

Die fünf Wandlungsphasen (Elemente)

Wandlungsphase	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Yin Funktionskreis	Leber	Herz	Milz/Pankreas	Lunge	Nieren
Organuhr (aktive Phase)	01:00 - 03:00	11:00 - 13:00	09:00 - 11:00	03:00 - 05:00	17:00 - 19:00
Yang Funktionskreis	Gallenblase	Kreislauf	Magen	Dickdarm	Blase
Organuhr (aktive Phase)	23:00 - 01:00	19:00 - 21:00	07:00 - 09:00	05:00 - 07:00	15:00 - 17:00
Sinnesorgan / Körperöffnung	Augen	Zunge	Mund	Nase	Ohren
Sinnesfunktion	sehen	sprechen	schmecken	riechen	hören
Körperteile / Gewebe	Muskel, Sehnen, Nägel, Knorpel	Blutgefäße	Lippen	Haut, Körperhaare	Knochen, Mark, Kopfhaare
Körperflüssigkeit	Tränen	Schweiß	Speichel	Flüssigkeit in der Lunge, Schleim	Urin, Speichel b. Liebe
Geschmack	sauer	bitter	süß	scharf	salzig
Geruch	ranzig, säuerlich	verbrannt	duftend	penetrant	verwesend, faulig
Jahreszeit	Frühling	Sommer	Spätsommer	Herbst	Winter
Klimafaktor	Wind	Hitze	Feuchtigkeit	Trockenheit	Kälte
Himmelsrichtung	Osten	Süden	Mitte	Westen	Norden
Tageszeit	Morgen	Mittag	Nachmittag	Abend	Nacht
Energierichtung	Aufsteigend	Ausbreitend	Alle	Absteigend	Zusammenziehend
Farbe	Grün	Rot	Gelb/braun	Weiß	Blau
Negative Emotion / Eigenschaft	Wut, Zorn, Ärger, Agression	Ungeduld, Arroganz, Eile, Hast, Grausamkeit, Gewalt	Grübeln, Sorge, Ängstlichkeit	Kummer, Trauer, Leid, Unaufrichtigkeit	Angst, Furcht, Schock, Panik
Positive Gefühle / Eigenschaft	Freundlichkeit, Geduld	Freude, Aufrichtigkeit, Begeisterung	Fairness, Mitgefühl, Zentrierung	Gerechtigkeit, Mut, Loslassen, Leere	Sanftheit, Aufmerksamkeit, Stille
Emotionaler Ausdruck	Schreien	Sprechen, lachen	Singen, raunzen	Schluchzen, Weinen	Stöhnen, Klagen