

## Die Organuhr praktisch anwenden





Anna Elisabeth Röcker

# Die Organuhr praktisch anwenden

Den richtigen Zeitpunkt erkennen  
für ein Leben in Einklang und Harmonie

The logo for IRISIANA features a thin, dark red curved line above the word "IRISIANA" in a dark red, serif, all-caps font.

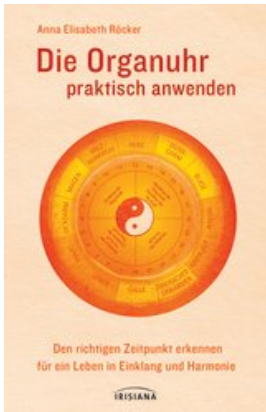
IRISIANA

# Inhalt

Vorwort .....	9
<b>Uraltes Heilverfahren .....</b>	<b>11</b>
Traditionelle Chinesische Medizin .....	12
Qi – Essenz des Lebens .....	13
Meridiane – pulsierendes System von Leitbahnen .....	15
Die Fünf-Elemente-Lehre .....	17
Yin und Yang – Prinzipien des Lebens .....	23
Rhythmen des Lebens .....	27
Die Organuhr – Anzeiger des natürlichen Lebensrhythmus .....	29
<b>Anwendungsmöglichkeiten .....</b>	<b>35</b>
Mit der Organuhr arbeiten .....	36
Erläuterungen zum Praxisteil .....	41
<b>Die Organuhr – Ihr täglicher Begleiter ...</b>	<b>51</b>
Der Energiefluss im Tagesverlauf .....	52
3 bis 5 Uhr .....	52
5 bis 7 Uhr .....	56
7 bis 9 Uhr .....	61
9 bis 11 Uhr .....	65



11 bis 13 Uhr .....	70
13 bis 15 Uhr .....	74
15 bis 17 Uhr .....	80
17 bis 19 Uhr .....	83
19 bis 21 Uhr .....	89
21 bis 23 Uhr .....	93
23 bis 1 Uhr .....	97
1 bis 3 Uhr .....	101
Literatur .....	108
Register .....	109
Über dieses Buch/Impressum .....	110



Anna E. Röcker

## **Die Organuhr praktisch anwenden**

Den richtigen Zeitpunkt erkennen für ein Leben in Einklang und Harmonie

Paperback, Flexobroschur, 120 Seiten, 10,0 x 15,5 cm  
ISBN: 978-3-424-15208-1

Irisiana

Erscheinungstermin: August 2013

### Heilen zum richtigen Zeitpunkt

Anhand der Organuhr der chinesischen Medizinlehre lässt sich der rhythmische Fluss der Lebensenergie durch den Körper in Balance bringen. Dieses handliche Buch liefert den optimalen Einstieg, indem es das Prinzip und vor allem die praktische Anwendung der Organuhr anschaulich erklärt. Anhand zahlreicher Illustrationen zu den Meridianverläufen und Übungen vermittelt die erfahrene Autorin Anna Röcker praktisches Heilwissen auf anschauliche Weise.