

André Blank

SÄUREN UND BASEN

Die Lehre über das dynamische Gleichgewicht

Ein basisches Körper-Milieu ist entscheidend wichtig.

Copyright: © 2019: Vivoterra AG, André Blank
Texte, Grafiken und Zeichnungen: © Vivoterra AG,
André Blank, Webergutstrasse 4, 3052 Zollikofen, BE Switzerland
www.vivoterra.com

Vivoterra®

Copyright©, Registered Trade Mark®, Unregistered Trademark TM, Service Mark SM
Alle Namen und Logos inklusive Grafiken, Vivoterra®, Vivoterra® Publishing, Vivoterra® Academy, Vivoterra® Healthcare®, Vivoterra® Shop, InYologie®, InYology®, InYologia®, Vivopedia®, HerzLicht®.

Die Verlagstitel und Slogans:

- Die Schatzkammer des Wissens™
- Das Tor zum Universum™
- IdR™ Iss das Richtige
- ZGDB™ Zuerst gewinnen dann beginnen
- Balanced Health™
- Vivoterra Videos: HerzLicht willkommen bei Vivoterra – Hier und Jetzt™
- Vivoterra Videos: Alles Gute, bleibt im Frieden und bis zum nächsten – Hier und Jetzt™
- Vivoterra Kitchen: Guten Appetit und viel Freude beim Nachkochen™
- und alle anderen als eingetragene Marken gekennzeichnete Begriffe, Grafiken, Zeichnungen, Texte oder Zeichen sind Marken oder eingetragene Marken der Vivoterra® AG. Die Logos, Seitenkopfzeilen, Grafiken, Banner, Zeichnungen und Bezeichnungen von Services sind Marken oder Kennzeichen der Vivoterra® AG.

Verlag: Vivoterra AG, Bern

ISBN: 978-3-907212-04-2

1. Auflage, 2019

Das Werk, einschliesslich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung der Vivoterra® AG, des Autors André Blank unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die analoge und elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung, Einspeicherung in elektronischen Systemen, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Haftungsausschluss

Die hier dargestellten Vorgehensweisen und Fallberichte sollen Dir zur Information dienen und unterliegen komplett Deinem eigenen Urteilsvermögen. Sie ersetzen nicht die fachlich fundierte Diagnose, Beratung, oder Therapie beim ganzheitlich arbeitenden Arzt oder Heilpraktiker.

Der Autor hat sich bemüht, alle Aspekte der vorgestellten Themen verständlich und detailliert zu erläutern, sowie externe Informationen möglichst genau und vollständig wiederzugeben. Dennoch wird für eventuell fehlende, ungenaue oder fehlerhafte Inhalte oder Widersprüche keine Verantwortung oder Haftung übernommen, weder vom Autor noch vom Verlag.

Weder der Autor noch der Verlag haften für Schäden, welcher Art auch immer, die sich aus der Anwendung der in diesem Werk geschilderten Methoden ergeben. Insbesondere übernehmen wir keine Haftung für Verbesserungen oder Verschlechterungen Deines Gesundheitszustandes.

Kein Berater kann stellvertretend heilen. Er kann Dir nur einen Weg zeigen, wie Du Dich selber heilen kannst. Auf Grund der Dynamik im Internet können Seiten/Links, die im Buch erwähnt werden und die zum Zeitpunkt der Fertigstellung dieses Buches noch aktuell waren, inzwischen bereits verändert oder nicht mehr vorhanden sein. Alle Fallgeschichten in diesem Buch entstammen der Praxis des Autors. Sämtliche Namen und Daten von Patienten wurden zur Wahrung ihrer Privatsphäre geändert.

Widmung

Dieses Buch widme ich im Geiste der Liebe und der Dankbarkeit meiner Familie, meinen Meistern und Lehrern, besonders meinem Vater Erwin Blank, der auch mein Weg-Meister und Mentor ist. Ohne ihn hätte ich diesen Weg niemals finden und gehen können. Er hat mich massgeblich bei meinen Studien und Arbeiten zu diesem Buch unterstützt und unterstützt mich immer noch – zu jeder Zeit!

Dieses Buch ist dem Traum der vergangenen, gegenwärtigen und zukünftigen Menschheit gewidmet, jenem Traum von Gesundheit, Glück und Frieden.

Dieses Buch ist auch all jenen bekannten oder unbekanntem Menschen gewidmet, die in der Vergangenheit überall auf der Welt während ihres ganzen Lebens und für immer mit ihrem Wirken die Familie der Menschheit inspiriert haben. Dafür danke ich allen Menschen dieser Welt, die sich jahrelang dafür eingesetzt haben, die deshalb schwere Zeiten auf sich genommen haben, die den Mut nie verloren haben und nicht unterzukriegen waren.

Dieses Buch ist genauso unseren Vorfahren, allen bereits geborenen Kindern und Eltern sowie allen noch nicht inkarnierten Generationen gewidmet. Dieses Buch ist für all diejenigen, die ein „wachses“ Bewusstsein besitzen, geschrieben.

Für all diejenigen, die ihre freie Wahl treffen können, wann immer sie wollen, sich bisher aber noch nicht dazu entschieden haben.

Ich empfinde Dankbarkeit dafür, dass dieses Wissen allen Menschen Gesundheit, Freiheit, Vertrauen und Frieden schenkt.

„Wenn Du immer tust, was Du immer getan hast,
wirst Du immer bekommen, was Du immer bekommen hast.“

Paul Watzlawick

„Es zeugt nicht gerade von Gesundheit,
hervorragend an eine zutiefst kranke Gesellschaft angepasst zu sein.“

Jiddu Krishnamurti

„Zwei Wahrheiten können sich nicht widersprechen.“

George Ohsawa

„Der eine sieht nur Bäume - Probleme dicht an dicht.
Der andere Zwischenräume und das Licht.“

Unbekannt

„In jedem Menschen ist Sonne –
man muss sie nur zum Leuchten bringen.“

Sokrates

Inhalt

1 InYologie – die Lehre von Yin und Yang 17

| | |
|---|----|
| 1.1 InYologie – Grundlagen | 27 |
| 1.2 Dualismus und Monismus | 28 |
| 1.3 Yin- und Yang-Klassifizierung allgemeiner Zustände | 31 |
| 1.4 Die 5 Stufen der Wandlung (5-KI-Transformation) | 37 |
| 1.5 Das Gleichgewicht und die Gleichwertigkeit der 4 Elemente | 48 |
| 1.6 Die Gesetze der Polarität | 53 |
| 1.7 Transmutation | 63 |
| 1.8 Die universelle Energie KI | 70 |

2 Säuren und Basen.....75

| | |
|---|-----|
| 2.1 Entstehung von Säuren | 77 |
| 2.2 Entstehung von Basen | 80 |
| 2.3 Säure–Base und unser Blut | 84 |
| 2.4 Säure–Base und Kauen | 96 |
| 2.5 Ursachen chronischer Übersäuerung..... | 101 |
| 2.6 Wie Säuren und Basen in Nahrungsmitteln bestimmt werden | 105 |
| 2.7 Das Vier-Bereiche-Gleichgewicht | 107 |
| 2.8 K:Na-Werte in der Nahrung | 117 |
| 2.9 Säure–Base und Müdigkeit | 124 |
| 2.10 Säure–Base und die Mentalität | 126 |
| 2.11 Säuren–Base und Rauchen | 128 |

3 Mythen & Fakten..... 135

| | |
|------------------------------|-----|
| 3.1 Die Zitronensäure..... | 136 |
| 3.2 Sauer macht lustig | 144 |

4 Säure–Base im Körper..... 149

| | |
|--|-----|
| 4.1 Säure–Base und die Haut | 152 |
| 4.2 Säure–Base und der Darm | 154 |
| 4.3 Säure–Base und die Nieren | 156 |
| 4.4 Säure–Base und der Magen | 157 |
| 4.5 Säure–Base und die Knochen | 163 |
| 4.6 Säure–Base und die Atmung | 165 |
| 4.7 Säure–Base und die Schwangerschaft | 166 |
| 4.8 Säure–Base und Stress | 167 |
| 4.9 Säure–Base und Angst | 171 |
| 4.10 Symptome einer Übersäuerung | 175 |

5 Freie Radikale und Antioxidantien 177

| | |
|--------------------------|-----|
| 5.1 Freie Radikale | 178 |
| 5.2 Antioxidantien | 180 |

6 Die degenerative Entwicklung..... 187

| | |
|--|-----|
| 6.1 Veränderung beim Pro-Kopf-Verbrauch..... | 194 |
| 6.2 Food waste | 195 |
| 6.3 Veränderungen im Lebensstil | 197 |
| 6.4 Zerfall der Gesellschaft | 200 |
| 6.5 Was wir bekämpfen wird stärker..... | 204 |

7 Zellwucherung auch Krebs genannt..... 209

| | |
|---|-----|
| 7.1 Seelischer Krebs versus physischer Krebs | 211 |
| 7.2 Das Grundproblem von Krebs..... | 212 |
| 7.3 Pharma-Rhetorik entlarven | 214 |
| 7.4 Fake-News über Krebs | 222 |
| 7.5 Krebs – Die Ursache | 236 |
| 7.6 Der Mechanismus des Wachstums der Krebszellen | 242 |
| 7.7 Warum Zellwucherung immer Yin ist | 248 |
| 7.8 Die Lüge über die Tumorbildung | 250 |
| 7.9 Eine Pharma-Konzern-Diktatur | 254 |
| 7.10 Metastasierung | 256 |
| 7.11 Der Tumor ist nur das Symptom | 257 |
| 7.12 Kachexie | 264 |

| | |
|---|------------|
| 8 Krebs – die naturheilkundliche Antwort | 269 |
| 8.1 Keine Angst vor Tumoren | 272 |
| 8.2 Säure – Base und Krebs | 278 |
| 8.3 Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles | 283 |
| 8.4 Ganzheitlichkeit verstehen..... | 287 |
| 9 Physische und geistige Nahrung | 293 |
| 9.1 Nahrung für Körper, Seele und Geist tiefer verstehen..... | 303 |
| 9.2 Die sieben Stufen des Essens..... | 311 |
| 9.3 Der Mensch ist umgewandelte Nahrung..... | 314 |
| 9.4 Was ist die Zell-Atmung..... | 320 |
| 9.5 Minderwertige Nahrung macht essüchtig | 321 |
| 9.6 Der richtige Brennstoff..... | 324 |
| 10 Säurebildende Nahrung und Giftstoffe..... | 327 |
| 10.1 Tote Nahrung und totes Essen | 329 |
| 10.2 Zucker..... | 343 |
| 10.3 Süsstoffe..... | 361 |
| 10.4 Weismehlprodukte | 362 |
| 10.5 Milch und Milchprodukte..... | 366 |
| 10.6 Fleisch und Fleischerzeugnisse..... | 392 |
| 10.7 Nachtschattengewächse | 395 |
| 10.8 Koffein..... | 401 |
| 10.9 Salz..... | 404 |
| 10.10 Alkohol..... | 406 |
| 10.11 E-Stoffe und Zusatzstoffe..... | 408 |
| 10.12 Zum Nachdenken..... | 411 |
| 11 Pharmaka | 415 |
| 11.1 Impfstoffe..... | 416 |
| 11.2 Antibiotika | 419 |
| 11.3 Psychopharmaka | 421 |

12 Umweltgifte und Toxine..... 423

| | |
|-------------------------|-----|
| 12.1 Schwermetalle..... | 425 |
| 12.2 Fluoride..... | 431 |
| 12.3 Pestizide..... | 436 |
| 12.4 Radionuklide..... | 437 |
| 12.5 Uranmunition..... | 439 |
| 12.6 Gentechnik..... | 440 |

13 Welche Säuren und Basen gibt es? 443

| | |
|--|-----|
| 13.1 Milchsäure..... | 443 |
| 13.2 Zitronensäure..... | 444 |
| 13.3 Essigsäure..... | 444 |
| 13.4 Fruchtsäuren..... | 446 |
| 13.5 Durchschnittliche pH-Werte einiger gebräuchlicher Lösungen..... | 448 |

14 Die Weisheit des Körpers..... 449

| | |
|---|-----|
| 14.1 Homöostase..... | 451 |
| 14.2 Immunsystem..... | 460 |
| 14.3 Mitochondrien..... | 467 |
| 14.4 Geschwächte Organe tragen zur Immunschwäche bei..... | 475 |
| 14.5 Checkliste Immunsystem schwächen oder stärken..... | 477 |

15 In der Praxis..... 479

| | |
|---|-----|
| 15.1 PRAL-Wert..... | 480 |
| 15.2 Puffersubstanzen..... | 482 |
| 15.3 Nährstoffe..... | 486 |
| 15.4 Unterschied Säurebad versus Laugenbad..... | 490 |
| 15.5 Der Natron-Hype..... | 491 |
| 15.6 Wie funktioniert Heilung..... | 492 |
| 15.7 Was Heilung fördert..... | 494 |

| | |
|-----------------------------------|-----|
| 16 Schlusswort | 497 |
| 17 Die Bedeutung des Covers | 498 |
| 18 Über Vivoterra® | 499 |
| 19 Über André Blank..... | 500 |

Vorwort

Ungesunde Ernährung und Umweltverschmutzung schwächen uns, das ist auch von mir unbestritten.

Aber was wirklich zu Krankheit führt, sind Gedanken und Emotionen in den tiefen Frequenzen – die Nocebo-Haltung. Die Nocebo-Haltung macht unser Körper-Milieu sauer und greift unsere Schwachstellen an.

Der menschliche Körper ist basisch, aber Gedanken und Emotionen in tiefen Frequenzen – die Nocebo-Haltung – sind säurebildend. Wir brauchen basische Lebensmittel, um alle Prozesse, die unser Körper-Milieu sauer machen – wie Anstrengung, Verdauen, Lernen, Denken – zu neutralisieren.

Auch wenn wir diskutieren, wütend sind oder Angst, Trauer, Stress und Kummer fühlen – Gedanken und Emotionen in tiefen Frequenzen – die Nocebo-Haltung – und säurebildende Nahrungsmittel machen unser Körper-Milieu sauer, und deshalb werden wir krank. Gedanken und Emotionen in hohen Frequenzen – die Placebo-Haltung – und basenbildende Lebensmittel machen unser Körper-Milieu basisch, helfen uns nicht nur zu entgiften, sondern helfen uns auch dabei, uns emotional besser zu fühlen, und sie geben uns Energie und Vitalität und deshalb werden wir gesund.

Ein basisches Körper-Milieu ist entscheidend wichtig.

„Krebs“ oder „böartige“ Zellen – gibt es nicht nur im „physischen“ Körper. Wobei das so definiert nur Bezeichnungen sind.

Was im „physischen“ Körper allgemein „Zellen“ und „Organe“ genannt werden, nenne ich „Bereiche“.

Und „Bereiche“ gibt es nicht nur im „physischen“ Körper, sondern auch in der „Seele“ und im „Geist“.

So wie „Bösartiges“ – auch Krankheit(en) genannt – im „physischen“ Körper existiert, so existiert auch „böartige“ Energie in den seelischen und geistigen Bereichen. Wir müssen nur die passende Terminologie verwenden, um gross genug zu verstehen.

Keine „physische“ Krankheit entsteht in einem gesunden basischen „physischen“ Milieu.

Und genauso entsteht keine Krankheit in einen gesunden basischen „spirituellen“ Milieu – von mir Schwingungs-Bereiche genannt.

Die tiefen Schwingungs-Bereiche nenne ich „saure“ Energie, und die hohen Schwingungs-Bereiche nenne ich „basische“ Energie.

So wie wir 20 % säurebildende „physische“ Nahrung benötigen, um gesund zu sein, so benötigen wir auch 20 % „saure spirituelle“ Nahrung, um in unserer gewünschten seelischen Mitte zu sein. Damit wir zwischen Engel-Wesen und Dämonen-Wesen differenzieren können, müssen wir beide Energie-Formen kennen.

So wie wir bei den 5-KI-Transformationen alle 5 Energien in einer Balance von 20 % je Energie-Form benötigen, so benötigen wir auch für die Seele und den Geist diese Balance.

Wir müssen die Dämonen-Energie genauso kennen wie die Engel-Energie, damit wir richtig wählen können, in welcher Energie-Form wir leben wollen.

Darum sage ich: nur 20 % mit unserer Energie in den tiefen „sauren“ Schwingungsbereichen aufhalten und 80 % mit unserer Energie in den hohen „basischen“ Schwingungsbereichen aufhalten.

1 InYologie – die Lehre von Yin und Yang

In ist die japanische Bezeichnung für das chinesische **Yin**.

Yo ist die japanische Bezeichnung für das chinesische **Yang**.

InYologie ist die Lehre von Yin und Yang.

Es ist die Bezeichnung für das Einzige Prinzip oder die Ordnung im Universum.

Yin repräsentiert die Zentrifugalkraft, die Expansion. Yang repräsentiert die Zentripetalkraft, die Kontraktion. Wenn Du diesen Lehrsatz verstehst, kannst Du alles andere davon ableiten und die InYologie verstehen. Es ist zugleich einer der wichtigsten Lehrsätze in der InYologie.

Und wenn schon, dann gerne noch etwas tiefer: Yin repräsentiert die Zentrifugalkraft, die unendliche Expansion. Yang repräsentiert die Zentripetalkraft, die endliche Kontraktion. So tief hat das vor mir noch keiner erklärt. Jetzt ist auch klar ersichtlich, dass Yin die stärkere Kraft ist. Gleich zu Beginn eine Desillusionierung... Aber das lösen wir später wieder auf.

Bei allen Fragen solltest Du Dir immer diesen ersten Lehrsatz vor Augen führen, dann beantwortest Du richtig. Ein Beispiel: Ist eine kalte Dusche Yin für mich oder Yang? Frage Dich dabei immer, welche Wirkung hat etwas, welche Energie steht dahinter. Was passiert mit meinen Blutgefäßen, Muskulatur usw., wenn ich unter einer kalten Dusche stehe. Zusammenziehung, Kontraktion, also Yang. Das kalte Wasser Yin hat eine Yang-Wirkung. Aus Yin entsteht Yang. Aus Yang entsteht Yin. Noch detaillierter im Kapitel „Wasser mit dem Kompass der InYologie verstehen“ im Buch: InYologie – die detaillierte Lehre von Yin und Yang.

Lao-Tse lehrte:

„Bevor Himmel und Erde waren, gab es etwas Verschwommenes, still, einsam, alleine stehend, wandellos, im ewigen Kreislauf ohne Unterlass, fähig die Mutter aller Dinge zu sein.“

Es ist das grosse „Nichts“, aus dem Yin und Yang als (scheinbar) gegensätzliche, jedoch einander in dynamischem Wandel ergänzende Aspekte entstehen. Das gesamte Universum ist aus dem Wechselspiel dieser beiden Kräfte geschaffen und von ihm bedingt.

Es gibt kein Yin ohne Yang und kein Yang ohne Yin.

Alle Dinge und Erscheinungen tragen ihr Gegenteil in sich und bilden mit diesem eine Einheit.

Dem vereinigenden Prinzip der Ordnung des Universums zufolge (praktische Dialektik) können alle Dinge innerhalb dieses Alls wie auch das Universums selbst in mindestens zwei gegensätzliche und sich ergänzende Kategorien eingeteilt werden: Yin und Yang, zentrifugal und zentripetal, negativ und positiv, ausgedehnt und zusammengezogen.

Yin ist die Kraft, die einer Bewegung zugrunde liegt, und Yang ist die Kraft, in der sich diese Bewegung ausdrückt. Alles existiert in der Gegenwart. „Vergangenheit“ und „Zukunft“ existieren ebenso in der Gegenwart. „Vergangenheit“ und „Zukunft“ sind nur Bezeichnungen für verschiedene „Betrachtungs-Standpunkte“ der alles umfassenden Gegenwart.

Mit anderen Worten: unser gegenwärtiger physischer Zustand spiegelt unsere Ernährung der Vergangenheit – die wir nur im „Hier und Jetzt“, also der Gegenwart, sehen – und zeigt uns auch unsere zukünftige Gesundheit oder Krankheit – die wir auch nur im „Hier und Jetzt“ sehen.

Unser Körper, unser Gesicht wie auch unsere Hände stellen unsere ganze physische Vergangenheit und Zukunft dar. Wie wir wissen können, haben wir Einfluss auf unsere „Zukunft“ und auf unsere „Vergangenheit“ und können sie verändern. Auch diese Veränderungen können und müssen wir im „Hier und Jetzt“ vollziehen, wenn sie in der „Zukunft“ oder der „Vergangenheit“ wirksam sein sollen. Die Entwicklung oder Wandlung verläuft nicht linear in eine fixe Richtung.

In Bezug auf unsere Gesundheit verhält es sich genauso. Die „Vergangenheit“ existiert genauso nur in der Gegenwart wie die „Zukunft“ und hat sich als gegenwärtiger körperlicher Zustand manifestiert.

Deshalb spiegelt der momentane Zustand der Körperphysiognomie sehr gut die „Vergangenheit“ wider und natürlich auch die Richtung der „Zukunft“. Wenn wir jedoch die Richtung der „Zukunft“ erkennen, können wir diese genauso ändern wie auch die „Vergangenheit“, sofern wir es wollen. Und diese Veränderungen können wir immer nur im „Hier und Jetzt“, also der „Gegenwart“, ändern. Anders ist es gar nicht möglich. Die Ergebnisse jedoch wirken in der Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft gleichzeitig. Wir sind in jeder Zeitform nicht mehr wie vor der Änderung. Jeder kann in seinem Zustand gute wie schlechte Aspekte beobachten.

Wenn wir die Abläufe in der Natur beobachten, können wir bald feststellen, dass sie einem ständigen Rhythmus unterworfen sind. Die Nacht folgt dem Tag, und dem Tag folgt die Nacht, dem Winter folgt der Sommer und dem Sommer der Winter. Einer kalten und trüben Zeit folgt eine warme und sonnige.

Aus diesen Beobachtungen entwickelte sich in vielen alten Kulturen ein tiefes Verständnis für die natürliche Ordnung. Die Menschen erkannten verschiedene Gesetzmässigkeiten in den Bewegungen der Natur. Die Chinesen z.B. leiteten ein einfaches Prinzip zur Beschreibung entgegengesetzter Energietendenzen ab, das sie Yin und Yang nannten.

Dabei ist Yin die sich ausdehnende Zentrifugalkraft – und Yang die sich zusammengedrückte Zentripetalkraft. Warum ist Yang nicht die „zusammenziehende“, sondern „zusammengedrückte“ Energie? Der Grund liegt darin, dass es überhaupt keine Gravitationskraft gibt. Mehr dazu im Kapitel „Universelle Gravitation versus universelle Expansion“ im Buch: InYologie – die detaillierte Lehre von Yin und Yang. Aufpassen auch im Detail: Yang drückt genau genommen nichts zusammen. Das interpretieren wir nur so. Umgekehrt ist richtig: Die noch nicht existierende Yang-Energie wird durch die zentrifugale Yin-Energie zusammengedrückt. Yin-Energie drückt auf Yin-Energie und wird so zu Yang-Energie.

Für Anfänger, und um die Grundlagen zu verstehen, erkläre ich:

Yin repräsentiert die Zentrifugalkraft und die unendliche Expansion. Yang repräsentiert die Zentripetalkraft und die Zusammenziehung. Du siehst ja hier schon den Unterschied: Es gibt die unendliche Expansion. Es gibt aber keine unendliche Kontraktion. Die Kontraktion endet im Zentrum und löst sich von dort wieder auf

in Yin, während Yin keine „Aussengrenze“ kennt. Das Universum ist unendlich und somit ohne Ende. Das Universum ist ohne Anfang und ohne Ende.

Die Sonne, Hitze, ist nicht Yin... ist die Mehrheits-Interpretation. Ich ergänze für Dich, die Sonne, die Hitze, ist nicht Yin und dennoch in der Wirkung zentrifugal. Die Erklärung, warum in einem Yang-Klima die Erzeugnisse Yin sind, ist dem Naturgesetz folgend: Yin erzeugt Yang und Yang erzeugt Yin. Yin und Yang ergänzen sich mit ihrem Antagonismus zu einem Ganzen.

Die Mehrheits-Interpretation spricht von „anziehen“ und „abstossen“. Das will ich auch so belassen. Ich selber denke nicht in den Kategorien „anziehen“ und „abstossen“. Ich denke, es ist „ergänzen“.

Immer durch den sonst ja fehlenden Antagonismus zu einem Ganzen „ergänzen“.

Ob diese fehlende „Ergänzung“ nun „anziehen“ genannt wird und das „Zuviel“ ... ohne Antagonismus als „abstossen“ genannt wird, ist im Ergebnis das gleiche. Richtig ist dennoch, dass es immer ein „Ergänzen“ zu einem harmonischen Ganzen ist. Auch bei einem Magnet ist der eine Pol, Nord- oder Süd-Pol, völlig unwirksam, ohne seinen antagonistischen Gegen-Pol. Da können wir auch den Nord-Pol verdoppeln in seiner Kraft oder auch komplett entkräften, der Magnet bleibt völlig unwirksam.

Erst durch das „Ergänzen“ mit dem anderen Pol, seinem Antagonismus, ist es ein wirksamer Magnet.

Nicht durch „anziehen“ oder „abstossen“. „Abstossen“ ist nur ein anderes Wort für „entfernen“ oder „weg tun“.

Das ist die Aufrechterhaltung vom dynamischen Gleichgewicht. Das ist Harmonie. Diese Lehre wird einzig von Meister zu Schüler unterrichtet. Das sind Feinheiten, die in keinem anderen Buch zu finden sind und schon gar nicht erklärt werden.

„Ihr sollt das Heilige nicht den Hunden geben und eure Perlen sollt ihr nicht vor die Säue werfen, damit sie dieselben nicht zertreten mit ihren Füßen und sich wenden und euch zerreißen.“ So heisst es im Neuen Testament, Matthäus, Kapitel 7, Vers 6 („Bergpredigt“).

Beides ist nicht voneinander zu trennen, denn es sind Antagonismen (gegensätzliche Ergänzungen). Das Eine existiert nicht ohne das Andere.

Das „Nichts“ ist gleichzeitig „Alles“, nichts Identisches – weil alles sich ewig wandelt – und gleichzeitig nichts „Neues“ – weil alles immer schon IST.

In diesem Zusammenhang ist es wichtig zu wissen, dass man die Einteilung der InYologie nach physischen und nach metaphysischen Gesichtspunkten analysieren kann.

Physik: Wissenschaft, die sich mit der Erforschung aller experimentell und fassbaren sowie mathematisch beschreibbaren Erscheinungen und Vorgängen (physikalische Phänomene) in der Natur befasst, und die insbesondere die Erscheinungs- und Zustandsformen der Materie, ihre Struktur und Bewegung (Veränderung) sowie die dies hervorrufenden Kräfte und Wechselwirkungen erforscht.

Metaphysik: philosophische Disziplin oder Lehre, die das hinter der sinnlich erfahrbaren, natürlichen Welt liegende, die letzten Gründe und Zusammenhänge des Seins behandelt. Der Dialektik entgegengesetzte Denkweise, die die Erscheinungen als isoliert und als unveränderlich betrachtet.

Ein Beispiel: Vom physikalischen Standpunkt betrachtet, kann der Himmel als das grösste Yin angesehen werden (der unendliche Raum, die Expansion, die grösste Leere), vom metaphysischen Standpunkt betrachtet kann der Himmel als das grösste Yang angesehen werden (die grösste Kraft, welche durch das erschaffende Yin erzeugte Yang alle Erscheinungen indirekt erschafft).

Auf physikalischer Ebene können Organe, die hohl sind, als Yin klassifiziert werden, auf der metaphysischen, funktionalen Ebene sind dieselben Hohlorgane von der Yang-Energie erschaffen.

Die Metaphysiker wie Konfuzius drehten diese Klassifikation ausgehend vom Grundsatz um. Für mehr Klarheit und ein besseres Verständnis im Westen hat Nyoi-ti Sakurazawa (George Ohsawa) die Dialektik auf der physischen Ebene behalten, welche viel besser unserer wissenschaftlichen, modernen Welt entspricht.

Je nachdem, wo und wie nun ein Neuling Zugang zu der Lehre von Yin und Yang gefunden hat (via Makrobiotik, Shiatsu, Akupunktur...), wird er sich also mit der Tatsache auseinandersetzen müssen, dass er verschiedenen, gegensätzlichen Einteilungen begegnen wird.

Es gibt leider nicht wenige sogenannte „Meister“, welche nur wegen des Geldes oder ihres persönlichen Egos unterrichten (nach unten richten), aber die Lehre nicht wirklich verstehen und bis heute nicht in der Lage sind, diese Unterscheidungen in ihrer wirklichen Form weiter zu geben. Diese behaupten unbeirrt und selbstgerecht, ihre Sicht der Dinge sei die einzig richtige, und Schüler, welche sich schon mit der anderen Einteilung befasst haben, zurechtweisen.

Wie Jesus schon lehrte: Wenn Blinde von Blinden geführt werden, fallen beide in den Abgrund.

Beispiele der Einteilung in Yin und Yang:

Tabelle 1: Beispiele der Einteilung in Yin und Yang

| | Physikalisch | | Metaphysisch / Funktional | |
|--------------------|------------------------|------------------------|---------------------------|------------------------|
| Himmel | Yin (leerer Raum) | | | Yang (aktive Kraft) |
| Erde | | Yang (materiell) | Yin (empfangend) | |
| Zentrifugal | Yin (ausdehnend) | | Yin (entspannend) | |
| Zentripetal | | Yang (kompakt) | | Yang (aktive Kraft) |
| Peripherie | Yin (ausdehnend) | | | Yang (aktive Kraft) |
| Zentral | | Yang (kompakt) | Yin (passive Kraft) | |
| Weiblich | Yin (empfangend) | | Yin (passive Kraft) | |
| Männlich | | Yang (aktive Kraft) | | Yang (gebend) |
| Kälte | Yin (passive Kraft) | | Yin (passive Kraft) | |
| Wärme | | Yang (aktive Kraft) | | Yang (aktive Kraft) |
| Dunkel | Yin (passive Kraft) | | Yin (passive Kraft) | |
| Hell | | Yang (aktive Kraft) | | Yang (aktive Kraft) |
| Blase | Yin (hohl) | | | Yang (aktive Kraft) |
| Niere | | Yang (kompakt) | Yin (passive Kraft) | |
| Gallenblase | Yin (hohl) | | | Yang (aktive Kraft) |
| Leber | | Yang (kompakt) | Yin (passive Kraft) | |

Wenn jemand durch das Verstehen dieses Einziges Prinzips, der Ordnung des Universums, zur Klarheit gekommen ist, dann gibt es keine Fragen mehr und kein Leiden mehr. Er kann dann das Wesen und das Prinzip aller Dinge verstehen. Aber um das in der Praxis zu prüfen und selber zu erfahren und nicht nur von der Theorie her zu kennen, dazu muss man die Ordnung des Universums studieren und im Alltag in allen Dingen erkennen lernen. Das ist Praxis. Das Einzige Prinzip (oder Naturgesetz) wird dann zum Kompass, der niemals den falschen Weg anzeigt. Man kann den Kompass zwar immer noch falsch interpretieren, das liegt dann aber nicht am Kompass, sondern am verschleierten Urteilsvermögen der Person. (Wenn jemand nicht tanzen gelernt hat, gibt er der Unebenheit des Bodens die Schuld.)

Um diesen Kompass „lesen“ zu können, müssen wir uns in einen Zustand bringen, der es uns erlaubt, dass sich ein klarer Geist in uns manifestieren kann. Dies erreicht man am besten durch das Praktizieren der viele tausend Jahre alten Lehre des Zendo und durch gesunde, naturbelassene Nahrung gemäss der universellen Ordnung, sodass unser Bewusstsein klar werden kann.

Alles im Universum ist dem ewigen Wandel unterworfen, und dieser Wandel vollzieht sich nach der unendlichen Ordnung des Universums.

Diese Ordnung des Universums wurde zu verschiedenen Zeiten und an verschiedenen Orten im Verlauf der Menschheitsgeschichte entdeckt, verstanden und ausgedrückt und bildete die universale und gemeinsame Basis aller grossen, religiösen, spirituellen, philosophischen, wissenschaftlichen, medizinischen und gesellschaftlichen Traditionen. Die Gestaltung des täglichen Lebens nach dieser universalen und ewigen Ordnung wurden von Fu-Hi, dem Gelben Kaiser, Lao-Tse, Konfuzius, Buddha, Nagarjuna und anderen grossen Lehrern des Fernen Ostens in alter Zeit gelehrt und wurde im Verlauf der letzten 20 Jahrhunderte an verschiedenen Orten wiederentdeckt, angewandt und gelehrt.

Aus der Beobachtung unserer täglichen Gedanken und Tätigkeiten können wir sehen, dass alles in Bewegung ist oder mit anderen Worten ausgedrückt, dass alles sich verändert.

In dieser unendlichen Bewegung ist jedoch eine Ordnung, ein Muster erkennbar. Gegensätze ziehen sich an, um eine Harmonie herzustellen, und Ähnliches stößt sich gegenseitig ab, um Disharmonie zu vermeiden. Eine Tendenz verwandelt sich zum Gegenteil, um dann wieder zum vorherigen Zustand zurückzukehren.

Denn nur „Ungleiches zieht sich an“ und „Gleiches stößt sich ab“. Das ist ein Naturgesetz. Denn nur Antagonismen sind reine Ergänzungen hin zum „Ganzen“. Gleiches ist keine Ergänzung. Aber Ungleiches – das gegensätzliche Ergänzende – ist eine Ergänzung zum Ganzen.

In Resonanz mit einem Bereich gehen bedeutet nicht, diesen Bereich „anziehen“, sondern im gleichen Frequenz-Bereich (in Resonanz-Frequenz) „schwingen“. Die Lebensweisheit „Gleich und Gleich gesellt sich gern“ stimmt. Aber eben nur für kurze Zeit. Aber „Gleich und Gleich“ ziehen sich nicht an, sie verstehen sich nur gut. Sie könnten aber keine harmonische Dauer-Beziehung leben.

In einer Dauer-Beziehung würde das dauernd Machtkämpfe der Abstossung verursachen, weil der „anziehende“ Gegenpol, der Antagonismus, fehlt.

Unsere Energie fließt immer dahin, wohin wir unsere Aufmerksamkeit lenken. Das ist ein Naturgesetz. Dorthin, wo wir unsere Aufmerksamkeit lenken, also unsere Energie investieren, dieser Bereich wächst und wird stärker. In diesen Bereichen schwingen wir in Resonanz.

Wenn wir die Geschichte des Universums betrachten und über unseren eigenen „Ursprung“ nachdenken, dann begreifen wir, dass wir Menschen aus dem „Meer aller Möglichkeiten“ oder aus Gott hervorgegangen sind.

Dieser oft genannte „Endpunkt der Evolution“ – die Menschen seien das „End-Ergebnis“ in der Evolution – ist nur aus der Sicht der noch wenig erleuchteten Menschen ein „Endpunkt“. In Wirklichkeit gibt es nur das „Hier und Jetzt“. Und im „Hier und Jetzt“ gibt es keinen Anfang und auch kein Ende. Unsere Entwicklung als menschliches Wesen kennt kein Ende ...

Die Bewegung der Energie oder Schwingung entspringt letztendlich aus zwei polaren Tendenzen, aus Yin und Yang, jenen komplementären Gegensätzen. Wie wir gesehen haben, sind diese wiederum die primären Manifestationen der einen Unendlichkeit oder des höchsten Ursprungs aller Phänomene. Einfach ausgedrückt können wir sagen, dass die Eine Unendlichkeit sich als Yin und Yang differenziert, welche einen einwärts gerichteten Spiralen-Prozess der physischen und materiellen Manifestation ausdrückt. Unsere Erden-Evolution enthält dauernd sieben unterschiedliche „Welten“. Die Welt der Energie, der Schwingung, der subatomaren Partikel, der Elemente, des Pflanzenreiches und des Tierreiches, die der Menschen. Siehe dazu unbedingt das Kapitel „Evolutions-Theorie versus Schöpfungs-Lehre“ im Buch: InYologie – die detaillierte Lehre von Yin und Yang.

Nach der Menschwerdung, Inkarnation in einen physischen Körper auf dieser Erde, gehen wir unseren Lebens-Weg weiter durch einen auswärts gerichteten Spiralen-Prozess der Auflösung, Verfeinerung und der Spiritualisierung.

„Wer Yin und Yang begriffen hat, der hat die ganze Medizin begriffen“. So heisst es im chinesischen Klassiker der inneren Medizin im Nèijīng. Das Huángdì Nèijīng ist eines der ältesten Standardwerke der chinesischen Medizin. Es wurde von der UNESCO in die Liste des Weltdokumentenerbes aufgenommen.

Wer Yin und Yang komplett versteht, der versteht die ganze Naturordnung.

Zwei Wahrheiten können sich nicht widersprechen.

Yin und Yang sind die zwei Wahrheiten, die sich nicht widersprechen können. Zentrifugalkraft und Zentripetalkraft. Kalt und Warm. Ausdehnung und Zusammenziehung. Anfang und Ende. Unendlich viele Möglichkeiten, welche schon immer da waren, sind und immer sein werden.

1.1 InYologie – Grundlagen

Das Yin–Yang-Symbol (chinesisch 陰陽 / 阴阳, Pinyin yīn yáng/Pinyin Tàijí Tú, wörtlich „Symbol des sehr grossen Äussersten/Höchsten“) ist ein im chinesischen Daoismus und auch Neukonfuzianismus verwendetes Zeichen (chinesisch tu, Symbol oder Diagramm) für das als Ursprung der Welt aufgefasste Taiji („sehr grosse Äusserste“).



(Yin–Yang-Symbol von Vivoterra®)

Das Zeichen 太 (tài) bedeutet sehr gross, das Zeichen 極/极 (jí) ursprünglich den Gipfel eines Berges, auch den Firstbalken eines Satteldaches; als Adjektiv/Adverb heisst es (der/die/das) äusserst(e). Daraus entwickelte sich die Bedeutung des Hauptpunktes, der Achse, des Zentrums. Im alten Chinesisch wird auch der Polarstern – gleichsam als Angelpunkt des Himmels – als Tàijí bezeichnet.

In der daoistischen Tradition bezeichnet das Tàijí vor allem die Einheit der komplementären Polaritäten (sich ergänzenden Gegensätze) Yin und Yang. Yin (chinesisch 陰/阴) bezeichnete ursprünglich die im Schatten (龕) liegende Seite eines Hügels (阜/Radikal 阝), Yang (chinesisch 陽/阳) die der Sonne (日) zugewandte, helle (易) Seite, was sich in den traditionellen Schriftzeichen zeigt. Yin und Yang vereinigen sich am Gipfel (chinesisch 極/极), eben am Tàijí. Damit drückt das Tàijí aus, dass alle Dinge in der Welt der Erscheinungen letztendlich in Harmonie stehen und dass auch scheinbare Gegensätze (z. B. Licht und Schatten) aus demselben Urgrund hervorgehen. Nach daoistischer Lehre ist das Tàijí aus dem Wújí (chinesisch 無極/无极), dem Nicht-Sein, der Leere, entstanden. Aus dem Tàijí hingegen geht die gesamte Welt der Erscheinungen hervor (Wàn Wù (chinesisch 萬物/万物), „die Zehntausend (alle Dinge)“). Tàijí ist damit die Kraft, die die beiden Pole hervorbringt.

1.2 Dualismus und Monismus

Vom Dualismus zum dynamischen Monismus:

- **Dualismus:** Jede Krankheit hat **entweder** eine Yin-Ursache oder eine Yang-Ursache!
- **Monismus:** Jede Krankheit hat immer eine Yin-Ursache **und** eine Yang-Ursache!
- **Dynamischer Monismus:** Jedes Krankheits-Symptom kann **sowohl** eine (oder mehrere) Yin-Ursache(n) **als auch** eine (oder mehrere) Yang-Ursache(n) haben.

Beispiel:

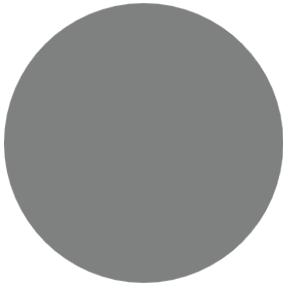
- Yin-Symptome können durch Yin verursacht sein (durch Zufuhr von Yin).
- Yin-Symptome können durch zu viel Yang verursacht sein (Yang im Extrem wandelt sich in Yin).
- Yin-Symptome können durch zu wenig Yang verursacht sein (die Yang-Kraft fehlt).
- Yang-Symptome können durch Yang verursacht sein (durch Zufuhr von Yang).
- Yang-Symptome können durch zu viel Yin verursacht sein (Yin im Extrem wandelt sich in Yang).
- Yang-Symptome können durch zu wenig Yin verursacht sein (die Yin-Kraft fehlt).

Schlussfolgerung:

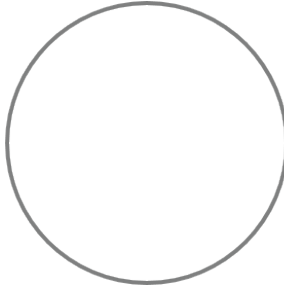
Man kann also durch beide (antagonistischen) Faktoren (Yin und Yang) das gleiche Resultat erzielen.

Man kann z.B. die Hand verbrennen durch extreme Kälte und durch extreme Hitze. Oft erreicht man das gewünschte Ergebnis nicht auf direktem Weg, sondern oft sogar besser über sein Gegenteil.

Unterschied zwischen Dualismus und dynamischem Monismus:



Vorder- und Rückseite getrennt



Vorder- und Rückseite als Ganzes

Abbildung 1: Dualismus versus Monismus

Alle Matrix-Ausgebildeten, egal bis auf welcher Experten-Stufe, hören nur Phonographen zu und haben nur gelernt, horizontal zu sehen. Daraus entsteht der Dualismus. Dualität enthält auch bei den Phonographen-Meistern beide Seiten, aber nie gleichzeitig. Alle, die sich aus dem Matrix-Gefängnis befreien konnten, hören den echten Weg-Meistern zu und lernen durch deren Lehre vom Natur-Wissen auch vertikal zu sehen. Daraus entsteht der dynamische Monismus. Im dynamischen Monismus sind – wie beim Dualismus auch – beide Seiten enthalten. Aber eben nicht Entweder-oder, sondern gleichzeitig Sowohl-als-auch. Nicht die Dualität ist somit falsch, sondern die Interpretation von Dualität ist falsch. Ein physisches Gleichnis: Aus der Sicht der – vertikalen – Vogelperspektive sehen wir eine zusätzliche Ergänzung zu der – horizontalen – Sicht in der Ebene.

Das Problem ist die angewandte Terminologie.

Darum frage ich oft in einer Diskussion, bevor ich antworte: Was verstehst Du unter diesem Begriff?

Zuerst die Terminologie klären, und viele Missverständnisse entstehen gar nicht erst.

Richtig verstandene Dualität ist kein Widerspruch zum dynamischen Monismus. Es ist nur eine andere Bezeichnung für das Gleiche. Nicht der Dualismus ist falsch, sondern die Interpretation von Dualismus.

Zwei Gehirnhälften, rechte ...

Richtig verstanden jedoch ist Dualismus nur eine bipolare Sicht der Dinge und schliesst dadurch nicht automatisch die Hälfte aus, sondern weist auf die andere Hälfte hin, ohne sie dadurch auszuschliessen.

Was jedoch den Dualismus vom dynamischen Monismus unterscheidet: Der Dualismus ist wie der Monismus statisch, während der dynamische Monismus dynamisch ist.

1.3 Yin- und Yang-Klassifizierung allgemeiner Zustände

Mit den Begriffen Yin und Yang werden weder Phänomene bezeichnet, noch werden sie im Sinne von Fürwörtern gebraucht. Sie zeigen relative Tendenzen an, welche in einer dynamischen Weise miteinander verglichen werden und sind daher im umfassenden Sinne zu verstehen.

Im täglichen Leben auf diesem Planeten erleben wir sie in folgender Weise: Yin repräsentiert die Zentrifugalkraft, die Expansion, die Ausdehnung, und Yang repräsentiert die Zentripetalkraft, die Kontraktion, die Zusammenziehung. Yin mehr aussen und Yang mehr innen. Die Richtung von Yin ist vertikal, während die Richtung von Yang horizontal ist. Was Farben betrifft, ist Yin eher purpur, blau und grün, während Yang eher gelb, braun, orange und rot ist. Nach der Temperatur ist Yin kälter und Yang heisser. Was das Gewicht anbelangt, ist Yin leichter und Yang schwerer.

Hinsichtlich des natürlichen Einflusses enthält Wasser mehr Yin-Energie, während Feuer mehr Yang-Energie enthält. Bei der Atomstruktur sind Elektronen und andere periphere Teilchen mehr dem Yin zuzuordnen, während die Protonen und die Kernteile mehr dem Yang entsprechen. Bei den Elementen sind Sauerstoff, Stickstoff, Kalium, Phosphor und andere mehr dem Yin zugeordnet und Wasserstoff, Kohlenstoff, Natrium, Arsen und andere eher Yang. Im Bereich des physischen Lichtes ist Yin dunkler und Yang heller. Das spirituelle Licht jedoch ist Yin und hell. Hinsichtlich des physischen Aufbaus befindet sich Yin stärker an der Oberfläche und der Peripherie, während Yang eher im Innern und im Zentrum angesiedelt ist.

Was Schwingungen betrifft, sind kürzere Wellen und höhere Frequenzen relativ Yin, während längere Wellen und niedrigere Frequenzen relativ Yang sind.

Yin und Yang – Allgemeine Klassifizierung

Tabelle 2: Yin und Yang – Allgemeine Klassifizierung

| Klassifizierung | Yin/In | Yang/Yo |
|----------------------|---|---|
| Eigenschaft | zentrifugale Kraft | zentripetale Kraft |
| Tendenz | Ausdehnung | Zusammenziehung |
| | Diffusion | Fusion |
| | Dispersion | Assimilation |
| | trennen, auflösen | sammeln, zusammenfügen |
| Physische Bewegung | mehr aktiv und schneller | mehr inaktiv und langsamer |
| Schwingungs-Bewegung | kürzere Wellen und höhere Frequenz, schneller | längere Wellen und niedrigere Frequenz, langsamer |
| Richtung | aufsteigend und vertikal | absteigend und horizontal |
| Lage | mehr aussen und peripher | mehr innen und zentral |
| Gewicht | leichter | schwerer |
| Temperatur | Kälte (ultraviolett) | Hitze (infrarot) |
| Licht physikalisch | dunkler | heller |
| Licht spirituell | hell | dunkel |
| Wassergehalt | feuchter | trockener |
| Spez. Dichte | dünnere, aufgelöster | dicker, konzentrierter |
| Grösse | grösser | kleiner |
| Gestalt | mehr expansiv, zerbrechlicher | mehr kontraktile und härter, stabiler |
| Form | länger | kürzer |
| Beschaffenheit | weicher | härter |
| Atomteilchen | Elektron | Proton, Neutron |
| Elemente | N, O, P, Ca, K u.a. | H, C, Na, Mg u.a. |
| Umwelt, Mitwelt | Luft, Wasser | Feuer, Erde |

| | | |
|---------------------------|--|--|
| Klimatische Wirkungen | tropisches Klima | kälteres Klima |
| Biologische Eigenschaften | mehr pflanzliche (mehr Kalium und Magnesium) | mehr tierische (Natrium und Kalzium) |
| Geschlecht | weiblich | männlich |
| Organstruktur | mehr hohl und ausgedehnt | kompakter und dichter |
| Nerven | mehr peripher und Parasympathikus | mehr zentral und Sympathikus |
| Haltung, Emotion | eher sanft, negativ, defensiv | eher aktiv, positiv, aggressiv |
| Arbeit | eher psychologisch und geistig | eher physiologisch und gesellschaftlich |
| Bewusstsein | mehr universal | mehr lokal |
| Geistige Orientierung | mehr nach aussen beschäftigt | mehr nach innen beschäftigt |
| Kultur | mehr spirituell orientiert | mehr materiell orientiert |
| Dimension | Raum | Zeit |
| Nahrungsmittel | hoher K:Na-Wert und grosse K:Na-Differenz | niedriger K:Na-Wert und kleine K:Na-Differenz |
| Geschmack | scharf | bitter |
| PH-Tendenz | Oxydation (sauerstoffreich), sauer-teilen | Reduktion (sauerstoffarm), alkalisch-verbinden |
| Chemie | Chlorophyll | Hämoglobin |
| Farben | violett, blau, grün | gelb, orange, rot |
| Formen | konvex | konkav |
| Bewegung, Tendenz | aufstehen | fallen |

Geistig und spirituell orientierte Arbeit ist mehr Yin, während physische Arbeit mehr Yang ist. Von der Haltung im Leben her ist Yin eher sanft (Yin ist auch schenkend), während Yang mehr aggressiv (Yang ist auch besitzend) gerichtet ist. In der biologischen Welt ist das Pflanzenreich mehr Yin, während das Tierreich stärker zum Yang neigt. Nach botanischen Merkmalen kommt Yin in Ästen, Blättern und Blüten zum Ausdruck sowie in höher gewachsenen, saftigeren Pflanzen von mehr

tropischem Ursprung, während Yang sich als Wurzeln und Stängel manifestiert sowie als Pflanzen, die eher trocken und von kurzem Wuchs sind und mehr den nördlicheren, kälteren Regionen entstammen.

Yin manifestiert sich stärker im weiblichen Geschlecht, während Yang mehr im männlichen Geschlecht zum Ausdruck kommt – das gilt leider nur noch für „traditionell“ lebende Menschen und nicht mehr für „modern“ Lebende. Wobei der Gender-Ideologie-Wahnsinn der Naturordnung komplett widerspricht. Wenn wir die Körperstrukturen betrachten, sind weichere und grössere Organe wie der Magen, der Darm und die Blase mehr Yin-Organen, während kompaktere Organe wie die Leber, Milz und die Nieren mehr Yang-Organen sind.

Beim Nervensystem sind die peripheren Nerven und der Parasympathikus mehr Yin, die zentralen Nerven und der Sympathikus hingegen mehr Yang. Bei den Geschmacksempfindungen sind würzig, sauer und ausgeprägte Süsse mehr Yin, salzig, bitter und schwach süss mehr Yang. Was den Einfluss der Jahreszeiten anbelangt, erzeugt der heisse Yang-Sommer ausdehnende Yin-Zustände, während der kalte Yin-Winter zusammenziehende Yang-Zustände erzeugt.

Jedes Phänomen in der Natur, ob im Teil oder im Ganzen, kann als eher Yin oder Yang beobachtet und erfahren, verglichen und verstanden werden, im Sinne jener beiden gegensätzlichen und sich ergänzenden Kräfte, die sich ständig harmonisieren. Die Anteile von Yin und Yang sind stets im Fluss, wobei Yin und Yang sich dauernd in ihr Gegenteil verwandeln. Energie zieht sich zusammen, nimmt ab, verhärtet sich, und die Kontraktion des Yang wird grösser. Im Inneren nimmt die Bewegung zu und erzeugt Hitze. Die Erzeugung von Hitze hat Ausdehnung zur Folge. Diese Energie nimmt zu, wird grösser, weicher und schneller – mehr Yin. Mit einsetzender Abkühlung kommt es zur Zusammenziehung, und der Kreislauf beginnt von neuem. So kehren sich alle Dinge schliesslich in ihr Gegenteil um. Die Ersten werden die Letzten sein, und die Letzten werden die Ersten sein.

Der heisse Sommer wird zum kalten Winter, der junge Mensch wird schliesslich alt. Auf jede Tätigkeit folgt die Ruhe. Durch die „Pol-Sprünge“ werden Berge und Täler, welche vorher unter Wasser sind, nach oben zu Land und Bergen werden. Der Tag geht in die Nacht über, aus Hass wird Liebe, die Reichen und Mächtigen verfallen, während die Armen und Bescheidenen gedeihen werden. Zivilisationen entstehen

und vergehen, Arten kommen und gehen, auf Leben folgt der Tod, und neues Leben wird wiedergeboren. Ist der Anfang Yang, wird das Ende Yin sein und umgekehrt.

Stimmen diese Regeln immer? Gelten diese Regeln nur in der „physischen Welt?“ Die Naturgesetze in der spirituellen Welt sind nicht identisch mit den Naturgesetzen in der „physischen Welt“. Siehe dazu das Kapitel „Die Naturordnung oder die Gesetze im Universum“ im Buch: InYologie – die detaillierte Lehre von Yin und Yang.

Wichtig dabei ist zu wissen, dass es Anfang und Ende nur in den physischen Welten gibt. In der physischen Welt hat alles, was einen Anfang hat, auch ein Ende. In der spirituellen Welt – dem sogenannten 7. Himmel – gibt es keinen Anfang und kein Ende. In der physischen Welt gibt es Anfang und Ende. Die physischen Welten sind – wie die spirituelle Welt – der ewigen Wandlung unterworfen. Die spirituelle Welt ist – im Gegensatz zu den physischen Welten – EWIG und UNENDLICH.

Yin und Yang sind aus der Ewigkeit, oder aus Gott, hervorgegangen und sind die immerwährenden Kräfte oder Tendenzen, denen alle sichtbaren oder unsichtbaren, individuellen oder kollektiven, zukünftigen oder vergangenen Phänomene unterstehen, sowohl als Teile wie auch im Ganzen.

Die Prinzipien und Gesetze des Wandels zu kennen heisst, den Baum des Lebens zu erreichen, vom Wasser aus dem Fluss des Lebens zu trinken und im Einklang mit der Gerechtigkeit des Himmelreiches zu leben.

Durch die Kenntnis dieser Prinzipien und Gesetze verschmelzen alle spirituellen und religiösen Vorstellungen, alle wissenschaftlichen und philosophischen Gedanken und alle individuellen und gesellschaftlichen Anstrengungen zu einer Einheit und können als komplementärer Aspekt einer grösseren Ganzheit verstanden werden. Durch die verschiedenen Zeitalter hindurch sind diese Prinzipien und Gesetze in unterschiedlicher Weise beschrieben worden und waren in verschiedenen Formen und unter verschiedenen Namen bekannt.

Das Verständnis dieser Gesetze und dieses Verständnis in der Praxis auch zu leben ist die grösste Leistung der Menschheit. Die Gesetze des Wandels und der Harmonie sind das natürliche Geburtsrecht aller Menschen. Gesunde Menschen denken und handeln intuitiv im Sinne von Yin und Yang als Antagonismen.

Diese Kräfte und Tendenzen sind ein Kompass, mit dessen Hilfe wir alle Träume verwirklichen können. Mit der Kenntnis jener Kräfte können wir Krankheit in Gesundheit, Krieg in Frieden, Konflikte in Harmonie, Elend in Glück und Chaos in Ordnung verwandeln. Sie stellen die unbesiegbare, ewige Zusammensetzung des unendlichen Universums dar wie auch alle Phänomene, die darin enthalten sind, unser Leben und Schicksal eingeschlossen, und alle Welten – der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

1.4 Die 5 Stufen der Wandlung (5-KI-Transformation)

Die Gesetze von Yin und Yang sind unser grundlegender Kompass zum Verständnis von Bewegungen, Veränderungen und Beziehungen. Der Vorgang der Wandlung lässt sich jedoch noch verfeinerter darstellen als die fünf Wandlungszustände (siehe Abbildung 2.) Die Energie KI oder die Schwingung, die zwischen den beiden Polen der sich nach aussen und oben bewegenden Zentrifugal-Kraft (Yin) und der sich nach innen und unten bewegenden Zentripetal-Kraft (Yang) erzeugt wird, lässt sich in fünf Grundarten einteilen:

1. **Nach oben und aussen gerichtete Energie:** eine leichte, nach oben und aussen gerichtete Bewegung, die allmählich aktiv wird.
2. **Aktive Energie:** Die Ausdehnung erreicht einen Höhepunkt, es entsteht Plasma, Aktivität nach allen Richtungen.
3. **Nach unten und innen gerichtete Energie:** An dem äussersten Punkt wird Yin zu Yang, und die kontraktive Hälfte des Zyklus beginnt. Einsetzen der Verfestigungs- oder Kondensationsprozesse.
4. **Sammelnde Energie:** Die kontraktiven Prozesse erreichen ihren kompaktesten, am meisten verdichteten Zustand. Dieser Prozess kann als Prozess des Sammelns bezeichnet werden.
5. **Schwebende Energie:** Auf dieser Stufe wird Yang wieder zu Yin. Die Verfestigung löst sich auf, und die Ausdehnungsprozesse setzen wieder ein.

Die Theorie der Fünf Elemente hat ihre Wurzeln in der chinesischen Sicht des Universums. Dabei werden alle Dinge dieser Welt den fünf Grundelementen zugeordnet (Feuer, Metall, Erde, Holz und Wasser), die den Ablauf der Naturerscheinungen regeln. Die Fünf Elemente sind eine weiterführende Differenzierung von Yin und Yang und ein System, mit dem man Zusammenhänge und Wirkungsweisen erklären und verstehen kann.

Noch heute stützen sich die chinesischen Wissenschaften, besonders in der Medizin, auf dieses Naturgesetz. Man geht davon aus, dass alle der 5 Elemente miteinander im Einklang stehen müssen, um einen optimalen Energiefluss zu garantieren, da sie sich gegenseitig kontrollieren, nähren oder sogar zerstören können. Wir finden jedes der einzelnen Elemente täglich in unserer Umwelt in Formen, Farben, Geschmack, Nahrungsmitteln, Eigenschaften, Materialien in Yin- sowie auch Yang-Qualität. Auch die körpereigenen Organe sind den einzelnen Elementen zugeordnet.

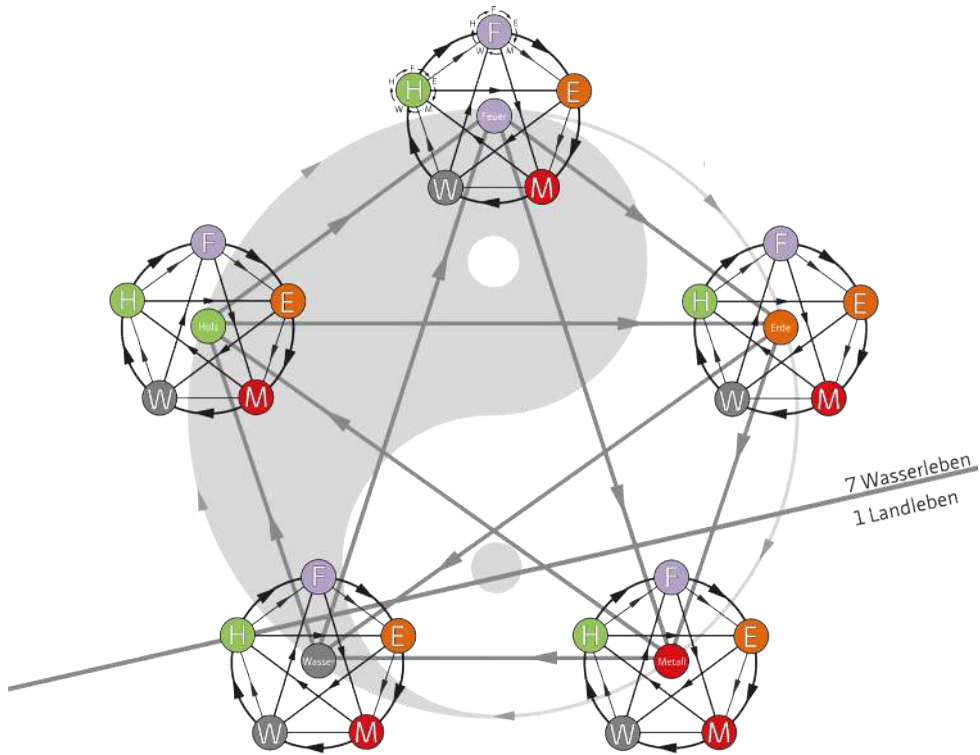


Abbildung 2: Die einzigartige Darstellung der 5-KI-Transformation in Fraktal-Aufstellung

Entstehungs-, Wachstums- oder Hervorbringungszyklus

Der Zyklus der Entstehung beschreibt, wie die einzelnen Elemente ineinander übergehen und sich ineinander wandeln. Ebenso wie nach der Geburt das Wachstum und dem Frühjahr der Sommer folgt, folgt dem Osten der Süden, dem Holz das Feuer und so fort. Die Energie, welche als KI bezeichnet wird, sollte immer im Fluss von einem Element zum anderen sein, da nur dort Harmonie entstehen kann, wo die Zyklen harmonisch ablaufen. Ein ungleichmässiger Kreislauf würde zu Krankheiten und Problemen führen.

Holz ernährt das Feuer, die Asche des Feuers ernährt die Erde, aus der Erde wird Metall gewonnen, die Mineralien der Erde machen das Wasser lebendig, Wasser ernährt die Pflanzen, aus denen Holz entsteht, Holz ernährt das Feuer usw.

16 Schlusswort

Es ist unsere göttliche Bestimmung, glücklich zu sein, vollkommen frei und gesund zu leben.

Wir werden nichts verlieren – ausser der Unwissenheit – und weiter alles Wissen gewinnen. Wir werden wunderbar vorankommen auf unserer spirituellen Reise und sie geniessen können!

Dankbarkeit ist eine der kraftvollsten Energiequellen und hat eine starke Anziehungskraft, was unser Resonanzfeld betrifft. Wenn wir unsere Dankbarkeit teilen, machen wir uns nicht nur gegenseitig Mut, sondern stärken positive Glaubenssätze sowie das innere Gleichgewicht. Wir können einander inspirieren und gemeinsam die Türen zur Kraftquelle – Dankbarkeit – öffnen.

Alles Gute, bleibt im Frieden – und bis zum nächsten – Hier und Jetzt.

17 Die Bedeutung des Covers

Das Cover zeigt eine freundliche Mikrobe, welche in einer Säurepfütze steht. Sie öffnet die Türe zum Körper und stellt fest – in diesem Körper herrscht ein basisches Milieu – sie hält die Hand an ihre Stirn und sagt – dies ist kein angenehmes Milieu für mich, um zu leben – adios Amigos. Ich suche mir einen anderen Wirt.

Warum ist die Mikrobe freundlich? Weil ich Mikroben und Viren nicht als Feinde des Körpers verstehe, sondern als Helfer. Mikroben und Viren haben genauso ihre Berechtigung, wie alle Lebewesen auf diesem Planeten. Aber alle an ihrem richtigen Platz. Du willst auch keine Wespe in der Küche. Genauso wenig willst Du krankmachende Viren in Deinem Körper. Gesunde Bakterien ja – die sind sogar lebensnotwendig. Also schaffen wir für die gesunden Bakterien ein gesundes Milieu. So halten wir die ungesunden fern und den gesunden schaffen wir das passende Milieu. Das richtige basische Milieu ist für alle eine Win-Win-Situation.

18 Über Vivoterra®

Vivoterra® – the best way to your healthy Lifestyle

Zur Vivoterra® Gruppe gehören die Bereiche: **Vivoterra® Publishing, Vivoterra® Academy, Vivoterra® Healthcare, Vivopedia®** und die eingetragenen Marken InYologie®, InYology® und InYologia®.

Vivoterra® Publishing – Die Schatzkammer des Wissens

Bücher für Menschen, welche sich mit Gesundheit und Bewusstsein befassen.

Vivoterra® Academy – E-Learning/E-Campus

Wir sind eine Schule, und wir sind eine Bewegung! Unsere Academy arbeitet daran, die Gesundheit aus der Krise herauszuführen. Wir lehren die Ganzheitlichkeit und Gesundheit für Körper, Seele und Geist. Mache auch Du Gesundheit zu einer – „Mission totally possible“.

Vivoterra® Healthcare – Gesundheitscenter

Wir begleiten Dich mit unserer einzigartigen Beratung auf Deinem Weg, die von Dir gewünschte Gesundheit wieder erhalten zu können. Wir sind überzeugt, dass wir alle ein Leben in Vitalität verdienen – und dass wir das Potential haben, es für uns selbst zu realisieren.

Für weiterführende Informationen zu Thema Gesundheit, Online-Ausbildung, gesunde Produkte, Ernährung und individueller Gesundheitsberatung besuche bitte unsere Website: www.vivoterra.com.

19 Über André Blank

André Blank ist mit der InYologie (Lehre von Yin und Yang) aufgewachsen. Er hat also die Naturordnung nicht nur theoretisch kennengelernt, sondern er lebt und studiert sie seit seiner Geburt in Praxis und Theorie.

Schon mit 5 Jahren hat er mit Judo begonnen und später mit Karatedo und Aikido, das er bis heute noch übt.



André widmet seine ganze Energie dem Studium der InYologie (Lehre von Yin und Yang und der Naturordnung) in Praxis und Theorie. Er studiert besonders die Bereiche Bewusstsein, fernöstliche Philosophie, I-Ging (Wandlungsgesetze), I-do (Natur-Medizin), TCM (Trad. Chin. Medizin), Shokuyo-do (Ernährungslehre), Ryori-do (Heilkochen), 5-KI-Transformationen, Do-in (Heil-Massage), NLP, Kampfkunst (Aikido & Karatedo u.v.a.).

André ist Gesundheits-Berater und Autor.
Er ist der Gründer, Inhaber und CEO der Vivoterra® AG.

Dein Geist (Dein Bewusstsein) lenkt Deinen Körper. Das, was Du glaubst, wie Dein Bewusstsein und Deine Haltung sind, so ist auch Deine Wirklichkeit. Wenn Du zweifelst, glaubst Du Deinen Zweifeln, und dann werden Deine Zweifel Deine Wirklichkeit.

Er ist überzeugt, dass wir alle ein Leben in Freiheit, Glück, Vitalität und Zufriedenheit verdienen – und dass wir das Potential haben, es für uns selbst zu realisieren.

Für weiterführende Informationen zu den Themen Gesundheit, Online-Ausbildung, gesunde Produkte, Ernährung und individueller Gesundheitsberatung besuche bitte unsere Website:

www.vivoterra.com