

# TCM-PERSÖNLICHKEITSTYPEN

## Typ-Element „Erde“

**In diesem Fortsetzungsartikel werden wir uns mit dem Element „Erde“ und seinen Qualitäten beschäftigen. Die Energiequalität der Erde steht in Verbindung mit der Mitte und dem Geerdetsein. Ein Mensch, der in seiner Mitte ist, ist im Allgemeinen ruhig und ausgeglichen, harmonisch und rund. Nichts kann ihn so leicht aus der Ruhe (aus der Mitte) bringen, er ist stabil und fühlt sich wohl in seiner Haut.**

Menschen mit einer starken Verbindung zur Erde sind ruhig, ausgeglichen und harmonisch. Im Gegensatz dazu sind Menschen mit einer schwachen Erde eher unsicher und fühlen sich wackelig auf den Beinen, als ob sie den Boden unter den Füßen verlieren würden. Eventuell fühlt man auch ein Loch im Bauch und sich nicht richtig versorgt. Die Erde, die auch als unsere Mutter bezeichnet wird, nährt uns und sorgt für uns, indem sie uns ihre Früchte zur Verfügung stellt.

Durch Übungen und Verhaltensweisen, die die Energien der Erde stärken, kann mehr Sicherheit, Selbstvertrauen und Wohlfühl entstehen. Körper und Immunsystem (wichtige Akupunkturpunkte fürs Immunsystem liegen auf dem Milz-Meridian – neben dem Magen-Meridian der Meridian des Erd-Elements) werden stärker, der Mensch fühlt sich mehr in seiner Mitte, bereit, den Anforderungen des Lebens standhalten zu können.

Da die Erde im Menschen dem Verdauungsapparat entspricht, treten bei einem Ungleichgewicht oft Störungen in diesem Bereich auf. Auch Störungen im Denken (zwanghaftes Denken, Fixierungen, Grübeleien) können auftreten. Der „geistige Verdauungsprozess“ ist im Ungleichgewicht.

### Die Emotionen des Erd-Elements

Die Erde entspricht den Qualitäten von Mitgefühl, Familie und der Tradition. Sie ist das Element, das die Dinge verbindet – nicht umsonst ist ihr das Bindegewebe zugeordnet.

Gerade in Bereichen, bei denen die Zusammenarbeit mehrerer Menschen unerlässlich ist, spielen die Qualitäten dieser Energie eine große Rolle. Ist es nicht gerade die Familie, die uns in Krisenzeiten Rückhalt und Sicherheit gibt? Ist es nicht das ursprüngliche Mitgefühl und die grenzenlose Liebe unserer Mutter, die uns Vertrauen gibt und uns nährt?

### Der geistige Aspekt des Erd-Elements – Yi der Intellekt

Der Geist des Erdelements, der Intellekt, hat seinen Sitz im Funktionskreis Milz und Bauchspeicheldrüse, die Yin-Organ der Erde. Yi bedeutet rationaler Verstand, logisches Denken. Dem entspricht auch das Gedächtnis, das Nachdenken, das Grübeln, das Sich-Sorgen. Intellekt kommt vom Wort „legere“, was sammeln bedeutet und meint die Funktion des Erd-Elements, des Bewahrens, des Speicherns. Es ist die Fähigkeit geistige Nahrung zu verdauen indem sie zerlegt,

analysiert und ins eigene System eingebaut wird.

### DER ERD-TYP

Der Erd-Typ zeichnet sich einerseits durch seine ruhige, harmonische Ausstrahlung aus. Er ist es, der die soziale Ader ausgeprägt hat, auf das Wohlergehen seiner Mitmenschen ausgerichtet und von Mitgefühl erfüllt ist. Wenn diese Tendenz zu stark ausgeprägt ist, kann es zu Problemen bezüglich des Nein-Sagens kommen.

### Schwierigkeit im Zusammenhang mit dem Erd-Element

Wenn eine Fülle in den Erd-Energien vorhanden ist, neigt man zu Fanatismus und zwanghaftem Denken. Man wiederholt immer wieder die gleichen Gedanken und kann nicht davon loslassen. Auch hierbei kann es zu Verdauungsproblemen kommen, da sehr viel Erd-Energien im geistigen Bereich verbraucht werden und so für die körperliche Verdauung nicht zur Verfügung stehen.

Hier ist es wichtig das Holzelement zu fördern. Die Dynamik und Initiativkraft dieser Energiequalität kann die Trägheit, die Klebrigkeit, die Neigung alles zu wiederholen bzw. sich im Kreis zu drehen, überwinden.



### Allgemeine Zeichen, wenn zu viel Erd-Energie vorhanden ist:

- Sich aufdrängend, süchtig danach, gebraucht zu werden
- Zwanghaft von fixen Ideen besessen

Wenn es zu einem Mangel an Erde-Energien kommt verliert man die Sicherheit und das körperliche und seelische Gleichgewicht. Man sorgt sich viel und neigt dann zu Beschwerden in den Funktionskreisen Milz und Magen (unvollständige Verdauung, Müdigkeit, schlechte Konzentration). Hier ist es wichtig ein gutes Umfeld zu haben, welches einen stützt und das Gefühl von Stabilität vermitteln kann.

### Allgemeine Zeichen, wenn zu wenig Erd-Energie vorhanden ist:

- Überanhänglich, klammernd und saugend
- Zudringlich kriecherisch, lästig

### Persönlichkeitsmuster aus dem Erde-Element als Beispiel:

### DER GRÜBLER

Der geistige Bereich des Erdelements entspricht dem Denken und Grübeln. Grübeln zeichnet sich durch Gedankenkreisen aus. Ständig wird über ein bestimmtes Thema nachge-

dacht. Dieses Muster hat die Eigenschaft, sowohl „in der Breite als auch in die Tiefe der Welt“ zu denken. Im Sinne dieses Musters gibt es eine übermäßige und auch einseitige Ausrichtung auf den Intellekt und das Rationale. Der Blick auf das Leben ist vorrangig „geistig gesteuert“. Das Lebensgefühl ist: „Ich muss immer alles wissen, immer alles verstehen.“ Dieses zwanghafte Denken ist kaum zu durchbrechen, wenn es sich einmal an einem Thema festgebissen hat, lässt es nicht mehr los. In positiver, entwickelter Form entsteht allerdings das Bild eines zielgerichteten, strategischen Denkens. Dinge können geistig durchgeplant werden.

**Auswirkungen des Grübelns:** Nachdenken, Grübeln verknötet schließlich das Qi und schwächt die Energie des Funktionskreises Milz. Alles, was wir aufnehmen, uns einverleiben, sowohl grobstoffliche, als auch feinstoffliche, gedankliche Nahrung muss von der „Milz“ assimiliert werden. Es muss sozusagen auch geistige Nahrung verdaut werden. Ein Zuviel an geistiger Nahrung auf einmal kann die Kraft der „Milz“ somit genauso erschöpfen wie unangepasste Ernährung. Durch das Grübeln wird zu viel Qi in den Geist, in den Kopf geleitet, die Energie kann sich nicht richtig in die anderen Körperteile verteilen und beginnt sich zu stauen. Es kann neben Völlegefühl im Thorax, Appetitlosigkeit, unvollständiger Verdauung und breiigen Stühlen auch zu körperlicher Schwäche, Bläuse, Müdigkeit und Schwäche der Extremitäten kommen.

Das wichtigste Lernthema für dieses Muster ist es, den Kopf abschalten zu lernen, sich von übermäßigen Gedanken zu lösen, eine Art „Kopfururlaub“ zu machen. So können Stauungen der Energie vermieden werden.

### BEDÜRFTIGES KLEINKIND

Wenn in frühen Phasen des Lebens der Eindruck entsteht zu wenig emotionale Wärme zu bekommen, kann die Grundlage der Bedürftigkeit und Abhängigkeit entstehen. Üblicherweise empfindet derjenige, der dieses Muster hat einen Mangel an wahrer Zuwendung und Liebe durch andere, speziell durch die Mutter. „Ich werde nicht genug geliebt, ich bleibe besser ein Kind, um es der Mutter recht zu machen und um mich auch liebenswert für andere zu machen“, ist eine der unbewussten Kernstrategien. Man beginnt im außen Tankstellen zu suchen, um die eigene innere Leere wieder aufzufüllen. Es entsteht der Anspruch, von allem und jedem geliebt zu werden und verfällt in tiefe Depressionen, wenn die ge-

forderten Zuwendungen ausbleiben. Bei diesem Muster, welches psychisch sehr belastend sein kann, geht es darum nach und nach die eigenen Energien aufzufüllen, indem man sich lieben und schätzen lernt. So kann immer häufiger das Gefühl entstehen, in sich selbst zu Hause zu sein.

Im nächsten Heft werden wir uns dem Element „Metall“ mit seinen Qualitäten und Entsprechungen zuwenden. ■

Nähere Infos zu weiteren Persönlichkeitsmustern finden sie im Buch „Meistere Dich selbst! - Persönlichkeitsentwicklung auf Basis der TCM“ (erhältlich beim Autor – [www.breakfree.at](http://www.breakfree.at)).

### Zum Autor:

Mag. Uwe Triebel ist ausgebildeter Klinischer und Gesundheitspsychologe und hat zahlreiche Ausbildungen im Bereich der TCM. Buchautor von „Meistere Dich selbst! - Persönlichkeitsentwicklung auf Basis der Traditionellen Chinesischen Medizin“.

Kontaktadresse:  
Am Rehgrund 4,  
8142 Wundschuh  
[uwe.triebl@breakfree.at](mailto:uwe.triebl@breakfree.at)  
[www.breakfree.at](http://www.breakfree.at)

## TESLA PURPUR PLATTEN

- Erhöhung persönlicher Schwingung - Störfelder - Chakraausgleich - Wasseradern - Elektrosmog  
**Viele weitere Informationen im Internet oder bei uns anfordern.** Nach Nikola Tesla empfangen die Platten kosmische Energie/Ätherschwingungen. Er entwickelte sie als Teil eines Empfängers für (freie) Strahlungsenergie.  
Viele Produkte in den 7 **Chakralfarben** + **Schwarz (E-Smog)**.

**Bestellen Sie unsere Preisliste oder direkt z.B. das Angebot B: 1 Tesla Informationsbroschüre, 96 S., 1 Tesla Purpurplatte 8.5 x 5.5 cm + 1 Tesla Purpurplatte gross 21 x 21 für nur EUR 65.-/CHF 95.- Versand EUR 5.50/CHF 0**

**Weitere Spezialangebote: z.B.** die Tesla Farbkollektion, Tesla Elektrosmogset, Tesla Farbplattenset, Tesla Amulettsset...  
**Verlangen Sie unsere Angebotsliste!**

**WWW.TESLAPLATTEN.CH**

**Bestellungen/Informationen**  
Internet: [www.Teslaplatten.ch](http://www.Teslaplatten.ch)  
E-Mail: [teslaplatten@gmx.ch](mailto:teslaplatten@gmx.ch)  
Tel./Fax: 0041 (0)61 261 48 86  
Brief: SwissTesla, Postfach 4003 Basel, Schweiz

schweizer produkt  
schweizer qualität  
schweizer forschung

