De vijf elementen

De vijf elementen zijn de verschillende eigenschappen van [Qi](http://www.massagekeuze.nl/abc/q/qi)-energie, de vijf verschillende manieren waarop die zich in het universum uit. De elementen zijn ook zichtbaar in de mens en verbind ons met de rest van het milieu en met de kringloop van de seizoenen en de uren. De manier waarop wij, fysiek en emotioneel, reageren op externe invloeden en op de krachten van de natuur, is afhankelijk van het evenwicht van de elementen in ons. De vijf elementen zijn Vuur, Aarde, Metaal, Water en Hout.

Elk element beheerst een meridiaan of orgaanfunctie in het menselijk lichaam en ook een aspect van de persoonlijkheid of emoties, zodat elke verstoring van de elementen op een bepaalde manier invloed zal hebben op de geest en op het lichaam. De waarde van het inzicht in de elementen, dat een arts die thuis is in de oosterse geneeskunst heeft, is dat het netwerk van verbanden tussen elementen aanwijzingen levert waarop hij of zij een diagnose kan baseren. Elk element staat in verband met een kleur, smaak, seizoen, geur emotie en zintuig. Daarom zal de arts niet alleen geïnteresseerd zijn in de symptomen van de patiënt, maar hij of zij zal ook hebben geleerd om subtiele kleurenspel op het gezicht op te merken, stembuigingen te onderscheiden en tot een juist oordeel te komen wat betreft de emotionele toestand van de patiënt. Op die manier kijkt de arts voorbij de symptomen tot waar de oorzaak ligt en deze is gelegen in een van de elementen.

Vuur

Vuur is het element van hitte, zomer, enthousiasme en warmte in menselijke reacties.  
Het staat in verbinding met de dunne darm en het hart en is de drievoudige verwarmer en hartbeschermer.

De kenmerken die bij het element Vuur horen zijn:

|  |  |
| --- | --- |
| Kleur: | Rood |
| Geluid: | Lachen |
| Geur: | Geschoeid |
| Emotie: | Vreugde |
| Seizoen: | Zomer |
| Smaak: | Bitter |

Metaal

Metaal is het element van lucht, zwaartekracht, mineralen in de aarde, ordening in de hemellichamen, natuurkrachten zoals het elektrische geleidingsvermogen en het magnetisme. Bij de mens is metaal het verdriet en het verlangen verdriet te boven te komen.   
Het staat in verbinding met de longen en de dikke darm.

De kenmerken die bij het element Metaal horen zijn:

|  |  |
| --- | --- |
| Kleur: | Wit |
| Geluid: | Huilen |
| Geur: | Verrot |
| Emotie: | Verdriet |
| Seizoen: | Herfst |
| Smaak: | Zoet |

Hout

Hout is het meest menselijk van de elementen. Het is het element van het voorjaar en de creatieve drang om iets te bereiken, die omslaat in woede als hij gefrustreerd wordt. Bij de mens is hout het vermogen om vooruit te zien, plannen te maken en beslissingen te nemen.   
Het staat in verbinding met de galblaas en de lever.

De kenmerken die bij het element Hout horen zijn:

|  |  |
| --- | --- |
| Kleur: | Groen |
| Geluid: | Schreeuwen |
| Geur: | Rans |
| Emotie: | Woede |
| Seizoen: | Voorjaar |
| Smaak: | Zuur |

Aarde

Aarde is het element van de oogsttijd, overvloed, voeding, vruchtbaarheid en de verhouding tussen moeder en kind.   
Het staat in verbinding met de milt en de maag.

De kenmerken die bij het element Aarde horen zijn:

|  |  |
| --- | --- |
| Kleur: | Geel |
| Geluid: | Zingen |
| Geur: | Welriekend |
| Emotie: | Sympathie |
| Seizoen: | Nazomer |
| Smaak: | Zoet |

Water

Water is de bron van het leven, het vermogen te stromen, eindeloos meegaand, maar toch oneindig krachtig, altijd veranderend en vaak gevaarlijk. Dit element is het meest Yin alle vijf. In de menselijke psychologie beheerst het water het evenwicht tussen vrees en de wens om te overheersen.   
Het staat in verbinding met de nieren en de blaas.  
 De kenmerken die bij het element Water horen zijn:

|  |  |
| --- | --- |
| Kleur: | Blauw/Zwart |
| Geluid: | Kreunen |
| Geur: | Vergaan |
| Emotie: | Vrees |
| Seizoen: | Winter |
| Smaak: | Zout |

Kringlopen van de elementen

Elk element staat in verband met alle andere vier de elementen via de 'creatieve kringloop' en de 'controle kringloop'. In de creatieve kringloop geeft elk element energie door aan de volgende. De controle kringloop vormt daarvoor een tegenwicht, zodat de elementen in bedwang worden gehouden.

Hier staan de kringlopen afgebeeld. De zwarte pijlen geven de 'creatieve kringloop' aan en de bruine pijlen geven de 'controle kringloop' aan.