin - TCM

Die TCM ist ein sehr umfassendes System von Diagnose- und Behandlungsformen, das sich in den letzten 3000 Jahren in China entwickelt hat und bis heute vielerorts gelehrt und praktiziert wird.

Das chinesische Verständnis des menschlichen Körpers ist einzigartig: Leib, Geist und Seele bilden eine Einheit, die Teil des Universums ist. Die Harmonie zwischen Leib und Seele ist die Grundlage für unsere Gesundheit.

Obwohl sich die TCM sehr stark von der westlichen Medizin unterscheidet, basiert auch sie auf soliden Philosophien und Grundsätzen, die sehr streng und verbindlich sind. Die Schlüsselkonzepte sind Yin und Yang, sowie die 5-Elemente-Theorie.

Yin und Yang

Das Konzept von Yin und Yang ist die Grundlage für das Verständnis der chinesischen Medizin. Die Erkenntnisse dieser Philosophie wurden aus der Beobachtung der Wechsel von Tag und Nacht gewonnen. Yin und Yang beschreiben Gegensätze, die voneinander abhängig sind und sich gegenseitig ergänzen. Yin steht dabei für Eigenschaften der Nacht wie Kälte, Ruhe, Passivität, Dunkelheit, Innen und verborgene Fähigkeiten.

Yang steht für Eigenschaften des Tages; wie Wärme, Aktivität, Helligkeit, Außen und Ausdruck. In jedem Körper existieren Yin und Yang, jedoch kann der jeweilige Anteil von Ihnen variieren.

Die 5 Elemente

Die Theorie der fünf Elemente geht auf die Beobachtung der Entstehung des Universums zurück. Das chinesische Medizinsystem übernimmt diese Bilder und spiegelt sie in den Organsystemen Holz-Leber, Feuer-Herz, Erde-Milz, Metall-Lunge und Wasser-Niere wider. So wie sich die Elemente zueinander verhalten, so werden auch die Wechselwirkungen der Körperorgane zueinander beschrieben.

Die Fünf-Elemente-Darstellung zeigt wie sehr sich die chinesische Medizin an Ausgewogenheit, Entwicklung und Harmonie der Natur anlehnt.