

# 5 Elemente

(besser: 5 Wandlungsphasen, da sie die Phasen der Wandlung von Yin und Yang bedeuten)

## WASSER



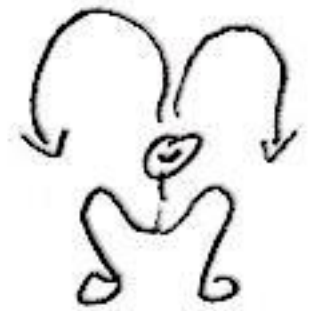
Volles Yin  
Dunkel, kalt, naß  
Winter  
Nieren  
Gehör  
Ruhe und Sicherheit  
Negativ: Angst



## HOLZ



Nicht mehr Yin, noch nicht Yang  
Warm, feucht  
Frühling  
Leber  
Augen  
Freundliches Entgegenkommen  
Negativ: Zorn, Ärger



## FEUER



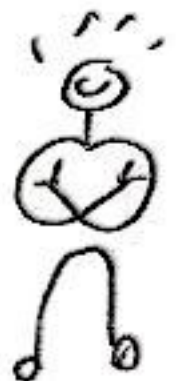
Volles Yang  
Heiß, trocken  
Sommer  
Herz  
Zunge (als Sprechorgan)  
Heiterkeit, rechtes Maß  
Negativ: Gier, Geiz



## ERDE



Yin und Yang ausgeglichen, Mitte  
Spätsommer  
Milz  
Gaumen  
Mitgefühl, Ausgeglichenheit  
Negativ: Sorgen



## METALL



Nicht mehr Yang, noch nicht Yin  
Kühl, trocken  
Herbst  
Lunge  
Haut, Schleimhäute  
Mut, Aufrichtigkeit  
Negativ: Traurigkeit, Depression

