



# Das TAO der 5 Elemente III

Text: Bernhard Knaus



Wir haben das Feuerelement erreicht und hier ist erstmal Schuss mit lustig.

Aus dem Wasserelement geboren und im Holzelement gewachsen sehen wir nun einer echten Feuerprobe entgegen. Was bisher leicht und locker war, bekommt Anspruch und wird mitunter mühsam. Es zeigt sich recht schnell, ob das Konzept, das wir uns als Hilfskonstrukt unseres Leben gebastelt haben, hält oder generalüberholt werden muss, um uns weiter zu tragen. Während wir im Holzelement an unserer Überlebensfähigkeit gearbeitet haben, geht es im Feuerelement um unsere Beziehungsfähigkeit. 80% der Liebesbeziehungen scheitern in dieser Phase. Wir machen es uns einfach und suchen einen neuen Partner. Burn-out ist die Diagnose unseres rastlosen Lebens.

## III. Das Feuer-Element



Die **Farbe**, die mit dem Feuer verbunden ist, ist **Rot**. Das Aussehen eines Gesichts hängt von ethnischer Abstammung und klimatischen Bedingungen ab. Eine Unausgeglichenheit in diesem Element wird sich dort als eine rötliche Färbung zeigen, die links und rechts unterschiedliche Ausprägung haben kann. Auch das völlige Fehlen der roten Farbtöne, aschfahl, ist von diagnostischer Bedeutung. Generell erkennt man ein gesundes Gesicht an seinem Glanz und seiner Feuchtigkeit.

Die **Jahreszeit**, die dem Feuer entspricht, ist der **Sommer**. Was in der Natur im Sommer geschieht, erfährt auch der Mensch. Die Blüten bringen im Verlauf Ihres Reifungsprozesses Früchte hervor, die Dinge erreichen ihre Erfüllung. Die Erde ist voll von Überfluss, Leben und Wärme. Der gleiche Prozess der Erfüllung und Reifung findet nach den Vorstellungen der TCM in unseren Gedanken und Erfahrungen, im Körper und den Gefühlen statt. Was geschieht, wenn es keine Blüte gibt oder die Frucht nicht wächst? Ein Mensch könnte folgende Symptome entwickeln:

er wird unfähig, zu Ende zu führen, was immer er begonnen hat, er hat ein allgemeines Unwohlsein, aus dem heraus er nichts zu Wege bringt.

Die **Organe** des Elementes Feuer sind **Herz und Dünndarm**. Neben diesen gibt es noch zwei Funktionen, **Kreislauf-Sexu** und der **Dreifache-Erwärmer (3-E)**, die unter das Feuer-element fallen.

„Das **Herz** ist wie der Minister des Herrschers, er zeichnet sich durch Einblick und Verständnis aus.“ (Nei Ching)

Vom Herzen geht ein richtungweisender Einfluss und klare Einsicht für unser Leben aus. Als oberster Leiter wird das Herz in der TCM selten direkt behandelt.

„Der **Dünndarm** ist wie ein Beamter, dem Reichtümer anvertraut werden, er erzeugt Veränderungen der körperlichen Substanz.“ (Nei Ching)

Der Dünndarm wird als Sortierer oder Scheider von Reinem und Unreinem beschrieben. Dies geschieht beim Essen, wie auch auf allen Ebenen unserer Erfahrung. Es wird ständig aussortiert: der Nährwert wird behalten und der Abfall wird dorthin weitergeleitet, wo er wieder entfernt werden kann.

Entscheidungen (Gallenblase) sind schwierig und frustrierend, wenn der Sortierer nicht angemessen arbeitet und die Information daher nicht eindeutig ist.

Die Funktion **Kreislauf-Sexu** hat keine herkömmliche Organstruktur und wird mit dem **Herzbeutel (Perikard)** in Verbindung gebracht. Sie ist der abhängige Gesandte, der die Freuden und Vergnügungen seiner Untertanen lenkt und er ist der Beschützer des Herzens. Die Vitalität, die Ernährung des Blutes und anderer Körpersäfte sowie der Puls des Lebens wird mit dem Kreislauf-Sexu assoziiert.

Der **Dreifache-Erwärmer** ist das Heizungssystem der Körpergeistseele. Er beschützt alle anderen Organe und regelt die Wärme im gesamten Organismus. Dabei unterscheidet die TCM 3 Brenn-Räume (Chou), die bestimmte innere Organe umfassen. Herz und Lungen werden dem oberen Chou; Magen, Milz Gallenblase, Leber und Dünndarm dem mittleren Chou; Dickdarm, Blase und Nieren dem unteren Chou zugeordnet. Diese Zuschreibung zeigt auch die Verbindung von Atmung, Verdauung und Ausscheidung im Dreifachen-Erwärmer.

Weil der Dreifache-Erwärmer mit allen Organen verbunden ist, sollte man immer, wenn die Energie irgendeines Organs in Unordnung ist, zunächst prüfen wie stark und klar die Energie des 3-E ist.

Die **Tageszeiten** die mit dem Feuer verbunden sind:

Für das Feuer gibt es zwei Zeiten am Tag: Das **Herz** hat seinen aktivsten Punkt in der Zeit zwischen **11 und 13 Uhr**, der **Dünndarm** in Anschluss daran von **13 bis 15 Uhr**.

Die Zeit von **Kreislauf-Sexu** ist von **19 bis 21 Uhr** gefolgt vom **Dreifachen-Erwärmer 21 bis 23 Uhr**.

Seine **Himmelsrichtung** ist der **Süden**.

„Nahrung und Wachstum kommen aus dem Süden.“ (Nei Ching) und bestimmte Krankheiten, wie taube Glieder und verspannte Muskeln stehen damit in Verbindung.

Der **Geschmack**, der dem Feuer entspricht ist **bitter**.

Der bittere Geschmack hat eine stärkende Wirkung. Die Assoziation des Bitteren mit dem Feuer rührt von dem Abkochen der Heilpflanzen her. Eine andere Entsprechung wäre auch in Gewürzen gegeben. Grünes Blattgemüse, Tee, Kaffee, Schokolade, sowie alles Gegrillte oder Angebrannte ist bitter.

Dieser Geschmack muss in den Speiseplan integriert werden, um die dominierenderen Geschmacksrichtungen auszubalancieren.

Die **Körperöffnungen** des Feuers sind die **Ohren**.

„Rot ist die Farbe des Südens, sie durchdringt das Herz und legt die Ohren offen.“ (Nei Ching)

Über das Hören entdecken wir die Töne der Welt um uns herum. In Entsprechung zum Dünndarm sortieren die Ohren diese Töne und filtern daraus Worte, Musik und Alarmer. Höranomalien, Ohrenschmerzen, Ohrenklingen, Taubheit in verschiedensten Formen haben ihre Ursache in einem unausgeglichene Feuer-element.

Das **Sinnesorgan** des Feuers ist die **Zunge**.

Das Herz regiert die Zunge im Akt des Sprechens. Was immer ausgesprochen wird geht zuerst durch unser eigenes Herz. Über die Sprache bringen wir der Welt um uns zum Ausdruck, wer wir sind. **Hören und Sprechen** sind somit eingebettet in das Feuer-element, welches unsere Beziehungen am meisten bestimmt. Sprachfehler, wie Stottern oder undeutliches Sprechen können ihre Ursache im Feuer-Ungleichgewicht haben. Das Aussehen der Zunge gibt Aufschluss über den Zustand des Feuer-elementes, wie auch andere Organe ihre Entsprechung in unterschiedlichen Bereichen der Zunge haben. Sie wird in der chinesischen Medizin gerne als zentrales Instrument zur Erstdiagnose herangezogen.

Die **Körperflüssigkeit**, des Feuers ist der **Schweiß**.

Wie in anderen Gesundheitstraditionen auch, nimmt man in der TCM an, Schwitzen sei eine Entlastung, die der Körpergeistseele die Möglichkeit gibt, sich durch und durch zu reinigen. Schweiß ist dem zentralen Lenker (Feuer, Herz), zugeordnet, der Schweiß selber kann seine Ursache aber in allen Organen haben. Wenn jemand erschrocken und damit seine Lebenskraft verletzt ist, wird Schweiß vom Herzen erzeugt. Wenn jemand schwere Lasten trägt, wird Schweiß von den Nieren erzeugt und wenn er voll Furcht ist, von der Leber, usw.

Die **Gefühle**, des Feuers sind **Freude und Glück**.

Die alten Weisen lebten so, dass „...sie in ihren Vergnügungen und Freuden würdevoll und gelassen waren. Sie folgten ihren eigenen Wünschen, und sie richteten ihren Willen und ihren Ehrgeiz niemals auf die Verfolgung eines Ziels, das ohne Bedeutung war.“ (Nei Ching)

Zu viel Freude schadet genau so wie zu viel Wut. Der Wunsch nach ewigem Glück ist unerfüllbar. Wer es ohne Maß in der Arbeit oder im Spiel sucht, kann zu viel Druck auf das Feuer-element ausüben, was sich im Blutdruck äußert. Wenn trotz erhöhter Anstrengung das Ziel unerreichbar bleibt, kommt es zur Frustration und damit zu einem tatsächlichen Mangel an Freude. Eine Unausgeglichenheit in den Gefühlen des Feuers kreist fast immer um zwischenmenschliche Beziehungen.

Der **stimmhafte Ausdruck**, der dem Feuer entspricht, ist **Lachen**. Lachen heilt 1000 Krankheiten, sagt man. Er ist ein subtiler, manchmal offen hervortretender Unterton in der Stimme eines Menschen, dessen Feuer-element ausgeglichen ist. Ein Mensch, der nicht, und schon gar nicht über sich selbst, lachen kann, ist uns tiefst unheimlich; der endlose Witze Erzähler ist ungläubwürdig.

Die **Körperteile**, die vom Feuer regiert werden, sind die **Blutgefäße**. Dort zeigt sich der Puls aller Organe. Der Blutkreislauf nährt den ganzen Organismus. Störungen wirken sich immer auf die gesamte Lebensenergie aus.

Die **äußere körperliche Ausdrucksform** des Feuers ist die **Gesichtsfarbe**.

Die Art des Gesichts-Gewebes, sein Charakter und seine Hautbeschaffenheit geben Anhaltspunkte für den Energetischen Zustand des Feuerelements.

Die **Fähigkeit**, die das Feuer verleiht, ist die Fähigkeit zu **Trauer und Schmerz**.

Diese Kraft ist als Ausgleich an Freude und Glück gebunden in Zeiten der Aufregung und des Wandels. Sie hilft, traurige und schmerzliche Umstände als Teil des Lebens und seiner Endlichkeit zu akzeptieren als ein Akt der Bewusstwerdung.

Das **Klima**, das mit dem Feuer verbunden ist, ist die **Hitze**. Hitze ist eine äußere Kraft, mit der wir kämpfen müssen, damit sie der Körperseele nicht schadet. Der Südwind in der TCM entsteht im Sommer, seine Krankheit wird im Herzen lokalisiert, er führt zu Störungen in der Brust und in den Rippen. Dies äußert sich in jähem Schmerzen, einer roten Gesichtsfarbe, gefährlichen Erbrechen und einem Mangel an Schweiß.

Das **Trigramm**, welches das Feuer symbolisiert ist **Li, das Haf-tende**. Es bezeichnet die mittlere Tochter und spielt in der inneren Alchemie des Tao eine entscheidende Rolle. Li ist Klarheit, ohne Illusion, Erleuchtung, Erscheinung.

Fotos: Feuerelement - © -Misha - Fotolia.com / Erdeelement - © Kurhan - Fotolia.com / Metallelement - © Pavlo Vakhrushev - Fotolia.com / Wasserelement - © Andrey Armyagov - Fotolia.com / Holzelement - © Piotr Skubisz - Fotolia.com / Die 5 Elemente - © cpm - Fotolia.com

Die **I-Ging Zeichen**, welche das Feuer symbolisieren, sind gemäß ihren Entsprechungen: **Nr. 44** Gou - das Entgegenkommen (Herz), und Dun - der Rückzug (Dünndarm), was auf den ersten Blick widersprüchlicher nicht sein könnte. Dennoch sind sie wie Freude/Glück und Trauer/Schmerz wiederum nur die 2 Seiten derselben Medaille.



Des weiten Bo – die Zersplitterung (**Nr. 23**) für Kreislauf-Sexus und Kun, das Empfangende (3-E). Selbstliebe und universelle Liebe stehen sich hier in Harmonie gegenüber – die Synthese eines erfüllten Lebens.

*Keep on burning!*



**Bernhard Knaus**

Kinesiologe  
akkreditierter Wirtschaftstrainer  
und Coach in Wien

**Kontakt:**

Lerchengasse 6/10  
1080 Wien

Tel.: +43 699 / 1005 91 17

E-Mail: [kinesiologie@bknaus.at](mailto:kinesiologie@bknaus.at)

Home: [www.bknaus.at](http://www.bknaus.at)

**Weiterführende Literatur u.a.:**

Dianne M. Connelly: Traditionelle Akupunktur (Verlag Bruno Endrich, Heidelberg)  
Wolfgang G.A. Schmidt (Hsg.): Huang Ti Nei Ching Su Wen – Klassiker des gelben Kaisers zur inneren Medizin, (HERDER / Spectrum, Freiburg)  
Mantak & Maneewan Chia: Das heilende TAO (Healing Tao Books, Thailand)  
Richard Wilhelm: I Ging, das Buch der Wandlungen (Diederichs, München)

## Redensarten rund ums Feuer

„Sprachbilder“, wie Redensarten und Redewendungen sind unverzichtbarer Bestandteil unserer deutschen Sprache. Schließlich bringen Redewendungen eine Sache auf den Punkt und ersparen umständliche und wortreiche Umschreibungen, da jeder sofort weiß, was gemeint ist.

### „für jemanden die Hand ins Feuer legen“

Bedeutung: zu jemandem volles Vertrauen haben; für jemanden bürgen

Herkunft: Im Mittelalter musste man beim „Gottesurteil“ seine Hand tatsächlich ins Feuer legen, um seine Unschuld zu beweisen. Am Ausmaß der Verbrennungen konnte man angeblich den Umfang der Schuld erkennen.

### „zwei / mehrere / viele Eisen im Feuer haben“

Bedeutung: zwei / mehrere / viele Möglichkeiten / Pläne / Chancen haben

Herkunft: Vor der Erfindung des Stromes wurden in manchen Haushalten mehrere gusseiserne Bügeleisen auf die Herdplatte gestellt, um schneller bügeln zu können

### „Feuer unter den Hintern machen“

Bedeutung: jemanden antreiben / drängen / bedrängen

Herkunft: In den Burgen waren nur die wenigsten Räume beheizt. So konnte man sich nur wärmen, wenn man ein Sitzfass hatte. Das wurde gefüllt mit heißen Steinen und so lange wie man darauf saß, hatte man Feuer untern'm Hintern.

### „das Feuer schüren“

Bedeutung: provozieren; einen Streit entfachen; einen schwelenden Konflikt

### „Ein gebranntes Kind scheut das Feuer“

Bedeutung: Wer einmal eine schlechte Erfahrung mit einer Sache gemacht hat, ist daraufhin übervorsichtig.

Quellen: <http://www.redensarten-index.de>;

Gestern Nacht in mein Wogn

Du und i endlich allaa.

I streich da durch d Hoa,

Du sogst leise: Na.

Heite ned, bitte woat no.

Aber i waaß, dia geht's wia mia.

Du brennst wia i

Uhhhh Feia.

Es is noch Mitternacht und

i bring di ham.

Steig mit dia aus'm Wogn.

Du sagst: „I find den Weg allaa.“

Und dabei schaust mi an, daß i waaß dia geht's wia mia.

Du stehst wia i

im Feia.

Du spüest a oages Spül, spüest mit mia Katz und Maus,

du spüest mit'n Feia und des halt i nimma aus.

I hob scho Angst vorm Schlofn, lieg in an Feiabett.

Vabrenn mit Haut und Hoa, wann mi ned boid wea rett.

Romeo und Julia, Samson und Delilah.

Jo, von sowas tramst und i krepier daweu im Feia.

Und dann schaust mi an und i waaß dir geht'as wia mia

Du brennst wia i

Uhhhh Feia.

(Dr. Kurt Ostbahn)

Quelle: <http://www.lyricstime.com/kurt-ostbahn-feuer-lyrics.html>

Foto: © Teui

