

**Die Lebersaison ist Frühling, wenn die Yang-Energie in der Natur erwacht.** Dann bemüht sich die Leber, sich selbst zu reinigen und die vollständige Anreicherung und den Fluss von Lebensenergie und Blut sicherzustellen. Es ist kein Zufall, dass dies die Zeit des "religiösen Fastens" ist, wenn unser Körper im Winter die angesammelten Schlacken und Giftstoffe loswerden muss. Die Leber liebt den tonischen "sauen" Geschmack, verträgt kein Fleisch und fettige Speisen, Erschöpfung und windiges Wetter. So wie der "Grüne Baum" Wasser, Erde und Sonne braucht, braucht auch die Leber: (S.20,21)

- ausreichend Flüssigkeit (Wasser, Fruchtsäfte, Tees); (S.101,166)
- Vitamine und Mineralstoffe aus natürlichen Quellen: grünes Blattgemüse, Salate, Obst, Säfte, Schwarzbrot; (S.51,62,168)
- Sonnenenergie, die die Synthese von Vitamin D unterstützt, das für Leber, Schilddrüse und Immunsystem notwendig ist; (S.39,63,82,95,111)

Die Leber ist direkt "verantwortlich" für die Aufnahme fast aller chemischen Verbindungen, die in den Verdauungstrakt gelangen, und kontrolliert die Entsorgung ihrer toxischen Stoffwechselprodukte und Toxine. (S.52,54,129) Die Leber leidet oft an einer Vergiftung aufgrund übermäßiger Emotionalität und des Konsums von Alkohol, Drogen, übermäßigem und spätem Essen, nächtlichem Zubettgehen, ungesunden Beziehungen, die verschiedene Zustände des Ungleichgewichts der Leberenergie verursachen, wie zum Beispiel: Stagnation, Kälte, Hitze, Mangel, Feuchtigkeit. Eine Leberkontamination beeinträchtigt häufig die Funktion von Galle, Haut, Lymphe, Sehnen und Augen. Manifestationen auf den ersten Blick sind unsichtbar, äußern sich jedoch in Verstopfung, Lymphstau, Müdigkeit, Krämpfen, Appetitlosigkeit, brüchigen Nägeln, Sehstörungen, Cellulite, Steifheit, Rücken- und Gelenkschmerzen und mehr. (S.27,47,49,55,59,81,108,184,190) Zur Stärkung der Leber und des Immunsystems ist es notwendig:

- Sich um die Frühjahrsentgiftung des Körpers zu kümmern. (S.59,168)
- Wählen Sie leberstärkende Lebensmittel (zB Zitronen).
- Vermeiden Sie es, abends schwer verdauliches Fleisch zu essen.
- Um die Ernährung anzupassen (mit dem letzten Abendessen um 19.00 Uhr)
- Um das Ruhe- und Schlafenszeitregime anzupassen (spätestens 23.00 Uhr),
- Gehen Sie oft an die frische Luft und die Sonne! (S. 25,87,111,158,169,186-188)
- Seien Sie großzügig und vermeiden Sie negative Emotionen. (S.32,45,90,173)

### DER ASTROLOGISCHE WÄCHTER DES "HORN DES ÜBERFLUSSES"

**Die Leber ist der Wächter unserer seelischen Bestrebungen und unseres Potenzials.** In den Wurzeln unseres „Baums des Lebens“ liegt das „Horn der Fülle“, aus dem wir schöpfen können, wenn wir die Herzkraft beherrschen, mit der wir die Früchte des Geistes kultivieren können. (S.94,111,114,148) Die Leber als "Herr" der Gesundheit und Kraft verrichtet ihre Tätigkeit im Zeichen der Fische durch die Energieelemente Baum (Yang) und Wasser (Yin). **Die astrologische Aufgabe der Fische besteht darin, das Ego zu reinigen, indem sie der Herzkraft dienen,** die die Bedingungen für die fruchtbare Interaktion von Geist und Seele schafft, d.h. die Entwicklung der vierten Lebensdimension. (S.17,37-38,99,111,117,125,131,149,153,157,158,159,171,191)

### DIE REINIGENDE WIRKUNG DER MENTALER KRAFT

Reine und helle Gedanken können die Tiefen des Bewusstseins reinigen und unsere Vision der Wahrheit erleuchten, indem sie die Vorteile der Großzügigkeit enthüllen. (S.15,36,80,89,90,102,117,137,144,172,177)