

# Chinesische Diätetik

„Man lebt nicht von Luft und Liebe allein.“

Diesen Spruch kennt man nur allzu gut. Um Energie zu haben muss man etwas essen. Die Chinesische Medizin sieht die Ernährung als einen Teil der Therapie an.

Gemäß der Traditionellen Chinesischen Medizin werden die Nahrungsmittel in Yin und Yang eingeteilt und im gleichen Zug gibt es eine Zugehörigkeit von Nahrungsmitteln zu inneren Organen.

Somit kann man sie bestimmten energetischen Prozessen zuordnen und für die *Gesundung* des Menschen einsetzen.

Auch die Ernährung kann gemäß Chinesischer Medizin krank machen. Es wird viel Wert auf die Ernährung gelegt.



**Akupunktur-Ambulanz Franken**

**Zentrum für Yoga**

Johann-Georg-Greb-Straße 7 – 96106 Ebern

Tel.: 09531 / 94 36 31

[www.kraftundenergie.com](http://www.kraftundenergie.com)