



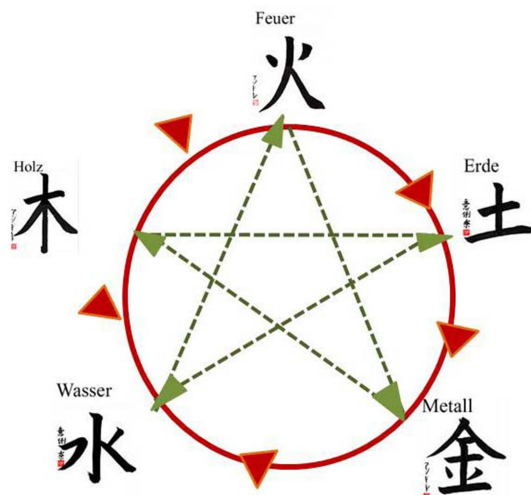
Die Fünf Wandlungsphasen

Kleiner Wochenendkurs

„Ernährung nach den Fünf Elementen: Let Food Be Thy Medicine“

27./28. Juli 2019 in Rossfeld

Die Fünf Wandlungsphasen sind ein Konzept aus der Traditionellen Chinesischen Medizin. Sie beschreiben die steten Veränderungszyklen in der Natur und die Grundenergien, die sich in jedem lebenden Wesen wieder finden. Zudem machen sie Blockaden und



Wechselwirkungen zwischen Grundenergien sichtbar. Ziel der TCM ist es, die natürliche Balance dieser Energien im Menschen wiederherzustellen. Evelin Rosenfeld führte die Fünf Wandlungsphasen in das professionelle Coaching ein: Als Spiegelung von Persönlichkeitsaspekten im ausgewogenen Menschen nutzt sie ihr u.a. von Michio Kuchi empfangenes Wissen zur Diagnose, Assoziation und Förderung im Transformationsprozess.

„LET FOOD BE THY MEDICINE“

... diese Aufforderung von George Ohsawa enthält bereits eine Kernnachricht der fernöstlichen Medizin. Hierzulande kennen wir auch den Spruch „Du bist was Du ißt“.

Nach 20 Jahren Forschung und Beobachtung zu dieser dritten Säule der Traditionellen Chinesischen Medizin kann ich bestätigen, dass einem Menschen anzusehen ist, wovon er sich ernährt und in welchem (nicht nur körperlichen) Zustand er sich (folglich) befindet.

Die Fünf-Elemente-Lehre ist die Basis der Chinesischen Medizin, indem sie den Wandlungsprozess der beiden komplementären Zustände Yin und Yang beschreibt. Jedes Phänomen, jeder Mensch durchläuft diese fünf energetischen Phasen fortwährend. Wenn Probleme auf körperlicher oder emotionaler Ebene erscheinen, ist dies ein Hinweis darauf, dass diese natürliche Wandlungs-Bewegung – und damit das natürliche Gleichgewicht - gestört ist. So besteht die fernöstliche Diagnose und Therapie nicht in der (lokalen) Beantwortung von Symptomen und universell definierten Krankheitsbildern.



ROSENFELD

Für die Natur des Menschen

Vielmehr geht es immer um die Erfassung des individuellen Gesamtzustands des Menschen. Es wird diagnostiziert, in welchem Verhältnis die fünf Aggregatzustände – Wind, Feuer, Erde, Metall und Wasser - zueinander stehen. Dazu werden die unterschiedlichen Erscheinungsformen der 5 Elemente beobachtet.

An diesem Wochenende gebe ich eine theoretische und praktische Einführung in diese Ernährungslehre.

Da wir auch gemeinsam kochen werden, ist der Kurs auf 6 TeilnehmerInnen begrenzt.

Ablauf:

***Samstag,

15h Einstiegstreffen: Hintergründe und Anwendungen der Fünf Elemente-Diagnostik // 5 Elemente in der Chinesischen Medizin // 5 Elemente in der Makrobiotik //

17h Erstellen eines ausgewogenen Menüs für Gesunde: Zutaten // Zubereitung // Komposition

19h Gemeinsames Kochen und Speisen

***Sonntag

10h Diagnostik: Mensch und Nahrung // Therapie mit 5 Elementernährung // klassische Heilmittel aus der Elementenküche

12h30 Gemeinsames Ausklingen mit Miso, braunem Reis und Bancha-Tee

Ort:

*** 96476 Rossfeld; Übernachtung auf Aditi (begrenzte Zimmerzahl) oder in der nahegelegenen Hirschkühle – beides muß eigenständig und gesondert gebucht werden

Preis:

*** 290€ + 1 Mitbringsel

Anmeldung:

*** Die verbindliche Anmeldung erfolgt per einfacher E-Mail an mail@evelinrosenfeld.de

Hintergrund

1992 begegnete ich durch eine "Zufall" Michio Kuchi in Massachuettas. In seinem "Ashram" erlebte ich nicht nur tiefe Weisheit und die Fähigkeit, als Gemeinschaft friedlich und autark zu leben, sondern ich bekam meine ersten Belehrungen zu den metaphysischen Zusammenhängen zwischen Spiritualität und Materie.

Michio hat weltweit tausende von Menschen erfolgreich behandelt - mittels Ernährung - und fungiert (so weit ich weiß: bis heute) als Berater der WHO.

Die Fünf Wandlungsphasen begleiten mich seitdem. Und wie die meisten von Euch wissen: Nicht nur in der Küche...



ROSENFELD
Für die Natur des Menschen

Mehr Informationen

Das Buch zum Coachingprogramm „Was Dir wirklich wichtig ist. Arbeitsbuch zum Personal Empowerment“ können Sie bei Amazon bestellen.

Videos zu Programm und Auszeit auf Youtube:

Film zum Prozess: http://www.youtube.com/watch?v=bw_Hfj-o7GE

Film zur Auszeit: <http://www.youtube.com/watch?v=RdFqk64Yq8s>

Film als Ausblick: Eine Andere Wirklichkeit:

<http://www.youtube.com/watch?v=scKYWEtr1vM>

Fühlen Sie sich herzlich eingeladen!

