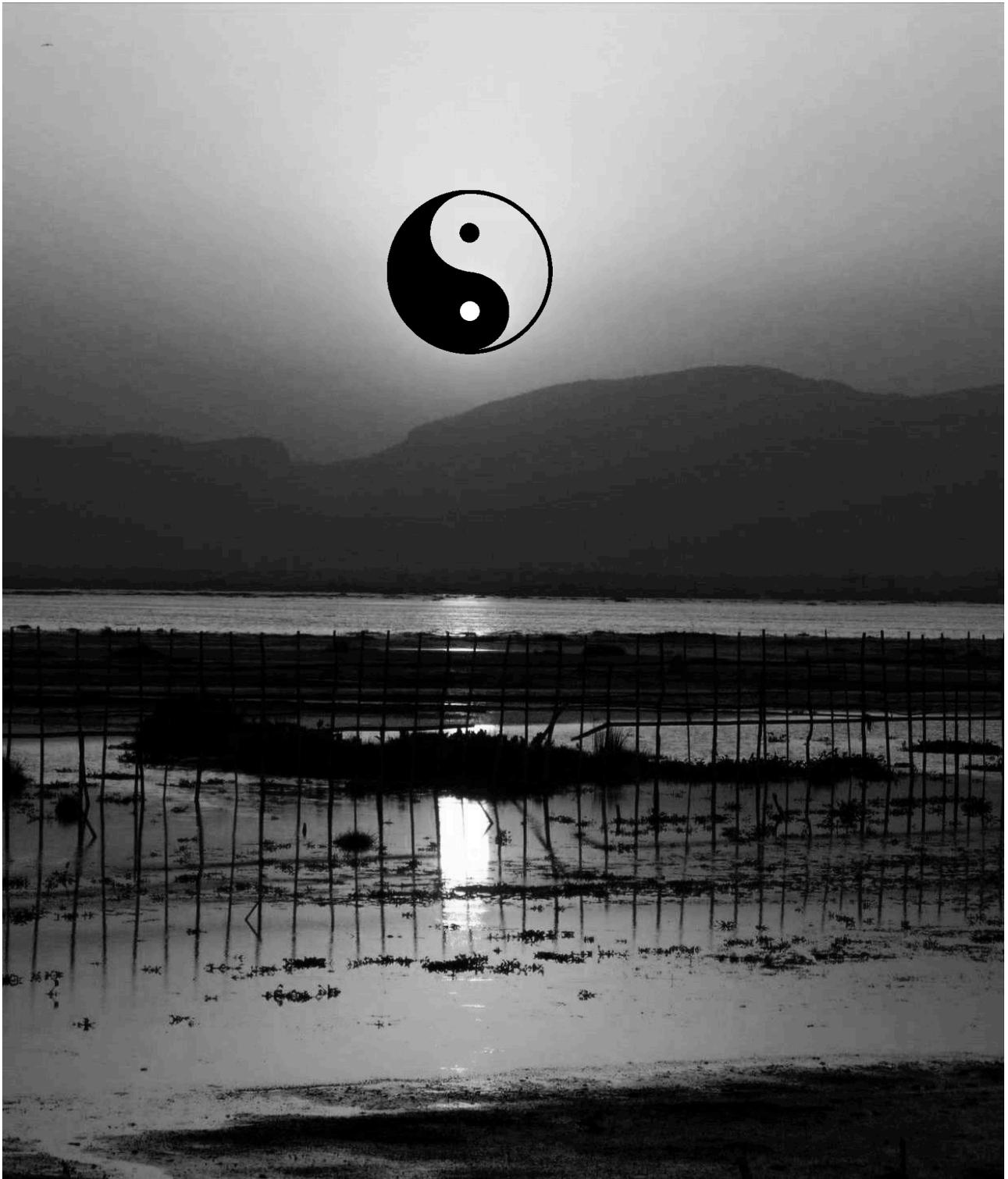


# Osteopathie meets Tao

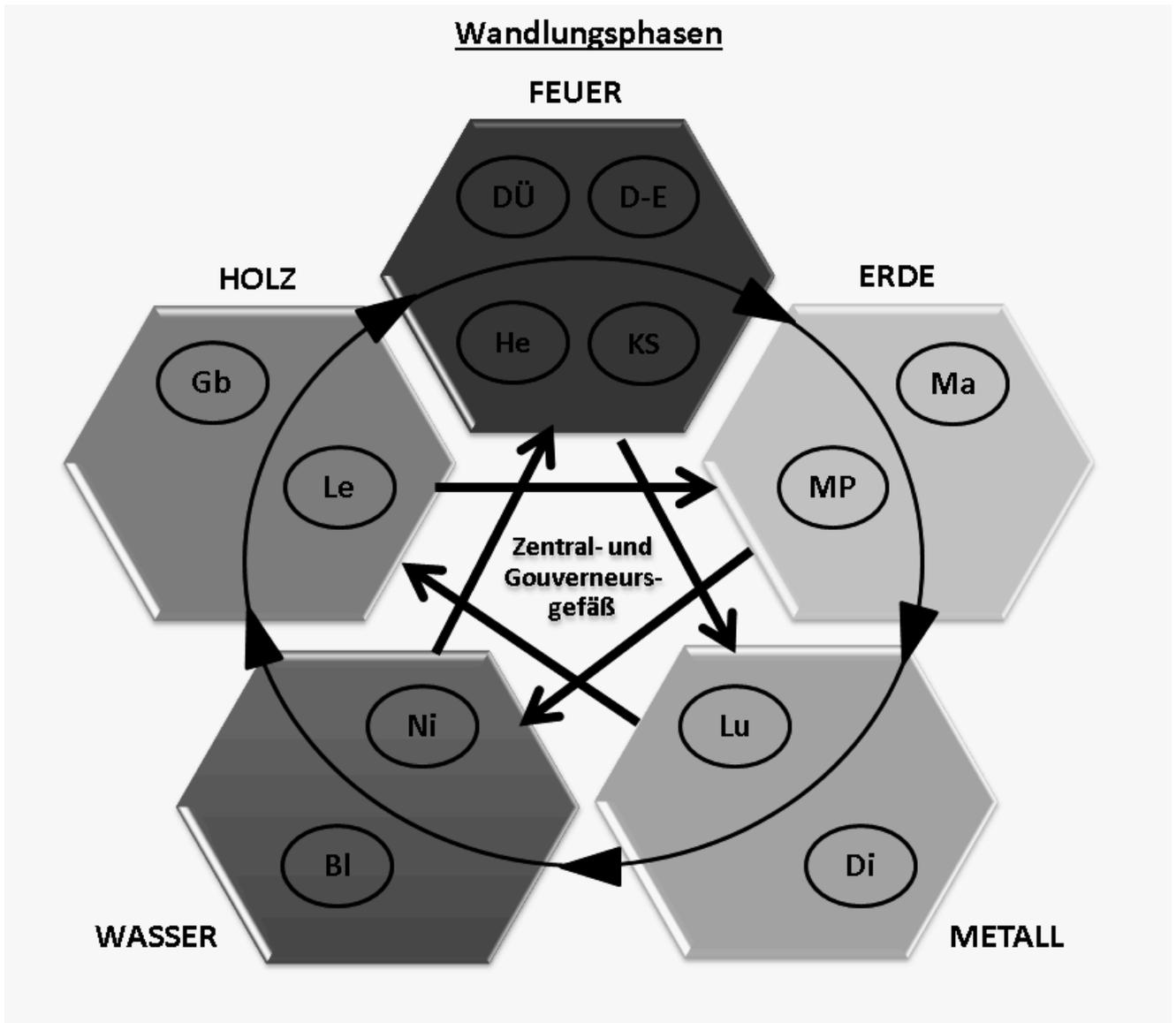


Carsten Fischer D.O., B.Sc.<sup>®</sup>

## Auszüge Theorie TCM

### Die 5 Elemente:

Metall kann geformt werden und erhärten  
Wasser befeuchtet nach unten  
Holz kann gebogen und geradegerichtet werden  
Feuer schlägt nach oben  
Erde erlaubt das Säen, Wachsen und Ernten



Ein Überwiegen einer der fünf Farben (Gesichtsfarbe) zeigt ein Ungleichgewicht in dem jeweiligen Element an. Es kann sowohl ein Fülle-Muster als auch ein Leere-Muster sein.

## Auszüge Theorie

### Während der Behandlung:

- ☉ Offen bleiben für Neues
- ☉ Kontakt mit dem „Inneren Lehrer“ - Intuition
- ☉ Ming Men öffnen
- ☉ Am Anfang Struktur (Grundaufbau) als Skelett der Behandlung
- ☉ Arbeite mit und gegen den Atem
- ☉ Geöffnete Hände = Raum für Liebe, wir wollen nicht fixieren sondern „entpoweren“
- ☉ Beim palpieren fühlen was Innen los ist
- ☉ Selbstheilung aktivieren
- ☉ Das T-Shirt des Patienten ist ein gutes Schutzschild für den Therapeuten, hier werden Giftstoffe aufgenommen
- ☉ 3 Stunden vor der Behandlung nichts essen und direkt davor auf die Toilette
- ☉ Durch Therapie den Energiepegel des P anheben = Feuer in Gang bringen
- ☉ Bei der Therapie fließt Lebenskraft in P hinein, also sollte unsere eigene Energie gesund sein. Es ist nicht möglich sich mit Heilung zu beschäftigen, ohne in die Beschwerden des P verwickelt zu werden.

### Abbau kranker Energien durch:

- ☉ Meditation
- ☉ Inneres Lächeln
- ☉ Heilende Laute
- ☉ Hände ausschütteln
- ☉ Backsteinwände berühren
- ☉ Bäume berühren

Ziel der Therapie ist es dem Menschen beizubringen sich selbst zu heilen, es dürfen also keine Abhängigkeiten entstehen. Der Lehrer/ Therapeut sollte seine Schüler somit nicht als Patienten/ Klienten bezeichnen.

Wer als Schüler heilende Energie in sich geweckt hat, kann zu Hause weiterarbeiten. Die wichtigste heilende Energie kommt aus uns selbst!!!!

Als Therapeut müssen wir besonders auf uns achten, nicht mehr Energie abzugeben, als wir haben. Auch wir können nach einer gewissen Zeit ein Burn-Out bekommen! Also nicht einfach heilen, sondern mehr Ratgeber, Helfer und Lehrer sein, denn unsere eigene Energien sind auch begrenzt!

## Auszüge Techniken

### ☯ Spiraltechnik (Holz):

Kleine kreisförmige Bewegung um den Nabel herum, dann langsam weiter nach außen dabei wird die Spirale langsam größer immer am Nabel beginnen!

Beeinflusst hauptsächlich den Dünndarm im Uhrzeigersinn die Entgiftung (DD Verlauf = Abfallentsorgung). Durchfall = gegen Uhrzeigersinn.



4 Finger Technik



1 Finger Technik

### ☯ Schöpftechnik (Metall):



Nach einer Spiraltechnik durchführen

### ☯ Schütteln (Feuer):

- Von lateral nach lateral
- Von cranial nach caudal
- Mit den Fingern



### ☯ Backen (Erde) – Abschluss:

- Eine Hand unter den Rücken legen
- Andere Hand auf den Problembereich
- Beide Hände direkt übereinander
- Energie von einer Hand zur Anderen schicken
- Verstärkt die Motilität
- Vibrieren und Schütteln möglich



## Auszüge Behandlung

### Grundaufbau:

1. Bauchnabel und rechts Schulter (P. coracoideus = Lunge 1 TCM)



15. Milz/ Magen

☯ Zum Nabel hin streichen



☯ Pressen



16. Sigmoid und Colon descendens mobilisieren



20. Th steht caudal und hält beide Fersen, hebt die Beine dabei ab und dreht die Hüften in IR – der O hängt sich mit dem Körpergewicht hinein und setzt sich quasi – nun mit craniocaudalen Schüttelungen beginnen dies regt den lymphatischen Rückstrom an und entgiftet



## Auszüge Theorie Holzelement

**Hauptorgan**      **Yin**      **Leber – Meisterorgan der Gefühle**  
**Nebenorgan**    **Yang**      **Gallenblase**

### Allgemeines:

- ☉ Herrscher über das Qi –General.  
Hier werden Pläne gemacht, wozu Überblick und Weitblick benötigt wird. Wir dürfen uns also nicht in Kleinigkeit verstricken! Bild: Teller im Zirkus am laufen halten! Wann darf ich fordernd sein, wo Impulse setzen, Rückzug wenn nicht genügend Kräfte zur Verfügung stehen = Vorsicht. Vorangehen, Stürmen und Rückzug!!!
- ☉ Rücksichtnahme, das Detail darf nicht dem Ganzen geopfert werden. Rücksicht bedeutet auf Schwächere zu respektieren.
- ☉ Wandlung erzeugt das Leben. Sich dem entgegenstellen bedeutet Tod.
- ☉ Feine Muskelkoordination in den Händen wird durch Holz-Energie ermöglicht. Greifen, halten, zu arbeiten, kreativ zu gestalten und formen. Im Kampf zupacken und Zwingen und besiegen ebenfalls.
- ☉ Nicht an Gefühlen haften, sondern sie kommen und gehen lassen.
- ☉ Probleme im Holz ziehen oft Probleme im Sigmoid nach sich.

### Redewendungen:

- ☉ Ich bin sauer
- ☉ Mir stößt etwas sauer auf
- ☉ Mir schwillt der Kamm (Hahn gehört zum Holzelement)
- ☉ Etwas in Angriff nehmen (zugreifen)
- ☉ Stein der Last liegt auf der Brust
- ☉ Mir stellen sich die Nackenhaare auf
- ☉ Mein Nacken verspannt sich
- ☉ Wuthitze schießt in das Gesicht
- ☉ Ich rauche vor Wut
- ☉ Mir werden die Beine schwach

### Sinnesorgan:                      **Augen**

- ☉ Das am höchsten gelegene Sinnesorgan – verschafft Umsicht, aus der Einsicht entstehen kann.
- ☉ Läßt uns Dinge in der Ferne wahrnehmen.
- ☉ Holz befeuchtet, nährt und kontrolliert die Augen, das Sehen (Heuschnupfen, Bindehautentzündung ist Säftemangel oder Hitzeüberschuss).

### Gewebe:

**Sehnen:** befeuchtet und nährt unsere Fascien  
**Nägel:** Senkrechte Linien deuten auf Lebererkrankung  
**Muskeltonus**

### Lebenszeit:

**Kindheit**

## Auszüge Mudras

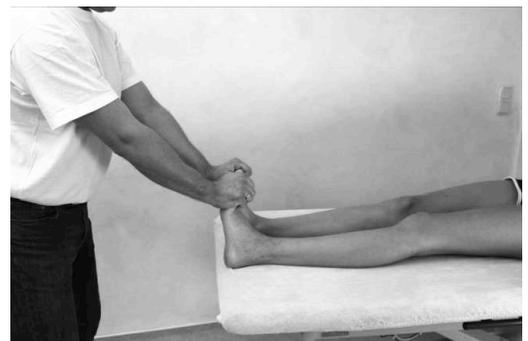
### Fingerbeweglichkeit:

<b>Hände</b>	<b>Beide</b>
<b>Beschreibung</b>	<b>Mittel-, Ring und Kleinfinger rund um den Daumnagel</b>
<b>Zeit</b>	<b>10 Minuten 3x täglich 4 Minuten Mindestabstand</b>
<b>Anmerkung</b>	<b>Im Krankheitsfall soll dieser Fingermodus 24 Minuten 5x täglich 3 Minuten Mindestabstand</b>
<b>Nutzen</b>	<b>Balanciert die Organuhr und die Nerven Unterstützt den autonomen Bewegungsreflex und Meridiane Stärkt die Herzenergie</b>
<b>Geistiger Aspekt</b>	<b>Das Lebens-Mudra</b>

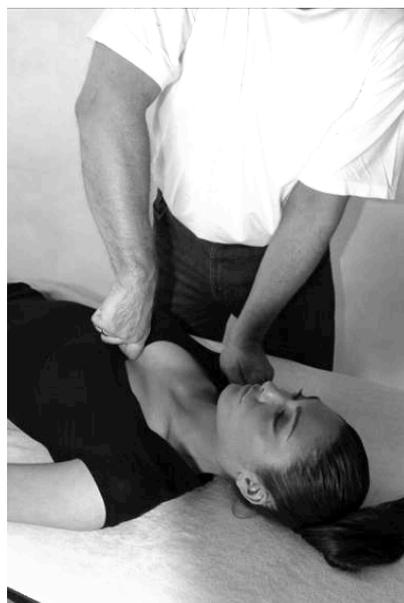


## Auszüge Behandlung Feuerelement

### Punkte:



### Zusatzpunkte:



## Auszüge Organuhr

### Maximalzeiten der Organe nach TCM

<b>Lunge:</b>	<b>03.00 - 05.00 Uhr</b>
<b>Dickdarm:</b>	<b>05.00 - 07.00 Uhr</b>
<b>Magen:</b>	<b>07.00 - 09.00 Uhr</b>
<b>Milz-Pankreas:</b>	<b>09.00 - 11.00 Uhr</b>
<b>Herz:</b>	<b>11.00 - 13.00 Uhr</b>
<b>Dünndarm:</b>	<b>13.00 - 15.00 Uhr</b>
<b>Blase:</b>	<b>15.00 - 17.00 Uhr</b>
<b>Niere:</b>	<b>17.00 - 19.00 Uhr</b>
<b>Perikard:</b>	<b>19.00 - 21.00 Uhr</b>
<b>Dreifacher Erwärmer:</b>	<b>21.00 - 23.00 Uhr</b>
<b>Gallenblase:</b>	<b>23.00 - 01.00 Uhr</b>
<b>Leber:</b>	<b>01.00 - 03.00 Uhr</b>

☉ Jedes Organ in unserem Körper hat im Tagesverlauf eine zweistündige Phase höchster Aktivität (Maximalzeit) und genau 12 Stunden später eine Tiefphase (Minimalzeit).

☉ Hat man Beschwerden, die zu einer bestimmten Tageszeit gehäuft auftreten oder aber zu bestimmten Tageszeiten abgeschwächt sind, kann dies für die Diagnostik auf das jeweilige Organ hinweisen.

☉ Verstärken sich die Beschwerden während der Maximalzeit eines Organs, spricht man von "Fülle-Beschwerden", im umgekehrten Fall, wenn die Beschwerden während der Minimalzeit des Organs stärker werden, nennt man sie "Leere-Beschwerden".

☉ Nach der klassischen Lehre der Akupunktur beginnt Sie morgens um 3 Uhr.

## Auszüge Winde

- ☉ Sie werden inner- und außerhalb des Körpers gebildet. Außerhalb kennen wir Stürme und Föhn in den Alpen als „Störfaktoren“.
  - ☉ Ein- und Austrittsstelle ist der Nabel, Hinterkopf, Unterarme und Unterschenkel.
  - ☉ Wind ist Chi (!) und kann den Körper von außen betreten oder im Inneren aufsteigen.
  - ☉ Neben Chi gibt es Winde, die sich durch den Körper bewegen und Einfluss auf die Gesundheit und das Gefühlsleben ausüben.
  - ☉ Eingeschlossene „böse Winde“ werden zu Giften, Blockaden oder stagnierender Energie. Das an sich gute Chi ist in einer schlechten Situation. (Wie ein toter Fisch in einem gut riechenden Raum ☺)
- Ursachen sind: Nahrung, extremes Wetter, Umweltgifte, Jahreszeitwechsel, negative Emotionen

### Symptome gefangener Winde:

- ☉ Augenschmerzen
- ☉ Wandernde Schmerzen
- ☉ Jucken
- ☉ Gelenk- und Muskelschmerzen
- ☉ Trägheit
- ☉ Schwindel
- ☉ Extrem = Gicht, Lähmungen, Arthritis
- ☉ Hände bzw. Extremitäten werden schwer und taub

### Öffnen der Windtore:

- ☉ Die Reihenfolge der Punkte einhalten und mit Daumen und Ellenbogen behandeln
- ☉ Über die Leiste:
  - Mit Handkanten der Kleinfingerseite auf den Leisten arbeiten (Art. iliaca bds), bei Ungleichgewichten die hypertone Seite mehr mobilisieren
  - 36-72 Pulsschläge sind optimal
  - Einige Winde entweichen über U.E.

### Ellenbogen:

- ☉ Wenn Therapeut klein ist und der Patient groß
- ☉ In die Tiefe gehen und kreisen

