



Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

(German Edition)

Wu Li

Download now

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition)

Wu Li

Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) Wu Li

Der Mensch im 21. Jahrhundert hat sich von seinem natürlichen Lebensrhythmus immer weiter entfremdet. Unsere Tagesplanung wird häufig nicht mehr durch den natürlichen Wechsel von Tag und Nacht bestimmt, sondern strukturiert sich durch eine Vielzahl von Verpflichtungen und drängenden Aufgaben, denen der Tagesablauf täglich neu angepasst werden muss. Viele Menschen fühlen sich deshalb gehetzt, überreizt und irgendwann einfach nur noch erschöpft. Oder sie entwickeln typische Stresssymptome, die dann - getrennt von den eigentlichen Ursachen - medikamentös "verarztet" werden.

Nach dem jahrtausendealten Heilwissen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ist selbst der unendliche Kosmos einem ständigen Wandel unterworfen - einem Wechselspiel von Aktivitäts- und Ruhephasen, von Yin und Yang, dem dynamischen Zusammenspiel der Gegensätze. Wenn dieses sensible Gleichgewicht gestört ist, gerät das ganze System aus dem Takt. Psychosomatische Beschwerden sollten deshalb immer als Warnsignale gedeutet werden. Sie weisen uns darauf hin, dass wir wieder mehr auf den eigenen Körper, auf unsere innere Uhr hören sollten. Auch der Mensch ist eingebettet in die rhythmischen Prozesse der Natur, in den Lauf der Jahreszeiten, von Sonne und Mond, von Tag und Nacht. In gleicher Weise hat auch jedes unserer Organe seine aktiven Phasen und seine Ruhephasen.

Der renommierte TCM-Experte Li Wu zeigt in diesem Ratgeber, auf welche Organe Beschwerden zu bestimmten Tageszeiten verweisen, wann welche Behandlungen am wirkungsvollsten sind und wann jeweils die beste Zeit für Arbeits- oder Ruhephasen ist. Richten Sie Ihren Alltag mit den wirksamen Methoden und Heilmitteln der TCM wieder nach den natürlichen Bedürfnissen aus: Nur wenn wir achtsam und im Einklang mit unserer inneren Uhr leben, finden wir zu unserem natürlichen Biorhythmus zurück - und damit zu Wohlbefinden und Gesundheit.

- Kurze Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)
- Die Hauptaktivitätszeiten unserer zwölf wichtigsten Organe
- Vorbeugen und Behandeln - mit natürlichen Heilmitteln und Methoden
- Tabellarische Übersichtstafel mit Zeiten und Funktionen der jeweiligen Organe



[Download Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen ...pdf](#)



[Read Online Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionell ...pdf](#)

Download and Read Free Online Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) Wu Li

From reader reviews:

Anthony Powell:

Book is to be different per grade. Book for children until adult are different content. As we know that book is very important normally. The book Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) seemed to be making you to know about other understanding and of course you can take more information. It is very advantages for you. The e-book Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) is not only giving you a lot more new information but also to get your friend when you truly feel bored. You can spend your current spend time to read your reserve. Try to make relationship with the book Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition). You never really feel lose out for everything in case you read some books.

Linda Manuel:

Reading a publication can be one of a lot of action that everyone in the world likes. Do you like reading book so. There are a lot of reasons why people fantastic. First reading a reserve will give you a lot of new details. When you read a publication you will get new information simply because book is one of numerous ways to share the information or perhaps their idea. Second, looking at a book will make an individual more imaginative. When you examining a book especially hype book the author will bring someone to imagine the story how the characters do it anything. Third, you could share your knowledge to other folks. When you read this Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition), you can tells your family, friends and soon about yours e-book. Your knowledge can inspire the mediocre, make them reading a publication.

Kimberly Niemeyer:

Many people spending their time by playing outside together with friends, fun activity with family or just watching TV all day long. You can have new activity to enjoy your whole day by reading a book. Ugh, think reading a book really can hard because you have to accept the book everywhere? It fine you can have the e-book, delivering everywhere you want in your Mobile phone. Like Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) which is obtaining the e-book version. So , try out this book? Let's view.

Melanie Finnegan:

What is your hobby? Have you heard this question when you got learners? We believe that that question was given by teacher for their students. Many kinds of hobby, Every individual has different hobby. And you know that little person just like reading or as examining become their hobby. You have to know that reading is very important in addition to book as to be the thing. Book is important thing to include you knowledge, except your own personal teacher or lecturer. You discover good news or update in relation to something by

book. Different categories of books that can you choose to use be your object. One of them is Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition).

Download and Read Online Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) Wu Li #DBWOVFMCR8L

Read Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) by Wu Li for online ebook

Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) by Wu Li Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) by Wu Li books to read online.

Online Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) by Wu Li ebook PDF download

Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) by Wu Li Doc

Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) by Wu Li MobiPocket

Die Organuhr: Leben im Rhythmus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) (German Edition) by Wu Li EPub