



Kapitel 1: Das Horn der Fülle

Das Streben nach Vergnügen treibt uns auf die Suche nach dem „Horn der Fülle“. Sobald wir leicht bekommen haben, was wir wollen, verlieren wir sofort das Interesse daran und beginnen, nach dem nächsten Ziel egoistischer Launen zu suchen. Der Gedanke, bei anderen Bewunderung zu erregen, beginnt uns stärker zu beeinflussen als Doping und der Wunsch nach anderem Gewinn. Das ist die Kraft, die die Stars in Kino, Sport, Mode, Politik und anderen kulturellen und wirtschaftlichen Trends der heutigen Welt „auf dem Höhepunkt hält“. Sobald wir **den „Sternmoment“** berühren, beginnen wir uns danach zu sehnen. „Die Fähigkeit, einer der Stars zu sein“ ist schwer zu erreichen und droht darüber hinaus, uns eine weitere wertvollere Belohnung zu nehmen: „**die Fähigkeit zu bewundern**“, die uns wirklich ganz, zufrieden und glücklich machen kann. Das Ego flüstert uns zu, dass Freude darin besteht, das Ziel selbst zu erreichen, und setzt Neid und Konkurrenz schnell in die Tat um. Ohne es zu merken, werden wir mit unnötigen Dingen und Ambitionen überhäuft, die immer größer und unerreichbarer werden, und mit ihnen **wächst die Unzufriedenheit**. Zwischen die Stimmungspole gedrängt, verlieren wir allmählich die Lust am Abenteuer und werden wütend oder pessimistisch, impulsiv oder faul, euphorisch oder lethargisch. (S.12,21,33,35,68,173,175) Alles Zustände, die den gesunden Rhythmus stören und die Unzufriedenheit des "Herrn des Feuers" (S.25,27,114) aber auch der "Wächter der Erde" wecken. (S. 121) **Unser Streben nach Schönheit und Brillanz wird zur Eitelkeit**, was unseren Willen und Eifer im Kampf gegen „emotionale Zyklizität“ einschließt. (S. 25,26,35,36,38,54,76) **Wir werden unfähig zu erkennen, dass das Geheimnis des Überflusses darin liegt, uns um das zu kümmern, was wir brauchen.** (S. 106,111,159,177,190) Eines Tages, bewusst oder unbewusst, entscheiden wir, dass sich das Füllhorn tatsächlich in unseren Mägen versteckt. Wir sind überrascht festzustellen, dass die unterschiedlichen Geschmacksrichtungen von Speisen unsere emotionalen und mentalen Qualen befriedigen. (S. 12, 21, 125, 131, 158) Zu spät bemerken wir jedoch, dass diese Lebensmittel und die damit befriedigten Emotionen unangenehme Stoffwechselzustände hervorrufen, die uns völlig von unseren ursprünglichen Zielen abbringen: Cellulite, hormonelles Ungleichgewicht, Übergewicht, Insulinresistenz, Diabetes. (S. 12,21,29,33,160) Wenn wir statt vergeblicher Bemühungen, im Mittelpunkt der Ereignisse zu bleiben, rechtzeitig versucht hätten, unser eigenes „Horn der Fülle“ zu entdecken und uns so auszudrücken, wie es nur wir können ... Deshalb sagt Paulus in seinen Briefen an die Korinther, „ 1 Kor., 12: „4. Es gibt Unterschiede in den Gaben, aber der Geist ist derselbe; 7. Jedem aber wird die Offenbarung des Geistes geschenkt, damit sie anderen nützt.“ Und unsere Großmütter sagen: „ Wenn du still gesessen hättest, hättest du kein Wunder gesehen ...“ Und das ist mehr als nur etwas, um uns aus der Sackgasse führen wird! (S.66)

Süßes Essen	Saure Speisen	Salzige Speisen	Würzige Speisen	Fettiges Essen
Feigheit, Ehrgeiz	Depressionen, Verdacht	Angst, Beunruhigung	Trauer, Vorurteil	Ärger, Neid
Stimuliert die Milzenergie, aktiviert Dopamin, verringert aber Kalzium und Phosphor im Blut.	Tonisiert Leber und Galle, aktiviert den Zellstoffwechsel, verlangsamt aber den Lymphfluss.	Regt das Denken an, strafft die Nieren, erhöht den Magnetismus, verlangsamt aber den Zellstoffwechsel.	Stimuliert die Lunge und den Zellkreislauf, blockiert aber die Energie der Leber.	Sie liefern Energie und leisten nützliche Arbeit für die Gallenblase, verlangsamen aber die Milz.
Blut- Stase	Lymphatische Stagnation	Stagnation von Flüssigkeiten	Nahrungs- stagnation	Gallen- stauung