

Din guide till *de fem elementen*

Eldelementet

Jordelementet

Träelementet

Metallelementet

Vattenelementet



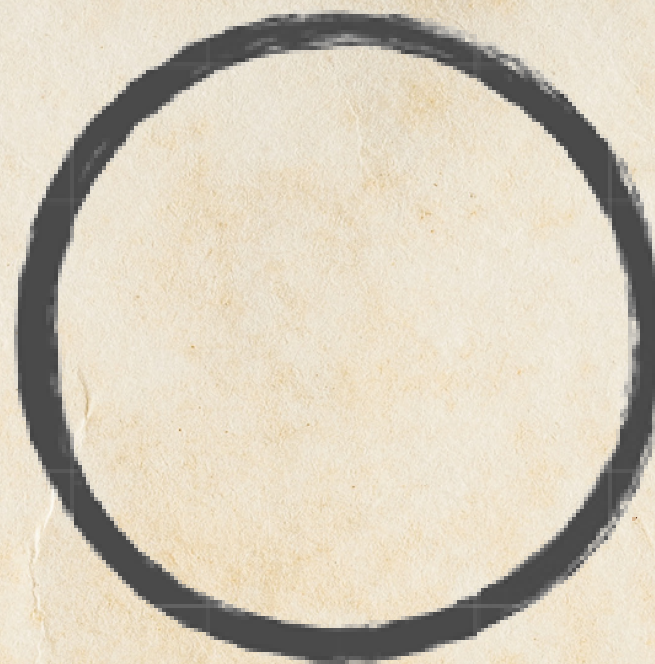


Vatten: Natt, vinter, död och tiden före födelsen

Vattenelementet är den energi som råder på natten, då det är mörkt och tyst och då vi under sömnen befinner oss i drömmarnas land utan kontakt med det dagliga livets praktiska verklighet. Detta element representerar vintern, då djuren går i ide och alla frön ligger gömda långt nere i den kalla, våta, näringsrika jorden för att samla kraft inför våren.

Det representerar mysteriet i livet efter detta, men också tiden före födelsen då barnet lugnt och stilla växer till sig i livmoders fostervatten. Vi kan också förstå vattenelementet genom att iaktta det i vår egen natur. Vilka är vattnets egenskaper? Havet är djupt, mörkt och kraftfullt och vågorna slår oavbrutet in över land utan att de går att stoppa. När flodvattnet träffar på en klippa hindras det inte utan fortsätter bara att strömma runt den. Vattenelementet är oerhört starkt, samtidigt som det utövar sin kraft utan ansträngning. Det strömmar bara vidare. Vattnets rörelser är flytande och flödande, samtidigt som det besitter en enorm och osynlig potential.

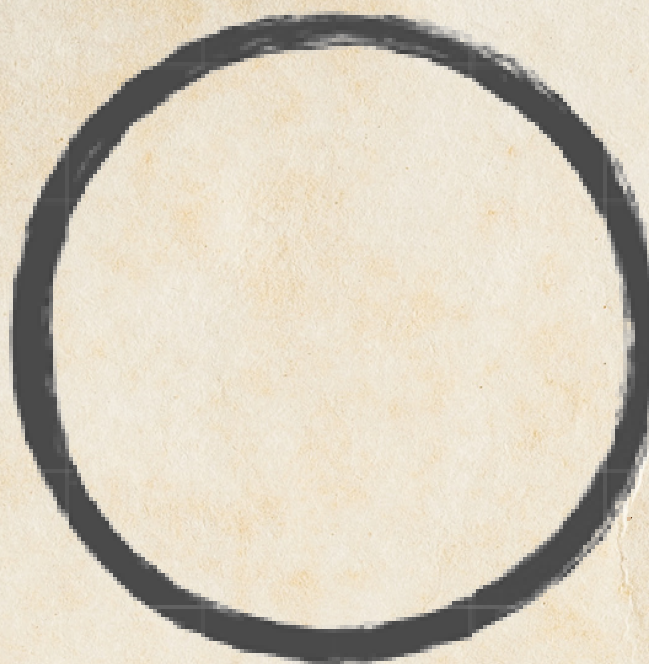
Trä: Morgon, vår, födelse och barndom



Träelementet representerar morgonen, då vi har fått en god natts sömn och kan möta dagen med nya ögon, redo att engagera oss och få saker gjorda. Detta element är också vårens starka livskraft, då hela naturen slår ut och nytt liv uppstår. Ett litet frö som gror har en sådan stark drivkraft att leva att det kan bryta sig upp genom asfalten i sin önskan att nå upp till solljuset. Träelementet representerar också fostret som tränger sig igenom födelsekanalen för att komma ut i livet, liksom det lilla barnet med dess livliga och outtröttliga energi. Vi kan känna igen träelementets energi genom att iaktta träden. Ett träd som växer sig högt har en stam som sträcker sig uppåt i en vertikal linje. Alla träd och växter har ett aktivt "driv" inbyggt i sig – och det är så det är meningen att de ska bete sig.

Medan vattnet har en flödande rörelse som handlar om att "vara", representerar träelementet en stark uppåtgående rörelse som handlar om att "göra" och att gå till aktiv handling.

Eld: Middagstid, sommar och livets höjdpunkt



Eldelementet representerar dagens höjdpunkt då solen står som högst på himlen och värmen är som starkast. Mitt på dagen har vi oftast många bollar i luften och flera projekt på gång samtidigt. Elden representerar också sommaren, då hela naturen står i blom och solen är uppe flest timmar om dygnet, så att vi även mot dagens slut kan roa oss med sådant som grillkvällar och strandpartyn. Det här är också den period i livet då vi har blivit helt och hållet vuxna, då vi flyttar hemifrån och söker nya och spännande upplevelser. Elden visar oss vilka egenskaper det här elementet har. En brasa i eldstaden värmer våra hjärtan och höjer humöret. De fladdrande lågorna vilar aldrig utan rör sig hela tiden. Bränder kan sprida sig i naturen och söka efter nya saker att bränna upp. Att titta på fyrverkerier känns roligt, spännande och upplyftande. Eldens rörelse sträcker sig utåt i en allt snabbare expansion.



Jord: Eftermiddag, sensommar/tidig höst och medelålder

Jordelementet bär på eftermiddagens energi – en långsammare period då vi mätta och nöjda återgår till arbetet efter lunchpausen. Nu vill vi helst ta det lugnt och inte behöva arbeta lika intensivt som vi gjorde på förmiddagen. Historiskt sett har den här årstiden varit skördetiden, då man hade rikligt med mat och kunde vila efter allt det hårda arbetet med odling och skörd. Jordelementet representerar också medelåldern, då vi redan har hunnit åstadkomma en hel del och därmed inte har lika stark drivkraft. Vid det här laget har vi oftast bostad, familj och vänner som vi vill ägna mer tid åt att njuta av och umgås med. Vi kan förstå jordelementet genom att titta på själva jorden. Marken är en solid grund under våra fötter som ger oss en känsla av stabilitet. Jordmånen ger näring till växternas frön och ger dem kraft att växa sig stora och starka, så att de kan blomma och bära frukt. Vi säger att vi är ”grundade” när vi känner oss trygga och centrerade. Jordelementet har en nedåtgående rörelse som får energin att lägga sig och den handlar om att slå av på takten och gå in i ett lugnare tempo.



Metall: Tidig kväll, senhöst och ålderdom

Metallelementet representerar slutet av dagen, då vi röjer upp på arbetet och gör oss redo att gå hem för kvällen. Det representerar senhösten när träden tappar sina löv och hela naturen tycks vissna bort och falla i sömn.

Det handlar också om ålderdomen, då vår energi avtar och vi behöver spara på krafterna. I den här fasen är vi medvetna om att livet närmar sig sitt slut, och när vi betraktar solnedgången tillsammans med vår livskamrat eller leker med barnbarnen tänker vi kanske: Det här kan vara sista gången, vilket får oss att uppskatta varje ögonblick ännu mer.

Vi kan iaktta naturen för att se egenskaperna hos metallelementet. Det representeras av malmen, som kan innehålla ädelmetaller såsom guld och silver som är mycket eftertraktade och högt värderade i alla kulturer. Metallelementet förknippas också med stenar och kristaller, som är mycket kompakta, hårda och oböjliga. I naturen går metallelementets rörelse inåt, och det representerar också sådana företeelser som sammandragning och tilltagande hårdhet samt till sist den tidpunkt då det är dags att släppa taget.