



Lielisloo 47 / 8965 Berikon / Tel. 079 381 09 12  
bernet@touchforbalance.ch / touchforbalance.ch

## Die fünf Charaktere aus der Sicht der Fünf Elementen Lehre

Der Mensch ist mit den fünf Energieeigenschaften Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser ausgestattet. Je nachdem, welches der fünf Elemente von Natur aus überwiegt, wird die betreffende Person einem bestimmten Element zugeordnet.

**Holz** symbolisiert Wachstum und die kreative Energie des Frühlings.

**Feuer** symbolisiert Strahlkraft, Hitze, Intensität.

**Erde** steht für Stabilität, Geduld und Sammeln.

**Metall** symbolisiert Klarheit und Struktur.

**Wasserenergie** ist fließend, ruhig, konsequent.

Die chinesische Medizin kennt nach dem System der fünf Wandlungsphasen fünf Konstitutionstypen. Die meisten Menschen leben zwei Wandlungsphasen. Es gibt nur wenige Menschen, die durch eine Wandlungsphase gekennzeichnet sind und auch wenige, bei denen mehr als zwei Wandlungsphasen in den Vordergrund treten.

Die chinesischen Konstitutionstypen erkennt man am körperlichen Bau, den Charaktereigenschaften, den Vorlieben und Neigungen, sowie an im Verhalten vorherrschenden psychischen Reaktionen.

Aus dem Erkennen der Konstitutionstypen und deren Einbeziehung in chinesische Diagnosen erzielt man ein breiteres diagnostisches Fundament, mehr Verständnis und so auch mehr Wirksamkeit in der Therapie.

## Elementtyp Holz

Das äußere Erscheinungsbild des Holztyps kennzeichnet einen kräftigen und robusten Körperbau mit einem ausgeprägten Knochen- und Muskelsystem, breiten Schultern und kräftigem Nacken. Die menschlichen und körperlichen Eigenschaften des Holztyps zeichnen sich dadurch aus, dass er große Energiereserven besitzt. Er kann viel und hart arbeiten und kommt dabei mit wenig Schlaf aus (Workaholic). Er liebt die Freiheit, Direktheit und Unabhängigkeit, andererseits neigt er zu Überheblichkeit und Herrschaft über andere. Er besitzt Organisationstalent und ist häufig in leitenden Positionen.

### Holzkind

Holzkind erkennt man daran, dass sie mit großem Forscher- und Tatendrang gerne neue Dinge angehen, spontan, kreativ und abenteuerlustig sind, vor Ideen sprühen, häufig zu Streichen aufgelegt sind und sich gerne bewegen.

Solche Kinder folgen einer klaren inneren Vorstellung. Daher führen sie gerne und selbstsicher ihre Kindergruppe an. Wenn aber ein anderer eine bessere Idee hat, sind sie auch sofort bereit, begeistert mitzumachen. Bei Konfrontationen verteidigen sie mutig ihr

Revier. Kinder mit harmonischer Holzenergie leben sehr körperbetont. Manchmal überrollen sie ihre Umgebung wie ein Wirbelsturm mit lebhaften, freudigen, aber gut koordinierten Bewegungen.

## **Elementtyp Feuer**

Der Feuertyp ist schlank und hat einen mittleren bis großen Körperbau. Er ist feingliedrig, besitzt feine Gesichtszüge und eine zarte Haut, die sich bei Aufregung leicht rötet. Der Feuertyp ist ein Mensch, der offen nach außen wirkt, leicht zu beeindrucken und optimistisch und rasch in seinen Auffassungen ist. Er liebt die Gesellschaft und reagiert sehr schnell auf äußere Einflüsse. Dennoch neigt er zur Oberflächlichkeit und wechselt oft seine Interessen. Er ist eher ungeduldig, manchmal sogar explosiv.

### **Feuerkinder**

Kinder mit ausgewogener Feuerenergie sind wegen ihrer raschen Auffassungsgabe und ihrer begeisternden, mitreißenden Art äußerst beliebte Spielpartner. Sie motivieren andere zu Bestleistungen, und liebevoll kümmern sie sich auch um Schwächere. Sie wirken unkompliziert und fröhlich. Gleichzeitig strahlen sie ein hohes Maß an Sicherheit aus, das ihnen eine natürliche Autorität verleiht. Dadurch fühlen sie sich überall anerkannt und geliebt. Ihre lebhaftige Art zeigt sich an einem wachen Gesichtsausdruck und einer „gesunden“ Wangenfarbe.

## **Elementtyp Erde**

Der Erdetyp hat einen eher runden Körperbau, seine Knochen sind nicht sonderlich ausgebildet. Die Charakterzüge des Erdetyp zeichnen sich durch Hilfsbereitschaft, Freundlichkeit, Geselligkeit und Witzigkeit aus. Im Umgang mit Menschen wirkt er locker und vertrauensvoll, und er besitzt eine nicht zu übersehende ruhige Ausstrahlung. Der Erdetyp liebt keine körperliche schwere Arbeit, sondern genießt die Annehmlichkeiten des Lebens. Seine Freunde setzen auf seine Zuverlässigkeit und Hilfsbereitschaft.

### **Erdekinder**

Kinder mit einer ausgewogenen Erdenergie sind sehr selbstsicher und sorgen gut für sich und andere. Sie drängen sich nicht vor, erhalten aber immer, was sie brauchen. Wenn Freundschaften auch zunächst eine gewisse Anlaufzeit benötigen, so sind diese Kinder dennoch sehr beliebt und halten treu zum anderen. Sie fördern die Entstehung eines echten Gruppengefühls. Sie wirken sehr stabil und sind mit der Welt zufrieden. Daher überstehen sie auch unruhige Zeiten leichter als andere Kinder. Sie kuscheln gerne und suchen den Körperkontakt, sind aber niemals fordernd. Beim Lernen und Spielen sind sie sehr konzentriert bei der Sache. Sie sind Sammler von Eindrücken und Erfahrungen und können Zusammenhänge gut erkennen.

## **Elementtyp Metall**

Der Metalltyp ist klein bis mittelgroß und sein Körperbau ist eher schmal und zierlich. Er wird als sanfter, empfindlicher und sensibler Mensch beschrieben und ihn zeichnen hohe seelische Empfindsamkeit und eine ausgeprägte Sinneswahrnehmung aus. Der Metalltyp ist sehr intelligent und besitzt eine hohe geistige Konzentration. Seine Zurückhaltung vermittelt seinem Gegenüber einen eher unnahbaren Eindruck.

### **Metallkinder**

Kinder mit einer ausgeglichenen Metallenergie lieben Struktur, Ordnung und Klarheit. Sie widmen sich diszipliniert und eifrig den ihnen zugeteilten Aufgaben. Von allen „Elementen“ durchschauen und analysieren sie intuitiv die Dinge am schnellsten und am tiefgründigsten. Sie sind kluge Kinder. Offen stehen sie zu ihren Stärken und Schwächen und erwarten das auch von anderen. Sie spüren sehr genau, wer oder was ihnen gut tut, und vermeiden, was nicht so gut passt. Dabei geht es stets diplomatisch und gefühlvoll vor. Gerechtigkeit, Pflichterfüllung und Ehrlichkeit sind ihnen sehr wichtig.

## **Elementtyp Wasser**

Der Wassertyp besitzt einen athletischen Körperbau, wobei die Skelett- und Knochenmuskulatur kräftig und gut ausgebildet ist. Er hat eine ungeheure Leistungsfähigkeit und Ausdauer. Ruhig und unerschütterlich geht er seinen Weg durchs Leben. Der Wassertyp wirkt introvertiert, zeigt seine Gefühle nicht und möchte nicht im Mittelpunkt stehen, sondern zählt gesellschaftlich eher zu den Einzelgängern. Seine Arbeit verrichtet er ordentlich, korrekt und pflichtbewusst. Mit seinem starken Willen erreicht er meistens sein Ziel.

### **Wasserkinder**

Bei einer harmonischen Wasserenergie sind die Kinder wie ein Fluss in seinem Bett: angepasst, geduldig, beharrlich, konsequent. Ruhig und ernsthaft können sie sich selbst beschäftigen, zurückgezogen warten sie auf den richtigen Augenblick zum Handeln. Dann aber wird mutig und beherzt eingegriffen. Wasserkinder wissen nur allzu genau um Ihre Stärken und Schwächen. Auffallen zu müssen ist ihnen unangenehm. Prahlerei haben sie nicht nötig, viel lieber verblüffen sie die Erwachsenen mit überraschend eingestreuten Kostproben ihres Wissens. Wie ein Wasser im Becken sammeln sie selbst gerne Wissen an. Lesen und komplizierte Dinge auszutüfteln, lieben sie daher sehr. Sie haben viel Ausdauer, können sich leicht entspannen und sind mit einem großen Urvertrauen beschenkt.