



# Körper Geist Seele

MÄRZ 2007

## Die 5 Elemente

Der taoistische Lehrer Mantak Chia in Berlin



Gratis - Gesundheitsmagazin - Berlins gesunde Seiten - [www.kgsberlin.de](http://www.kgsberlin.de)

Außerdem: Kinder, Colon-Hydro-Therapie, Zufälle, Hara-Awareness-Massage, Gebetsmeditation

# Fusion der 5 Elemente

Taoistische Alchemie - die "Chymische Hochzeit" im alten China

Der Weisheitslehrer Mantak Chia kommt im April nach Berlin und bietet einen Workshop über die Fusion der fünf Elemente an. Wolfgang Heuhsen schreibt über dieses Juwel der taoistischen Meditationen.

Die "Fusion der Elemente" gehört zu den wichtigsten Praktiken der inneren Alchemie. Sie gilt wegen ihrer großen Wirksamkeit bei der Transformation von negativen Emotionen als "Juwel" der taoistischen Meditationen. Die Übungen fördern die innere Stärke und Selbstbestimmtheit. Nichts haut uns mehr so schnell um – Gelassenheit und Zentriertheit stellen sich leichter ein. Sie ist ein kraftvolles Mentaltraining, das unsere Merk- und Konzentrationsfähigkeit steigert, der Akt der Balance. Die Fusion dient zudem dem energetischen Selbstschutz und ist speziell für alle, die viel mit anderen Menschen arbeiten, von großem Nutzen.

## Das Einsammeln der Organenergie

In den alchemistischen Praktiken der Fusion werden verschiedene Pakua und Sammelpunkte verwendet, um anhaftende, emotionale Energien aus den Organen zu extrahieren, zu binden und zu harmonisieren. Das Einsammeln der Organenergie schwächt die Organe in keiner Weise. Jedes Mal, wenn Sie die Fusion praktizieren, ist es in Wirklichkeit so, dass die aus den Or-



ganen gesammelten Essenzenergien zu einer Lebensenergie von verbesserter Qualität verschmolzen, geläutert und umgewandelt werden. Am Ende jeder Übung wird die Energie in Perlenform gesammelt und dem Körper zurückgegeben, um alle Organe und Drüsen, besonders aber diejenigen, die zusätzliche Energie benötigen, zu stärken.

## Chymische Hochzeit – Vereinigung der Gegensätze

Der Westen kennt auch vergleichbare Traditionen, wie z.B. die "Chymische Hochzeit" als Titel einer der Grundschriften der Rosenkreuzer und als Instrument der forschenden Adepten, die über die hermetischen Schlüssel der Alchymie, der Kabbala und der Astrologie verfügten. In der Alchymie meint die chymische Hochzeit die Vereinigung der Gegensätze und offenbart den Stufenweg der Einweihung in die letzten großen Geheimnisse unseres Daseins. Beim Meisterstück der Alchemisten, der Herstellung eines Steins der Weisen, mit dem sich Gold herstellen und ein Unsterblichkeitselixier gewinnen lassen soll, ist eine der nötigen Handlungen die coagulatio der Materie, der Gerinnung unvereinter Stoffe in chymischer Hochzeit. Sie bezeichnet in der erotischen Bildersymbolik der Alchemie den Höhepunkt des Großen Werkes (opus magnum), wenn sich die weiße Königin (Symbol: Quecksilber, Silber oder Mond) mit dem roten König (Symbol: Schwe-



Ein Pakua wird genutzt, um die Emotionen in den Organsammelpunkten bündeln zu können.

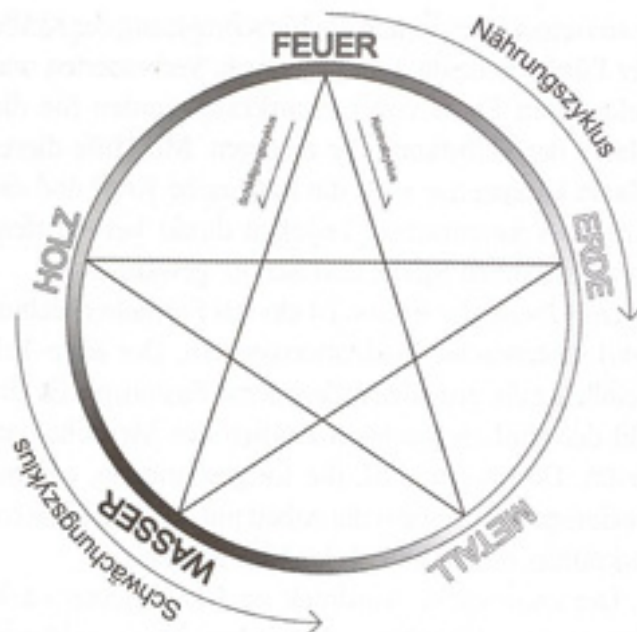
## Die Fünf-Elemente-Lehre

untersucht gemäß der taoistischen Lehre die Gesetzmäßigkeiten, nach denen dynamische Prozesse (Wandlungen) im Bereich des Lebendigen ablaufen, betont also Werden, Wandlung und Vergehen. Die Lehre basiert auf fünf angenommenen Grundelementen, vielleicht besser zu übersetzen als Wandlungsphasen oder Aktionsqualitäten:

- Holz bzw. Baum – Aufbruch, Entwicklung eines Handlungsimpulses, Expansion, Steigen
- Feuer – Ausgestaltung, dynamische Phase, Aktion
- Erde – wandelnd, umwandelnd, verändernd: Fruchtbildung
- Metall bzw. Gold – Reife, Kontraktion, Kondensation, Ablösung, Sinken
- Wasser – Betrachtung, Lagerfassung, Ruhe

Die Interaktion dieser Elemente bewirkt einen Prozessablauf, der als Zyklus beschrieben und auf verschiedenste Abläufe im Bereich des Organischen angewendet wird, zum Beispiel im menschlichen Körper, in der Charakterkunde, in der Astrologie oder auch in Organisationen, zum Beispiel einem Unternehmen oder auch in der

fel, Gold oder Sonne) vereinigt. Die Vereinigung der polaren Gegensätze ist aber nicht nur ein äußerer Vorgang, sondern auch eine Allegorie des inneren, seelischen Wandlungsprozesses eines Menschen, da die Veränderung des Menschen selbst eines der wichtigsten Ziele der Alchemie war.



### Heilige Hochzeit

Auch die Kan und Li Formeln des Taoismus können als eine solche "Heilige Hochzeit" verstanden werden.

Die komplexen Wechselbeziehungen der taoistischen 5 Elementarkräfte - auch Wandlungsphasen genannt - sowie die Hauptwirkungsketten Schöpfungszyklus und Kontrollzyklus werden im Zusammenhang erfahren.

Das positive Chi tugendhafter Energie wird durch die Hauptorgane geführt, die im Verlauf dieser Zyklen gesammelte Energie wird zu einer Perle des Mitgefühls vereinigt. Mit Hilfe dieser Perle werden dann die aufsteigenden Kanäle und die sie umgebenden, schützenden Gürtelkanäle geöffnet und gereinigt.

### Übung der Fusion

Die gesamte Übung der Fusion ist ein systematischer Prozess der Selbstreinigung und Kontrolle über die eigenen, inneren Kräfte. Durch die Bildung einer Per-

le aus reiner Energie und die Verschmelzung der Kräfte der Fünf Elemente zu einer neuen, verbesserten und geläuterten Form von Lebenskraft, werden Sie die Macht der Selbstkontrolle erlangen. Mit Hilfe dieser Macht können Sie auch die kosmische Kraft und die Kraft der kosmischen Teilchen direkt herbeirufen, damit sie Ihnen Stärke und Schutz gewähren.

Die Übung der Fusion ist ein aus Formeln (Techniken) bestehendes Meditationssystem. Der erste Teil beinhaltet die grundlegende, interne Fusionspraxis, die mit den fünf elementaren Kräften des Menschen arbeitet. Der zweite Teil, die fortgeschrittene, externe Fusionspraxis, umfasst die Arbeit mit den fünf Elementarkräften, der Erde und des Universums.

Der chinesische Ausdruck *pa kua* bedeutet «acht Trigramme» (Symbole). Ein Pakua ist ein achtseitiger, dreidimensionaler Kristall, in dem Energie zum Zwecke der Verfeinerung, Umwandlung, Verdichtung und Speicherung aus Organen, Drüsen und Sinnesorganen gesammelt wird.

### **Fusionspraxis**

Die tantrischen Linien des tibetischen Buddhismus und die vedischen Yogatraditionen kennen und praktizie-



### **Der Weisheitslehrer Mantak Chia kommt im April nach Berlin**

ren seit Jahrhunderten vergleichbare Praktiken. Auch die Taoisten laden ihr Mandala – das Pakua – durch die Meditation tragende Tonierungen auf: Ein besonders tief berührender Teil der Fusionspraxis. Schwingungen, Vibrationen, Resonanzen und Töne spielen überhaupt eine große Rolle in den taoistischen Traditionen. Während der jahrtausendelangen Beschäftigung mit Philosophie und Psychologie erkannten die Taoisten die Notwendigkeit, die Grundgefühle der Menschen zu erforschen. Sie beobachteten, dass bestimmte Handlungen unerwünschte Emotionen anziehen, wenn man sie nicht begreift und bewältigt. Negative Emotionen können in nützliche Lebensenergie umgewandelt werden. Deshalb bedeutet das Abstoßen oder Unterdrücken unerwünschter, negativer Emotionen, dass man Lebenskraft abstößt oder unterdrückt. Statt dessen hält man es im taoistischen System für besser, ihre Erfahrung zu nutzen. Das heißt, man lässt sie hervortreten, ohne ihnen zu erlauben, verrückt zu spielen oder andere negative Emotionen auszulösen. Sie können die Kontrolle übernehmen, so dass Sie sie nicht nur in nutzbringende Lebenskraft, sondern auch in eine Form höheren Bewusstseins, Ihre spirituelle Energie, umwandeln können.

#### **Buchtipps:**

Mantak Chia: Tao Yoga der inneren Alchemie, Heyne Taschenbuch

**Mantak Chia:** 4-Tages Workshop Fusion I-II-III: 28.4.-1.5.07, WAMOS Zentrum, Hasenheide 9, 10967 Kreuzberg, Info Tel.: 7723200, [www.tao-berlin.de](http://www.tao-berlin.de)