

# TCM-PERSÖNLICHKEITSTYPEN

## Typ-Element „Metall“

In diesem Fortsetzungsartikel werden wir uns mit dem Element „Metall“ und seinen Qualitäten beschäftigen. Nach den aufstrebenden Kräften des Frühlings, der Blüte des Sommers zieht sich die Energie im Herbst wieder mehr nach innen zurück. Die Blätter werden welk, trocken und fallen ab. So ist auch der Mensch im Herbst wieder mehr geneigt, sich etwas zurückzuziehen, Zeit mit sich selbst zu verbringen, sich selbst zu begegnen.

Das Element Metall symbolisiert die Phase der Konzentration, der Besinnung und der Innenschau. Es wirkt eine zentripetale Kraft. Wir ziehen uns etwas mehr zurück (zumindest haben wir den Wunsch dazu) und lassen die vergangenen Ereignisse Revue passieren. Wir ziehen Bilanz und wägen ab, was das Wesentliche war. Es ist die Zeit der Melancholie, der Sentimentalität und der Trauer.

Dieser durchaus natürliche Prozess ist bei Menschen, die ein Übermaß im Element Metall haben, übersteigert. Sie werden zunehmend isoliert, die Verbundenheit mit der Welt geht verloren, sie fühlen sich einsam und sind traurig – Traurigkeit ist auch die dem Metall-element entsprechende Emotion. Werden die Energien im Metallelement (die Meridiane von Lunge und Dickdarm) wieder ausgeglichen, schöpft der Mensch wieder mehr Zuversicht, so kann sich der Kontakt zur Außenwelt wieder verbessern bzw. normalisieren.

### Die Emotionen des Elements Metall

Wie bereits angedeutet stehen die Emotionen des Metall-Elements im Zusammenhang mit den Themen Verlust (Verlust der Energie des Sommers, der Hochblüte des Lebens ...) und

Nach-innen-Gehen (Sentimentalität). Ebenso geht es um die Zukunft (Zukunftsangst bzw. umgekehrt Zuversicht), nach dem Prinzip – „Werden wir über den Winter kommen?“.

Die mit diesen Emotionen verbundenen Organe sind die Lunge und der Dickdarm. Sind sie schwach dann werden wir eher zu Zukunftssorgen neigen und uns häufiger traurig und isoliert fühlen.

Generell geht es um die Themen der Aufnahme neuer und der Ausscheidung verbrauchter Energien. Nur wenn wir in der Lage sind, verbrauchte Energien auszuscheiden, sind wir offen für Neues.

### Der geistige Aspekt des Metall-Elements – Po: die Körperseele, der Instinkt

Die Körperseele ist der Teil in uns, der uns dabei hilft zu inkarnieren, eine körperliche Form anzunehmen. Sie ist eine verdichtende Kraft, welche die „physische“ Form zusammenhält. In diesem Sinne entspricht sie der Funktion einer Trennung, einer Abspaltung. Sie trennt uns von der Umgebung ab. Erst dadurch ist es möglich ein eigenständiges Individuum zu werden. Die Haut, welche zum Metall-element gehört, entspricht dieser trennenden Funktion.

Weiter entspricht die Körperseele einer organisierenden Kraft, welche alle physiologischen Vorgänge koordiniert. Ist sie schwach, so stehen wir quasi neben uns.

Der Körperseele wird auch die Fähigkeit, einen guten Riecher (die Nase gehört zum Metallelement) zu haben, zugeordnet – der Instinkt, wie wir es nennen. Es bedeutet auch die Fähigkeit den eigenen Leib wahrnehmen zu können, die Sensibilität, die so wichtig ist um rechtzeitig Vorgänge im eigenen Körper wahrnehmen zu können.

### DER METALLTYP

Ordnung muss sein. So könnte man in kurzen Worten den Metalltypen charakterisieren. Alles folgt bestimmten Gesetzmäßigkeiten, die einzuhalten sind und nach denen in disziplinierter Form gelebt werden muss. „Man muss ja“, „es ist halt so“, hört man den Metalltypen oft sagen.

Die Umgebung wird ständig systematisch gescannt, analysiert und bei abweichendem Verhalten sofort zurechtgewiesen bzw. kritisiert. Natürlich ist dies wieder ein etwas überzeichnetes Bild, stellt aber die Qualitäten des Metalls gut dar.

Methodisch und mit äußerster Genauigkeit wird an Sachen herangegangen, kann man es sich im Herbst doch nicht erlauben, Fehler zu machen, da die Natur auf den Winter zustrebt. Hier heißt es überleben, die Energien werden im Inneren zentriert, nichts darf nach außen dringen.

So ist der Metalltyp auch distanziert, introvertiert, gelangt nicht leicht nach außen. Kontakte nach außen werden eingeschränkt, der Metalltyp konzentriert sich mehr auf sich selbst. Klarheit, Reinheit sind ihm wichtig, wie auch Schönheit und Korrektheit. Die Form muss stimmen, mit dem „Gesetz“ übereinstimmen.

### Allgemeine Anzeichen, wenn zu viel Metall-Energie vorhanden ist:

- Perfektionistisch
- Rechthaberisch, überkritisch

Bei einem Übermaß an Metall-Energie grenzen wir uns zu stark von der Umgebung ab, wir sind distanziert und abweisend. Der natürliche Kontakt mit der Umgebung ist erschwert bzw. blockiert. Wir erscheinen eher kühl und wenig herzlich.

Auch wenn zu viel Perfektionismus vorhanden ist, kann es sehr leicht zu Unlustgefühlen kommen, die Freude geht verloren, Spontanität kommt zu kurz. Eventuell kann es zu mentalen Sperren kommen. Handlungen werden blockiert oder sind nicht mehr fließend genug. Die Blockade kommt in diesem Fall aus der Angst heraus Fehler zu machen. Man macht lieber nichts, bevor man

einen Fehler macht. In diesem Fall ist es wichtig das Feuer-Element zu stärken, damit wieder mehr „Lebendigkeit“ möglich wird.

### Allgemeine Anzeichen, wenn zu wenig Metall-Energie vorhanden ist:

- Dilettantisch
- Schlampig, unklar

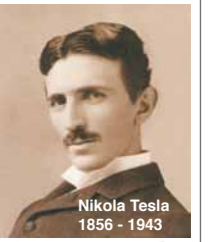
Besteht ein Mangel im Metall, dann können wir die Dinge nicht auf den Punkt bringen (zentripetale Kraft), d.h. wir sind ungenau und schlampig.

Weiters sind wir bei einem Mangel im Metall zu offen gegenüber Einflüssen von außen (pathogene Faktoren), die Kraft, die uns zusammenhält, ist zu schwach. Das sogenannte Abwehr-Qi, welches von der Lungenenergie gespeist wird und uns vor äußeren Einflüssen schützt, ist zu schwach. Das Abwehr-Qi ist die Energie, die an äußerster Oberfläche zirkuliert und eine natürliche Barriere gegen äußere Einflüsse bildet. Gerade bei einer Übersensibilität und leichter Beeindruckbarkeit, was auch mit einer größeren Infektanfälligkeit einhergehen kann, wird die Stärkung des Abwehr-Qis eine Verbesserung der Situation bringen.

Wenn zu wenig Metall vorhanden ist, empfehlen sich Übungen der Reduktion und der Genauigkeit. Am besten analysieren Sie Ihre Handlungen, Ihre Gedanken und Ihre Worte und streichen alles weg, was überflüssig ist. Übrig bleibt das, was wirklich wesentlich ist. Ständige Analyse und Präzisierung bringt schließlich zur Meisterschaft. Man konzentriert sich

## 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)**.



Nikola Tesla  
1856 - 1943



**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!**

**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



**WWW.TESLAPLATTEN.CH**

auf Details und bringt das, was man tut, sagt oder denkt schließlich auf den „Punkt“.

### Ein Persönlichkeitsmuster aus dem Metall-Element als Beispiel:

### DER PEDANT

Hier handelt es sich um ein Muster, welches sehr stark die metallische Komponente der Genauigkeit, der Fixierung auf Details im Vordergrund hat. Der Betreffende findet jedes Haar in der Suppe und hält es sich selbst und anderen in harter, kritisierender Weise vor. Es geht um das Einhalten von Gesetzmäßigkeiten, die der Kritiker selbst bestimmt und auch nicht gewillt ist zu überprüfen bzw. gar zu ändern. Bei ihm kommen Eigenschaften wie Herzlichkeit, Kontaktfreudigkeit zu kurz, das Kritisieren steht im Vordergrund.

Man verfügt über eine außerordentliche Sorgfalt und Genauigkeit, die in vielen Berufen sicherlich sehr von Vorteil ist, wo es um Details und Genauigkeit geht.

Gespeist wird diese Sorgfalt aus einer Angst heraus, man könnte etwas übersehen, etwas was potentiell Schaden verursachend ist.

Nähere Infos zu weiteren Persönlichkeitsmustern finden Sie im Buch „Meistere Dich selbst! - Persönlichkeitsentwicklung auf Basis der TCM“.

Im nächsten Heft – im letzten Teil dieser Serie – werden wir uns dem Element Wasser zuwenden. ■

### 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.triebel@breakfree.at](mailto:uwe.triebel@breakfree.at)  
[www.breakfree.at](http://www.breakfree.at)