

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

Beş Element



Zeynep Sevil Günen
Okudu kitap

Beş Element



Yazan
Zeynep Sevil Güven

... ÖTESİ

Sonsuzluğun ötesi içinizdedir

İÇİNDEKİLER

Beş Mevsim	7
Beş Element	9
Ağaç	12
Ateş	19
Toprak	28
Metal	35
Su	44
Elementler ve İlgili Organlar	51
Elementinizi Saptamak	53
Beş Element Dengesi	83
Beş Elementin Karşılıklı Etkileşimleri	101
Beş Elementin Cinsel Yaşamları	107
Ek	
Qi	124
Yin/Yang	127

Sonsuzluğun ötesi içinizdedir



Beş Mevsim

Yıllar boyunca coğrafya derslerinde bizlere bir yılda dört mevsim olduğu öğretilirdi. Geleneksel Çin tıbbi dersleri almaya başladığımda ise, bir beşinci mevsim ile karşılaştım. Doğrusunu isterseniz, bu kavramla ilk tanıştığımda oldukça şaşırılmış hatta garipsemiştim de. Bu beş mevsimin her biri de ayrı bir element ile ilişkilendiriliyordu. Bu bilgiye göre mevsimler şöyle sıralanıyorlardı:

Ağaç	: İlkbahar
Ateş	: Yaz
Toprak	: Yaz sonu
Metal	: Sonbahar
Su	: Kış

Yaz sonunun ayrı bir mevsim olarak ele alınması size de garip gelebilir. Ancak şöyle bir düşünün, bildiğimiz her mevsim doğa üzerinde ayrı bir etki yaratırken, yazın sonlarına doğru olan bir devrede sanki doğa da tatile girmektedir. Bir yandan yaz devam etmektedir, öte yandan doğa tüm devinimlerini durdurmuş gibidir. Hava sakin ve dingindir genellikle. Artık hasat yaklaşmıştır ve toprak, üzerindeki ekini beslemek zorunda değildir. İşte tam bu zamana “yaz sonu” veya “pastırma yazı” adı verilmektedir.

Bu dönemde, besleyici toprak enerjisi, kendini dinlendirebilmek üzere ön plana çıkar. Toprak döneminde doğada doğum, gelişme, olgunlaşma ya da ölüm yoktur. Her şey sonsuz şimdinin huzur ve bolluğuyla dolu gibidir.

Yaz sonu, besleyici toprağın kendisini dinlendirdiği, beslediği dönemdir. Şimdi bu beş mevsimle ilişkili beş elementin insanlar üzerindeki etkilerini araştırmaya başlayabiliriz.

-



Beş Element

Beş element teorisi, insanın makrokosmosun (evrenin) mikro bir örneği olduğunu, makrokosmos içinde var olan her geçişin, mikrokosmos için de geçerli olması gerektiğini savunmaktadır. Zihin/ruh/beden üçlemesinden oluşan insanın içinde, evrende bulunan her şeyin bir parçası bulunduğu varsayılır. Hatta, varolan her şeyin, bütünün küçük bir modeli olduğu kabul görmektedir. Bir çiçeğin çok sayıda polene sahip olduğu gibi, tek bir polen de içinde, pek çok sayıda polene sahip olan bir çiçeği barındırır. Bir ağaç, binlerce tohum içeren yüzlerce meyveye sahiptir ama her tohumun içinde de binlerce tohuma sahip başka bir ağaç bulunmaktadır. Bu açıdan bakıldığında her ağaç, potansiyel bir orman, her çiçek bir limonluktur diyebiliriz.

Bu teoriye göre, gördüğümüz biçimler, uzun yaşam yolu içinde bulunan, değişim dönüşüm çeşitli istasyonlarında beklemekte olan varlıklardan başka bir şey değildir. Tohum toprağa girmeyi bekleyen bir bitkidir ilk gördüğümüzde. Daha sonra toprağa girer, biz onu artık görmeyiz ama zamanı geldiğinde kırılıp parçalanacak ve filiz verecek bir varlık olduğunu biliriz da-ima. Sonra beklediğimiz oluşur. Aynı tohum, gelişme istasyonunda, büyüüp serpmeyi bekleyen bir filizdir artık. Bir sonraki istasyon, kendini başkalarının seçimine sunma istasyonudur. O artık bir sebzedir ve sonunun ne olacağı, kendisiyle ilgilenen

bir başka varlığın seçimine bağlıdır. Ya yeniden çekirdekleri toplanıp toprağa girecektir ya da bir insan veya hayvanın kanındaki bir minerale, bir vitamine ya da daha başka bir şeye dönüşecektir. Bu böyle sürüp gider...

Teori, var olan her şeyin, başkalarını beslemek için var olduğunu savunur. Elbette, sırası geldiğinde, kendisi de başkaları tarafından beslenecektir. Bu açıdan baktığımızda, doğa içinde var olan varlıkların görevi, yaşam alıp vermektir diyebiliriz. Yaşam yalnızca madde değildir. Zihin, ruh, istek ve arzular, beklentiler/sunular, sorunlar/çözümler, kısaca var olan her şey bir arada yaşamı oluşturmaktadır.

Söz konusu olan “beş element”ten her biri ayrı bir bekleme istasyonunu temsil eder. Çin kozmolojisine göre, yaşamın hareketi “bir nehir üstünde devinip duran bir top” gibidir. Aynı top, bazen bir rüzgarın etkisiyle hızlı devinirken (yang), yumuşak bir iklimde, salına salına gezinir (yin). Yin-yang* devresi, karşıt güçler arasındaki gidiş gelişleri sembolize ederken, beş element teorisi, aynı güçlerin beş geçiş sürecini temsil eder. Bir anlamda, beş element teorisi, olayların “başlama, ilerleme, gelişme, yorulma ve sona erme süreci”ni temsil etmektedir. Yin-yang, aydınlık ve karanlığı anlatırken, beş element, varlıklarda bu iki devre arasında oluşa gelen şekil, karakter ve renk ayrımlarını etkilemektedir.

Beş elementin birbirleri arasında süre giden etkileşimler, bedenimizi hem içten hem de dıştan etkiler. Günün saatleri, ayın günleri, yılın mevsimleri hep beş elementten birinin diğerlerine oranla daha baskın olmasından etkilenir. Ayrıca her organ bir elementin etkisi altındadır.

Her insanın doğum yer ve zamanı farklıdır. Tıpkı Batı astrolojisinde olduğu gibi, Çin astrolojisinde de kişinin doğduğu za-

*Yin yang kavramına ilişkin açıklamayı kitabın ek bölümünde bulabilirsiniz.

man ve mekana göre var olan elementlerden biri diğerlerine oranla daha baskın olacak ve o kişinin yaşamı içinde, deneyimlerini, alacağı kararları, seçimlerini ve ilişkilerini doğrudan etkileyecektir. Bununla birlikte, Çinliler, insanın doğumunu rahme düşülen an olarak kabul ederler. İnsanın rahme düştüğü anın hatasız bilinmesi çok zor olduğundan ilgili kişinin elementini saptayabilmek için teoriyi ve elementlerin etkilerini çok iyi anlamak gerekmektedir. Gelin şimdi elementleri tanıyalım.

AĞAÇ

İlgili organlar	: Karaciğer (Yin) Safra Kesesi (Yang)
İlgili mevsim	: İlkbahar
İlgili saat	: Şafak vakti 06.00 - 12.00

Ağaç insanları, tıpkı ilkbaharda doğada olduğu gibi, yaşam içinde sürekli olarak biçim değişikliği yaratırlar. “Lider” ruhlu-
durlar. Dokundukları her şeyi değişim/dönüşüm sürecine katıl-
maya mecbur ederler. Aynı zamanda fatih ruhludurlar. Evinizi,
gönlünüzü, işyerinizi ya da elde etmeye karar verdikleri her ne
ise, ne yapar eder fethederler.

Dünya üstünde var olan en işsever tipler, ağaç elementinin
etkisi altında çalışan tiplerdir. Sakın onlardan sizi sevmesini
beklemeyin. O kimseyi bütün benliği ile sevmez (aslında ken-
disini bile pek sevmez). Eğer bir ağaç insanı ile iyi ilişkiler kur-
mak ve bunu sürdürmek istiyorsanız, yapacağınız tek şey onu
çalıştırmak olmalıdır. Elinde yapacak işi olduğu sürece mutlu
olacaktır. İş bitip sıkılmaya başladığı anda size el atmaktan çe-
kinmeyecektir. En büyük özelliklerinden biri “meydan oku-
ma”dır. Sizin kendisi için ne anlam taşıdığının hiçbir önemi
yoktur. Elllerinde iş yoksa, sizi eleştirecek, kusurlarınızı göstere-
cek, daha iyiye, daha doğruya ulaşmanız gerektiği (ondan başka
kimse doğruyu ve iyiyi bilmez) konusunda sizi uyaracaktır. İti-

razlarınız, kavga etmekten başka hiçbir işe yaramayacaktır. Havanın ısındığını hissettiğiniz anda ona yapacak bir iş verin, en iyiyi, en güzeli başarmak adına saatlerce işi ile oyalanacak, sizi rahat bırakacaktır.

Ağaçların metafizikle, ruhbilimle ya da benzeri somut olmayan konularla en küçük bir bağlantıları yoktur. Asla psikolojik danışmanlık almadıkları gibi, bu tür arayışlar içinde olan kişilerle dalga geçtikleri de sıkça karşılaşılan bir olgudur.

Bu insanların ciddi bir dinleme sorunları vardır. Siz kendileriyle konuşurken, çoğunlukla sizi dinlemezler. Eee... ne de olsa, hiç kimse hiçbir şeyi onlardan daha iyi bilemez. Hani olur da, sizin kendisinden daha bilgili olduğunuz bir konunun varlığını sezinlerlerse çok şaşırırlar. Bununla birlikte, bu, ağacın sizin hakkınızdaki yargısını değiştirmeyecektir. Söylediklerinizin ne ölçüde doğru olduğunun hiçbir önemi yoktur. O sizi dinlemeyecek, kendi bildiğini okumayı sürdürecektir. Sizinle sohbet edebilmesinin tek yolu kendisinin iyi bildiği bir konuda konuşulması ve söyleşiyi idare eden taraf olmasıdır. Böylece, sizin bilginiz hangi aşamada olursa olsun pek söz alma şansını yakalayamazsınız.

Böyle bir insanla söyleşiyor ve düşüncelerini doğru bulmuyorsanız, kendi görüşünüzü kendinize saklamanızı salık veririm. Kendisine karşı gelinmesi durumunda hemen öfkelenir. Öfke nedeniyle düşecek olan enerji seviyesini yükseltmek için yine sizin enerjinizden yararlanır, açıkçası, sizin enerjinizi çalar. Tartışmanın sonunda o enerji anlamında çok daha güçlenirken siz kendinizi suyu sıkılıp posası kalmış limon kabuğu gibi hissedersiniz.

Tartışmanın alevlenmeye başladığını gördüğünüzde yapacağınız şey, “tamam, sen bilirsin” deyip, olanaklar izin veriyorsa kendisine yeni bir görev vermeniz olmalıdır. Sürekli olarak meşgul olmak, onun en fazla istediği şeydir. Özellikle üstesinden gelmesi gereken zor bir görev verecek olursanız, doğuştan sahip olduğu fetih duygusunu elindeki işe yöneltecek, sizin enerjinizi rahat bırakacaktır. Satır aralarında “işte sana bir görev, ama bu

seferki çok zor, sen bunu başaramazsın” diyeceğiniz bir iş, onun “en büyük benim, en başarılı benim, benden başka kimse bunu başaramaz” duygularını kamçılایacağından son derece mutlu ve sevinçli bir biçimde o işe koşacaktır.

Ağacın en başarılı olacağı mesleklerden biri de ekonomidir. Doğasında var olan bu yetenek (cimrilik)! zamanı, parayı ve enerjiyi daima ekonomik olarak kullanmasına sebep olur.

Ağaç insanları bilinmeyenden nefret eder. Kader onlar için ne getireceği bilinmez bir olgudur ve kader sözcüğü bile onları öfke girdaplarına atmaya yetecektir (aslında kaderin yenilmez olduğuna inanırlar ama yenilgiyi kabul edebilmek onlara göre değildir). Bu tipler, aralıksız olarak kadere karşı aslında içi bomboş olan bir savaş vermektedirler.

Herhangi bir sorun karşısında oturup bir strateji planlar ve bu plana uygun bir biçimde bir savaşım başlatırlar. Ancak, kimseyi dinleme özellikleri olmadığından kurmuş oldukları planın bir adım bile dışına çıkmazlar.

Bu insanlar, yaşamlarının başından sonuna -“bağımsız” olmayı yeğler. Evlilik ya da başka ilişkiler onların bağımsızlığına ket vurur duruma gelmemelidir. Aksi halde ilişkiyi bitirmekten asla çekinmeyeceklerdir. Unutmamalı ki, ağaç insanı macera ve işte başarı için yaşar. Bu yaşam biçimlerine engel olabilecek her şey ayak bağıdır ve hemen silkelenip atılmalıdır. Ancak ebeveyn olarak gereken tüm sorumluluğu seve seve üstlenir, çocuklarının en iyi koşullarda yetişmeleri için gereken neyse hemen ve koşulsuzca yaparlar.

Son derece zeki, kurnaz kişilerdir. Bu özellikleri nedeniyle hangi ortama girerlerse girsinler, kolayca uyum sağlarlar (yeter ki uyum sağlamayı istesinler). Zekaları, kurnazlıkları ve bağımsızlıkları, şartlar ne olursa olsun istediklerini elde etmeleri konusunda en büyük yardımcılarıdır. Asla sınır tanımazlar. Herhangi bir işi başarma konusunda kendi yetersizliklerini ayımsadıklarında önlerindeki yolun ne denli zor ve uzun olduğunun hiçbir

önemi olmaz. Eğitim almaları gereken konuda mutlaka kendilerini geliştirirler.

Ağaç tipleri, geniş, rahat ortamlardan hoşlanırlar. Özellikle açık havada, kendilerine hareket özgürlüğü sağlayan yerlerde bulunmayı yeğlerler. Büyük evler, geniş salonlar, abartılı işyerleri onlar içindir. Önlerinde engel olması, dar ve fazla eşyalı odalarda yaşamaya zorlanmak bu insanları öfke krizlerine sokmak için yeterli sebep olabilir pekala.

Ağaçlar, henüz haritada görünemeyecek kadar yeni yollarda gezinti yapmaktan, yeni yerler keşfetmekten çok büyük zevk alır. Vahşi ormanlarda gezinirken kendilerini evlerinden bile daha rahat hissedebilirler.

Geniş alanlarda bulunmak o denli hoşlarına gider ki, astronot olup uzayın boşluklarında gezinti yapmayı bile seçebilirler (bunu iyi becerirler).

Çalışmadıkları zamanlarda özellikle açık havada spor yapmayı, sinemada en iyi filmi izlemeye yeğlerler. Bu özellikleri nedeniyle kasları çok gelişmiştir.

Onların bu açık alan ve spor sevgisi, yeni yerler keşfeden, yeni yaşam biçimlerini araştıran, açık denizlerde macera peşinde koşan, dağcılık, rafting, bungee jumping ya da benzeri sporları yapan gruplara katılıp çok kısa bir süre sonra bu gruplara liderlik yapabilecek kadar başarılı olmalarına yardımcı olacaktır. Yeni spor aktiviteleri, birincilikler, hatta rekorlar onların tekelindedir adeta. Ağaçların yeni olandan büyülenme derecesinde hoşlanmaları, henüz bilinmeyen keşfetme konusunda bu denli meraklı olmaları insanlık adına bir kazanç sayılabilir elbette. Ancak, yeniliklerin peşinde koşmak, eskiyi yenilemek/geliştirmek arzuları o denli fazladır ki, böyle bir insanla özel ilişki kurmak, karşı taraf için bir işkence olabilir. Ağaç insanı, hiç durmaksızın devrim yaratma peşinde olduğundan sizi çok fazla yoracaktır. Hiçbir şey yapamazsa, insanları örgütleyip devrimi gerçekleştirmeleri konusunda ikna etmeye çaba göstermeyi sürdürecektir.

Ağaç insanı ile birlikte iseniz, hele bir de cilveleşmekten, kur yapılmasından hoşlanan bir tipseniz, mutsuz bir yaşama adım attınız demektir. Ağaç insanları karşısındaki insana kur yapmayı zaman kaybı olarak değerlendirir. Zaman onlar için en önemli şeydir. Alışverişte, eğlence yerinde ya da fiziksel olmayan herhangi bir etkinlikte geçirilen zaman, kaybedilmiş zamandır.

Cinsellik mi? O da bir tür fiziksel çalışmadır. Ön sevişme beklentiniz varsa, ağaç insanı ile birlikte olmaktan vazgeçmelisiniz. Kendisi etkin durumda olduğu sürece, çok uzun saatler boyunca seks yapabilirsiniz, ancak, ruhen tatmin olmayı bekliyorsanız, işiniz çok zor demektir.

Ağaç insanını betimlemek için “onlar rüzgar gibi güçlü ve inatçı, genç fidan gibi sağlam ve esnektir” deyiimi kullanılır.

Özellikle çocukluk yıllarında tacize uğramış, başkaları tarafından kullanılmış olmaları olasılığı çok yüksektir. Çalışma enerjilerinin yüksek olmasının başkaları tarafından ayıramsandığı durumlarda, bir çocuğun başarabileceği bütün işler kendilerine yaptırılmış olduğundan, içlerinde belli bir eziklik duygusu taşırlar. Bu duygu daha sonra öfkeye dönüşür. Bu öfke enerjisini doğa sevgisi ve çevrecilik dürtüleriyle birleştiren ağaç tipleri, insanlar tarafından kolayca taciz edilen hayvanlara karşı bir şefkat duygusu taşıdıklarından, hayvanları koruma gruplarında etkin olarak görev alabilirler (aslında takım çalışmasını sevmezler ama önder olmaları koşuluyla bu görevi severek yerine getirirler).

Fiziksel olarak bir ağaç insanını ayırt etmek son derece kolaydır. Bu insanların ne denli şişmanlamış olmalarının hiçbir önemi yoktur, kollarında, özellikle bileklerinin iç altında, diğer insanlarda asla göremeyeceğiniz bir kas vardır. Ayrıca, karınlarında, altılı kola paketinin yandan görünüşünü andıran üç boğumlu bir kas bulunur. Eğer element dengelerinde herhangi bir aksama yoksa karınları mutlaka dümdüzdür. Ya kavak ağacı gibi ince ve uzun olurlar ya da maki gibi kısa ve tıknaz ama her

zaman zayıftırlar. Şişmanlamış olmaları bedensel enerji dengelerinin bozulduğuna işaret eder.

El ve ayak parmakları, kalın ve kısa ya da kalın ve uzundur. Ancak ağaç gövdesini andırırcasına girintili çıkıntılı bir yapısı vardır. Özellikle parmakların avuç ile birleştiği noktadan yukarı doğru bulunan ilk boğumun olduğu bölge ya diğer boğumlara oranla kalın ve enlidir ya da daha ince ve ensizdir. Aralıksız olarak ellerini açma kapama işlemi yaparlar. Bu işlemi yaptıkları zamanlarda, kollarındaki damarlar belirginleşir, açıkça gözle görülür bir hal alır.

Ağaç insanların kalın ve düz kaşları vardır. Kaşları ne kadar kalın ve ne kadar düzse o oranda inatçı olurlar.

Ciltlerinde belli belirsiz bir kahverengi (güneş yanığını andırır) ton bulunmaktadır. Bu kahverengilik özellikle göğüslerinin boyna yakın olan kısımda belirgindir. Felsefe ile hemen hiç ilişkisi bulunmayan ağaçların alınları dar olur.

Ağaç insanı aşırı yorgun olduğu ve terlediği zamanlarda bedeninde ekşi sütü andıran keskin bir koku oluşur.

Ağaç tipini kısaca tanıtmak gerekirse şu özellikleri sıralanabilir:

- Esneklik
- Dikdörtgen beden
- Kaslı vücut
- Kalın deri
- Bronz yüz tonu
- Güçlü eller ve ayaklar
- İnce bacaklar
- Kaslı bacaklar

Kişiliklerinin anahtar sözcükleri:

- Çok etkin

- Çok yoğun
- Rekabet sever
- Öncü
- Hevesli
- Enerjik
- Öfkeli
- Saldırgan
- Savunan
- Fetheden

Ağaç insanlarının en sık karşılaştıkları sorunlar:

- Baş ağrıları
- Ensenin yan taraflarında ağrılar
- Migren
- Yüz sinirlerinde ağrılar
- Sinir sisteminde aşırı çalışma
- Yüksek tansiyon
- Abartılı cinsel yaşam
- Sancılı adet
- Menopoz dönemi belirtileri
- Parkinson
- Sık sık küçük kazalar yapmak, sakarlık
- Uyuşturucu, alkol, sigara bağımlılığı

Yaşam amaçları ve ulaşma yolları:

- Bir amaca hizmet etmek
 - Dünya barışı için çabalamak
 - Tüm dünyada açlıkla savaşmak
 - Hayvanları korumak
 - Doğayı korumak
 - Tek başına başarmak
 - Kişisel spor etkinliklerinde başarmak
- (Bütün bunlarla birlikte yine de kendileri için yaşarlar)

ATEŞ

İlgili organ	: Kalp (Yin) İnce bağırsak (Yang)
İlgili mevsim	: Yaz
İlgili saat	: 12:00 - 18:00

Ateş insanları tıpkı yaz mevsimi gibi çevrelerine ışıık, sıcaklık ve neşe saçarlar. Girdikleri ortamları o denli ısıtırlar ki, kısa bir süre sonra çevrede bulunan tüm insanlar adeta büyülenmişçesine sıcak ve neşeli ateş insanına doğru çekilir.

Bitkilerin ve ağaçların meyvelerini vermeye, hayvanların kırlarda koşup oynamaya başladıkları zaman, ateş elementinin en yüksek noktaya ulaştığı zamandır. Tıpkı doğa gibi insan da yaz döneminde daha canlı ve daha neşeli bir havaya bürünür ve potansiyelinin en üst seviyesine ulaşacak güce kavuşur.

Ateş insanı da aynen yaz mevsimi gibidir. Yanında bulunduğu insanlara canlılık ve neşe enerjisini doğal bir biçimde sunarak onların en yüksek kapasiteye ulaşmalarını sağlar. Bu, ateş insanının özel bir çaba göstermesine değil, onda var olan yüksek enerjinin kendiliğinden çevreye yayılmasına bağlı bir gelişmedir.

Yaz mevsimi, yang enerjinin etkisi altındadır. Ateş insanı da, yang yani etkin, sıcak, canlıdır. Ateşler, vermeyi seven insanlardır. Verirken de gereğince alırlar. Ancak almak için özel bir çabaları yoktur. Bu onların yayılan, genişleyen, aydınlatan, dostça

ve sıcak enerjilerinin, diğer insanlar üzerinde yarattıkları enerjilerin doğal getirisi, geri dönüşüdür.

Ateş insanının temel modeline (arketip) “büyücü” unvanı verilmiştir. Büyücü, tamamen kendine özgü, alışlagelmişin çok ötesinde yöntemlerle dünya ateşini yakar. Bu ateş, insanların aşırı kişisel hırslarının bütününe yararına olacak şekilde başarma arzusuna dönüşmesini sağlayan güçtür. Kişisel hırslar, ateş enerjisinin etkisiyle bir anlamda tüme hizmet edecek tanrısal birer hedef haline gelir. Artı ile eksinin eşit oranda birbirleriyle kaynaşmasından kaynaklanan ışık, ateş enerjisinin görünen biçimidir. Kadın ile erkeğin birleşmesinden oluşan yeni hayatta (çocuk gibi) onların ateşini temsil eder. Büyücü de iki ayrı gücü ele alıp bir araya getirme yoluyla aralarındaki ayrılığı giderir ve yeni ve tek bir gücün oluşmasını sağlar. Öylesine heyecanlı ve sevgi doludur ki, bu duyguların enerjileri, iki ayrı gücün birleşimiyle ortaya eylem enerjisinin çıkmasını sağlar. Büyücünün bu cesaret verici, canlandırıcı, hızlandırıcı enerjisi, dünyaya ışığın ayrışmasından kaynaklanan sevgi ve bilgeliğin gelmesini sağlamaktadır.

Kendilerine -haklı olarak- büyücu unvanının yakıştırıldığı ateş insanları, inanılmaz bir ikna yeteneğine sahiptir. Bilgileri olan her konuda kendi fikirlerini başkalarına kolayca kabul ettirme özellikleri vardır. Bu özellikleri nedeniyle satıcılık, pazarlamacılık, reklamcılık ve benzeri ikna yeteneği gerektiren tüm meslekler, ateş insanları için çok başarılı olacakları konulardır.

Onlar, sattıkları ürün ne olursa olsun, önce kendileri kullanıp tüm özelliklerini öğrenen, yararlarına önce kendileri inanan tiplerdir. Bundan sonrası zaten çok kolaydır. İkna yetenekleri ve bilgileri sayesinde sıradan bir pazarlamacı gibi ellerinde var olan ürünü satmakla kalmayıp ürün hakkında öyle çok bilgi sunarlar ki, ürünü alıp kullanmak için evinize koşarak gidirsiniz. Artık siz de söz konusu ürünün ateşli bir savunucu olmuştunuzdur. Oysa, ürününüz öyle düşündürüldüğünüz ölçüde özel olma-

yabilir. Ateşin büyüü, ürününüze de sihir katmıştır yalnızca. Bununla birlikte, satın aldığınız ürünün gerçekten kaliteli olduğundan emin olabilirsiniz. Onu uzun yıllar boyunca, onarım gerektirmeyecek şekilde kullanabilirsiniz. Hızlı satıcı olan ateş, aynı zamanda inanmadığı, güvenmediği, kalitesiz bir ürünün pazarlamasını yapmayacak kadar dürüsttür de.

Bu insanlar, özellikle gereksinme duydukları şeylerden korkarlar. İstedikleri şeyi itiraf etmekte zorlanır, hatta kendilerine sunulması durumunda karşı bile gelirler. Çok canlı, çok enerjik olmalarına karşın, kendilerine özellikle gereksinmelerine en iyi yanıtı verecek bir iş/görev sunulduğunda paniklemeye başlarlar.

Yaşam içinde binlerce konuda deneyim sahibi olmaları, aşırı derecede meraklı olmaları ve maceracı yapılarından kaynaklanır. Ancak, merakları daima yüzeysel olduğundan hemen hiçbir konuda derinlemesine bilgi sahibi olmazlar.

Tıpkı anında parlayıp kısa zamanda sönen ateş gibi, onların da ilgisi çabuk parlayıp heveslerini aldıkları anda sona erer. Onların bu iniş çıkışları, canlılıkları, hareketlilikleri karşısında, özellikle ateş elementi düşük olan tipler çabucak yorulur. Oysa, böylesi karmaşık ve canlı bir yaşam ateşler için “olmazsa olmaz” koşuldur. Sabit ve tekdüze bir yaşam onları sıkacak, ateşlerinin düşmesine neden olacak, dolayısıyla kalp enerjileri zayıflayacaktır.

Ateş “hemen şimdi burada” insanıdır. Elde etmek için beklemek zorunda kalırsa kalbine ciddi anlamda bir ağırlık basabilir. Yapması gerekeni hemen yapar, görmesi gerekeni hemen görür, kazançlarını hemen elde eder ve ondan sonra da hemen sıkılır. Aynı yer veya görevde uzun süre kalmak zorunda kalmak kalbinin şişmesine neden olacaktır.

Ateşlerin ruhen huzurlu olabilmeleri için mutlaka çok ışıklı, aydınlık yerlerde yaşamaları gereklidir. Karanlık, sessiz ve açık ortamlarda su enerjisi fazladır ve bu da onların ateşini söndüreceğinden rahatsızlık duymaya başlarlar.

Ateşin ana rengi olan kırmızı, canlılık, neşe ve iştah artırıcı bir özelliğe sahiptir. Özellikle 'fast food'cularla Çin lokantalarında kırmızı rengin ağırlıklı olarak kullanılması, bu iştah artırıcı özellikten kaynaklanır. Kırmızı rengin bol olduğu bir ortamda bolca yiyecek sipariş eder, hızla yer, belki daha bitirmeden işgal ettiğiniz masayı sıradaki kişiye bırakıp gidersiniz.

Ateş insanı tüm çekiciliğini ve kendini ifade yeteneğini öylesine doğal ortaya koyar ki, en inatçı, en kendini beğenmiş, en zor insanlar bile, sineklerin ışığa yaklaşmaları gibi bu insana doğru çekiliverir. Ateş insanı, ağaç insanından çok daha yüksek bir örgütlenme yeteneğine sahiptir. Ayrı yerlerde birbirlerinden habersiz yaşayan, ancak ortak fikirleri olan insanları kısa sürede bir araya getirip tek bir vücuda dönüştürür. Böyle bir başarıyı sağlayabilecek olan ağaç insanı, hemen ardından grupta liderliğini ilan edecektir. Oysa ateş insanının önder olma isteği yoktur. O yalnızca bir araya getirir, güç birliği sağlar. Daha birleştirecek pek çok ayrı grubu vardır. Bu grup zaten kurulmuştur ve ortada çözüm bekleyen bir sorun olmadığı sürece artık ona gereksinimleri yoktur. Olur da grup içinde bir sorun ortaya çıkarsa nasıl olsa kendisine baş vurulacaktır. Sorun döneminde ateşin sihrine gereksinme vardır ve gerçekten de bir büyücü gibi, tüm sorunları en kısa sürede çözecektir.

Ateş insanının sevgisi, deneyimleri ve doğal bilgeliği sayesinde diğer insanlar, insanlığın gerçek amaçlarını tanımaya ve tecrübe etmeye başlarlar.

Ateşler son derece şakacı, zeki, konuşkan, entelektüel ve nükteli tiplerdir. Onların yanında zamanın nasıl geçtiğini anlayamazsınız. Yaşamın neşe kaynağıdır adeta. En üzüntülü, en sıkıntılı anlarınızda bile bu büyücünün sihrine kapılıp zihninizin arındığını, yüzünüze tatlı bir gülücüğün yerleştiğini ayırırsınız.

Bütün bu güzel yönlerinin yanı sıra ateşlerin de bir kusurları vardır. Her türlü duyguyu hemen yaşayan ve yaşatan tiplerdir.

Tıpkı alev gibi aniden parlayabilirler. Bir ateşle karşı kaşıya olduğunuzda onun alevlendiğini, öfkelendiğini ayımsayacak olursanız yapmanız gereken iki şey vardır:

Birincisi, birkaç dakikalığına susarak onun istediği gibi söylenip öfkesini boşaltmasına izin vermektir. Sürekli olarak el kol hareketleri ile konuşan bu insanlar, parladıkları zaman ellerini öyle çok hareket ettirirler ki, bir kaza tokadına kurban gidebilirsiniz. Bu pek sık rastlanan bir durum değildir. Zaten barışçı ruhu ile ateş şiddetten hiç hoşlanmaz, bilerek ve isteyerek asla şiddete baş vurmaz, ancak, dedik ya! Kaza işte... Aslında böyle bir durumun ortaya çıkması, afeşin sizden çok daha fazla üzülmesine yol açacaktır ama bu da onların kusurudur işte...

İkinci yol çok daha kolay ve etkilidir. Yapacağınız şey, konuyla ilgili bir espri yapmak veya bir fıkra anlatmaktır. Tatlı bir sözcük, küçük bir espri, sıcak bir fıkra, onun üstünde hemen bir kova su etkisi yaratacak ve alevinin sönmesini sağlayacaktır. Hatta içten gelen bir tebessüm bile aniden parlayan alevini söndürmeye yetecektir.

Ateş insanının gözleri zaman zaman parlar. “Chen” denilen bu durum, “ruhun gözlere yansması” olarak açıklanır. Ani bir sevinç ya da heyecan durumunda *chen* ortaya çıkar ve ruh bir an için gözlerden dışarıya taşıp yeniden içeriye döner.

Aslında en kolay tipler ateş elementi ağırlıklı insanlardır. Seçici kurul gibi davranıp ince eleyip sık dokumak onlara göre değildir. Onlar göze hoş görünen, aroması hoşnutluk yaratan, espri, sıcak, kısaca insana zevk veren her şeyi severler.

Eğer ciddi bir insanla birkaç saat geçirme arzusundaysanız ve yakınınızdaki tek kişi de ateş ise boşuna uğraşmayın, kendinizi gayri ciddi boş eğlence saatlerine ayarlayın. Onlar ve ciddiyet pek bir arada bulunamaz.

Yalnız kalmaktan nefret ederler. Çevrelerinde mutlaka birilerinin olmasını ister, neşeli eğlenceli ve kalabalık akşam yemek-

lerini her şeye yeğlerler. Uzun süre yalnız kalan ateş insanının metali yükselecek ve depresyona girecektir. Ateşler son derece evhamlı tiplerdir. Yalnız kaldıklarında bir sürü endişeyle baş başa kalacaklarından kendilerini yıpratırlar.

Ağaç insanı bir şeyi çalışma ve başarma adına yapar demiştik. Ateş için ne çalışma önemlidir ne de başarı. Onun için önemli olan tek şey deneyimlemektir. Yalnızca deneyim kazanmak adına aklınıza gelebilecek her türlü çılgınlığa evet diyecektir.

Hiçbir yerde sabit olamayacağı gibi ilişkilerinde de tek düzelikten rahatsızlık duyar. Sıkıcı ve monoton bir birliktelik, hangi aşamada olursa olsun bitirilmelidir. Eğer bitirme olanağı yoksa ilişkiye heyecan katmak adına rahatlıkla aldatma yoluna gidebilir.

Özgürlükleri kısıtlanmadığı ve yaşamları monotonlaşmadığı sürece dünyanın en mutlu tipleri onlardır. Yemek yemiş olmak ya da aç kalmak, eğlence söz konusu olduğunda hiç de önemli değildir onlar için. Eğlenmek uğruna günlerce uykusuz kalabilir, günlük temizlik gereksinimlerini karşılayabilmeleri koşuluyla evlerinin yolunu bile unutabilirler.

Bir ateş insanı ile birlikte iseniz cinsel yaşamınız sürprizlerle dolu olacak demektir. Ön sevişmeyi zaman kaybı olarak değerlendiren ağaç insanının tam tersine ateşler, oyuncu özelliklerini özellikle yatak odalarına taşımaya bayılırlar. Bir söylentiye göre, bilinen tüm cinsel fanteziler ateşlerin yaratıcı zekalarının bir ürünüymüş. Sekste sınır tanımayan bir sevgili arıyorsanız kendinize bir ateş tipi bulmakta acele etmenizi öneririm.

Ateş insanlarının içgüdüleri ve önsezileri son derece gelişmiştir. Karşılarındakinin gerçek duygu ve düşüncelerini kolayca algılayabilirler. Ancak, içgüdülerini dinlemeyen ateşler, saf ve temiz yanlarıyla kolayca kandırılabilen tiplerdir.

Bu fantezileri yaratan insanların yeteneklerini yatak odaları sınırları içinde tutmaları beklenemez elbette. Yaratıcı zekaları, bu tiplerin satıcılık yeteneklerinin yanına yazarlık, sinema/ti-

yatro oyunculuğu, araştırmacılık, eğitmenlik gibi melekeler de katmaktadır.

Ateş insanını her şeyden önce yanaklarında ve göğüslerinin üst tarafında bulunan kızarıklıktan ve karın bölgelerindeki pembelikten ayırımsayabilirsiniz. Ancak, kılcal damarları yüze ye yakın tiplerde de aynı bölgelerde kızarıklık bulunmaktadır. Bunun sizi aldatmasına izin vermemelisiniz. Ateşlerin damarları yüze ye yakın olmaz. Bu insanların karnını görmeyiz, yanıldığınızın anlamanaıza yetecektir. Sahte ateşin karnında pembelik yoktur. Ayrıca, bu insanların büyük bir bölümü sigara ve alkol tüketmektedir. Belleri biçimli olmakla birlikte çok ince değildir. Kalçaları da pek göze çarpmaz. Kilo almaları durumunda alt bedende fazla bir değişiklik olmamakta, buna karşılık üst bedenleri şişmanlamaktadır. Üst bedenleri şişman olup da bacakları zayıf olan insanlar, tipik ateş elementi ağırlıklı tiplerdir. Ateş erkekleri geniş omuzlu olurlar. Bedenleri aşağıya doğru düz iner, kalçaları da dardır. Bu insanların en son kilo alan yeri bacaklarıdır. Kadınların göğüsleri oldukça iri ve genellikle diktir. Kolları bacakları ve boyunları ortalamaya göre daha uzundur. Elleri ve ayakları gerçekten hoş, narin ve güzeldir. En önemli özellikleri ise, daha önce de sözünü ettiğimiz gibi, konuşurken sürekli olarak ellerini kollarını oynatmaları (belki de içgüdüsel olarak, ellerinin diğer insanlar tarafından beğenildiğini bildiklerindendir), sözcüklerini belirgin mimiklerle destekleyip tamamlamalarıdır. Hemen hiç susmazlar. Neşeli, esprili ve renkli tipler olduklarından sürekli konuşmaları kimseyi rahatsız etmez, aksine eğlendirir. Sürekli olarak renkli ve parlak tonlarda, hatta garip sayılabilecek giysilerle dolaşırlar. Akıllarına esip de birbirleriyle en ufak bir uyumu bile olmayan renkleri bir arada kullansalar bile bunu kendilerine öyle yakıştırırlar ki, hiç kimse bu garipliğin farkına varmaz.

Ateşler çabuk kızaran tiplerdir. Yoo! Yanlış anlamayın, hiç

de utangaç değildirler. Kızarmaları utanmalarından değil, özel anlarda kolayca heyecanlanmalarından kaynaklanır.

Ateş insanını özetlemek gerekirse:

- Yumuşak beden yapısı
- Dik sırt
- Güzel el ve ayaklar
- Yumuşak, sıcak ve esnek cilt
- Uzun boyun
- Uzun kol ve bacaklar
- Kadınlarda iri göğüsler
- Parlak gözler
- Erkeklerde geniş omuz
- Dar kalça (bel kalınlığından biraz fazla)
- Güçlü içgüdüler
- Saflık, temizlik, kandırılabilirlik

Ateş insanların en sık karşılaştıkları sorunlar:

- Rahatsız uyku
- Kalp sorunları
- Atardamar sorunları
- Kalp atışları rahatsızlıkları
- Konuşmada engellenmeler
- Sezgilerde engellenmeler
- Tansiyonda düzensizlik
- Kan dolaşım sisteminde bozukluk
- El terlemesi
- Psikoz
- Epilepsi
- Romatizma
- Arterit
- Gözlerde şişkinlik

- Göz altı morlukları
- Hiperaktivite

Yaşam amaçları ve ulaşma yolları:

- Dünya ateşini yakmak
- Bu ateşle canlılık, neşe, mutluluk enerjilerinin artmasını sağlamak
- Yeni düşünceler üretmek ve söylemek
- Meraklı olup her şeyi deneyimlemek
- Eğlenmek
- Eğlendirmek
- Sihirbaz
- Etkileyici
- Heyecan verici
- Rüyalara inandırıcı

TOPRAK

İlgili organ	: Dalak/pankreas (Yin) Mide (Yang)
İlgili mevsim	: Yaz sonu (pastırma yazı)
İlgili saat	: 18:00 - 21:00

Toprak elementi, aynı zamanda merkezi temsil etmektedir. Yeryüzünde var olan her şey topraktan gelir, topraktan beslenir ve sonuçta yine toprağa dönerek onu besler. Toprağın bu özelliği, bu elementin etkisi altında çalışan insanlara besleme/beslenme yeteneği katmaktadır. Toprak insanları en verici, en bağışlayıcı, en birleştirici, en barış sağlayıcı tiplerdir.

Toprak insanı kayalık bir dağ kadar sağlamdır. Bu sağlamlılığının yanı sıra ince bir çiçeğin sapı kadar narin davranışlara sahiptir. Bir yandan verimli, geniş ve yemyeşil bir ova gibi besleyici iken öte yandan yağmur ve nehirlerin tüm sularını soğurabilecek kum gibi emici ve geçirgendir.

Bu özellikleri aracılığıyla en zıt görüşlü insanları bile bir araya getirebilir, her birinin düşüncelerini kolayca emip kendi süzgeçlerinde eledikten sonra barışı sağlayabilecek yeni bir formülü hayata geçirebilir.

Toprağın, yerçekimini yaratarak yeryüzünde var olan varlıkların boşlukta uçup savrulmalarına engel olması gibi bu elementin etkisi altında çalışan insanlar da diğer insanlar için sağlam bir zemin hazırlama görevini üstlenirler.

Bir yerde barış sağlamanın en kolay yolu, orada birliği yaratmaktır. Toprak insanları tüm bu özellikleri ile bir araya getirme ve barış yaratma görevini üstlenmiştir. Farklı insanların birbirleriyle ilişki kurmasını sağlamanın öncelikli gereğini içgüdüsel olarak bilirler. Bu nedenle evleri daima herkese açıktır. Ziyaretlerine gelen insanların daha uzun süre orada kalması, belki de daha fazla insanla tanışmalarına yardımcı olacaktır. Yapılacak şey, konukları rahat ettirmek, temel gereksinimlerini karşılamak olmalıdır. Bu nedenle hiç aralıksız hizmet etmeyi, yedirip içirmeyi görev sayarlar.

Bir yerde huzurlu bir zaman geçirmenin diğer bir yolu da konforlu bir ortamda bulunmaktır. Bunun ayırında olduklarından olsa gerek, toprak insanları alçak, büyük, ağır ve rahat eşyaları yeğlerler. Küçük ve modern koltuklar, iskemleler, portatif masalar, mini fırınlar, küçük tencereler onlar için değildir. Koltuk ve kanepeleri yumuşak ve büyük minderlerle süslüdür genellikle. Rustikal eşyalarla döşenmiş bir ev, tam da onların zevkine uygundur. Yemeyi ve yedirmeyi seven topraklar, evlerine çok sayıda masa ve sehpa alır. Temizlikten hoşlanmalarına karşın o kadar çok eşyanın olduğu bir evi sürekli olarak tertipli tutmaları zor olduğundan ortalık biraz dağınık olabilir.

Evlerinde en sevdikleri yer mutfaktır. Kendi evlerinde oturuyorlarsa ve maddi olanakları mutfaklarını yenileme özgürlüğü sunuyorsa, bu bölüm için seçecekleri renk “sarı” olacaktır. İçgüdüsel olarak, sarının rahatlatan ve iştah açan özelliğini tanırırlar.

Toprak insanların bir başka özelliği ise tutuculuklarıdır. Sahip oldukları her şeye gönülden bağlıdırlar. “Koleksiyoncu” toprak insanının evinde gerekli gereksiz onlarca eşya bulunur. Belki dolaplarında bir gömlek asacak yer kalmamıştır ve evlerinin içi ancak bir insanın yürüyebileceği kadar dar geçitler bırakacak biçimde doludur. Ama olsun, yeni bir şeyler alıp getirmeye devam eder, eskileri de atmazlar. Artık üstlerine olmayan, bollaşmış/da-

ralmış, modası geçmiş, hatta eskiyip yıprandığı için kullanılamaz hale gelmiş giysilerini bile atmaya razı gelmezler kolay kolay. Onlara “koleksiyoncu” denmesinin asıl nedeni budur. Topraklar her şeyi toplar. Onlarca yıllık gazeteler, eski kitaplar, kulpu kırık fincanlar, aklınıza daha ne gelirse... Olur da herhangi bir şeyi atmaya razı gelmişlerse bilin ki çok kısa bir süre sonra yerine yeni bir şey alacak ve yarattıkları boşluğu yeniden kapatacaklardır.

Bir toprak insanı ile “bozuşmayı başardınız” diyelim. İçiniz yanıyor, size haksızlık yapıldığını düşünüyorsunuz. İntikam ateşi her yanınızı alev alev yakıyor. “Ne yapsam, nasıl canına okusam” diyorsunuz. İşiniz çok kolay, gidin ve ona ait olan bir eşyayı alıp saklayın. İnanın bu davranışınızla onu öldürmek arasında hiçbir fark yoktur.

Topraklar ev değiştirmekten hiç hoşlanmaz. Hem alışkın oldukları evi terk etmek zordur hem de taşınmak başlı başına bir sorun. Evlerinde toplanıp paketlenmesi gereken o kadar çok eşya vardır ki, taşınmaları günler sürecektir bir çalışmayı gerektirebilir. Sahip oldukları her şeye öylesine yürekten bağlı olan yaşlı toprak insanları, yıllarca oturdukları evlerinden ayrılmak zorunda kalmamalıdır. Aksi durumda, kısa bir süre sonra yaşamları son bulabilir.

Pek çok toprak insanının (yaşları ne olursa olsun), küçük ördekler veya ağır taşbebeklerden oluşmuş birer koleksiyonu vardır. Sürekli yavruları ile birlikte gezinen ördekler, toprak insanındaki anaç duyguları artırır. Taşbebekler de...

Geceleri yumuşak ve tüylü bir ayı yavrusu ile yatan bir çocuğunuz varsa, bilin ki sevgili yavrunuz toprak enerjisi ile çalışıyor. Ona göre, oyuncak ayı yavrusu sevgi dolu ve yumuşaktır. Bu da kendisinde güven duygusu yaratır.

“Bağlılık” özellikleri kendini insan ilişkilerinde de gösterir. Çevreleri çok geniş olan topraklar, koşullar ne olursa olsun, toplumun hemen her kesiminden insanla ilişkilerini canlı tutmayı yeğler. Arada bir telefon görüşmesi, iki satırlık bir kartpostal gönderme yoluyla bile olsa....

Eğer çevrenizde bir toprak insanı varsa, doğalca yaydığı huzur ve dayanıklılık enerjisinden etkilenmemeniz olanak dışıdır. Siz o insanı tanımazsanız bile onun enerji alanı, sizin enerji alanınızı etkileyecektir. Sinema, tiyatro, bar, müze ya da benzeri kalabalık bir yerde içeriye giren bir yabancıya gözünüz takılır da içinizin huzurla dolduğunu ayımsarsanız hemen o kişinin karnına bakın. Söz konusu kişinin küçücük de olsa (ayva göbeği) bir göbeği varsa bilin ki barış sağlayıcı, birleştirici toprakla karşılaştınız. İçinizden öylesi geliyorsa yanına gidip tanışmaktan hiç çekinmeyin. Sizi sevgi ve şefkatle kucaklayacaktır. Ancak onların tutucu yanını asla göz ardı etmeyin. Eğer kısa sürede kurulan arkadaşlık duygusunu istismar etmeye kalkışacak olursanız, zelzele anında yarılıp sizi öylece yutan toprakla tanışabilirsiniz. Hatanızı anlayıp özür dilemeniz, sizi bağışlaması için yeterli olacaktır genellikle. Ama siz yine de dikkatli davranmayı seçin.

Topraklar daima birileri için bir şeyler yapmaya çabalar. Bunun asıl nedeni, birilerinin kendilerini düşünmesini istemeleridir. Bilinçaltılarında “çok vermek, çok alma hakkını doğurur” düşüncesi demir atmıştır.

Bu tipler, barışı her şeye yeğlediklerinden, ateşli tartışmalar, kavgalar içinde pek bulunmazlar. Ancak, aşırı derecede tahrik edildiklerinde bastırdıkları tüm öfkeyi kusarcasına karşı saldırıya da geçebilirler. Bu davranışlarını görmek bile istemezsiniz. Bir anda, o tatlı, sevecen, barışçı insan gitmiş, yerine, hemen şimdi ve burada sizi öldürmeyi bile göze alacak bir canavar gelmiştir.

Toprak insanları ile iş ilişkileriniz varsa onlara sonuna dek güvenebilirsiniz. Onlar, insanlar arasında en sağlıklı görev bölümünü yapmaya, kendi üstlerine düşen görevi en iyi şekilde gerçekleştirmeye, kendi bakış açılarını çoğunluğun yararına olacak şekilde değiştirmeye, (aşırılıklara kaçmadan) işbirliği için gerekli olan merkezde kalmaya, bütün bunları yaparken de herkes tarafından aranan, suçlanacak kurban olmamaya doğuştan yeteneklidirler. Bununla birlikte, görevin başarıyla sonuçlanabil-

mesi için başkalarının hatalarını belli bir ölçüye dek üstlendiklerini de görebilirsiniz. Bu, kurban olmayı seçmelerinden değil, barışın ve huzurun süregelen olmasını sağlayabilmek için gerekli adımları atmaktan çekinmemelerinden kaynaklanır.

Eğer bir toprak insanı ile özel bir ilişkiniz varsa ve üstünüze düşülmesinden hoşlanıyorsanız, doğru adrestesiniz demektir. Siz güzel yemekler yapacak, evinizi daima temiz ve mümkün olduğunca tertipli tutacak, gereksinmelerinizi siz daha belirtmeden karşılayacaktır. Bazen size o denli çok zaman ayıracaktır ki kendisine bakacak zamanı bile kalmayacaktır. Siz yerken sizi izlemek, yemekten hoşnut olduğunuzu görmek onun için o denli önemlidir ki, kendi yemeğini yemeyi bile unutabilir. Bu durumda onu uyarmanız gerekecektir. Özellikle yemekten sonra tatlı ya da dondurma varsa, mutlaka onun da yemesini sağlamalısınız. Bu insan özellikle “tatlı” tüketmeden uzun süre kalırsa depresyona girecektir. O halini görmek bile istemeyeceksiniz... Etrafa saçılmış kağıtlar, gazeteler, dergiler, çeşitli eşyalar, yıkanmamış bulaşıklar, düzenlenmemiş aksesuarlar ve her türlü dağınıklık ev içinde bir savaş olmuş havasını yaratacaktır.

“Barış sağlayıcı”, içinde bitmez tükenmez bir birlik duygusunun yanı sıra “başkaları için endişelenme” hissi ile yaşar. Tanıdık tanımadık her insan için endişe duyar. Yardıma gereksinen kişi ve kuruluşlara gönüllü olarak elini uzatır, yapabildiği her şeyi hiçbir karşılık beklemeden sunar. Sizden beklediği tek şey, biraz düşünölmek, biraz arkadaşık, biraz neşe ve bir iki tatlı sözdür yalnızca. Yaratmaya ve sürdürmeye çalıştığı tek şey barıştır. Bu nedenle, yorulmadan, bıkmadan tüm insanlığa hizmet etmeyi, huzur ve birlik enerjisi yaymayı sürdürecektir.

Toprak insanının dış görünüşünde ilk göze çarpan özellik, yurarda da belirttiğim gibi karın bölgesinin yuvarlaklığıdır. Daha ilk gençlik yıllarında bile küçücük de olsa bir göbekleri vardır. Yaşları ilerledikçe, tatlıya olan düşkünlükleri nedeniyle göbekleri gelişecek ve belki de en büyük sorunları haline gelecektir. As-

linda yapabilecekleri hiçbir şey yoktur. Ne diyet, ne spor, ne yosun terapileri, ne parafin banyoları, ne de başka bir yöntem, göbeklerinden tamamen kurtulmalarını sağlar. Bu onların doğuştan gelen özellikleridir ve sonsuza dek göbekli olacaklardır.

Bu insanları neredeyse günde 24 saat yemek yerken görebilirsiniz. Çikolata, şekerleme, kuru yemiş, çeşitli tatlılar ve her türlü abur cubur onlar için yaratılmıştır adeta.

İkinci fiziksel özellikleri yuvarlak hatlarıdır. Belleri çok ince, kalçaları çok geniş olmayabilir ama mutlaka yuvarlaktır. Baldırları ve kollarının üst tarafı (pazıları) büyük, yuvarlak ve yayvandır. Burada söz konusu olan, doğuştan gelen büyüklüktür. Bunu, uzun süren çalışmalar, bale, jimnastik ya da başka sporlar sonucu oluşmuş irilikten ayrı tutmak gerekir. Bununla birlikte, her ne sebeple gelişirse gelişsin, büyük ve yuvarlak baldırlar, bedeninizde toprak enerjisinin varlığını belli eder.

Tenleri beyaz olsa bile mutlaka hafif bir toprak tonu göze çarpar. Yüzleri yuvarlak, ışıkl, ciltleri parlak ve şeftali tonundadır. Derileri genellikle yumuşaktır. Toprak insanların hemen göze çarpacak bir başka özelliği de uzun bacaklarıdır. Kolayca yorulan bu tipler, dinlenme arzusu duyduklarında uzun bacaklarının alt tarafına toplanmış kanı geri gönderme gereksinimi duyar ve sık sık bacaklarını tavana dikerler.

Pek çok toprak insanının hemen göze çarpacak kadar büyük ağızları vardır. Konuşurken -belki de kendilerini daha iyi dinletebilmek için- sürekli inişli çıkışlı bir tonlama kullanırlar. Bu tonlama birbirlerine bağlı iki sesin, birbirleri ardına ifade edilmesidir.*

Toprak insanını özetlemek gerekirse:

- Yuvarlak beden

*Bununla birlikte, ses tonları daima sıcak, yumuşak ve sevecendir. Bu özelliği anlatabilmek için -özür dileyerek- bir merkebin "ai ai" tonlamasını örnek olarak kullanıyoruz.

- Sıkı etler
- Büyük ve sıkı kaslar
- Şeftali tonunda cilt
- Yumuşak ve pürüzsüz cilt
- Minyon el ve ayaklar
- Yuvarlak omuz ve kalçalar
- Uzun bacaklar

Toprak insanların en sık karşılaştıkları sorunlar:

- Beden içi besin öğeleri değişim/dönüşüm faaliyetinde abartı
- Adalelerde aşırı çalışmā
- Lenf sisteminde sorunlar
- Damarlarda problemler
- Sindirim bozuklukları
- Kilo verme zorluğu
- Bedensel sıvıların düzenlenmesinde problem
- Kanser
- Diabet
- Anoreksi (yemek yiyememe)
- Bulemia (yediklerini bilerek ve isteyerek geri çıkarma)
- Hemoroit
- Bir konuya takıntı halinde bağlanmak (obsesyon)
- Oburluk

Yaşam amaçları ve ulaşma yolları:

- İnsanlar arasında barış sağlamak
- Aynı amacı taşıyan insan ve grupları birleştirmek
- Sabır ve sebat
- Var olan her şeyi madden ve manen beslemek

METAL

İlgili organ	: Akciğer (Yin) Kalın bağırsak (Yang)
İlgili mevsim	: Sonbahar
İlgili saat	: 21:00 - 24:00

Metal insanları tıpkı sonbaharda, yağmurların başlamasından az önceki dönemde olduğu gibi kuru bir yaşam sergiler. Bu onların zihnen ve ruhen depresif yapılarından kaynaklanmaktadır. Aslında son derece alçakgönüllü tiplerdir. Ancak, dışa dönük davranışlarında, tıpkı gökleri delip bulutların arkasında kalan açık gökyüzüne ulaşan yüksek bir tepe gibi sivri bir yan vardır.

Metal elementi etkisinde çalışan tipler ayrıştırma döneminin insanlarıdır. Alma, ayrıştırma ve gereksinmelere uygun biçime getirme görevini üstlenmişlerdir.

Sonbahar, her şeyin canlılığını yitirdiği, çürümeye başladığı ve yenilenmek üzere dinlenme hazırlığı yaptığı dönemdir. Her yer sarının tüm tonlarına bürünür. Dökülen yapraklar, esen rüzgarın etkisiyle toprak üzerinde oradan oraya savrularak çürümeyi bekler. Çürüdükleri zaman yine toprağa karışıp değişim dönüşüme uğrar, onun beslenmesini ve güçlenmesini sağlarlar. Bu arada daha önce toprağa ekilmiş ya da şimdi ekilmekte olan ürün beslenir, tohumlar patlayabilmeleri için gerekli enerjiyi elde eder.

Bu mevsim, doğanın temizlik zamanıdır. Gerekli olmayan, ölmüş ve hatta zarar verebilecek duruma gelmiş olan her şey form değiştirerek kış için gerekli hale dönüşür. Günler kısalır, yang enerji yerini yin enerjiye bırakır. Bitkilerle birlikte doğanın diğer canlıları olan hayvanlar da, ağaçlar yapraklarını dökmeye başladıkları andan itibaren, yin enerjilerden etkilenip ağırlaşarak içlerine kapanır, kış uykusu hazırlıklarına başlar.

Metal insanları da yin enerjilerle çalıştığından genellikle içine kapanık, depresif, utangaç tiplerdir. Bununla birlikte, doğada kendiliğinden oluşagelen ayrışma/dönüşme enerjileri, bu insanlarda da doğal bir biçimde çalışır. Metallerin literatürde “simyacı” olarak adlandırılmaları bundan kaynaklanmaktadır. Onlar tüm insanlar arasında en fazla yöntem üreten tiplerdir.

Çalışma biçimleri, önce dinlemek, notlar almak, araştırmak, özetlemek ve yeni bir yöntem yaratmak şeklinde özetlenebilir. Doğuştan sahip oldukları ayrıştırma yeteneği, çoğunlukla planlama ve organize etme melekeleriyle birlikte çalıştığından, metaller çok iyi yöneticidirler. Ancak utangaç ve içine kapanık olmaları, organizasyondaki başarılarını pratikte uygulamalarına genellikle engel olur. Bir metal insanı ile bir ağaç insanının işbirliği içinde çalıştığı projelerde büyük başarılar elde etmek işten bile değildir. Bununla birlikte ağaç insanının projede ikinci sırada yer alması, bu tiplerin “en iyi ben bilirim, emirler benden çıkmalı” yaklaşımı nedeniyle, bu işbirliğinin gereğince sağlıklı olmasına engel olabilir. Zaten utangaç olan metal insanı, baş yönetici olmayı pek seçmeyecektir. O organize etmeli ve arka planda kalmalıdır. Ağaç ise emir vermeli ve birebir çalışmaya katılmalıdır. İdeal olan, ağacın baş yönetici, metalin ise onun sağ kolu olan araştırmacı ve organizatör olmasıdır. Böylece metal tarafından mükemmel planlar yapılacak ve bu tasarımlar ağaç tarafından en iyi biçimde yaşama geçirilecektir. Ayrıca, metalin zorluklar karşısında depresyona girme özelliği, ağacın

her koşulda hırsını ve şevkini sürdürebilme yeteneğiyle denge-
lenecek, başarı adeta kaçınılmaz olacaktır.

Simyacı, bütüncüllüğü ve görevlerin doğru olarak tamamlan-
masını hedeflemekle ünlüdür. Başka hiçbir element insanında
bulunmayacak kadar güçlü analiz yeteneğini kullanarak, iyiyi
kötüden, düşük ve basit olanı yüksek ve değerli olandan ayrış-
tırmayı bilir. Her insanda karşıtlıklar vardır elbette. Aynı insan
iş yaşamında son derece ahlaklı iken, özel yaşamında kaba ve
bencil, çocuklarıyla olan ilişkilerinde mükemmelken, eşine kar-
şı sert ve kaba olabilir pekala. Metal bu ayrımın farkına vararak
iyi yönlerini ve bu iyiliklerinin kendisine getirdiklerini ilgili ki-
şiye göstererek gelişmemiş yanlarını görüp düzeltmesini sağla-
yabilir. Tüm savaşımlı, karmaşa içinde bile düzen kurmaktır. Ta-
sárlar ve tasarıların tam da gerektiği gibi ortaya konabilmesi için
ilgili kişileri mükemmel bir biçimde denetler.

Onun için bulunulan düzey ve kalite çok önemlidir. Küçük
ve pahalı şeyler gözünde büyük değere sahipken, büyük ve pa-
halı olanlar önemsizdir. Kullandığı takılardan evindeki eşya ve
aksesuara kadar hep aynı prensiple hareket eder. Kalın bir altın
bilezik yerine ince ve zarif bir gümüş zinciri, bol değerli taşlı bir
yüzük yerine kaliteli, temiz fakat küçük bir pırlantalı tek taş yü-
züğü, ağır bir kristal avize yerine modern çizgili bir aydınlatma
aksesuarını yeğler. Ancak ne olursa olsun mutlaka kaliteli olma-
lıdır. Beş tane kalitesiz gömlek yerine tek ama markalı bir bluz
onun için ideal olacaktır.

Metaller güzele aşıktır. İnsanın, giysinin, eşyanın, kısaca her
şeyin güzeli makbuldür onların gözünde. Ayrıca, alışlagelmiş
değerler, toplumsal kurallar, önceden saptanmış prensipler ya-
şamlarının köşe taşlarını oluşturur. Ağacın özgürlüğe olan düş-
künlüğüne aksine, onlar herkesle birlikte ve onlara boyun eğe-
rek yaşamayı yeğler. Yeni yaşam formları, yeni prensipler yarat-
mak onların görevidir ama utangaç yapıları bu yenilikleri uygu-

lamaya koyma konusunda yürekli davranmalarına engel olur. Metal, düşünce ve organizasyon insanıdır, uygulamayı başkaları yapmalıdır.

Onlar, sessiz ve sakin insanlardır. Tenlerinde belli bir serinlik vardır. Bu serinlik yaşamlarının her alanında kendilerine sükunet enerjisi sunar. Ancak aşırı sakin olmaları nedeniyle içine kapanık tiplerdir. Metal için “aristokrat, seçici ve egoist” tanımları mükemmel bir açıklama olacaktır. Oturmaları, kalkmaları, davranış biçimleri öylesine vakar doludur ki, yalnızca bu tavırlarından bile tipik bir metal olduklarını anlayabilirsiniz.

Metallerin en fazla seçtiği mesleklerden biri de askerliktir. Ancak o denli kendilerini beğenirler ki, burada bile her türlü göreve razı gelmeyip hava kuvvetlerine girer, orada da pilotluğa kabul edilmeyi isterler.

Metaller, tören ve disiplin insanlarıdır. Ritüeller, ayinler, alıșıl gelmiş kutlamalara kurallara uygun olarak katılmak metaller için biçilmiş kaftandır. Sakin tiplerdir. O denli dürüsttürler ki, asla şantajla karşılaşmazlar. İçinde yaşadıkları koşullar nasıl olursa olsun, asla rüşvet ya da benzeri yollarla elde edilemezler. Varlık nedenleri, bize törelerin ve kuralların gerçek anlamını öğretmektir adeta.

Bir başka özellikleri ise metafiziğe olan ilgileridir. Bu denli kuralcı olmalarına karşın, içlerinde daimi olarak bilinmeyi, gizemli olanı araştırma dürtüsü taşırlar. Bu dürtü öylesine güçlüdür ki, eninde sonunda metafizik gibi görüneni fiziğe dönüştürürler.

Metal havadır, hava gelecektir. Bu nedenle metaller daima ileriye dönük plan ve program yapar. Bilgisayar, gelişmiş tıp teknolojisi, uzay araştırma enstitüleri ve bu alanlarda ortaya konanlar hep onların dikkatini çekecek olgulardır. Hatta bütün bu araştırmalara bire bir katılmayı bile yeğleyebilirler. Kişisel olarak bu araştırmalara katılmaları durumunda, işin en fazla detayla uğraşmayı gerektiren tarafını üstleneceklerdir.

Metaller, ateşin tam tersine yalnız kalmayı, açık havada tek başına uzun yürüyüşlere çıkmayı tercih eder. Bahçeyi severler ama bahçelerine çok az bitki dikerek daha fazla boş alan bırakırlar. Zaten evlerinde de ancak gerektiği kadar ve olanakların izin verdiği ölçüde küçük eşyalar bulunmaktadır.

İlham perisi adeta metale hizmet etmek için yaratılmıştır. Bir renk, bir koku, güzel bir çiçek, tatlı bir espri, ilham perisinin sihirli değneği ile onun başına dokunmuş etkisi yaratabilir pekala. O peri gelmişse, hiçbir şey onları çalışmaktan ve yaratmaktan alıkoyamaz. Ancak konsantrasyonunu uzun süre koruyamayacağından, kısa bir süre sonra yaptığı işe ara verecektir.

Hafif olmak koşuluyla spor yapmak onlara uygundur ama fiziksel bir iş yapmaktan hiç hoşlanmazlar. Zaten depresyona çok yakın olan bünyeleri, fiziksel enerjilerini harcamak zorunda kaldıkları işlerde hemen kendini gösterir. Beyinsel çalışmayı gerektiren işler ile belli bir estetik duygusuna ihtiyaç duyulan ve bu duyguyu artıran meslekler onlar için çok uygundur. Özellikle kadın metaller, sırf bu estetik duygusunu tatmin etmek uğruna her türlü fiziksel zorluğu göze alıp balerin olmayı seçebilir.

Sterilizasyon bir meslek olsaydı, bu meslek metaller tarafından yaratılırdı. Onlar, bulaşık yıkarken bile eldivensiz olamaz. Her türlü pislikten uzak kalmaya çabalar, mikroptan çok korkarlar. Bu temizlik duygusunun aşırı abartılı olduğu metallere sıkça rastlayabilirsiniz. Temizlik düşkünlüğü ebeveyn oldukları zaman ciddi sorunlar yaşamalarına neden olabilir. Özellikle ilk çocuk metal anne için bir kabus gibidir. Düşünsenize, bebeği bakıma muhtaçtır. Altını değiştirmekse titiz annenin ellerini pisliğe değdirmesini kaçınılmaz kılar. Bununla birlikte, ruhsal enerjiyi çok fazla kullanan metal anneler, sürekli olarak kendilerini suçlamakla meşguldür. Ya çocuklarına iyi bakamamaktan hayıflanıyorlardır ya da yeterince zaman ayıramamaktan.

Ateşin sıcak enerjisi biraz dengeliyor olsa da, onlar yine de serin sonbahar aylarını sıcak yaz aylarına yeğ tutarlar.

İnce zevkleri nedeniyle son derece seçici davranırlar. Sıkıca ütülenmiş, dikişlerinde en ufak bir hata bile bulunmayan giysileri tercih ederler. Bununla birlikte, üzerinde belli bir markanın bulunması koşuluyla, hiç de kaliteli olmayan, üstelik garip bir giysiyi de rahatlıkla satın alıp kullanabilirler. Örneğin, fütürizmi çağrıştıracak plastik bir çizme, post modern bir kağıt elbise, en az bir buçuk kıratlık temiz bir tek taş yüzük kadar dikkatlerini çekebilir pekala.

Metal insanı iki uçtan birini seçecektir. Bir uçta, son derece az eşyası bulunan sade bir ev ve yaşam biçimi vardır. Diğer uçta ise son derece kaliteli ve pahalı eşyalar ve lüks, yıldızlı aksesuarlarla bezenmiş son derece dikkat çekici bir ev vardır. Altının parlak ışıltısı ve antikanın gizemini birleştirerek hayallerinin evini kurabilirler. Ancak söz konusu antikaları dışarıdan almak onlara göre değildir. Bu tür bir eşyada tanımadığı insanların enerjileri ve anıları vardır, bu da onları korkutur. Oysa, anneden, dededen kalma antikalar, eski aile anılarını canlı tutmakta, kendi dünyalarına göçmüş aile fertlerinin enerjilerini evin içinde hissetmekte yararlı olacaktır.

Kubbeler, yüksek kuleler, gökdelenler hep metal enerjisi taşıyan mekanlardır. Bu nedenle metaller yüksek binaların üst katlarında oturmayı pek sever. Yükseklik sevgisi nedeniyle, pilot olamayan metallere uygun gelecek bir başka meslek de hostesliktir. Yeter ki, catering servisi verdiklerinde el alemin pis tabaklarını yıkamak zorunda olmasınlar. Detaycı, kuralcı ve organize edici yönleri nedeniyle üst düzey sekreterlik de metaller için ideal mesleklerden biri olabilir.

Olayları büyötmek, detaylarına inerek analiz etmek gibi davranış biçimleri onları çok yorsa da bundan büyük mutluluk duyarlar. Evlerinin, işyerlerinin temizliğinde o denli titizdirler ki,

dip köşe de dahil hiçbir yerde en ufak bir toz bile bulamazsınız. Ancak onlar için yalnızca görünen kısım önemlidir. Buldukları ıvır zıvırı dolaba öylece tıktırırverip dolabın kapağını kapatmaları pek sıkça karşılaşılabileceğiniz, tipik bir metal davranışıdır.

Akciğerlerinin zayıf olduğunu içgüdüsel olarak bildiklerinden pek sigara içmezler.

Dış görünüşlerinde genellikle beyaz tenlidirler. Tenlerinin açıklığı o denli bellidir ki, zenci olanlarında bile diğerlerine oranla daha açık bir cilt rengi göze çarpar. Tenleri yalnız açık renk değil, aynı zamanda sanki pudra sürülmüş gibi parlak ve duru bir görüntüye sahiptir. İnce ve uzun parmakları, düzgün bir vücutları vardır. Kemikleri incedir. Belleri ince, kalçaları düzdür. Sizinle konuşurken gözlerinizin içine ürkütecek kadar derin bakışlar yollarlar. Bu sizi korkutmak istemelerinden değil, ruhunuzun derinliklerinde olanı görmek istemelerindendir. Çoğunlukla açık renkli ve pastel tonlu giysiler, minik gümüş veya platin yüzükler içinde, bakımlı (erkekler tıraşlı, kadınlar makyajlı) ve temizdirler. Elementin dengesi bozulduğunda yüzleri açık renk ve solgun, ciltleri bakımsız, gergin, kuru görüntülüdür. Metal insanları en az terleyen tiplerdir. Kaşları düz olup uzaktan bakıldığında boya sürülmüş duygusu uyandırır.

Giysilerinde genellikle, ruhun yükselmesine yardımcı renk olan beyazı yeğlerler. Onun dışında mat gri, mat gümüş ve diğer tüm pastel tonlar içinde görünürler.

En mızımız tipler metallerdir. Aralıksız olarak “o olmadı, bu iyi değil, bu başarısız” şeklinde serzenişlerde bulunurlar. Bu serzenişleri yalnızca size yönelik değildir. Kendi başarısızlıklarını da en az karşılarındaki kadar açık, sert ve acımasızca eleştirebilirler.

Metal insanını özetlemek gerekirse:

- Dimdik beden yapısı

- Parlak
- Uyumlu
- Açık renk cilt
- Temiz
- Kuru ve düzgün
- Narin yüz hatları
- Küçük kemikler
- Uzun bacak ve kollar
- İş görebilecek kaslar

Metal insanların en sık karşılaştıkları sorunlar:

- Solunum problemleri
- Verem
- Astım
- Balgam
- Kuru öksürük
- Cilt ve deri hastalıkları
- Geç iyileşen cilt yaraları
- Tüm bedende kuruma
- Toplardamar problemleri
- Lenf sistemi problemleri
- Varis
- Alerjiler
- Üriner sistem sorunları
- Unutkanlık

Amaçları ve ulaşma yolları:

- Organize etmek
- Çocuklarını iyi yetiştirmek
- Mesafeyi korumak
- Geliştirmek için yol bulmak
- Birleştirmek

- Simyacı
- Araştırmacı
- Analiz edici
- Kural yaratıcı
- Detaycı
- Amir

-

,

SU

İlgili organ	: Böbrek (Yin) Mesane (Yang)
İlgili mevsim	: Kış
İlgili saat	: 24:00 - 06:00

Su yaşamdır. Varlığımızı sürdürebilmemiz öncelikle oksijen (nefes) almamızı gerektirir. İkinci koşul su bulunmasıdır. Zaten suyun üçte biri de oksijendir. Beş elementten biri olan su, insan doğasının başlangıç prensiplerini temsil eder. Aynı zamanda kişilerin ve grupların bilinçaltı da su elementinin etki alanındadır. Yapılan araştırmalar bilinen en ilkel tek hücreli canlı varlığın su içinde ortaya çıktığını ortaya koymuştur. Bu özelliği ile su, geçmiş geleceğe bağlayan köprüdür. Bu nedenle, aynı zamanda aile içinde bir arada yaşayan nesillerin farklılıkları da su ile ilişkilendirilir.

Su insanı yeryüzünde bilinen tüm felsefelerin babasıdır. Son derece ileri görüşlü yapısı ile daima yeni felsefeler üretme gereğinin en fazla farkında olan tiptir. Dünyayı değiştirmek, güzelleştirmek gerekmektedir, kendilerine acımaya zamanları yoktur. Önemli olan insanın daha iyiye, daha güzele ve tartışılmaz gerçeğe ulaşmasıdır ve bunu gerçekleştirebilmenin yolu, yeni felsefe akımları yaratmaktan geçmektedir. Filozof olan su insanı, gizli olanı ortaya çıkarmak, karanlıkta olanı aydınlatmak, yeni bil-

giler bulmak, saklı ya da eksik kalmış olanı keşfetmek, gizemi dağıtmak, boşlukları doldurmak zorundadır.

Var olan her somut varlığın önünü kesebilirsiniz. Suyun asla. Önüne set de çekseniz, her yanını betonla, çelikte de örterseniz, akar suyu durduramazsınız. Eninde sonunda kendine bir yol bulur ve akmayı sürdürür. Su aynı zamanda şekilsizdir. Hangi kaba girerse onun biçimini alır.

Su insanı da böyledir. Bıkmadan, yorulmadan yaşamı araştırmak, geçmiş i irdeleyerek bugünü anlamaya çalışmak, yarının daha iyi olabilmesi ve yeni yaşam biçimleri üretme peşinde koşmak için vardır. Değerli olanı ayırımsama ve ortaya çıkarma yeteneğine doğuştan sahiptir. Bunu yaparken, ilişkide bulunduğu tüm varlıklara da uyum sağlar.

Filozof için, eski olan, yeninin nasıl olması gerektiğini gösterecek olan bir aynadır. Orada çakılı kalmak için değildir. Dinler, inançlar, politik görüşler insanlığı daha yükseğe taşıma görevini tamamlamışlarsa değişmelidir. Su gerçek bir reformisttir. Gerçeğin kendisine ulaşmak için yürünmesi gereken yol ne denli uzun ve yorucu olursa olsun hiç fark etmez. O bu yolda asla yorulmaz, vazgeçmez. Ferhat'ın Şirin'e ulaşmak için dağları delen sabrı ve enerjisi, su insanının gerçeği arama yolunda gösterdiği sebat ve harcamaya hazır olduğu gücün yanında hiç kalır.

Örneğin halterciler ağaç/sudur genellikle. Suyun dış görünüşü ağacı andırır. Çoğunlukla kısa boylu ve kaslı bir bedene sahiptir. Başarıya ulaştıran yol ise çok uzun ve çok zordur. Sabır ve sebat gerektirir. Onlar su enerjisinin etkisiyle, inatla bu yolda yürümeyi ve çalışmayı sürdürürler.

Su insanına göre “gerçek” en değerli varlıktır. Gerçeğe ulaşan kişi, daima aydınlıkta yaşayacak, çevresini de aydınlatacak ve büyük bir olasılıkla, onu bulmak için harcadığı çabanın çok daha fazlasını ona sıkı sıkıya sarılmak için harcayacaktır. Daima gerçek içinde yaşamak, çoğu kez suyun insan ilişkilerini olum-

suz etkileyecektir. Buna karşılık dürüstlüğü ve açık sözlülüğünden olumsuz etkilenmeyecek olanlar sonsuza dek onun yanında kalmayı sürdürecektir, onunla el ele yürüyecektir. Zaten gerçeğin bu denli önemli olması da harcanan bu çabadandır ona göre.

Dünyaya anlayış getirme görevini seve seve üstlenmiştir. Bu gönüllü davranışı, aslında ruhunun derinliklerinde daima var olan, bilginin akılla eninde sonunda herkesin yararına olacak bir biçimde birleştirilip kullanılacağı konusundaki inancının bir sonucudur.

Her elementin etkisinde çalışan insan için, kaderin ve şansın yaşam üzerinde bir miktar etkisi vardır. Oysa su insanı için kader ve şans sözcüklerinin sözlükte yer almaları bile hatadır. Önemli olan bakmak ve görmektir. Kişi her kim olursa olsun doğru yerden ve doğru açıdan bakıyorsa bir sonraki adımı görecektir. Beğenmediği bir geleceği değiştirmek tamamen onun elindedir. Bunun kaderle şansla değil, olsa olsa akılla ilgisi vardır. Bu düşünce yapısı onu var olan her şeyi derinlemesine ve karşılaştırmalı olarak incelemeye götürür. Metalin analiz yeteneğinin bir adım sonrası, sonuçları karşılaştırmaktır, su da bu yeteneğe sahiptir. Bir filozof olarak o, belli bir aşamaya kadar keşfedilebilmiş olanla gerçek sonuç arasındaki ayrımın hemen farkına varacaktır.

Sular, son derece güçlü bir belleğe sahiptir. Gerek kendilerinin gerek başkalarının yaşadıklarını ve bu yaşantıların sonuçlarını asla unutmazlar. Onlara göre her sonuç aslında kişisel seçimlerimizin ürünüdür. Doğru seçim iyi sonucu getirecekken yanlış seçimin sonucu hayal kırıklığından başka bir şey olmayacaktır. Böylece aynı hatayı iki kez yinelemekten korunurlar. Başkalarının hatalarından da ders alabildikleri ve yaşamları içine bu dersleri taşıyabildikleri için olacak, bu tür hatalar da onların yaşamından uzaktır.

Bize bakar ve bir sonraki adımımızın ne olacağını bilirler.

Sahip olduğumuz tüm yeteneklerin, sınırlarımızın, hırslarımızın, tutkularımızın ve beklentilerimizin farkındadırlar. Hata yapacağımızı ayımsadıklarında yalnızca bizi uyarmakla yetinip ne yapmamız gerektiğini söylemek yerine, hangi adımın daha akılcı olacağı konusunda bizleri özgür seçimlerimize bırakırlar. Böyle davranmaları bencil oldukları izlenimi uyandırabilir fakat bu doğru değildir. Gerçekte onlar özgürlük aşığıdır ve başkalarının özgürlük haklarını teslim etme zorunluluğu hissederler.

Eğer bir su insanı ile özel ilişki içindeyseniz, asla özgürlüğüne ket vurmaya çalışmayın. O zaten sudur ve her kaba rahatlıkla uyar. Bu tür bir insana, “senin şöyle bir kalıba girmeni istiyorum” derseniz, emin olun bunu elde edersiniz. Ama isteklerinizi ona zarar vermeden iletmeyi yeğlemelisiniz. Sınırlar koymaya kalkışırsanız herkesten çok daha fazla gereksinme duyduğu üzere yaşamla birlikte akamayacak, kapalı bir kapta uzun süre duran su gibi bayatlayarak kalitesini yitirecektir. İsteklerinizi ona belirtmenin en kolay yolu, uygun zamanı bekleyip, “birlikte olduğum kişinin şöyle bir özelliğe sahip olması çok hoşuma giderdi” demektir. Hiç şüphesiz en kısa sürede kendisine böyle yeni bir kişilik yaratacak ve bunu benimseyecektir.

Unutmayın ki, suyun önüne hangi engeli koyarsanız koyun, o yine bir yol bulacak ve akmaya devam edecektir. Aşırı derecede engellenen su birikip çoğalır ve kendine bir yol bulduğunda da etrafına çok ciddi zarar verecek bir sele dönüşür. Eşiniz suysa, onun o durgun ve dingin haline aldanıp fazlaca yüklenmeye kalkışırsanız, bu selin önüne katılıp sürüklenmeyi baştan kabul etmiş olursunuz.

Böyle bir sevgiliniz (eşiniz) varsa, ona pahalı ve göz alıcı armağanlar almanız gerekli değildir. Bunun yerine, önünde yeni ufuklar açacak bir kitap, bir şiir CD’si, gizemli konuları işleyen bir film için bilet almanız dahi onu çok mutlu edecektir. Bu, pahalı eşyaları sevmediği anlamına gelmemelidir. O da en

az metal kadar kaliteye düşkündür. Ama, beklentileri arasında bu yoktur. Karşı cinsten beklediği tek şey dürüstlük ve saygıdır diyebiliriz.

Su insanının en belirgin özelliği, geniş beli ve kalçalarıdır. Ne ölçüde ufak tefek olsalar da, kemikleri gelişkin ve iri olup, bel, bacaklar ve kalça kısmında hemen göze çaracak kadar belirgindir. Öyle ki, su insanının kalçalarını betimlemek için “çocuk taşıyıcı kalça” deyimi kullanılır. Buna karşılık, kolları ve orta bedeni, alt ve üst bedene oranla daha küçük ya da daha incedir. İster kadın, ister erkek, tüm sulara bel hemen ayrımlanır. Belleri kalçalarına göre yüzde 70 oranında incedir. Yin olan su, bu elementin etkisi altında olan kişilere kıvrımları belirgin bir beden oluşturur. Kıvrımlı, dişi beden yapısı ve suyun yin enerjileri, bu kişilerde (erkek/kadın ayrımı olmadan) doğal olarak var olan dişi enerjilerin güçlü olmasını sağlar. Güçlü dişi enerjiler, onların destek verici yönlerini kuvvetlendireceğinden, çevrelerindeki kişiler, su tiplerini gerçek birer dost olarak nitelendirir.

Su elementinin çok etkin çalıştığı tiplerde, bacak/üst beden arasında, bacakların daha uzun ve alt bedeni üste göre daha ince olması şeklinde ortaya çıkan bir proporsiyon bozukluğu, orantısızlık göze çarpar. Omuzları ise oldukça geniş, omuz kemikleri çıkıktır (omuzları geniş olmakla birlikte, kalçalarına oranla dardır). Bu görüntüleri onlara “armut bedenli” unvanını kazandırmıştır. Yürüyüşleri ağır, adımları sessizdir.

Sular, kendilerini iyi tanımayan insanlarda dalgın, düşünceli, uykuda gezer izlenimi yaratırlar. Ciltlerinin aydınlık ve duru bir görüntüsü vardır. Genellikle gözleri içine çöküktür. Parlamaktadır ama o parlaklık bile dalgın ve hüznü bakışlarını engelleyemez. Suyun arttığı zamanlarda, göz çevresi koyulaşır. Ağız çevresinde cildin diğer kısımlarına oranla daha koyu bir ton göze çarpar. Teoriye göre, alın felsefe ile ilgilidir. Doğal filozof olan su insanların alınları geniştir.

Bir su insanı ile ilk karşılaştığınızda bile derin yin enerjilerini fark edebilirsiniz. Bu kişiler, diğer insanlarda, “çok dert çekmiş, bu dertler sonucu olgunlaşıp anlayış kazanmış tipler” duygusu uyandırır.

Su insanını özetlemek gerekirse:

- Güçlü beden yapısı
- Sıkı kaslar
- İnce bel
- Geniş kalça
- Uzun ve iri kemikler
- Güzel yüz
- Dar ve uzun yüz ve kafa
- İçine çökük, hüzünlü gözler
- Geniş ve çıkık kemikli omuzlar
- Uzun parmaklar (özellikle başparmaklar)
- Duygusal
- Yaratıcı
- Doğurgan (üretken)
- Dişi
- İçgüdü sahibi

Su insanların en sık karşılaştıkları sorunlar:

- Güçlü bellekte kayıplar, zayıflama
- Hızlılık
- Duygularda rahatsızlık
- Ruhsal olarak gelişemeyeceği endişesi taşımak
- Hareketlerde sorunlar
- Kemiklerin çarpılması
- Omurga rahatsızlıkları
- Osteoporoz
- Saçların erken beyazlaması

- Saçların dökülmesi
- Eklem yerlerinin şeklinin bozulması
- Dişlerde çarpıklık
- Gelişme döneminde sorunlar
- Doğurganlık problemleri
- Salgı sisteminde yetersizlik
- Sıvıları tutmada yetersizlik
- Kistler
- Şişkinlikler
- Üreme organlarında sarkma
- Mesane sarkması
- Uykuya çok düşme ile uykuyu aramama arasında gidip gelme
- Kulak çınlaması
- Sağırılık
- Gebelik sorunları
- Düşükler
- Kısırlık/iktidarsızlık
- Merkezi sinir sistemi sorunları
- Multiple sclerozis (MS hastalığı)
- Genital hastalıklar
- Sık sık korku yaşamak

Yaşam amaçları ve ulaşma yolları:

- İnsanı yükseltmek
- İnsanı yükseltmek için yeni felsefeler üretmek
- Cesaretle davranmak
- Yüreklendirmek
- Sorumluluk almak
- Dürüstlikle davranmak
- Dürüstlüğü ve önemini öğretmek



Elementler ve İlgili Organlar

Yukarıda her elementin etkisi altında olan ana organları zaten belirttik. Aşağıda, diğer organları ve fonksiyonları bulacaksınız. Bu bilgiler, fizik bedenimizde ortaya çıkabilecek olası sorunların ana nedenlerinin hangi elementin bozulan dengesine bağlı olduğunu anlamamız açısından oldukça yararlı olacaktır.

AĞAÇ

Gözler ve kaşlar

Tendon bağları

Tırnaklar

Gözpınarları ve gözyaşları

Şakaklar

Penis

Klitoris

ATEŞ

Dil

Dış kulak

Atar ve toplar damarlar

Kan

Ter

TOPRAK

Dudaklar

Ağız

Göz kapakları

Kaslar

Tükürük

Lenfler

METAL

Burun

Deri, cilt

Zarlar

Mukoza tabakaları

Mukoza salgıları

SU

Beyin

İlikler

Kemikler, dizler, bilekler

Omurilik

Kalçalar

Kulaklar, iç kulaklar

Baş ve üreme organları tüyleri

Göz bebekleri

Yumurtalıklar, testisler, anüs

ELEMENTİNİZİ SAPTAMAK

Sağlıklı, mutlu, uyumlu ve huzurlu bir yaşamın var olabilmesi beş element dengesinin süreğenliğine bağlıdır. Çevrenizin ve yaşam biçiminizin ana elementinize uygun olarak düzenlenmesi, sizin kendinizi daha iyi ve daha rahat hissetmenize yardımcı olabilir. Bununla birlikte, baskın olan elementinizin gereğinden fazla güçlendirilmesi ve diğer elementlerin az kullanılması da denge unsurunu yok edecektir. Bu durumda, daha önce kısaca değindiğimiz türlü sorunlarla karşılaşmak kaçınılmaz olacaktır. En yararlı davranış biçimi, tüm elementlerin ölçülü ve dengeli kullanılmasıdır.

Söz konusu dengenin sağlanabilmesi için elementlerin, ilgili objelerin, yiyeceklerin, kokuların, renklerin, ilgili saat ve mevsimlerin ve benzeri birçok ögenin daha yakından tanınması gereklidir. Aşağıdaki tablo sizlere bu konuda oldukça önemli ipuçları sunacaktır.

	AĞAÇ	ATEŞ	TOPRAK	METAL	SU
ASIL EREĞİ	Genişleme, çoğalma	Erime/eritme, canlandırma	Vermek, beslemek	Özetlemek, daraltmak	Yeniden şekillendirmek, birleştirmek
ANA TIPILEME	Lider, fatih, patron, organizatör	Sihirbaz, etkileyici, heyecan verici	Barışçı, bağlayıcı, birleştirici	Simyacı, araştırmacı, analiz edici, kural yaratıcı, detaycı, amir	Filozof, şair, romantik
ÇEVREYİ ETKİLEME YÖNTEMİ	Var olan şekli değiştirerek	Madde ile açıklayarak	Birleştirerek	İç karartarak, kötümserlik yayarak	Keşfederek, doğru teşhis koyarak
HIRSLARI TUTKULARI	Kararlılıkla sonuç bekleme	Gerçekleştirme	Yakınlaşma, yaklaştırma	Düzen kurma, kural koyma ve bunlara uyulmasını sağlama	Gerçekçi ve dürüst yaklaşım gösterme
BAĞLANTI KURMA YOLU	Meydan okuma	Yakınlık, içtenlik	Toplanma, bir araya gelme, gruplaşma	Örgütlenme, örgütlenme	Giz/gizem arama, bekleme, yaratma
İYİ YÖNLERİ	Sıcaklık, çalışkanlık	Karizma	Güvenilirlik	Adalet	Dürüstlük, doğruluk

	AĞAÇ	ATEŞ	TOPRAK	METAL	SU
BAŞARI İÇİN KULLANDIĞI YOL	Eylem	Merhamet	Hizmet etmek	Egemenlik kurmak	Bilgi üret- mek, payla- mak
SAHİP OLDUĞU DEĞERLER	Yararlılık	İnşa etmek, kurmak	Uyum	Arıtmak, de- zenfekte et- mek	Sağlamlık, dayanıklılık
YETENEKLERİ	Yatırımcılık, ilk adımı at- mak	İletişim, pa- zarlama	Alışveriş/ pazarlık	Analiz, ara- tırma	Hayal gücü
VAR OLUŞ TEMASI	Hedef: Ne yapmalı? Strateji: Nasıl yapmalı?	Statü: Bulun- duğum alan ne denli ge- niş?	Varoluş: Gö- revim ne? Ben neresin- deyim?	Sınırlar: Ben neyim? Ne değilim?	Kökler ve ulaşılacak yer: Geçmi- şimde ne var? Beni nereye taşıyor?
BOYUTLARIN ANLAMI	Her yön: en, boy, yüksek- lik	Boşluk, delik Zaman	Zaman/uzay- da bulunan yer	Şekil	Zaman
ORGAN	Yin: Karaci- ğer Yang: Safra kesesi	Yin: Kalp Yang: Mide	Yin: Da- lak/pankreas Yang: Mide	Yin: Akciğer Yang: Kalın Bağırsak	Yin: Böbrek Yang: İdrar torbası

	AĞAÇ	ATEŞ	TOPRAK	METAL	SU
İKLİM	Rüzgarlı	Sıcak	Nemli	Kuru	Soğuk
MEVSİM	İlkbahar	Yaz	Yaz sonu (pastırma ya- zı)	Sonbahar	Kış
YÖN	Doğu	Güney	Merkez	Batı	Kuzey
SAATLER	Şafak vakti 06.00 - 12.00	Öğle vakti 12.00 - 18.00	Öğleden sonra 18.00 - 21.00	Akşam vakti 21.00 - 24.00	Gece yarısı 24.00 - 06.00
YAŞAM DÖNEMİ	Doğum	Büyüme, serpilme	Olgunluk	Yaşlılık, çökme devri	Ölüm ve ye- niden doğuş
RENK	Turkuvaz, zümrüt yeşili	Kırmızı, pembe, şefta- li, mercan, buz mavisi	Sarı, turuncu, kil rengi, tüm toprak tonları	Beyaz, gümüş, mat gri, tüm pas- tel tonlar	Siyah, mor, indigo mavi, tüm koyu renkler

	AĞAÇ	ATEŞ	TOPRAK	METAL	SU
KRİSTALLER TAŞLAR	Bloodstone, emerald, turkuaz, yeşim	Tormalin, malakit, bloodstone, yakut	Peridot, kehribar, sitrin	Agat, yakut, pırlanta, inci	Moonstone, lapis lazuli, ametist, mercan, sodalit
LEZZET	Ekşi, asitli	Sade, kekremsi (bitter)	Tatlı	Acı, baharatlı	Tuzlu
KOKU	Hafif küflü	Keskin, baharatlı	Aromalı	Balık kokusu	Çürük kokusu
ETKİLEYEN SES	Ezen, dağıtan, yüksek sesler, müzikler	Bas tonda, kalın sesler İnsan sesi, güfteli şarkılar	insan sesi, güfteli şarkılar	Güven uyandıran, adalet çağrıştıran sesler (kilit sesi gibi)	Soğurma, yalama sesleri
KENDİNİ İFADE YÖNTEMİ	Öfke	Neşe	Yutmak, susmak	Analiz sonuçlarını alma/açıklama	Araştırma
OLAYLAR KARŞISINDA TUTUMU	Uyanmak, ayırımına varmak	Heyecanlanmak	Yeniden ve yeniden gündeme getirmek	Sinirlilik, asabi olmak	Korkmak, endişelenmek

	AĞAÇ	ATEŞ	TOPRAK	METAL	SU
KENDİNİ İFADE EDERKEN KUL- LANDIĞI SES TONU	Bağırmak	Yumuşak kahkahalar atmak	Tonlama yap- mak, birbiri ardına gelen iki sesi bir arada kullan- mak	Sızlanmak, ağlamak, şikayet et- mek	İnlemek
İLK GÖZE ÇARPAN	Servi gibi ince uzun veya ma- ki gibi kısa ve tıknaz beden, kısa, küt ve bi- çimsiz parmak- lar	Yanaklarda ve göğsün üst kıs- mında kırmızı- lık, çoğunlukla sigara ve alkol tüketme	Büyük ya da küçük göbek, koleksiyoncu- luk	İnce uzun par- maklar, uzun ve zarif beden, gümüş, inci ya da pırlanta be- zeli pahalı ve zarif takılar	Geniş kalça, düz bel, iri ke- mikler, uyur- gezerlik, dal- gınlık halleri, düşünceli görünüş, kafa kaşıklığı iz- lenimi

Anahtar olarak kullanabileceğiniz bu tablo, kendi ana elementinizi saptamanıza, dengenin bozulduğu durumlarda, yenden denge sağlayabilmek için gerekli ilk adımları atmanıza yardımcı olacaktır. Bununla birlikte, daha net yanıtlar arayışı içinde olabilirsiniz.

Geleneksel Çin tıbbında ana elementinizin saptanmasının tıpkı Çin astrolojisinde olduğu gibi, doğum tarihinize bağlı olduğunu daha önce belirtmiştik. Çin astrolojisine göre doğum tarihinizin ana rahmine düştüğünüz zaman olduğunu anımsatmakta yarar görüyorum. Batı astrolojisinde kişinin burcunu saptamak için doğum gününün bilinmesi gereklidir. Çin astrolojisinde de doğum bilgileriniz, yıl, ay, gün ve saat olarak önem kazanır. Örneğin, ateş elementinin etkin olduğu yaz döneminde, aynı elementin etkin olduğu 1946 yılında ve günün ateşin yükseldiği saatlerinde (12:00 - 18:00 arası) doğmuşsanız, en etkin elementinizin de ateş olması kaçınılmaz olacaktır. Bunun yanı sıra Çin astrolojisinde burcunuzu saptamak için gerekli olan bilgi

doğum yılıdır. Aşağıdaki tablo doğum yılına göre Çin astrolojisindeki burcunuzu ve o dönemde etkin olan elementi saptamanıza yardımcı olacaktır.

(Doğum yılına ana rahmine düştüğünüz yıldır. Bu durumda örneğin 1958 yılının nisan ayında doğmuşsanız, doğum yılına 1957 olacaktır. Doğum yılı saptanmasındaki zorluk da buradan kaynaklanmaktadır. Örneğin eylül ayında doğmuş bir kişi ana rahmine bir önceki yılın aralık ayında düşmüş olabileceği gibi, pekala aynı yılın ocak ayında da düşmüş olabilir. Burada önemli olan sağduyunuza kulak vermenizdir. Elementler hakkındaki bilgileri iyice anlamanız çoğunlukla kendi elementinizi saptamanız açısından yeterli olacaktır. Net bilgi almak isteyenleriniz ise bir Çin Astrolojisi uzmanına başvurup horoskoplarını çıkarttırabilir.)

YIL	BURÇ	ELEMENT
31.1.1900-18.2.1901	Fare	Metal
19.2.1901-7.2.1902	Öküz	Metal
8.2.1902-28.1.1903	Kaplan	Su
29.1.1903-15.2.1904	Tavşan	Su
16.2.1904-3.2.1905	Ejderha	Ağaç
4.2.1905-24.1.1906	Yılan	Ağaç
25.1.1906-12.2.1907	At	Ateş
13.2.1907-1.2.1908	Keçi	Ateş
2.2.1908-21.1.1909	Maymun	Toprak
22.1.1909-9.2.1910	Horoz	Toprak
10.2.1910-29.1.1911	Köpek	Metal
30.1.1911-17.2.1912	Domuz	Metal
18.2.1912-5.2.1913	Fare	Su
6.2.1913-25.1.1914	Öküz	Su
26.1.1914-13.2.1915	Kaplan	Ağaç
14.2.1915-2.2.1916	Tavşan	Ağaç
3.2.1916-22.1.1917	Ejderha	Ateş

23.1.1917-10.2.1918	Yılan	Ateş
11.2.1918-31.1.1919	At	Toprak
1.2.1919-19.2.1920	Keçi	Toprak
20.2.1920-7.2.1921	Maymun	Metal
8.2..1921-27.1.1922	Horoz	Metal
28.1.1922-15.2.1923	Köpek	Su
16.2.1923-4.2.1924	Domuz	Su
5.2.1924-24.1.1925	Fare	Ağaç
25.1.1925-12.2.1926	Öküz	Ağaç
13.2.1926-1.2.1927	Kaplan	Ateş
2.2.1927-22.1.1928	Tavşan	Ateş
23.1.1928-9.2.1929	Ejderha	Toprak
10.2.1929-29.1.1930	Yılan	Toprak
30.1.1930-16.2.1931	At	Metal
17.2.1931-5.2.1932	Keçi	Metal
6.2.1932-25.1.1933	Maymun	Su
26.1.1933-13.2.1934	Horoz	Su
14.2.1934-3.2.1935	Köpek	Ağaç
4.2.1935-23.1.1936	Domuz	Ağaç
24.1.1936-10.2.1937	Fare	Ateş
11.2.1937-30.1.1938	Öküz	Ateş
31.1.1938-18.2.1939	Kaplan	Toprak
19.2.1939-7.2.1940	Tavşan	Toprak
8.2.1940-26.1.1941	Ejderha	Metal
27.1.1941-14.2.1942	Yılan	Metal
15.2.1942-4.2.1943	At	Su
5.2.1943-24.1.1944	Keçi	Su
25.1.1944-12.2.1945	Maymun	Ağaç
13.2.1945-1.2.1946	Horoz	Ağaç
2.2.1946-21.1.1947	Köpek	Ateş
22.1.1947-9.2.1948	Domuz	Ateş
10.2.1948-28.1.1949	Fare	Toprak

29.1.1949-16.2.1950	Öküz	Toprak
17.2.1950-5.2.1951	Kaplan	Metal
6.2.1951-26.1952	Tavşan	Metal
27.1.1952-13.2.1953	Ejderha	Su
14.2.1953-2.2.1954	Yılan	Su
3.2.1954-23.1.1955	At	Ağaç
24.1.1955-11.2.1956	Keçi	Ağaç
12.2.1956-30.1.1957	Maymun	Ateş
31.1.1957-17.2.1958	Horoz	Ateş
18.2.1958-7.2.1959	Köpek	Toprak
8.2.1959-27.1.1960	Domuz	Toprak
28.1.1960-14.2.1961	Fare	Metal
15.2.1961-4.2.1962	Öküz	Metal
5.2.1962-24.1.1963	Kaplan	Su
25.1.1963-12.2.1964	Tavşan	Su
13.2.1964-1.2.1965	Ejderha	Ağaç
2.2.1965-20.1.1966	Yılan	Ağaç
21.1.1966-8.2.1967	At	Ateş
9.2.1967-29.1.1968	Keçi	Ateş
30.1.1968-16.2.1969	Maymun	Toprak
17.2.1969-5.2.1970	Horoz	Toprak
6.2.1970-26.1.1971	Köpek	Metal
27.1.1971-15.1.1972	Domuz	Metal
16.1.1972-2.2.1973	Fare	Su
3.2.1973-22.1.1974	Öküz	Su
23.1.1974-10.2.1975	Kaplan	Ağaç
11.2.1975-30.1.1976	Tavşan	Ağaç
31.1.1976-17.2.1977	Ejderha	Ateş
18.2.1977-6.2.1978	Yılan	Ateş
7.2.1978-27.1.1979	At	Toprak
28.1.1979-15.2.1980	Keçi	Toprak
16.2.1980-4.2.1981	Maymun	Metal

5.2.1981-24.1.1982	Horoz	Metal
25.1.1982-12.2.1983	Köpek	Su
13.2.1983-1.2.1984	Domuz	Su
2.2.1984-19.2.1985	Fare	Ağaç
20.2.1985-8.2.1986	Öküz	Ağaç
9.2.1986-28.1.1987	Kaplan	Ateş
29.1.1987-16.2.1988	Tavşan	Ateş
17.2.1988-5.2.1989	Ejderha	Toprak
6.2.1989-26.1.1990	Yılan	Toprak
27.1.1990-14.2.1991	At	Metal
15.2.1991-3.2.1992	Keçi	Metal
4.2.1992-22.1.1993	Maymun	Su
23.1.1993-9.2.1994	Horoz	Su
10.2.1994-30.1.1995	Köpek	Ağaç
31.1.1995-18.2.1996	Domuz	Ağaç
19.2.1996-7.2.1997	Fare	Ateş
8.2.1997-27.1.1998	Öküz	Ateş
28.1.1998-15.2.1999	Kaplan	Toprak

Yukarıdaki tabloyu dikkatli inceleyen bir göz, yaklaşık iki yılda bir etkin elementin değiştiğini ayırımsayacaktır. Gerçekten de, her element yaklaşık olarak iki yıl boyunca etkisini sürdürmektedir. Burada sorun, yukarıdaki tabloda miladi takvim yıllarının kullanılmış olmasındadır. Oysa, Tibet, Moğol ve Çin astrologların kullandığı takvim farklıdır. Bu tablo Doğu kültürü ile ilgilenen Batılı insanlar tarafından hazırlanmış olduğundan, yukarıdaki veriler yaklaşık dönemleri içermektedir. Örneğin 1969 yılının Ocak ayında ana rahmine düşmüş bir kişi, bu tabloya göre “toprak” elementi etkisi altında olmalı gibi gözükürken, davranış biçimlerinde ya da dış görünüşünde bir önceki element olan “metal”in etkileri çok fazla olabilir.

Bunun yanı sıra, yaşam biçiminizin, aldığınız eğitimin, için-

de bulunduğunuz ortamın da ana elementinizi etkileyeceğini göz önünde bulundurmanız gerekir. Buna göre, örneğin “ateş” elementi etkisiyle doğmuş bir kişi, sürekli koyu renkli giysiler giyerek, derin meditasyonlara dalarak ya da “su” elementini artırıcı başka davranışlar içine girerek ana elementinden kopabilir. Ateşken suya dönüşmüş bir insan, bu tutumunu yeterince sürdürürse, zaman içinde fiziksel bedeni de buna uyum sağlayacak ve dış görüntüsü de değişecektir. Bu insanın doğuştan gelen kırmızı yanakları solup göz altlarında çökme, morarma, kalçalarında belirgin bir genişleme gibi su özellikleri ortaya çıkabilir.

Yaşam biçiminizi ve davranışlarınızı kendi seçiminizle yapmışsanız pek fazla sorun yaşamazsınız. Ancak, çevreden gelen baskılara boyun eğip zorla değişiklik yaratmışsanız, bedende çeşitli dengesizliklerin ortaya çıkması ve bu dengesizliklerin bazı rahatsızlıklara neden olması olasılığı çok yüksektir.

Ana elementinizi tam olarak saptayabilmeniz, ortaya çıkmış rahatsızlıkları yok edebilmeniz anahtarıdır çoğunlukla. Aşağıda bulunan testi dürüst ve tarafsız bir biçimde yanıtlamanız, hem kendi elementinizi saptamanıza hem de var ise oluşmuş uyumsuzlukları ortadan kaldırmanız için gerekli saptamaları yapmanıza yardımcı olacaktır.

Bu basit testte kendinize karşı dürüst olmanız, var olan pek çok sorunu aşabilmeniz açısından son derece önemlidir.

Bana uygun (+), ara sıra (x), bana uygun değil (-)

RUHSAL “A”

- ☐ 1. Yalnız kalmaktan ve içsel sesimi dinlemekten çok hoşlanırım
- ☐ 2. Bana göre doğru olan her şeyi sonuna dek inatla savunurum

- ☐ 3. Tek başıma başarmam gereken görevlerden zevk alırım
- ☐ 4. Kalabalık toplantılara katılmaktansa birkaç iyi arkadaşla bir arada bulunmayı yeğlerim
- ☐ 5. Çok çeşitli konularda meraklarım vardır ve onlarla ilgilenmek için zaman ayırırım
- ☐ 6. İnsanlarla iç içe ilişkiler yerine özel yaşamımın bana ait olmasını yeğlerim
- ☐ 7. Dikkatli, ölçülü ve mantıklıyım
- ☐ 8. Diğer insanları eleştirmem gerektiğinde dikkatli ve ölçülü davranırım
- ☐ 9. Düşlerimi, duygularımı, sezgilerimi ve görüşlerimi kendime saklarım
- ☐ 10. Evrensel planda yerimi saptayabilmek ve gerçek görevime ulaşabilmek benim için çok önemlidir. Bunu başarmak ereğiyle gündelik işlerden uzaklaşıp içime döner ve içsel sesimin söylediklerine zihnimi açarım
- ☐ 11. Sinema, tiyatro, konser gibi sanatsal yanı ağır basan entelektüel etkinliklere katılmaktan zevk alırım
- ☐ 12. Herhangi bir konuda diğer insanların önem verdikleri noktaları ya da getirdikleri önerileri dikkate almaksızın sebatla içsel isteklerimi gerçekleştirme peşinde koşarım
- ☐ 13. İlişkilerimi yaşarken ve daha sonra dışarıdan baktığımda davranışlarım ve elde ettiklerim açısından tatmin doluyum
- ☐ 14. Özel yaşamımda yalnızlığı yeğlemem nedeniyle insanlar beni sıra dışı biri olarak değerlendirir
- ☐ 15. Gündelik yaşamım içinde insanlar beni sıradan bir kişi olarak değerlendirirler
- ☐ 16. İnsanları uzaktan incelerken bile eleştirel ve şüpheli yaklaşırım
- ☐ 17. Kalabalık toplantılarda göz önünde olmaktansa kendi başıma kalmayı yeğlerim

- ☐ 18. Kendi kendime hayal kurmaktan, sık sık hayallere dalmaktan zevk alırım
- ☐ 19. Olayları anlama ve algılama yeteneği konusunda kendimi gelişkin bulurum
- ☐ 20. Sosyal çevrelerde bulunmak zorunda kaldığımda silik bir insan gibi davranmaktan ve ikinci planda kalmaktan çok hoşlanırım
- ☐ 21. Aşırı davranışları nedeniyle eleştirilemeyecek kadar sakin bir insanım
- ☐ 22. Dürüst olmayan davranışları nedeniyle tehdit edilemeyecek bir insanım
- ☐ 23. Tüm yolların tıkanıdığı, işlerin sarpa sardığı durumlarda bile umudumu yitirmez, başarıya ulaşmak için sabırlı ve sebatkar davranırım

RUHSAL “B”

- ☐ 1. Akıl gerektiren veya acil durumlarda yüklenmem gereken görevleri üstlendiğimde kendimi rahat hissederim
- ☐ 2. Bana verilen görevleri ivedilikle ve yararlılıkla yerine getirmem gerektiğinde, başka seçenek yok ise, tek başıma sorumluluk üstlenmekten çekinmem
- ☐ 3. Bana zarar verebilecek ciddi risklerin bulunduğu durumlarda bile kısa zamanda karar alabilir ve kendimi belli bir eyleme doğru yönlendirebilirim
- ☐ 4. İçsel ve dışsal baskının arttığı, bağlantılı organlar arasındaki anlaşmazlıkların su yüzüne çıktığı ortamlarda bile kendimi güvende ve rahat hissederim
- ☐ 5. Başarıya ulaşmak için gerekli olan uzmanlığımın ya da yeterli bilgimin olmadığı durumlarda bile verilen görevleri kabul eder, cesaret ve kararlılıkla hareket ederim

- ☐ 6. Başkalarının hakkımdaki haksız değerlendirmelerine karşı kendimi savunmak adına çaba harcamak yerine bunlar yokmuş gibi davranmayı yeğlerim
- ☐ 7. Başkalarını şaşkınlığa düşüren ve hareketlerini kısıtlayan durumlarda ilgili kişileri uyarıcı etken görevini sevinçle yüklenirim
- ☐ 8. Başkalarının benimle ilgili olarak ne duyumsayacağı, ne düşüneceği, nasıl tepki vereceği konularıyla ilgilenmeden, özgüven ve inançla eylemde bulunurum
- ☐ 9. Diğer insanların benimle eşit olduğunu ve bundan başka seçenek bulunmadığını tartışmasız onaylarım
- ☐ 10. Diğerlerinin “yol öğretmeni” veya “önderi” konumunda olduğumda sorumluluk altında ezilmem, tersine kendimi çok rahat hissederim
- ☐ 11. Diğerlerinin bana sıkı muhalefet ettikleri ya da davranışlarım karşısında hoşnutsuzluklarını açıkça belli ettikleri durumlarda bile haklı olduğumu düşünür/hisseder/savunurum
- ☐ 12. En iyi, en önde, en özel olmaktan, hatta bu nedenle “yabancı” olarak değerlendirilmekten zevk alırım
- ☐ 13. Ruh ve karakter yapısı bağlamında güçlüyüm ve kolayca kırılmayan bir yapıdayım
- ☐ 14. Herhangi bir konuda iyi ya da kötü yargısına varmak için aklımdan ziyade sezgilerimle davranırım
- ☐ 15. Hırslı ve yarışmacı bir kişiliğim var ve bu kişiliğimden hoşnutluk duyuyorum
- ☐ 16. Kendime güvenim nedeniyle teslimiyetçilikle davranmak yerine eylemde bulunmayı yeğlerim
- ☐ 17. Kendimi her koşulda sarsılmaz bir özgüven içinde hissederim
- ☐ 18. Sezgilerimin arkasından gittiğim ya da beni kişisel hırs-

larıma ulaştıracak sıra dışı adımlar attığım zamanlarda kendimi iyi hissedirim

- ☐ 19. Var olan durumun diğerlerini nasıl davranmaları gerektiği konusunda şaşkınlığa düşürdüğü veya rahatsız ettiği olaylardan korkmadan, bildiğim gibi ve doğrudan hareket ederim
- ☐ 20. Risklere karşı savaştırmaktan ve verilen savaşımın içinde etkin görev almaktan zevk alırım
- ☐ 21. Yaptıklarımı, yapabilecek olup da yapmadıklarımı, elde ettiklerimi ve yitirdiklerimi büyük bir açıklıkla tartar ve eleştiririm ama başkalarının beni eleştirmesine dayanamam
- ☐ 22. Yeteneklerimin ve elde ettiklerimin toplum önünde takdir edilmesi, açıklanması ve ödüllendirilmesinden hoşnut olurum.

RUHSAL “C”

- ☐ 1. Başkalarının benimle gönüldeş olmalarını ve onurlandırmalarını hak ettiğim durumlarda kendimi mutlu olmaktan ziyade rahat hissedirim.
- ☐ 2. Başkalarının tüm olumsuz görüşleri ve inançlarına karşın iyimserliğimi korumaya ve umutlarımı canlı tutmaya devam ederim
- ☐ 3. Beni çevreleyen olaylara ruh/beden/fizik (bütün) olarak katılırım
- ☐ 4. Bir başka insanın duyguları, düşünceleri ve deneyimleri ile tam bir gönüldeşlik kurabilirim
- ☐ 5. Olaylar karşısında coşkumu, başkalarının başarıları önünde özentimi göstermekten utanmam

- ☐ 6. Ruhsal ve duygusal uyarımın aşırı olduğu çevrelerde bile kendimi rahat hissederim
- ☐ 7. Herhangi bir ortak ve haklı eylem/etkinlik söz konusu olduğunda, daima istekli davranan, enerjik bir insanım
- ☐ 8. Diğerlerinin duygularına dokunup duygusal yanıma ortaya çıkarmalarından hoşlanırım
- ☐ 9. Duygusal, tepkisel ve sezgileri güçlü bir insanım
- ☐ 10. En derin duygularımı ve hırslarımı bile rahatlıkla başkaları ile paylaşabilirim
- ☐ 11. Fiziksel temas ve duygusal yakınlıktan hoşlanırım
- ☐ 12. Geçmişe güvenmeden, gelecekte endişe etmeden, şimdi ve burada yaşarım
- ☐ 13. Yaşamın eğlendiren yanını görür, diğer yanıyla pek ilgilenmem
- ☐ 14. İstediğim, gereksinme duyduğum herhangi bir şeyi kişisel çabamla elde etmekten sonsuz mutluluk duyarım, ancak yardım almaktan da yüksünmem
- ☐ 15. Karşımdaki kişinin ne düşündüğünü/duyumsadığını kolayca ve hatasız olarak sezinlerim
- ☐ 16. Kendimi zihinsel yönü ile çekici bir insan olarak görürüm ve gerçekten öyle olduğum için mutluyum
- ☐ 17. Konuşma daha tamamlanmadan sonunu anlayıp karşımdakinin sözünü keserim
- ☐ 18. Güçlü sezgilerim aracılığı ile rahat ve özgürce davranmayı öğrendim. Bu rahatlık ve özgürlük duygusundan hoşnudum
- ☐ 19. Son sözü ben söyleyeceksem söyleşiyi bir espri ile tamamlarım
- ☐ 20. Neşeli ve nükteli bir insanım
- ☐ 21. Tamamıyla açık ve yalın bir insanım
- ☐ 22. Yumuşak, diğerlerine çok yakın ve onlarla duygusal ortaklıklarla davranan bir insanım

RUHSAL “D”

- ☐ 1. Bireysel davranmak yerine, arkadaşlarım ve/veya aile bireylerim ile birlikte hareket etmekten hoşlanırım
- ☐ 2. Başkaları için endişe duyan ve gereksinmelerini karşılamaya gönülden gelen bir çaba gösteren kişiliğe sahibim
- ☐ 3. Başkalarının yaşam nedenleri ile kolayca özdeşleşebilirim
- ☐ 4. Başkalarının yaşamına iyi niyetle de olsa karışıyorum
- ☐ 5. Beni yardımsever ve güven aşılayan bir insan olarak değerlendirir ve bana güvenirler
- ☐ 6. Çevremde olabildiğince çok sayıda insanın bulunmasından memnun olurum
- ☐ 7. Çok çeşitli, hatta birbirine taban tabana zıt ilişkiler kurmakta hiç zorlanmam
- ☐ 8. Diğerlerine, gereksindiğim zamanlarda gönüllü olarak yanımda olmalarını sağlayacak kadar yakınlaşabilirim
- ☐ 9. Başkalarının deneyimlerine ve anlayışlarına güvenirim
- ☐ 10. Başkalarının gereksinmelerini kendi gereksinmelerimin önünde tutarım
- ☐ 11. Farklı görüş sahibi kişilerin bir arada bulunmaktan hoşnut olacakları, rahat ve sakin ortamlar yaratabilirim
- ☐ 12. Gerginliğin baş gösterdiği ortamlarda insanlara anlaşma zemini hazırlayacak yollar bulmakta ustayımdır
- ☐ 13. Her türlü konuya diplomasi ve uygun davranış biçimleri ile yaklaşırım
- ☐ 14. İnsanları eğiten ve rahatlatan bir yapım var
- ☐ 15. İnsanların uyumlu ve yararlı işbirlikleri kurmalarına yardımcı olurum
- ☐ 16. İyi tanımadığım insanlarla bile kendimi rahat hisseder ve kolayca arkadaşlık kurabilirim

- ☐ 17. Kendi aile ve dost çevremde olmaktan ve onları sıkça buluşturan etken olmaktan mutluluk duyarım
- ☐ 18. Özel ve iş yaşamıma şu ya da bu biçimde ve çeşitli seviyelerde katılmış olan insanlar ile dostlarım ve yakınlarıma sadakatle yaklaşırım
- ☐ 19. Başkalarını besleyen (ruhsal, zihinsel ve fiziksel olarak) ve destekleyen bir tipim
- ☐ 20. Tartışmaları, konuyla bağlantısı olan herkesin hoşnut kalacağı biçimde sona erdiririm
- ☐ 21. Yasaklara uyabilmem için o kuralların gerçekten işlevsel olduğuna inanmam gerekir
- ☐ 22. Yemek yemeyi, özellikle tatlı gıdaları tüketmeyi çok severim, hatta obur olduğum bile söylenebilir

RUHSAL “E”

- ☐ 1. Ahlaklı ve ilkeli bir yaşam biçimini, kurnazlık ve hile ile elde edeceklerimin (maddi/manevi) önünde tutarım
- ☐ 2. İnsanlar ve gruplar arasındaki anlaşmazlıklar ve karışıklıkların çözümü sürecinde etkin görev almaktan hoşnut olurum
- ☐ 3. Karşıt güçleri (iyi-kötü, doğru-yanlış vb.) birbirlerinden ayırt etme yeteneği çok fazla gelişmiş bir tipim
- ☐ 4. Bana oranla, daha fazla söz hakkına sahip olan insanların (amirler, şefler vb.) hakkımdaki hoşnutsuzluk dolu eleştirilerini -haksız da olsa- kabul edebilirim
- ☐ 5. O kadar dürüstüm ki, bir onursuz davranış sonucu ağır eleştirilere hedef olmak benim yaşamımda yer alamaz
- ☐ 6. Yakın çevremde bulunacak insanlar ve görev bölümü yapacağım arkadaşlarım hakkında tek söz sahibi olmaktan zevk alırım

- ☐ 7. Küçük, sade ve pahalıyı büyük, abartılı ve ucuza yeğlerim
- ☐ 8. Duygularımı ve görüşlerimi dile getirme konusunda kendimi engellerim
- ☐ 9. Göz önünde bulunmaktan veya bir konuda gözde kişi olmaktan pek hoşlanmam
- ☐ 10. Hedeflerin ve başarmak için izlenecek yolun iyi belirlendiği durumlarda kolaylıkla ve büyük verimle çalışırım
- ☐ 11. Dikkatimi kendime yöneltirim. Başkalarının işine burnumu sokmam
- ☐ 12. İnsanlar beni kişisel eğilimleri ve içgüdüleri ile hareket eden bir insan olarak yargılamaz. Buna karşılık, bilgi seviyem ve şantaja açık olacak hiçbir davranışım bulunmaması ile değerlendirir ve yüceltirler
- ☐ 13. İnsanlar beni duygusallıktan doğan heveslerimle değil, deneyimlerimden elde ettiğim uzmanlıkla takdir eder
- ☐ 14. Gerçekten titiz ve detaycı bir insanım. Öyle ki, insanlar beni bu yönümle takdir eder
- ☐ 15. İnzivaya çekilip yalnız kalmak veya kalabalıkta bile sessizliğimi korumaktan hoşlanırım
- ☐ 16. İşimi sevmezsem bile üstlendiğim görevi en iyi biçimde tamamlamaya gayret eder, ilkeli ve sistemli çalışırım
- ☐ 17. İşyerimde, herkesin kendi üstüne düşeni gereğince ve uygun yöntemlerle yerine getirdiği durumlarda, kendimi güvende ve korunuyor hissedirim
- ☐ 18. Yaşamımın her alanında kararlı ve dürüst bir hayat sürdürmekteyim
- ☐ 19. Kısıtlı sayıda arkadaşım vardır ve onların bana gereksinme duydukları zamanlarda yanlarında bulunmaktan hoşlanırım
- ☐ 20. Sorunların çözümü için analiz etme, düzenleme ve mantıklı yaklaşımlar gerektiğinde bu göreve gözüm kapalı talip olurum

- ☐ 21. Yaptıklarımı gerçekleştirmeye götürecek yollarla ilgili kararlarda tüm hakimiyeti elde tutmak isterim
- ☐ 22. Kendimi, yaşamımın dizginlerini en üst düzeyde ele alma konusunda (kendime karşı) sorumlu hissederim

FİZİKSEL “A”

Bu hastalığı sık sık (+), ara sıra (x) yaşıyorum - hiç yaşamıyorum (-).

- ☐ 1. Ayağa kalkarken veya eğilirken zorlanma
- ☐ 2. Boyun, alın ve üst dudakta derin çizgiler, çatlaklar
- ☐ 3. Cinsel birleşme sonrası depresif ve aşırı yorgun olma
- ☐ 4. Dışkı, idrar veya meninin çıkışını denetleyememe, çıkarma zorluğu çekme
- ☐ 5. Eklem yerleri ve/veya omurgada zorlanma ve sancı
- ☐ 6. Fazla çalışma, ayakta kalma veya yorgunluktan sonra ortaya çıkan kemik ağrıları
- ☐ 7. Görme ve işitme duyularında aşırı hassasiyet
- ☐ 8. Görme veya işitme duyularında zayıflama
- ☐ 9. Göz çevresinde koyu kahve, mor veya siyah halkalar
- ☐ 10. Gözün iç köşelerinde şişkinlik veya sancı
- ☐ 11. Kasıklarda bulunan tüylerin veya saçların dökülmesi
- ☐ 12. Prostat veya testislerde sertleşme/yumuşama
- ☐ 13. Ruhsal bir çalışmadan sonra ortaya çıkan yorgunluk veya ilgi yitirilmesi durumu
- ☐ 14. Sancılı/sancısız kemik fırlamaları
- ☐ 15. Sıkça idrara çıkma, idrarın yavaş olması veya çok azalması
- ☐ 16. Sperm veya başka cinsel akıntılarda azalma, eksiklik
- ☐ 17. Topuklarda veya ayak tabanlarında zorlanma veya sancı

- ☐ 18. Yakın geçmişte oluşmuş olaylar konusunda bellek zayıflığı
- ☐ 19. Yumurtalıklarda veya rahim yolunda sertleşme/yumuşama
- ☐ 20. Yumurtlama bozukluğu, gebe kalamama veya cinsel soğukluk

FİZİKSEL “B”

- ☐ 1. Adet öncesi, özellikle karın ve rahim bölgesinde sert kasmalar
- ☐ 2. Ayrılan, kalın veya ince tırnaklar
- ☐ 3. Baş dönmesi ve/veya mide bulantısı
- ☐ 4. Bıngıldak, baş yanları veya tepede ağrı
- ☐ 5. Cinsel arzu ve dürtülerin çok fazla olması veya rahatsızlık duyacak ölçüde uyarılmak
- ☐ 6. Cinsel birleşmeden sonra sakinleşmemek
- ☐ 7. Fazla ışık ya da gürültüye karşı aşırı hassasiyet
- ☐ 8. Görmenin ani olarak bulanıklaşması ve/veya kulaklarda çınlama
- ☐ 9. Her türlü olayın başlangıç ve bitiş aşamasında asabilik ve depresiflik
- ☐ 10. Kaburgaların altında sancı veya doluluk, şişkinlik duygusu
- ☐ 11. Kasık veya koltuk altında iltihaplı yaralar, düğümlenmeler
- ☐ 12. Koltuk altları, memeler, kaburgalar arasında bulunan herhangi bir iç organ ve/veya cinsel organda aniden oluşan/süreğen sancılar
- ☐ 13. Omuzlar ve boyunda sürekli gerginlik
- ☐ 14. Özellikle gece saatlerinde ortaya çıkan göz, kulak, burun veya göğüs ağrısı

- ☐ 15. Özellikle kafatası ve burun çevresinde aşırı yağlı cilt
- ☐ 16. Rüzgarda kalınması durumunda ortaya çıkan baş, göz, kulak ağrısı
- ☐ 17. Sık sık sulanan gözler
- ☐ 18. Yutkunma zorluğu çekmek veya gırtlakta gerginlik duyumsamak
- ☐ 19. Yüz cildinin kuruması
- ☐ 20. Yüz, göz, kulak, baldır, ayak tabanlarında kasılmalar veya istem dışı hareketler (tikler)

FİZİKSEL “C”

- ☐ 1. Abartılı terleme
- ☐ 2. Ağız içinde ve/veya dil üstünde yaralar, aftlar
- ☐ 3. Akşam saatlerinde ortaya çıkan korku ve endişeler
- ☐ 4. Ani bir davranışla şaşırtıldığında/korkutulduğunda yüzü kızarmak, sinirlenmek, öfkelenmek
- ☐ 5. Coşku anında veya ani bir hareket sonucu şaşırma durumunda baygınlık duygusu hissetmek, başı dönmek
- ☐ 6. Çarpıtılmış algılama veya çarpıtılmış ruhsal tipler
- ☐ 7. Çok çabuk ve kontrol edilemez bir biçimde heyecanlanmak
- ☐ 8. Dil, dış kulak, göz iç ve dış uçlarında iltihaplanmalar
- ☐ 9. Düzensiz ve hızlı kalp atışları
- ☐ 10. Erken boşalma veya çabuk uyarılma
- ☐ 11. Gevezelik etmek veya sinirli kahkahalar atmak
- ☐ 12. Heyecanlı ya da endişeli olduğunda uykusuzluk çekmek
- ☐ 13. Dolaşım sisteminde iltihaplanmalar
- ☐ 14. Kekemelik veya çok hızlı konuşma

- ☐ 15. Özellikle eklem yerlerinin çukur kısımlarında, diz arkası, avuç içleri, ayak tabanlarında kuru, kırmızı ve kaşıntılı kabuklanmalar
- ☐ 16. Penis, vajina, ağız veya anüste yanma duygusu
- ☐ 17. Rahatsızlık verecek ölçüde canlı rüyalar
- ☐ 18. Soğuk yiyecek ve içeceklere düşkünlük
- ☐ 19. Uyandığında endişeli olmak veya nabızı hızlı atmak
- ☐ 20. Uzak geçmişle ilgili bellekte zayıflama
- ☐ 21. Vücut ısısı yüksekliği veya ciltte kızarıklık

FİZİKSEL “D”

- ☐ 1. Adet öncesi bedendeki suyun atılamadığı, tutulduğu duygusuna kapılmak
- ☐ 2. Adet öncesi uykusuzluk hissetmek, şişkinlikler
- ☐ 3. Anüste damar sarkması (hemoroit)
- ☐ 4. Aşırı derecede yeme arzusu duyumsamak veya yememek için kendini aşırı zorlamak
- ☐ 5. Biçimsiz veya kırılmaya müsait tırnaklar
- ☐ 6. Birbirlerine yapışma eğilimi gösteren ya da sıkça iltihaplanan göz kapakları
- ☐ 7. Boyun, sırtın alt tarafı, el ve ayak bileklerinde zayıflık
- ☐ 8. Eklem yerleri ve adalelerde şişkinlik
- ☐ 9. Fiziksel bedende açıkça görülen dayanıksızlık
- ☐ 10. Genel olarak bedende şişkinlik veya ödem
- ☐ 11. Hayal kırıklığı ve endişeli durumlardan sonra ortaya çıkan baş ağrıları
- ☐ 12. Kafa derisi, göz kapakları, ağız ve burun çevresinde oluşmuş deri çatlakları
- ☐ 13. Kanayan, sancıyan veya şişen diş etleri

- ☐ 14. Kolayca iltihaplanan ağız tabakaları
- ☐ 15. Kolayca kilo alırken kilo vermekte zorlanmak
- ☐ 16. Kolayca ve sık sık yaralanma veya sakarlık
- ☐ 17. Nişastalı, unlu ve tatlı gıdalara aşırı düşkünlük
- ☐ 18. Özellikle akşam saatlerinde ortaya çıkan karın şişkinliği
- ☐ 19. Özellikle kol ve bacakların üst kısımlarında bulunan kaslarda yumuşaklık ve fazla et bulunması/oluşması
- ☐ 20. Susamış olmadığı halde kuruluk duyumsamak
- ☐ 21. Şişkinlik, doluluk, ağırlık ve uykusuzluk duyumsamak
- ☐ 22. Tartışmalardan veya uzun süreli düşünme gerektiren etkinliklerden sonra ortaya çıkan baş ağrıları

FİZİKSEL “E”

- ☐ 1. Ani kuruluktan kaynaklanan alın bölgesi sancıları
- ☐ 2. Bağırsaklarda oluşan polipler
- ☐ 3. Burun arka boşluğu ve/veya iç çeperlerinde ortaya çıkan polipler
- ☐ 4. Burun delikleri, dudaklar veya ağız köşelerinde çatlak ya da derin çizgiler
- ☐ 5. Burun, ses telleri veya ses tellerinde kütleler
- ☐ 6. Cilt kuruluşundan kaynaklanan kaşıntı
- ☐ 7. Ciltte sertleşmeler ve/veya çok sayıda nasırlar
- ☐ 8. Ciltte, saçta, saç derisinde kuruluk
- ☐ 9. Çok ince ve aşırı hassas cilt
- ☐ 10. Gergin veya kolayca çatlayan cilt
- ☐ 11. Hayal kırıklığı veya beklenmeyen kayıplardan sonra ortaya çıkan baş ve göğüs sancıları
- ☐ 12. Isı ve nem değişikliklerinde ortaya çıkan keskin öksürük veya peş peşe hapsirıklar

- ☐ 13. Kılcal damarlarda yüzeye yakınlık
- ☐ 14. Mukoza tabakaları salgılarında yetersizlik
- ☐ 15. Mukoza tabakaları veya ağ tabakalarda büzüşmeler, buruşmalar
- ☐ 16. Özellikle boynun iki yanı ve çene altı lenflerinde büyük ve sert düğümler
- ☐ 17. Sıcakta bile terleyememe
- ☐ 18. Sırtın üst tarafında kepeklenen kuru deri çatlakları
- ☐ 19. Sırtın üst tarafındaki deride por (hücre boşluğu) genişlemesi
- ☐ 20. Yanaklarda, burun kenarlarında kepeklenen kuru deri çatlakları
- ☐ 21. Yeterince idrara çıkamama
- ☐ 22. Yüz ve burun cildinde por (hücre boşluğu) genişlemesi
- ☐ 23. Yüzeysel nefes alma veya nefes almayı unutma

Yukarıdaki testi dürüstlükle yanıtladınız. Şimdi artılarınızı (+), çarpılarınızı (x) ve eksilerinizi (-) ayrı ayrı sayın. Her biri için bir puan verin. Çoğunluğunuzun elde ettiği sonuç oldukça şaşırtıcı olacaktır. Fiziksel olarak “C”de artılarınız çokken, ruhsal olarak “A”nın artıları daha fazla olabilecektir örneğin. Çoğunlukla, çarpılarınız eşite yakın bir dağılım gösterecektir. Bunun nedeni, daha önce de söylemiş olduğumuz gibi, aldığınız eğitim, yaşam biçiminiz, olaylara yaklaşımınız ve daha birçok parametrenin ve doğuştan gelen etkin elementinizin ruhsal dengeye olan etkileridir. Ruhsal yapınız değişebilir. Uzunca bir süre farklı bir insan gibi davranmanız koşuluyla, fiziksel bedeninizin de bu değişime ayak uyduracağını zaten anımsatmıştık. Bununla birlikte, boyunuz, kan grubunuz, ana cilt renginiz, par-

mak iziniz, DNA formülünüz ve kromozom yapınız gibi bazı özellikleriniz asla değişmeyecektir.

Tam olarak hangi tiplmeyi yansıttığınız, neyi, nasıl yaptığınızdan çok, neden yaptığınıza bağlıdır. Aynı çevrede büyümüş, aynı eğitimi almış, hatta aynı meslekte çalışan beş kişiyi ele alalım. İşyeri gıda ile ilgili üretim yapsın, adı da Elementler A.Ş. olsun.

Önder, şirketin hem kurucu üyesidir hem de genel müdürlük görevini yüklenmiştir. Serap, şirketin kurucu üyesi olmakla birlikte kendine görev olarak planlama bölümünün yöneticiliğini seçmiştir. Alev de kurucu üyedir ve görev olarak pazarlama bölümünü yönetmeyi yeğlemiştir. Demir, kurucu üye olmamakla birlikte organizasyon bölümü yöneticiliği sırasında gösterdiği üstün başarıdan dolayı kendisine aylık gelirin yanı sıra şirketten kar payı alabilmesini ve yönetimde etkin söz sahibi olmasını sağlayan belli bir miktar hisse verilmiştir. Dünya da, Demir gibi şirkete sonradan katılmış, Serap'ın önerisiyle kurulan ve yalnızca Elementler A.Ş. tarafından üretilen besinlerin sunulduğu lokantayı işletmektedir.

Elementler A.Ş. kuruluşundan çok kısa bir süre sonra, konusunda en başarılı şirket seçilince konuyla ilgili bir gazeteci röportaj talebinde bulunarak beş yöneticiyle aynı anda söyleşi yapmak istediğini belirtir.

Soru: Başarınızın sırrı ne?

Hep bir ağızdan: İşbölümünü doğru yapmak.

Soru: İşbölümünüzü neye göre yaptınız?

Önder: Ben her biri ayrı ayrı ve üstün yeteneklere sahip birçok yöneticinin bulunduğu bir ortamda en tepede bulunup herkesin getirdiği önerileri gerekli değişikliklerle yeniden kendilerine sunarak istediklerimin uygulanmasını sabır ve sebatla bekleme özelliğine sahibim. Arkadaşlarım bu özelliğimi bildikleri için beni kendilerine lider seçtiler. Doğrusu, işin bu yönü beni

gerçekten mutlu ediyor. Coşku ve istekle çalışınca başarı da kaçınılmaz oluyor. (AĞAÇ)

Serap: Ben yapı olarak, ortalıklarda görünmeyi pek sevmem. Benim seçimim farklı idi. Doğuştan sahip olduğum ayrıştırma özelliğimi iş yaşamımda aktif olarak kullanmamın daha doğru olacağını düşündüm. Sık sık, var olan durumu inceler, konu hakkında derin düşüncelere dalar, yeni düşünce kalıpları yaratırım. Planlama dairesi başında olmak benim doğal hakkımdı. (SU)

Demir: Ben fiziksel olarak çalışmayı pek sevmem. Derin düşüncelere dalmaktan da hoşlanmam. Buna karşılık, yeni bir düşüncenin nasıl yaşama geçirileceği konusunda benden daha başarılı bir arkadaşımız yok. Serap'ın önerilerini alır, uygun stratejilere dönüştürür, insanlar arasında olması gereken işbölümünü kusursuz planlar ve bu planın uygulanmasını sağlamak üzere Önder'e havale ederim. Doğrusu, aramızda hiç kimse bu işi ondan iyi yapamaz. (METAL)

Alev: Ben çok canlı ve neşeli bir insanım. Bir büroya tıklılıp, akşama kadar kağıtların arasında sıkışıp kalmak bana göre değil. Açık havaya çıkmalı, yeni insanlarla tanışmalıyım. Ağzım da iyi laf yapar. Ondandır, şundandır, bundandır derken, pek çok değişik insanın ilgi alanlarına giren konularda yüzeysel de olsa bilgi sahibiyim. Bu özelliğim sayesinde insanlarla kolaylıkla iletişim kurabiliyorum. İnsanlar, benim büyüme kapılıp gidiyor. Kendimi bildim bileli var olan bu yeteneğimi iş yaşamımda kullanmaya karar verdim. Zamanla ikna becerim öyle gelişti ki, "Eskimo'ya buz satar" duruma geldim. Ürünlerimiz de kaliteli... Neden olmasın? (ATEŞ)

Dünya: Ben kendimi bildim bileli, insanları mutlu etmeye çabalayan bir tipim. Evim daima dostlarıma açıktır. Onlara dünyanın her mutfağından değişik yemekler yapmak ve sunmak benim en büyük zevkimdi. Ancak ev ortamında kaç kişiyi besleyebilirsiniz ki? Sonuçta, hem daha fazla insanı besleyebilmek hem de en iyi bildiğim işten geçimimi sağlayabilmek ereğiyle küçük

bir lokanta açtım. Önder ve Serap sık sık benim lokantamda yemeğe gelirlerdi. O dönemlerde henüz şirketin kendine ait bir lokantası yoktu. Serap, benim yöneteceğim ve şirketin ürünlerini pazarlayan bir lokanta fikrini ortaya atmış. Önder bu fikri pek cazip bulunca konuyu Demir'e iletmışler. Demir organizasyonu yapmış. Derken, öneriyi bana getirdiler. İstedğim her yemeği yapmak ve müşterimizi memnun etmek yolunda tam yetki ile çalışmak koşuluyla onayladım. İlk zamanlarda çeşitli terslikler oldu elbette. Ancak sabır, sebat ve iyi niyetle hepsinin üstesinden geldik. İnsanlar yedikleri yemekten ve aldıkları servisten memnun olunca ben de çok mutlu oluyorum. Sanırım başarımız bizlerin kişisel mutluluklarının sonucu. (TOPRAK)

Bu beş kişinin yaşamını daha derinden incelememiz gerekseydi, hiçbirinin tek bir elementin etkisi altında olmadığını görecektik. Örneğin Önder, davranış biçimi olarak “ağaç” elementini anımsatmaktadır ama göbekli (toprak) ve kırmızı yanaklıdır (ateş). Serap, “su” etkisindedir ancak tatlıyı çok sevmekte (toprak) ve uzun zaman tatlı yemeyince depresyona (metal) girmektedir. “Metal” olan Demir, görev verdiği arkadaşlarına sık sık şirketin lokantasında toplu yemek davetleri vermekte (toprak), aynı zamanda yeni ürünler bulmak ereğiyle yılda birkaç kez yurtdışına çıkmaktadır (ateş). Alev “ateş”tir. Çok iniş çıkışlı ve son derece hareketli olan yaşam tarzının kendisini yordduğu zamanlarda meditasyon yapmayı (su) alışkanlık haline getirmiş, giderek toplu meditasyonların yönergelerini vermeye (ağaç) başlamıştır. Dünya, lokantayı işletmeyi onaylamadan önce, ilk koşul olarak tek yetkili olmayı (ağaç) koşmuş, sabahın erken saatlerinden akşamın geç saatlerine dek koşuşturmayı (ağaç) kendine görev bilmiştir. Ayrıca, lokantaya gelen müşterilerle tek tek ilgilenmiş, onlarla söyleşilere (ateş) katılmış, önerilerini dikkate alarak lokantada organizasyon değişikliklerine (metal) karar vermiştir.

Görüldüğü gibi, burada söz konusu olan beş kişinin ortak amacı başarılı olmak ve elbette para kazanmak. Ancak başarıya ve para kazanma ortak hedefine varmak için seçtikleri yol birbirinden bütünüyle farklı. Öte yandan, hiçbiri tek bir davranış biçimi sergilememekte. İşte bu ayrım ve ortak yönler karışımı, gerçek bir işbirliğini ve -en azından denge bozuluncaya dek sürececek olan- sarsılmaz başarıyı getirmektedir.

Testin Çözümü

Şimdi artılardan elde ettiğiniz puanları harflerine göre birleştirin ve elde ettiğiniz sonuçları aşağıdaki tabloda uygun yerlere yazın. Ruhsal sırasında bulunan ve en fazla puan alan element, sizin ana elementinizdir. Çarpılarınız, gündelik yaşamınızda zaman zaman artan ya da eksilen elementlerle ilgili bilgi verecektir. Bu testi, örneğin altışar aylık periyotlarla yeniden yapacak olursanız, artılar ile eksilerde pek bir değişim olmadığını, buna karşılık çarpılarınızın değiştiğini göreceksiniz.

Birden fazla elementin eşit ya da çok yakın puanlar alması da sıkça rastlanan bir durumdur. Özellikle ruhsal sırasında bulunan elementlerin puanları ne kadar birbirlerine yakınsa, siz de o ölçüde dengeli olduğunuzu anlayabilirsiniz. Burada dengede olmaktan kasıt, beş elementin her birinin enerjilerinden yapmak ve elde etmek istediklerinize uygun olarak yararlanmaktır. Örneğin, organizasyon ve detay gerektiren bir işe kalkıştığınızda metal enerjisi gerekli iken, bir tiyatro oyununda rol almak, su ve ateş enerjilerini gerektirecektir.

Fiziksel sırasında dış görünümünüzden çok hastalıklarla ilgili soru bulunmaktadır. En fazla artı puan alan element, dengesi en bozulmuş olandır, duruma göre bu elementin artırılması veya düşürülmesi gereğini ortaya koyar. Genellikle, ruhsal elementinizden ayrı bir elementin bozulduğunu ayımsayacaksınız. Bunun anlamı, çevrenizde, içinde ve/veya işinizde ruhsal elementinizi olumsuz etkileyen unsurların fazla olduğudur.

Çarpılar ise, testi yaptığınız dönemdeki denge durumunuzu yansıtacaktır. Herhangi bir hastalığı yalnızca bir kez yaşamışsanız bile çarpı koymanız, potansiyel durumunuz hakkında bilgi verebilecektir. Aynı sorunu belirli aralıklarla yeniden yaşıyor olmanız ise mevsimlere bağlı bir dengesizliğiniz olduğunu açıklayabilir.

Şimdi puanlarınızı tablonuza yerleştirebilirsiniz.*

ELEMENT	A		B		C		D		E	
	SU		AĞAÇ		ATEŞ		TOPRAK		METAL	
RUHSAL	+	X	+	X	+	X	+	X	+	X
FİZİKSEL	+	X	+	X	+	X	+	X	+	X

Yukarıdaki teste göre durumunuzu belirlediniz. Etkin elementinizi saptadınız. Şimdi, sıra diğer özelliklerinizi araştırmaya geldi. Unutmayın, burada yazılı olan her şeyin size bire bir uymasını beklememelisiniz. Öyle olsa dünya üstünde yalnızca beş tip insan olurdu ve elbette yeryüzü can sıkıcı bir cehenneme dönerdi.

*Eksiler (-) ilgili şıkkın geçerli olmadığını göstermek için değerlendirmeye alınmıyor.



Beş Element Dengesi

Bir önceki bölümde beş elementi ve insan davranış ve görünüşü üzerindeki etkilerini inceledik. Belki bazılarınız bu bilgilerden yola çıkarak çevrenizdeki insanları incelemeye, üzerlerinde etkin olan elementi saptamaya başladınız bile. Bu elbette akılcı bir davranış olacaktır. Ne kadar çok insanı incelerseniz o kadar çabuk Feng Shui yapmaya başlayabilirsiniz.

Kişisel deneyimlerim, bazı insanların belli yanılığlara düştüğünü öğretti. Örneğin bir dostum, erkek arkadaşının göbekli ve tatlıyı çok seven bir tip olduğunu, buna karşılık hiç de toprak gibi davranmadığını, davranışlarının zaman zaman metali, ara sıra da ağacı andırdığını anlattı. Yanılığı “her insanda her elementten mutlaka bulunduğunu ama bir tanesinin diğerlerine oranla daha etkin olduğunu” anlayamaması idi.

Bir başka kişi (bir öğrencim) annesiyle bozuk olan ilişkilerini düzeltebilmek ereğiyle onun etkin elementini saptadığını, buna karşılık uygun davranış biçimlerinin annesinin dengesini daha da bozduğunu, hatta baş ağrıları çekmeye başladığını söyledi. Annesi tipik bir ağaçtı ve çalışmaktan çok mutlu oluyordu. Ama baş ağrıları giderek artıyor, ağaç insanına özgü “en iyiyi ben bilirim” havası da giderek yükseliyordu. Şaşırmıştı ve ne yapacağını bilemiyordu.

Bu tür yanılığlar listesini istediğimiz ölçüde uzatmak olası.

Ancak amaç sorun yaratmak değil, var olan sorunları çözmektir. Bu nedenle elementler ve dengeleri hakkında biraz daha bilgi vermeyi uygun görüyorum.

Beş element teorisi ile çalışmanın belli kuralları vardır:

- Her insanda her element vardır, biri diğerlerine oranla daha baskındır;
- Diğer dört element eşit seviyede olmak zorunda değildir;
- Bu elementlerin karşılıklı olumlu etkileşimlerini iyi anlamak gerekir;
- Bu elementlerin karşılıklı olumsuz etkileşimlerini iyi anlamak gerekir;
- Elementlerden birinin ve özellikle ana elementin, diğerlerine oranla fazlaca yükselmesi -dengesinin bozulması- sorunlar yaratacaktır.

Şimdi bu kurallar ışığında, denge bozukluklarının yaratabilecekleri etkiyi inceleyelim.

AĞAÇ

Ağaç elementinin yin organı karaciğerdir. Yin organların ikinci bir adı da “fabrika organlar”dır. Yani yaşam enerjisi üreten organlar. Yang olanlar ise bu enerjilerden yararlanarak varlıklarını sürdürürler.

İşe öncelikle karaciğerin beden içindeki görevlerine bakmakla başlayalım.

Bilindiği gibi karaciğer vücudun laboratuvarı ve zararlı maddeleri arındırma organıdır. Bedene yiyecek, içecek ve nefes yoluyla aldığımız her şey kana karışıp kan yoluyla karaciğere ulaşır. Burada gerekli işlem yapıldıktan sonra zararlı maddelerden arınmış olan kan kalbe doğru yolculuğuna devam eder.

Ağaç elementinin aşırı derecede yükselmesi/azalması, karaciğerde üretilen qi’nin* kalitesinde bozukluğa neden olacaktır. Bu organda üretilen qi kan yoluyla önce kalbe ulaşmakta, daha sonra gözleri ve adaleleri beslemektedir. Bedende bulunan tüm tandon bağları da karaciğer qi’sinin sorumluluğu altındadır. Bu enerjinin kalitesi bozulduğunda söz konusu organlarda sorunlar ortaya çıkması da kaçınılmaz olacaktır.

Qi’nin bozulması öncelikle zihin ve ruh tarafından hissedilmektedir. Bu nedenle fiziksel rahatsızlıklar ortaya çıkmadan önce uykusuzluk veya endişelerde artış gözlemlenebilir. Dengesi

*Qi kavramına ilişkin açıklamayı kitabın Ek bölümünde bulabilirsiniz

bozulmuş kişi bunların ayırımına varmadığı durumlarda, bir sonraki adım gelecektir. Gözlerde sorunlar başlayacak, fazla ışıklı yerlerde görme yeteneğinin zayıflamaya başladığını, bulanıklaştığını duyumsayacaktır. Özellikle küçük bir başarısızlığın hemen ardından gelen aşırı yorgunluk, hatta titreme hissi de karaciğer qi'sinde sorun olduğuna işaret eder. O her zaman kendinden emin ve dayanıklı ağaç insanı, giderek başkaları tarafından sürüklenebilen ve dayanıksız bir insana dönüşmeye başlar. Bir sonraki adımı ya da yeni hazırlanan planı hemen sezme yeteneği zayıflar, bazı istem dışı davranışlarda bulunabilir. Çalışmak artık zevk olmaktan çıkıp işkenceye dönüşmeye başlamıştır.

Karaciğer enerjisinin aşırı derecede artması, yüksek tansiyona, saç ve deride yağlanmaya, aknelere, uzun adalelerde, el ve ayaklarda kramplar oluşmasına, baş dönmelerine, kulak çınlamalarına, kramplarla birlikte gelen kabızlıklara, kaburgalarda sancılara, mide yanmalarına, yutkunma zorluğuna, göz ve kulaklarda sancılara, kronik gerginliğe, sakarlıklara, sık sık küçük/büyük kazalarla karşılaşmaya, tırnakların kırılacak ölçüde kalınlaşıp sertleşmesine, memelerde sancılara, tendonların gevşemesine/kopmasına, yaralanmasına neden olacaktır.

Karaciğer enerjisinin düşük olması ise kan basıncının düzenlenmesine, kan şekerinin düşmesine, görme duyusunda zayıflamaya, yüksek ses ve ışığa karşı aşırı duyarlık (olumsuz) kazanmaya, mesane ve idrar yollarında iltihaplanmalara, anüs girişinde kaşıntılara, tırnakların kurumasına, dirseklerin gevşemesine, adalelerin gerginleşmesine, boyun, ense ve omuzlarda abartılı gerginliklere neden olacaktır.

Karaciğer qi'si bozulduğunda ortaya çıkabilecek sorunlar:

- Sabır ve hoşgörüde azalma
- Olaylar karşısında esnek davranamama
- Sık sık değişiklik gösteren duygular

- Aşırı uçlara kayma
- Gereğinden fazla disipline sarılarak, aralıksız ve gereksiz olarak kendini suçlama
- Gereğinden fazla boş verme nedeniyle kendi hatasını görmek yerine başkalarını suçlama
- Baş bölgesinde damarların sıkışıyor olması duygusu ve bundan kaynaklanan baş ağrısı
- Adale kasılmaları
- Kan basıncının yükselmesi (yüksek tansiyon)
- Kemiklerde iltihaplanmalar
- Sık sık yinelenen migren ağrıları
- Bağımlılıkların, özellikle alkol, uyuşturucu ve uyarıcıların pençesine düşme şeklinde özetlenebilir.

ATEŞ

Daha önce de belirttiğimiz gibi ateş elementi altında çalışan yin organ kalptir. Kalbimiz yalnız kan pompalamakla görevli organımız değildir. Tüm duygularımız kalbimizle bağlantılıdır. Kalbimizle sever, onunla nefret ederiz. Mutlu olduğumuzda kalbimiz açılırken mutsuzluk anında kalbimizin sıkıştığını duyumsarız.

Ateş enerjisinin fazlaca artması, akciğerlere zarar verecektir. Kişinin derisi genleşecek, sıcak ve soğuktan koruyamaz hale gelecektir. Bedende kuruluk ve sıcaklık duygusu artacak, bunun yanı sıra kuru bir öksürük, susama duygusunda artış, gece terlemeleri, burun ve boğazda sancılar ortaya çıkacaktır.

Bu durumdaki kişi, duygusal anlamda aşırı hassasiyet gösteren, duygusallığı kırılganlığa dönüşmüş bir insan gibi davranmaya başlayacaktır. O an kahkahalarla gülerken hemen arkasından hıçkırığa hıçkırığa ağlama krizine yakalanabilecektir. Yaşamın her vechesi gözüne karanlık görünecek ve pişmanlıklar yaşamaya başlayacaktır. Bir yanda tutkular ve onların dile getirilmesi arzusu, diğer yanda kendini sınırlama ve var olan ilişki düzeyini koruma isteği arasında bocalamaya başlayacaktır.

Bu durumun çözülmemesi halinde mutluluk ve mutsuzluk, üzüntü ve neşe duyguları kontrolden tamamen çıkarak birbirleriyle yer değiştirmeye başlayacaktır. Kişi artık bir manik-depresiftir.

Ateş enerjisinin aşırı derecede yükselmesi, kalp büyümesine, aşırı terlemeye, yüz derisinde kızarıklıklara, kalp atışlarında düzensizliğe ve hızlılığa, idrar boşaltırken yanmalar olmasına, vücut ısının hafifçe yükselmesine, ağız içinde, dilde, dudaklarda yaralar, pamukçuklar oluşmasına, akciğer tansiyonunun yükselmesine, cilt kurummasından kaynaklanan sancılı kaşıntılara, cinsel heyecanların hızlanmasına, buna karşılık orgazma ulaşmada zorlanmaya neden olur.

Ateş enerjisinin düşmesi ise, kalp atışlarında düzensizlik ve yavaşlamaya, kalbin güçsüzleşmesine, kolaylıkla soğuk veya sıcak almaya*, düşük tansiyona, bayılmalara, baş dönmelerine, kansızlığa, solgunlukla birlikte ortaya çıkan yüz kızarıklıklarına, heyecan anında yorgunluk hissetmeye, cinsel dürtüleri gereğince uzun süre canlı tutamamaya, erken boşalmaya neden olur.

Kalp qi'si bozulduğunda ortaya çıkabilecek sorunlar:

- Pişmanlık, sükunet yetersizliği
- Kendini dağıtmak
- Garip duyguların ve davranış biçimlerinin ortaya çıkması
- Sinir sisteminde zayıflık ve buna bağlı uykusuzluk
- Hızlı ve düzensiz kalp atışları
- Kan şekeri düşüklüğü
- Vücutta kızarıklıklar
- Beden ısısında gözle görülür bir artış
- Aşırı derecede ve özellikle geceleri ortaya çıkan terleme
- Düşünceleri değiştirebilen ve dağıtabilen maddelerin kullanılması şeklinde özetlenebilir.

*Geleneksel Çin tıbbına göre, soğuk algınlığı gibi sıcak algınlığı da vardır ve bir çeşit hastalıktır; bedene sıcak rüzgarların girmesiyle ortaya çıkar.

TOPRAK

Toprak elementinin yin organı dalak/pankreasıdır*. Dalak/pankreas, böbrek ve karaciğerle etkileşim içindedir. Karaciğerden beslenir ve böbrekleri besler. Dalak/pankreas qi'sinin dengesi bozulduğunda, bu organlar ve alt görevlerinde de sorunlar oluşmaya başlar.

Dalak/pankreas ve böbrek bir arada vücudun nem oranını düzenlemektedir. Karaciğerle birlikte ise, besin maddelerinin kan içine salgılanmasını veya salgılanmanın durdurulmasını düzenlerler.

Bu organların böbreği beslememesi, sınırlaması durumunda, böbrek görevi gereği salgıladığı sıvılarla birlikte bazı istenmeyen maddelerin de salgılanmasına izin verecek, böylece bedenin alt tarafında ödem oluşumuna neden olacaktır. Karında, dizlerde, ayaklar ile topuklarda şişlikler oluşmaya başlayacaktır. İdrar ya kesilecek veya kişi çok sık idrar boşaltacaktır. Özellikle bacaklarda biriken ödem beden ağırlığının artmasına neden olacak seviyeye ulaştığında sırtta aşırı yüklenmeden kaynaklanan enerji kaybı ortaya çıkar. Dengesizliğin devam etmesi durumunda, bağırsaklarda ve kadınların yumurtalıklarında oluşan ödem, bu organlarda da şişkinliklere neden olacaktır.

*Geleneksel Çin tıbbı dalak ile pankreası ayrı organlar olarak görmekte birlikte, tek bir enerji kanalının her ikisine de enerji taşıdığını savunmaktadır.

Bedende gereğinden fazla sıvı bulunması, adalelerin süngersi bir dokuya dönüşmesine ve gevşemesine sebep olabilir. Bu süngersi doku, qi ve kan dolaşımını olumsuz etkileyecek, bedenin belli bölgelerine enerji ve kan ulaşamayacak, beslenemeyen bu organlarda kurumalar, kaşıntılar ve güçsüzlükler ortaya çıkabilecektir. Belli yerlerde birikmiş olan suyun varlığını bilen beden dışarıdan su almaya gerek duymayacak, hasta kişi bir yandan kendini kurumuş hissederken, diğer yandan su içmeye gereksinme duymayacak, eklem yerleri ve mukoza tabakalarının bulunduğu bölgelerde şişkinlikler varken, karnı, sırtı, kolları ve bacakları nemli ve soğuk olacaktır.

Toprak elementinin artması, vücut içindeki sıvı dağıtım sistemini durdurduğu için hücreler sıkışacak, rahatlamak için gerekli boşluğu bulamayacak ve hasta, bölgesel olarak veya tüm bedende gerginlik duyumsayacaktır. Kadınlarda, kanamanın çok fazla ve jölemsi bir kıvamda olduğu adet dönemleri başlayacak ve rahim içinde lifimsi bir görüntüsü olan kistler ortaya çıkacaktır.

Toprağın azalması durumunda ise bedende aşırı yumuşama, gevşeme, sindirim sisteminde -bağırsak gazı, ishal veya kabızlık, iştah kesilmesi şeklinde ortaya çıkan- zayıflama gözlemlenir.

Alt bedende sorunlar başlar, bunun yanı sıra gözlerde aşırı çapak ve gözkapaklarının birbirlerine yapışması baş gösterebilir. Genel durgunluk hastayı zihinsel olarak da etkiler. Kişi düşüncelerinde karmaşıklık yaşamaya ve kendisi için bir şeyler yapamamaya başlar.

Kalpте birikecek olan sıvılar, bu organın büyümesine, belleğin zayıflamasına ve bunlara bağlı olarak da kan basıncının yükselmesine sebep olur.

Toprak enerjisinin aşırı derecede yükselmesi, göz akında iltihaplara, iştahın abartılı bir şekilde artmasına, vücudun su tutmasına (ödem), idrara çıkmada ve bağırsak fonksiyonlarında düzensizliğe, testislerde şişkinliğe, diş etlerinde hassasiyete, dal-

gınlık, sancı ve açlık duygusuyla ortaya çıkan adet kesilmesi işaretlelerine, kafa derisinde şişme ve yaralara, gözkapaklarında şişkinlik ve yapışkanlığa, gırtlak ve burunda balgam oluşmasına, tükürüğün ve terin jöleleşmesine, pankreas veya karaciğerin şişmesine, duyarlılaşmasına neden olur.

Toprak enerjisi seviyesinin düşmesi ise bedenin çeşitli bölgelerinde yumuşak doku kümelerinin ve kistlerin oluşmasına, bel bölgesinde güçsüzlük ve sancılara, el ve ayak bileklerinde dayanıksızlığa, ne yiyeceğine karar verilemeyen bir açlık duygusu hissetmeye, mide, bağırsaklar ve rahimde sarkmalar oluşmasına, damarlarda iltihaplanmaya, yaraların geç kapanmasına, kasların süngerleşip yumuşamasına, dış etleri kanamasına, dış çürümelerine, zayıflamada zorluk çekmeye, kolayca şişmeye ya da kilo almaya sebep olur.

Dalak/pankreas qi'si bozulduğunda ortaya çıkabilecek sorunlar:

- Kendisi ve geleceği hakkında gereksiz endişeler duyma
- Kendisi üzerinde aşırı baskı kurma
- Kendisinden sürekli şüphe etme
- Süreğen bir uyuma arzusu duyma, sık sık uyuyup kalma
- Aşırı gerginlik ve hareketsizlik (hasta tembelleşir, hareket etmeyi istemez)
- İştahın kontrolden çıkması (aşırı artması/azalması)
- Vücutta ödem oluşması
- Sindirim sisteminde yavaşlama
- Adalelerde gevşeme
- Gerçekleşmesi olanaksız umutlar üretip gerçekleşmeyince hayal kırıklığına uğrama şeklinde özetlenebilir.

METAL

Metal elementinin yin organı akciğerdir. Akciğer, kalp ve karaciğer ile etkileşim içindedir. Bu organın qi'sinde artma/eksilme, diğer iki organ ile onlara bağlı olan alt organları da etkiler.

Akciğer ile karaciğer, qi'nin aşağı/yukarı, içeri/dışarı olan akımını kontrol altında tutmaktadır. Akciğer ile kalp ise, bedenin çevresinden, hücreler arası boşluklardan, gözeneklerden, damarların kasılıp gevşemesinden, açılıp kapanmasından sorumludur. Akciğerin aşırı güçlenmesi, diğer iki organın göreceli olarak zayıflamasına neden olur.

Akciğer tüm beden qi'sinden sorumlu ana organ olarak, bu enerjinin diğer organlara ulaşmasına engel olması ve bu organların görevlerini yerine getirmede gerileme olmasına sebep olması mümkündür. Akciğer ile el ele çalışan karaciğer bu olumsuz etkileşimden ilk zarar gören organdır. Buna bağlı olarak, hastanın duygularında ve kendini anlayabilme yeteneğinde gerileme başlar.

Metal enerjisinin, yin yani içe dönen enerji olması, bu elementin etkisi altında olan kişiye mükemmel bir oto kontrol yeteneği sağlar. Ancak akciğer qi'sinin aşırı güçlenmesi, oto kontrolün giderek başkalarının tahakkümü ve kontrolü altına girilmesine dönüşmesini başlatabilir.

Akciğer qi'si, kalbi olumsuz etkilemeye başlarsa, beden içindeki ateş enerjisi hapis kalır ve kişi canlılığını yitirmeye başlar.

Bu durum öncelikle kişinin duygusal olarak içe dönmesine ve gereğinden fazla alçakgönüllü davranışlar sergilemesine yol açabilir. Bunun tersi bir durumda ise hasta vericiliğini yitirerek, ben merkezci tavırlar ortaya koymaya başlar.

Akciğer qi'sinde gerileme nedeniyle, ısı ve nem vücut merkezinde birikebilir. Merkezde toplanan ısı yanı sıra gelen nemin buharlaşmasına neden olacağından, hastada kuruluk baş gösterir. Her iki durum da hastada kabızlığa veya kamburluğa sebep olabilir.

Merkezde birikip rahatça bedene yayılamayan ısı ve nem ayrıca, özellikle deride, ince bağırsakların son bölümünde, ses telleri ve çevresinde, burun boşluğunda, kalın bağırsaklarda ve mesanede iltihaplar oluşmasına da sebep olabilir.

Metal insanların qi'si bedeninin daha iç taraflarında olduğundan, bu insanlar genellikle solgun yüzlü ve az terleyen tiplerdir. Bedenlerinden toksin atabilmelerinin tek yolu akciğerin eş organı olan kalın bağırsakların iyi çalışmasıdır. Bu denge bozulduğunda bedende toksin birikmesi baş gösterir. Bu durum bedeninin zayıf düşmesine, hastalıklara daha açık duruma gelmesine sebep olacağı gibi, hastanın ruhsal olarak da olumsuz etkilenmesine yol açar. Kendisine zarar verici nitelikte olan insanlarla gereksiz araç gereç ve daha bir sürü çöpten kurtulması zorlaşır*. Tepkileri giderek azalarak nihayet tepkisiz bir insan haline gelirler. Duyguları körelmeye başlar, her geçen gün biraz daha içlerine kapanır ve sonuçta çok ağır ve kronik bir depresyonla yüz yüze kalabilirler.

Isının ve nemin daha da içerilere çekilmesi sonuçta midenin ve kalın bağırsakların boşaltım sistemini tamamen durdurur ve hasta, tükürük de dahil olmak üzere bütün beden sıvılarının en

*Evlerinde çöp biriktirip, onlarla yaşayan insanlar, akciğer Qi'sinin sıfırlandığı insanlardır.

alt düzeye inmesiyle karşı karşıya gelir. Bu durum da hastada kansızlık, iştahsızlık yaratır, zaten soluk olan cildi iyice solar, dış görünümü hayaleti andırır.

Bu insanlar hava ne denli kuru ya da nemli olursa olsun terlemediklerinden pek soğuk algınlığı yaşamazlar. Ancak bağışıklık sisteminin ciddi zarar gördüğü durumlarda ani ateş yükselmesi ortaya çıkabilir. Terlemeyi bilmeyen bedenleri bu ateşi dışarı atmakta zorlanacağından, içeride var olan enfeksiyon ana organ olan akciğerleri vurabilir, enfeksiyon zatürreeye veya vereme çevrilebilir*.

Vücut sıvısının bu denli olumsuz etkilenmesi, bedende başka zararlara da yol açabilir. Örneğin, cilt üstünde yapışkan bir tabaka oluşabilir. Zaten cilt için “ikinci akciğer” deyimi kullanılmaktadır. Bu yapışkan tabaka cildin iç taraflarına oksijen girmesini engeller. Kaşıntıların artması ya da dokunma duyusu kaybı söz konusu olabilir. Yeterince hava alamayan bedende birbirleriyle sürekli yer değiştiren ısınma ve üşüme duygusu oluşur. Bunun karşıtı bir durumda ise, deri o denli kurur ki, bedenden içeriye sızmak isteyen, soğuk/sıcak, bakteriler, virüsler, diğer insanlardan gelen duygusal ya da zihinsel çeşitli negatif enerjileri durduramaz olur.

Hasta, akciğerin eş organı olan kalın bağırsakta kabızlık ve ishal, akciğerde nefes darlığı ve gereğinden fazla soluk alma, kalp atışlarında çok hızlanma ve çok yavaşlama, duyarsızlık ve duyarlık, üzüntü ve baş dönmeleri, aşırı sakinlik ve aşırı heyecan arasında gidip gelmeye başlar.

Akciğerin qi’yi gereğince hareket ettiremediği, kol ve bacaklardan merkeze ya da leğen kemiği boşluğundan göğse taşıya-

*Eskiden verem için üzüntüden kaynaklanan “ince hastalık” denmesi haksız değildir. Gerçekten de aşırı üzüntü derin depresyona, depresyon da vereme neden olur.

madığı durumlarda, mesanede güçsüzlük ve/veya bacaklarda damar tıkanıklıkları baş gösterir.

Metal enerjisinin aşırı derecede artması durumunda, göğüs kafesi ve çevresinde abartılı bir genişleme, gergin bir göğüs kafesinden gelen kuru öksürük, burun boşluğunun üst tarafında sancı, burun içinde polipler, saçlarda, ciltte ve mukoza tabakalarında kuruluk, terleme yetmezliği, omurga, boyun ve beden yapısında esneklik yetersizliği, porları açılmış kalın cilt, bağırsak gerginliğiyle birlikte ortaya çıkan kabızlık, bağırsak fonksiyonlarında gecikme, tırnaklarda ve dudaklarda kuruluk ve çatlamalar, idrarda azalma, boğaz ve burunda kuruma, adalelerde gerginlik, kalp atışlarında düzensizlik biçiminde ortaya çıkan sorunlara sebep olur.

Metal enerji seviyesinin düşmesi ise, göğüs boşluğunun ve çevresinin daralmasına, cilt ve deride yumuşamaya, nefes darlığına, baskı anında denetimi yitirmeye, burun ve boğazda kütleler oluşmasına, deride nasırlar ve siğiller oluşmasına, üzüntü ve hayal kırıklıklarından sonra ortaya çıkan baş ağrılarına, beden tüylerinin dökülmesine, ellerin ve ayakların sürekli olarak nemli ve soğuk olmasına, terin hızla boşalmasına, damarlarda iltihaplanmalara, tırnaklarda çatlamalara, kurumalara ve yumuşamaya, lenf bezleri bağlantılarında yumuşama ve büyümeye, hava sıcaklığında oluşan her türlü ısı ve nem değişikliğinde öksürük veya hapşırma krizlerine tutulmalara (alerjiler) neden olur.

Akciğer qi'si bozulduğunda ortaya çıkabilecek sorunlar:

- Duyarsızlık, ilgisizlik ve sınırlamalar
- Sınırsızca hükmetmeye çalışan, mükemmeliyetçi bir insana dönüşmek
- İnsanlardan kaçmaya başlamak
- İnsanlarla ilişkilerini resmiyet sınırları içine sokmak
- Doğal davranamamak

- Sa ve ciltte aşırı kuruluk
- Yüzeysel nefes almak
- Adale ve eklem yerlerinde sertleşme
- İklim değışiklikleri karşısında aşırı derecede duyarlık göstermek
- Kan dolaşım sisteminde bozukluk
- Akıl dengesinin bozulup yerine gelmesi
- Sürekli kendini haklı görüp yaşanan olumsuzlukların sorumluluğunu başkalarına yüklemek şeklinde özetlenebilir.

SU

Su elementinin yin organı böbrektir. Böbrek, kalp (ateş) ve dalak/pankreas (toprak) ile iletişim içindedir*.

Böbreğin yin doğası, soğuk ve nemle ilişkilidir. Yin enerjinin fazlaca artması, beden içinde var olan enerjilerin büzülmesine ve yoğunlaşmasına neden olur. Bu durum da kistlerin poliplerin oluşmasına ve/veya beslenip gelişmelerine yol açar.

Böbrek enerjileri, bedenin alt tarafından sorumludur. Beden, kalbin ve akciğerlerin enerjilerini soğutabilmek için de böbrek enerjilerini kullanmaktadır. Böbrek enerji seviyesinde düşme olması, kalbin ateş enerjisi ile dalak/pankreas ve mide kanalının ateş enerjisinin fazlaca etkinleşmesine sebep olmaktadır. Bunun sonucu olarak kişinin tüm enerjileri, sırtın alt bölgesinde, ayaklarda, belde ve karnın alt bölgesinde birikmeye başlar. Bu da yukarıda belirttiğim çeşitli kan dolaşım, damar, sindirim sistemi sorunlarıyla kendini belli etmektedir.

Böbreğin yin enerjileri ayrıca bedendeki tüm önemli iç sıvılardan sorumludur. Beyin ve omurga içi sıvısı, kemik ilikleri, üreme hormonları, spermiler ve idrar ile bunlara bağlı işlevler tamamen böbrek enerjilerinin sorumluluğu altındadır.

*Ateş ve toprak elementini incelerken böbreğin olumsuz etkilendiği durumlar hakkında oldukça geniş bilgi vermiştim. Bu nedenle, bu bölümdeki bilgiler oldukça kısa olacaktır.

Böbrek enerjilerinin ateş enerjilerini söndürebilecek kadar yükselmesi, kişinin aşırı derecede duygusallaşmasına, diğerleriyle bire bir ilişki kurmakta zorlanmasına sebep olur. Genellikle iyimser olan su insanı, ateşinin sönmesi durumunda olumlu düşünemeyen, kötümser bir tipe dönüşecektir.

Böbrek enerjilerinin aşırı derecede yükselmesi, duyma ve görme duyularında aşırı hassasiyete, gözlerin üst tarafı ile başın tam tepe tarafında ağrıların oluşmasına, ter ve idrarın azalmasına (yetersizleşmesine), kan dolaşım sistemi ve kıkırdak dokusunda sertleşmelere, eklem yerleri ile adalelerin sertleşerek esnekliklerini yitirmesine, böbrekler ve mesanede taşlar oluşmasına, cinsel dürtülerin artmasına, sindirimin zayıflamasına, diş etlerinin büzülüp geri çekilmesine, hastanın çok az uykuyla yetinebilmesine (zamanla depresyona dönüşecek bir yorgunluk oluşmasına yol açar), yüz renginin koyulaşması veya bronz bir renk almasına ve kan basıncının yükselmesine neden olur.

Böbrek enerjilerinin aşırı derecede düşmesi ise görme ve duyma duyularında gerilemeye, kulaklarda çınlamaya, omurga ve alt bedende çeşitli sancılara, eklem yerlerinin zayıflayıp esnekliğini yitirmesine, disk kaymalarına, omurga, bacak ve ayak kıkırdaklarının ezilmelerine, sık sık idrar boşaltmaya, kemiklerin su kaybı nedeniyle sertleşmesine, saçların erken yaşta ağarmasına, kısırlığa, cinsel soğukluğa, kadınlarda yumurtlayamamaya, dayanıksızlığa, uyanmada zorluk çekmeye, iştahsızlığa, karın kaslarının gevşemesine, koyu ve yapışkan bir cilt oluşmasına yol açar.

Böbrek qi'si bozulduğunda ortaya çıkabilecek sorunlar:

- Duygusal anlamda açık olamamak
- Susmayı, içinden geçenleri söylemeye yeğlemek
- Yalnız kalmayı ve kendini izole etmeyi seçmek

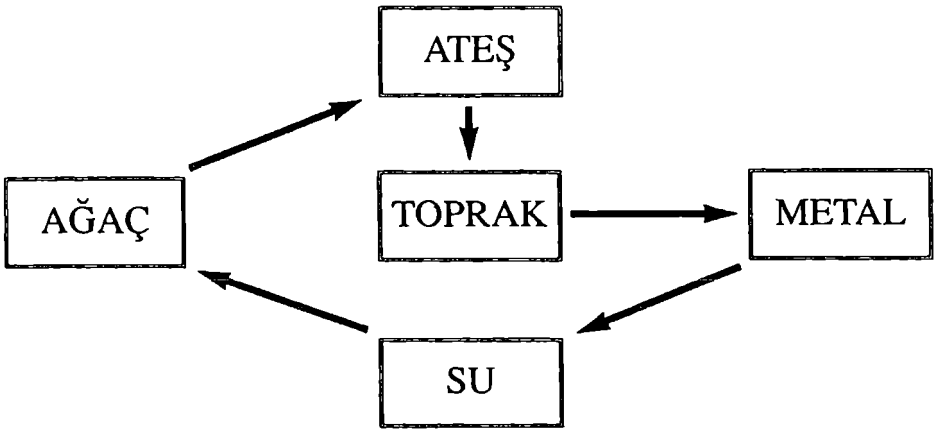
- Genel ya da kendisine yönelik davranışları anlama açısından yeterince akıllı olamamak; şüphecilik
- Atardamarların sertleşmesi
- Dişler ve diş etleri sağlığında genel bozulma
- Sırt ağrıları
- Soğuk algınlığı
- Cinsel arzuların kaybedilmesi şeklinde özetlenebilir.



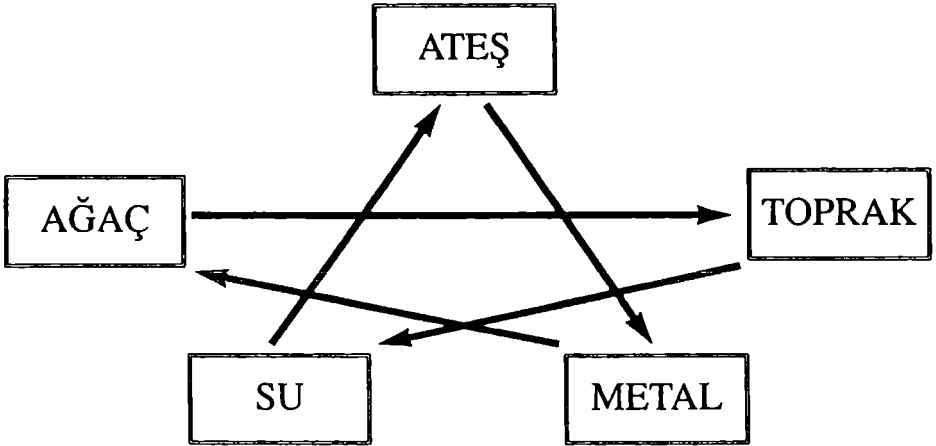
Beş Elementin Karşılıklı Etkileşimleri

Daha önce de sözünü ettiğim gibi, elementler birbirleriyle karşılıklı ilişki içindedir. Bu ilişkiler sonucunda elementler birbirlerini beslemekte veya biri diğerinin enerjisini yok etmektedir. Bu ikili ilişkiler anne-oğul-torun teorisi ile anlatılmaktadır. Söz konusu teori, bir önce gelen elementin, kendisinden bir sonra geleni beslediğini ileri sürer. Buna göre önce gelen “anne”, sonra gelen “oğul”dur. Oğuldan sonra gelen element ise “torun” olarak kabul edilir. Karışık görünen bu teoriyi sözcüklerle anlatmaya çalışmak yerine küçük bir tablodan yararlanmak daha işlevsel olacaktır.

BESLEYİCİ TABLO*



YOK EDİCİ ÇEMBER**



*Bazı kitaplarda “YARATICI DEVRE” olarak kullanılır.

**Bazı kitaplarda “KONTROL DEVRESİ” olarak kullanılır.

Şimdi bu iki tabloyu anlamaya çalışalım:

1. BESLEYENLER TABLOSU

a. Ağaç yanıcıdır. Ateşin büyümesi, gelişmesi için alevlerin arasına olabildiğince odun koymak gereklidir. Bu durumda “ağaç” elementi, kendisinden bir sonraki sırada gelen “ateş” elementini besleyen ANNE görevini üstlenir.

b. Ateş yaktığı ağacı küle dönüştürür. Kül toprağa düşer ve ona karışarak beslenmesini, çoğalmasını sağlar. Bu durumda “ateş” elementi, kendisinden bir sonra gelen “toprak” elementini besleyen ANNE görevini üstlenir.

c. Bu durumda, ateş elementinin annesi olan ağaç, aynı zamanda toprak elementinin TORUNU* görevini de yerine getirmektedir.

d. Toprak içine düşen kül zamanla minerallere ve madenlere dönüşür. Böylece toprak elementi, metalin beslenip gelişmesini sağlayan bir unsur görevini yüklenir. Buna göre “toprak” elementi, “metal” elementinin besleyici ANNE’sidir.

e. Toprağın annesi olan ateş ise metalin TORUNU konumundadır.

f. Metal elementi kendisinden bir sonraki sırada bulunan suyu üç ayrı yolla besler:

1. Okyanus/deniz suyuna karışarak bir yandan onun tuz dengesini sağlarken, öte yandan beslenip çoğalmasını sağlayarak;

2. Torunu olan ateş tarafından eritildiğinde sıvıya dönüşerek;

3. Soğuk haliyle buhar üstüne tutulduğunda, buharı soğutup yeniden sıvıya dönüşmesini sağlayarak.

Bu durumda suyu besleyen metal onun ANNE’si konumundadır.

*DEDE olanlar daima para konularıyla bağlantılıdır. Size danışan bir insanın para ile sorunu olduğunu anlarsanız, ana elementinin torununu kontrol etmenizde yarar var.

g. Metalin annesi olan toprak ise, onun TORUN'udur.

h. Su her zaman için ağacı besler. Toprağa giren tohumun filiz sürebilmesi, filizin büyüyüp ağaca dönüşebilmesi için mutlaka su gerekir. Suyun olmadığı yerde ağaç ölür. Buradan anlaşılacağı gibi, su ağacın ANNE'sidir.

i. Ağacın annesi olan su, aynı zamanda ateşin TORUN'udur.

2. YOK EDİCİ ÇEMBER

a. Ağaç köklerini toprak içine uzatır. Bir yandan toprağı delirken, diğer yandan içinde bulunan ve kendi varlığını sürdürebilmesi için gerekli olan vitamin ve mineralleri emer. Ağacın toprak açısından "yok edici" özelliği buradan gelir.

b. Ateş harlanıp geliştikçe içine düşen metali eritir. Bu nedenle ateş metali "yok edici" özelliğe sahiptir.

c. Toprak, içine giren suyu emer ve suyun içinde bulunan mineralleri emerek kendi gelişmesine katkıda bulunur. Bu durumda toprak su açısından "yok edici" görevini üstlenmiş olur.

d. Metal, balta, keser, testere gibi araç gereç yapımında kullanılır. Bu araç gereç ise ağaç kesiminde işlev görmektedir. Öyleyse, metal ağaç açısından "yok edici" durumundadır.

e. Su ateşi söndürür. Tek sorun daha fazla ateş söndürmek için daha fazla su gerekmesidir. Su ateşe göre "yok edici" unsurdur.

Dikkatli bir göz, iki tabloyu Anne-Oğul-Torun teorisine uygun bir biçimde incelerse, anne olanın daima oğul olanı beslediğini ayımsayacaktır. Buna karşılık, torunlar daima dedelerinin hışmına uğramaktadırlar. Başka bir deyişle dede olan daima "yok edici" pozisyonunda bulunmaktadır.

Dedenin kendi annesinden yeterince beslenememesi durumunda, o da oğlunu gereğince besleyemeyecektir. Torun olan ise, dedesi yüzünden besinsiz kalmış olan annesinden gereksinme duyduğunca gıda alamayacaktır.

Anne oğlunu daha çok besleyebilmek ereğiyle, dedenin gücünü tümüyle tüketmek uğruna bile olsa, enerji talep etmeye devam edecektir. Böylesi bir durumda, varlığını sürdürmek zorunda olan dedeye, torununun enerjilerini kısmaktan başka bir seçenek kalmayacak olmasını fark etmek, yok edici tabloyu daha anlaşılır kılabılır.

Burada incelemeye çalıştığımız beş element, yalnızca insanlar üzerinde etkili değildir. Doğada var olan her şey, beş element teorisine uygun olarak çalışır.

Yin/yang devresinde olduğu gibi, beş elementin de dengeli olması gerekir. Birinin artması ya da eksilmesi, diğerlerinin de dengesini bozar.

İyi bir Feng Shui uygulaması yapabilmek için, bu konu üstünde mutlaka çalışma yapılması gerekir.

Bagua haritası da beş element dengesi üstüne kuruludur. Ancak, evine ya da işyerine Feng Shui uygulayacak kişinin kendi üstünde etkin olan elementi iyi saptayıp uygulama yaparken önceliği bu element ve onunla ilişkili bölüme vermesi gerekir.

Sonsuzluğun ötesi içinizdedir



Beş Elementin Cinsel Yaşamları

Elementleri açıkladığım bölümde, baskın elementlere göre cinsel yaşam hakkında bazı bilgilere değinmiştim. Birlikteliklerin oldukça önemli bir bölümünü oluşturan yatak odası yaşamını daha derinden tanımak gerektiği inancındayım.

AĞAÇ

Bu elementin etkisi altında olan insanların fiziksel çalışmaya pek meyilli olduğunu, her konuda liderliklerini ilan ettiklerini zaten öğrendik. Yatak yaşamında da bundan farklı davranmalarını beklemek safdillikten başka bir şey olmazdı elbette.

Penis zaten bedende bulunan en ağaç organdır. Kadınlarda ise penisin karşılığını oluşturan klitoris ağaçtır.

Ağaç insanı, cinsiyeti ne olursa olsun, cinselliği bir fiziksel çalışma olarak görür. Bu tiplerin, ön sevişme olarak adlandırılan yatak odası oyunları ile hiçbir ilgileri yoktur. Ağaç insanı yatağa girdiği anda eyleme başlamayı yeğler, son derece enerjik davranır.

Sporcudurlar ama yine de bedenleri öyle fazla eğilip bükülmez. Bir ağaç partneriniz varsa, yatak odanızda kamasutra dene-

meleri hemen hiç olmayacaktır. Beden esnekliklerinin izin verdiği belli pozisyonları denemeye razı gelebilirler, ancak sık pozisyon değıştirme arzusundaysanız işiniz oldukça zor görünüyor. Zaman ve para harcama konusunda cimri olan ağaç insanının asıl cimriliğı enerji konusundadır. Devamlı pozisyon değıştirmeyi gereksiz enerji kaybı olarak göreceğinden bu önerinize pek sıcak bakmaz. Ancak, istediğiniz kadar uzun süre birleşme halinde kalabilirsiniz. Elbette, onun aktif olmasına izin verdiğiniz sürece...

Ağaç partnere sahip eşler, özellikle yatak odasında duygusallığı kapının diğer tarafında bırakmalıdır. Cinsellik onun için, olması gereken bir alıştırmadır, o kadar. Duygusallık da gözünde pek çok şey gibi boşuna enerji ve zaman kaybıdır. Sevişme diye adlandırdığınız şey sona erdiğinde ağaç eşinizin size sarılıp hoş sözler söylemesini, okşamasını ya da herhangi başka bir duygusal gösteride bulunmasını bekliyorsanız, daha çok bekleyeceksiniz demektir. “Seks biter, gerçek yaşam başlar.” Parola budur ve bunu değıştiremezsiniz.

Hele alt dudağı üst dudağına oranla daha kalın bir ağacınız varsa, aman ha! Sakın duygusal tek bir söz bile etmeyin. Alt dudağı daha ince bir ağaca rastlamışsanız (çok zor ama olanaksız değil), bu konuda biraz daha şanslı sayılırsınız. İnce alt dudaklar, duygusallık temsilcisi olduğundan, bu tipler birazcık da olsa duygu gösterisinde bulunabilir.

Belki de ilk tanıştığınızda partneriniz size çeşitli kurlar yapılmaktaydı. Şimdi ise bu cilvelerden bile eser kalmadı diye hayıflanmaktasınız. Kusura bakmayın ama kur yaptığı dönemde partnerinizin tek amacı sizinle yatağı girip güçlü kollarını size gösterebileceğı sınav hareketlerini üstünüzde denemekmiş. Bir de, sizi İstanbul, kendini de Fatih olarak görmüş olabilir. Yani siz direndikçe, o sizi kale suru gibi görüp inatla fethetmeye meyletmiştir. Yine de, sadece yatak arkadaşı olarak kalmanın ötesine geçtiğinize göre, hala sizde fethetmeyi başaramadığı bir yan kal-

diğını düşünüyör olmalı. Ne de olsa karşınızda bir ağaç insanı var ve o alacağını aldıktan sonra genellikle bir daha aramaz. Yeniden aramasının tek yolu, sizde gizemli bir şeyler olduğunu düşünüp o kapalı kısmınızı da elde etme arzusu duymasıdır.

Eğer bütün bunlara karşın yine de ağacınızdan vazgeçemiyorsanız, onu biraz olsun hareketlendirmenin yollarını bulmanızda yarar var.

Her şeyden önce, kendi yapınızda ne denli cinsel tabuları yı-kıp kendi kimliğinizi elde etmiş olsanız da daima partnerinizden gizlediğiniz bir yanınız olmalı. Bu konuda, yataktaki birlikteliğinizi engellemeyecek bir iç çamaşırı, tek ayağınızda çorap veya bedeninizin üst tarafını belli ölçüde gizleyen ince bir bluzdan yararlanabilirsiniz. Odanın karanlık olması, bedeninizi bütünüyle görememesi açısından önemli olabilir. Böylece hala keşfedilecek, fethedilecek bir yanınız kaldığı duygusuna kapılıp yine sizinle birlikte olma isteği duyacaktır.

Ayrıca, diğer elementlerin etkisinden yararlanarak ağaç etkisini yumuşatabilirsiniz. Örneğin, partnerinizin ateşini biraz yükseltmek, bu elementin oyuncu özelliklerini ona yükleyebilir. Aslında ateşi yükseltmenin en kolay yolu, yatak odanızda bir iki mum yakmaktır. Ancak eşiniz ağaç ise, sakın bu yolu denemeyin. Birincisi mum yakmak israftır ve ağacı kesinlikle rahatsız eder. İkincisi, aşırı ateş, onun çabuk alev almasına, dolayısıyla enerjisinin kısa sürede bitip tükenmesine sebep olur.

Bunun yerine, yatak odanızın az dikkat çeken bir bölümüne hiç yakmayacağınız bir çift yumuşatılmış kırmızı (pembe, somon, şeftali, vb.) mum koymanız çok daha etkili olacaktır.

Yine yumuşatılmış kırmızı çarşaflardan yararlanabilirsiniz. Fazlaca ateş içinde yaşamamanın yan etkilerini burada da göz ardı etmeyin. Örneğin, hiç aralıksız bu tür çarşaflarda yatmak da yanan mum etkisi yapabilir, ağaç elementi azalır ve partnerinizin cinsel enerjisi tükenir. Peniste ereksiyon olmaması, cinsel soğukluk, klitorisin sertleşmemesi gibi sorunlarla karşılaşabilirsiniz.

En iyisi, ağacın kendi rengi olan zümrüt yeşili ile yumuşatılmış kırmızı kombinasyonudur. Yatağınızın sert olması çok önemlidir. Yumuşak bir yatak onu o denli rahatsız edecektir ki sonunda mutsuz olacaktır.

Eğer yatakta sizin için yapmasını istediğiniz herhangi bir şey varsa, asla bunu doğrudan ve sözcüklere dökerek belirtmeyin. Ağaç bunu emir olarak algılayacak ölçüde gururludur. Emir ise metal davranışıdır. Unutmayın, metal ağacı keser ve bu durumdan ilk olumsuz etkilenecek olan da bedenin en ağaç organı olan penis/klitoristir. Yumuşak sözler ve tatlı gülümseme ateştir; bu tür davranışlar gecenizin daha uzun ve neşeli olmasını sağlayacaktır.

Yatak odanızda, elbise, bornoz, sabahlık gibi eşyalarınızı asmak için kullandığınız objeler olmaması çok iyi olur. Ağaca göre bu tür eşyalar gereksiz harcamadan başka bir şey değildir. Mutlaka olması gerektiğini düşünüyorsanız, bu tür gereçleri odanızın en az dikkat çeken bölümüne yerleştirmeniz, birlikteliğinizin selameti açısından uygun olacaktır.

Dağınık odalar, oraya buraya saçılmış eşyalar ağaç insanının kafasını karıştırır. Tam da cinsel birleşme sırasında birden durup gözünü yerde duran bir elbiseye dikmesini istemiyorsanız yatak odanızı her zaman tertipli tutun.

Sık kullanılan eşyaların kolayca ulaşılabilir yerlerde olmasına özen gösterin ki ağaç kafası başka yerlere takılı olarak yatağınıza gelmesin. Unutmayın, o her şeyin pratik olanını yeğler.

Son olarak, televizyon konusu var. Ağaçlar için her türlü eğlence gibi televizyon izlemek de vakit kaybından başka bir şey değildir. Yatak odası, uyumak, giyinip soyunmak dışında yalnızca seks için kullanılmalıdır. Televizyon izlemek, uykuya ya da cinselliğe ayrılacak zamandan çalmaktan başka bir işe yaramaz. Siz, siz olun, sakın yatak odasına bir televizyon yerleştirmeyin.

Kısaca partneriniz ağaç elementi etkisi altında çalışıyorsa ALLAH YARDIMCINIZ OLSUN.

Bu element için anahtar sözcük, yaşamın her alanında olduğu gibi cinsellikte de “coşku”dur. Onlar için yaşam bir oyunsaydı cinsellik de bu oyunun en zevkli parçasıdır.

Yatak odası mı? O da ne ola ki? İçinde uyunulan mekandır herhalde. Yoksa, yalnızca dört duvarla çevrili ve içinde yatak olan bu mekanın cinselliğinizi yaşamak için en uygun yer olduğunu düşünen tutucu tiplerden misiniz? Partneriniz ateş elementi etkisindeyse nasıl bir yanılığın içinde olduğunuzu görürsünüz birdenbire.

Ateşler için yatak odası, ağaç altı, mutfak tezgahı, evdeki büyük masa, kıyıdaki sandal, hatta saatte yüz kilometre hızla hareket eden bir araba tarafından çekilen karavan bile cinselliğinizi coşkunun doruğunda yaşayabileceğiniz bir mekan oluşturabilir pekala. O, her şeyi şimdi, burada ister. Cinsellikte niye farklı davranırsın ki?

Partneriniz ateş ve bazı fanteziler yaşamak istiyorsunuz. Doğru adrestesiniz. Dünyada bilinen/bilinmeyen tüm fanteziler ateşler tarafından üretilmiş veya denenmiştir derler. Aklınıza ne gelirse ondan isteyebilirsiniz. O hiçbir şeye itiraz etmez. Onlar eğlence insanıdır, o halde cinsellik de eğlenceli olmalıdır. Hele bir de heyecan varsa işin içinde... değmeyin keyfine.

Ortalıkta sağa sola saçılmış eşyalar olmasından rahatsız olmanıza gerek yok. Bütünüyle size katılacağından çevresiyle ilgilenmeyecektir bile.

Ateş erkeği ile birlikte olan kadınlar ya daima heyecan yaratacak kadar akıllı olmalı veya aldatılmayı göze almalı. “Ben onu yapmam, bu bana göre değil, ayıp, günah....” gibi sözler, bu erkeği ciddi anlamda sıkacaktır. Buna karşılık, eve geldiğinde, kapıda yarı çıplak, davetkar bir kadın tarafından karşılanmak onun günlük yorgunluğundan kurtulması için yeterli bir sebep olabilir

pekala. Kalabalık ve diplomasi gerektiren bir ortamda, ciddi bir akşam yemeği yerken, etraftakilerin göremeyeceği bir zamanda, masa altından ellerinizi ona değdirmeniz, tüm bedeninin kabarıp heyecanlanmasına, hatta söylediklerini şaşırıp rezil olmasına neden olabilir. Bu davranışın onu kızdıracığını sanmayın sakın. Aksine öylesine heyecanlanacak, öylesine coşku dolacaktır ki, kısa bir zaman sonra orayı terk edip sizinle baş başa kalabileceği bir ortama koşacaktır. Geceniz daha arabadayken başlayabilir.

Erkek/dişi tüm ateşler çıplaklığı severler. Evde mumlar yakıp titrek ve loş ışıktaki, çıırılçıplak dolaşmak, en fazla zevk aldıkları davranış biçimlerinden biridir. Birlikte olacağınız yerin önemi olmadığı gibi, sert/yumuşak zemin, büyük/küçük yatak/kanepe/koltuk da hiç fark etmez. Hatta ayakta bile olabilirsiniz. Önemli olan heyecan yaşamaktır. Bazı ateşler için sevişirken başkaları tarafından izlenmek bile heyecan verici olabilir.

Yumuşak pornolar, erotik film ve müzikler, kamasutra, taocu sevişme, meditatif cinsellik ve aklınıza daha ne geliyorsa, hepsi uyar ona. Yeter ki işin içine sado mazoşist istek katmayın. Canları tatlıdır ve merhamet duyguları çok gelişmiştir. Ne can yakmak isterler ne de canlarının yanmasına razı gelirler.

Ateş kadınları kapalı giysilerden hoşlanmazlar. Yerlere kadar uzanmış ve tümü kapalı bir elbise içinde gördüğünüz bu kadının elbisesinin bir de arka tarafına bakmalısınız. Ya apış arasına kadar uzanan bir yırtmaç ya bele kadar açık bir sırt dekoltesi vardır mutlaka. Genellikle dar, bütün bedeni saran ve vücut hatlarını tahrik edici bir şekilde gözler önüne seren elbiseler onların favori giysileridir. Yüksek ve ince topuklu ayakkabılar, hem giysilerini tamamlayan aksesuar görevini yerine getirir hem de iç gıcıklayıcı havasını artırır. Bu onun teşhirci olmasından değil, özgür olduğunu kanıtlama isteğinden kaynaklanmaktadır. Üstelik, kapalılığın içinde akıllıca sergilenmiş çıplak tenin ne denli kışkırtıcı olduğunu iyi bilir onlar. Erkeklerin içlerini gıcıklatmak,

sessizce iç geçirişlerini muzip bir gülümseme ile izlemek, sonra da partnerlerinin koluna girip dudaklarına yumuşak bir öpücük kondururken çevreye çapkın bakışlar fırlatmak hep ateş kadına has davranışlardır.

Kıskanç bir erkekseniz ve ateş kadını ile beraberseniz, onun özgürlüğünü teslim etmeyi öğrenmek zorundasınız. Aksi halde sıkılıp sizi ya terk eder veya sırf hürriyetini asla teslim etmeyeceğini kanıtlamak için aldatır. Böylesi bir davranış vicdanen rahatsız olmasına neden olur aslında. Ama o yine de özgür olmalıdır. O kadar ki, önce aldatıp sonra size yaptıklarını anlatması işten bile değildir. Gerisi size kalmıştır....

Ateşler, duygusal insanlardır. Ön sevişme, sarılma, okşama gibi cinselliğe coşku katıcı davranışlar tam da onlar için biçilmiş kaftandır. Partnerlerini aramayı, ara sıra hoş hediyeler sunmayı, espriler ve iltifatlarla mutlu etmeyi sever, kendilerine de böyle davranılmasından büyük haz alırlar.

Partneriniz ateş olduğu sürece her gün yeni bir şaşkınlık yaşamaya alıştırın kendinizi. Yastığınızın arasında, ayakkabınızın içinde, gömlek/etek cebinizde, pijama/iç çamaşırı çekmecenizde küçük hediyeler bulabilirsiniz her an. Ya da girişteki aynaya yapıştırılmış ve üzerinde o akşam ki seks köşenizi gösterir bir okla süslenmiş “seni seviyorum, köşesinde bekliyorum” yazılı, süslü bir not bulabilirsiniz pekala.

Ateşler ile ağaçları pek çok konuda işbirliği içinde görebilirsiniz. Yatak odası söz konusu olduğunda, ateşin, ağaç için uygun olduğu da doğrudur. Ama ateşler onları yataklarına istemez. Oyuncu ateşle antrenmanacı ağacı bir arada düşünsenize. Ne kadar da sıkıcı bir ilişki olur ateş için.

Ateş erkeği, besleyici ve yuvarlak hatları olan toprak kadını- nı cazip bulabilir. Hatta bir süre kendisine kur bile yapabilir. Ne yazık ki, bu ilişkinin de ömrü pek uzun olamayacaktır. Neşeli ve hareketli yaşamı seven ateş erkeği, sürekli üstüne düşülmesin-

den bıkaçaktır bir süre sonra. Oysa ateş enerjisi ile beslenen toprak kadını bu ilişkiyi sürdürme arzusunda olacaktır. Çok zorlarsa evlenmeyi (birlikte yaşamayı) bile kabul ettirebilir ama ilişki yine de bitmeye mahkumdur. Yine de ısrarlı davranacak kadar tutucu olan toprak kadını bir süre sonra aldatılmaya mahkum olacaktır.

Onun ateşini dengede tutmalısınız. Ateşini asla sönmeyecek kadar yüksek ve dibi tutmayacak kadar kısık tutmayı başarırırsanız daima hoş sürprizlerle dolu bir yaşamınız olacak demektir. Siz de zengin bir hayal gücüne sahip olmalı ve hayal gücünüzü aralıksız geliştirerek kullanmalısınız.

Unutmayın, seks başlı başına ateş eylemidir ve boşalma ateşin doruğa çıktığı andır. Seksten sonra devreye sokacağınız yumuşak okşayışlar, bir gülücük, hoş bir espri ve kendisine sunacağınız bir bardak soğuk meyve suyu partnerinizin suyunu yükselteceğinden tam da gereksinme duyduğunuz dengeyi sağlayacaktır.

Onun neşeli ve sevecen olduğunu unutmayın. Ateşin etkisinde olan kalbimizle severiz ve yüreğimiz müzikle şakımaya başlar. Yatak odanızda hafif ve duygusal bir müziğin size eşlik etmesini sağlamanız, onun romantik yanını ön plana çıkaracaktır. Müziğin ritmini öyle iyi ayarlamalısınız ki, ritme ayak uyduran kanı aniden alevlenmesin. Hızla yanarsa çabuk söner.

Dengeli bir ateşle birlikteyseniz, odanızda kırmızı mumlar yakabilir, kırmızı çarşaf lar serebilir, hatta birer kadeh kırmızı şarabı karşılıklı yudumlayabilirsiniz. Bütün bu unsurlar kendisini rahat hissetmesine, ateşinin, cinselliğin doruklarını özleyecek kadar yükselmesine yardımcı olacaktır. Uzun bir gece yaşamak arzusundaysanız, yatağınıza yakın bir yerlere su unsurunu artıracak birkaç obje yerleştirmeniz yerinde olur. Böylece doruğa ulaşma isteği dengeli artacak, beklentileriniz suya düşecek ama o suyun içinde boğulmayacaktır.

“Aman, ateş artsın, beni mutlu etsin” derken ölçüyü kaçırmamaya özen göstermelisiniz. Ateş önüne gelen her şeyi silip süpürme, yakıp yok etme özelliği taşır. Diğer elementleri yok edecek ölçüde artarsa, kalbe aşırı enerji gidip kalp krizi geçirmesi riskini artırabilir.

Özellikle ateş elementinin tüm doğada arttığı yaz aylarında, kullanacağınız tüm objeleri, yumuşatılmış ateş tonlarında (pembe, şeftali, mercan, fuşya, vb.) seçmeniz gerektiğini hatırlatalım. Aksi durumda gereğinden fazla yükselecek olan ateş, alev alev yanmaya, partnerinizi fiziksel olarak rahatsız etmeye başlayacaktır. Ya da en iyi olasılıkla, sizin onu söndürmeye yetmediğinizi düşünüp itfaiyesini evin dışında aramaya başlayacaktır*. İyisi mi, siz siz olun, dengeyi sakın kaçırmayın.

Fantezilerle, neşeyle, coşkuyla, sürprizlerle ve mutlulukla dolu geceler dilerim.

TOPRAK

Yumuşak ve sevecen ateşin aralıksız beslediği toprak elbette daima duygu yüklü olacaktır. Var olan her şeyin merkezinde duygu vardır ve toprak merkezde yer almaktadır. Onun cinsel yaşamına ulaşan koridorun kapısındaki kilit duygu anahtarı ile açılır.

Bu tipler, gezmek, görmek, lezzetli ve değişik yemekler tatmak, alışveriş yapmak gibi ev dışı etkinliklerden büyük haz alırlar. Bütün gün olmazsa bile günün belirli saatlerini böyle geçirmeleri varoluşlarının neredeyse ayrılmaz bir koşuludur.

Eve geldiklerinde yapacakları ilk iş, güzel yemekler hazırla-

*Bu konudaki olasılıkları saptamak için, ateş insanların en sık karşılaştıkları sorunlar bölümüne bir göz atabilirsiniz.

mak, ortalığı derleyip toplamak ve kendilerini eşlerine hazırlamak olacaktır.

Eve döndüğünüzde, hafif bir makyaj/tıraş olmuş bir yüz, hoş bir terlik, yumuşak bir kumaştan yapılmış rahat bir sabahlık ile donanmış bir tip tarafından karşılanabilirsiniz. O sizi ziyarete gelmişse, bir iki hoşbeşten sonra ona, o rahat terlikleri, özelliklerle yeşil ve kırmızı çizgilerden oluşmuş ekose* bir sabahlığı sunmanız partnerinizi çok mutlu edecektir.

İlişkinizin henüz başlarındaysanız, bu öneriyi unutun gitsin. Sizi aşırı saldırgan bir tip olarak yorumlayıp kaçabilir.

Topraklar çok duygusaldır. Ancak yatak arkadaşı olarak bir toprak seçmişseniz ve bu duygusallıktan pay almak istiyorsanız, mutlaka hafif bir içki eşliğinde karnını doyurmasını sağlamalısınız. Aksi halde, içinde sevişme arzusu kalmaz. Bu duygusal insan ne yazık ki yatak arkadaşlığı sırasında aynı romantizmi ortaya koymakta zorlanmaktadır. Hafif alkol ve güzel bir yemeğin ardından kendini rahat hissetmeye başlayacağından duygusallığı yükselebilir.

Ağaç insanı iseniz, bu ilişkiyi başlamadan bitirmenizi öneriyorum size. Ağaç köklerini toprağın derinliklerine salıp içindeki besin maddelerini tüketir. Kökler genişleyip ağaç geliştikçe, enerjisi tükenen toprak besleyici özelliğini, karşıt enerjiye -cimiriliğe- dönüştürerek ağacın yaşamını olumsuz etkilemeye başlar. Sonuçta ağaçla toprak birbirlerini tüketirler.

Ayrıca, ağacın doğrudan eyleme geçme arzusu, hiç de toprağa uygun değildir. Bir ateş insanı, böylesi bir arzuyu “Eh! Ne yapalım? Bu da bir deneyim. Bu kez de böyle olsun” düşüncesiyle hoş karşılayabilir. Toprak ise böylesi bir tavrı hiçbir şekilde onaylamaz. Topraklar için cinsellik, kutsal denebilecek kadar önemlidir ve bazı kurallar olmalıdır.

*Topraklar ev içi ve ev dışında, belli bir masumiyet ve sıcaklık yansıtan ekose kumaşları çok severler

Yemekler yendi, içkiler yudumlandı... Yatak odasına gitmeden, birlikte dinlenecek hafif ve romantik bir müzik, başlangıç için iyi bir adım olabilir. Bedenlerin birbirlerine değmesine izin verecek, yatak odasının kapısına dek sürecek romantik ve erotik bir dans, başarılı bir ikinci adım olacaktır.

Yatak, büyük, yumuşak ve rahat olmalıdır. Gerisi ellerinizin becerisine kalmıştır. Yumuşak dokunuşlar, hafif okşamalar, sarılma, öpüşme ve onu gevşetecek fısıltılar, güzel sözler, istediğiniz ortamı yaratmak için ideal davranış biçimleridir.

O vericidir ama almadan vermek olmaz. Ateşin toprağı besleyici gücünden yararlanabilirsiniz. Zaten alkol alarak bu işe başladınız bile... Sıra geldi, pembe çarşaflara. Kırmızı da çok uygundur. Ama asla yeşil kullanmayın. Ağaç rengi olan yeşil tüm enerjisini alıp götürür. Enerjisi biten toprak hemen uykuya dalar. Zaten karnının tok olması belli ölçüde rehavet yaratmıştır. Bir de enerjisi tükenirse...

Toprak kadını, en besleyici yanı ile, kahvaltınızı yatağınıza getirecektir. Erkeğinde ise, beslenme arzusu doruğuna ulaşacak ve kahvaltısını yatağına bekleyecektir. O adamı, hayat arkadaşı veya eş olarak elde tutmak istiyorsanız, sabah kahvaltılarını yatağa getirmeyi alışkanlık haline getirin. Kahvaltı tepsisine bal, reçel ve benzeri tatlı gıdaları eklemeyi unutmayın. Tatlısız toprak, susuz ağaca benzer ve kısa zamanda depresyona girer.

Topraklar aromadan büyük zevk alır. Yatak odanıza yerleştireceğiniz bir yağdanlık içinde hoş kokular yakmanız onu son derece mutlu edecektir. Hele bir de Ylang Ylang gibi erotizmi dürtükleyici bir koku seçmişseniz, değmeyin keyiflerine.

Onlar, yakılmayıp koleksiyon için ya da süs eşyası olarak oraya buraya serpilmiş mumları da beğenirler, ancak mum cinsel yaşamlarında pek bir etki yaratmaz. Yine de havayı yumuşatmak için pastel renkli mumlardan yararlanabilirsiniz.

Toprak insanına sunacağınız bir avuç bademin yaratabilece-

ği etki, gerçekten görölmeye değerdir. Bence deneyin. Badem yoksa, her türlü kuru yemiş de benzeri etkiyi yaratabilir.

Alkol, yemek ve tatlıyı unutmadığınız, onu yumuşak flanel kumaşlar ve rahat giysilerle bezediğiniz, kuştüyü yastıklarda yatırdığınız, yatağınızı da büyük, rahat ve yumuşak tuttuğunuz sürece ortalamanın üstünde bir cinsel yaşamınız olabilir.

Aksi halde, sürekli uyuyan bir partnere katlanmak zorunda kalabilirsiniz.

METAL

Yaşamın hangi yönü olursa olsun, metalleri anlatmak için kullanılacak ilk sözcük “detaycı” olacaktır. İçine kapanık ve depresif metalin bu yönünü yatak odasında taşımayacağını düşünmek fazlaca saflık olurdu.

Metal insanları, sevişmenin yalnızca yatak odasında kalması gerektiğini düşünen tutucu tiplerdendir. Ayrıca, bu kutsal görev, temiz ve tertipli bir ortamda yerine getirilmelidir. Ancak metalin “düzenli” sözcüğünden anladığı şey, diğer insanlara göre biraz farklıdır.

Örneğin, eğer yatak odasında bir kütüphane varsa kitaplar mutlaka orada olmalıdır. Yerlere atılmış, komodinin, tuvalet masasının üstüne saçılmış kitaplar kesinlikle dağınıklık duygusu yaratacağından metal gelir, onları alır ve kitaplığa tıkıştırır. Kitapların yan yüzlerinin dışa doğru bakması ve kütüphanede olması, düzenlilik adına bekledikleri etkiyi yaratır. Boylarına, konularına, renklerine ya da başka bir ortak özelliklerine göre ayrılmış olmaları gerekmez.

Elbise dolapları için de aynı bakış açısı geçerlidir. Akşam çıkarılmış elbise, eşin pijaması, sabah değiştirilen giysi, eğer temizse, dolapta olmalıdır. Sevişirken göze takılmaları hoş olmaz

elbette. Açar dolabın kapısını, bulduğu boş yerlere tıkkıştırır eşyaları ve kapıyı yeniden kapatır, her yer düzenliymişçesine.

Çevre konusunda gösterdikleri bu yarı titizlik, bedenleri söz konusu olduğunda hat safhaya ulaşır. Bir metal insanı, koşullar ne olursa olsun duş alıp diş fırçalamadan yatağa girmez.

Metal erkeği daha eve gelir gelmez tuvalete koşar, gereksinmesini giderdikten sonra ellerini ve yüzünü yıkar, dişlerini fırçalar, giyim odasına koşar, pijamalarını veya eşofmanlarını giyer ve evde her zaman oturmaya alışkın olduğu yere oturur. Tutuculuk yönleri öylesine güçlüdür ki yatakta da hep aynı tarafta, aynı yöne dönük olarak ve aynı konumda yatıp uyurlar.

Cinselliklerini özgürce yaşamak söz konusu bile değildir. Ağaç insanı için yatakta sıkıcı tipler diye düşündüyseniz, metal için ne söyleyebileceğinizi düşünmek bile istemiyorum. Ağaçların en azından çeşitli pozisyonlarda seks yapmak gibi bir özellikleri vardır. Metaller ise, tüm yaşamları boyunca tek bir pozisyon kullanır ve asla bu davranış kalıbından ayrılmazlar.

Ön sevişmeyi sevmezlerse de bazı metaller, partnerlerini mutlu etmek için bunu kabul eder. Ancak, sevişme sona erdikten sonra onları bir saniye bile yatakta tutamazsınız. Hemen kalkıp banyonun yolunu tutarlar. Bedenlerini en ince noktasına kadar yeniden yıkamadan uyumaları olanak dışıdır. Bu derecede titiz olmaları, eşleri tarafından “titizlik hastası”, hatta aşırı derecede titiz olanların “klinik vaka” olarak değerlendirilmelerine neden olabilir ama davranış biçimlerinde en ufak bir sapma görülmez.

Tutucu metal, mutlaka ışığın sönmük tutulmasını isteyecektir. Ayrıca tamamen çıplak bile olsa, kendisiyle eşinin bedenini kısmen de olsa gizleyecek bir örtü sermeden sevişmeyi kabul etmeyecektir. Yatakta bu ayrıntıya mutlaka özen gösterilmelidir.

Metal kadın, asla bir başka insanla aynı anda banyoya girmez. Bu, uzun yıllardır aynı yaşamı paylaştıkları eşi veya kendi

öz çocuğu olsa bile, değişmeyecek bir kuraldır. Siz bu davranışın utangaçlıktan kaynaklandığını sanabilirsiniz. Oysa, asıl neden, metal kadınının titizliği ve biraz da hasta olan ruhudur. Aynı zamanda banyoya girdiğinizde, sizin onun kullandığı suyu kirlettiğinizi düşünecektir. Aşırı uçlara kaymış olan metal kadını ise önce sizin yıkanmanıza izin vermez. Ya da koşullar bunu gerektirmişse, önce banyoyu iyice yıkayıp temizler, her yeri fırçaladıktan sonra girip yıkanır. Sebep aynıdır. Önce siz yıkanmışsanız banyo kirlenmiştir. Sizin bıraktığınız kirin üstünde yıkanırsa nasıl tam olarak temizlenebilir ki?

Kısacası, bir metal partneriniz varsa, öncesi ve sonrasıyla cinselliğinizi keyfinizce yaşayabilmeniz söz konusu değildir.

Metal insanları, daima ayrıntılarla ilgilendiklerinden, yaşam boyunca bıkmadan mükemmeli ararlar. Aslında bu denli tutucu olmaları da hasta ruhlu olmalarından değil, bu arayışlarından kaynaklanır. “Ya hata olursa” düşüncesi, onların, her şeyi en iyi bildikleri, aldışıkları ve yanlış bir şey yapamayacak ölçüde iyi tanıdıkları kalıpların içinde yaşamalarına neden olur.

Kalite merakları ve tutuculukları bir araya gelince alış verişlerinde her zaman en iyiye ve mutlaka markalı olanı aramalarına yol açar. Bu elbette gecelik/pijama konusunda da böyledir. Bir metalin üzerinde asla herhangi bir mağazadan alınmış basit bir penye gecelik/pijama göremezsiniz.

Metal kadın en iyi markayı alırken bile tutucu yanını terk edemediğinden, derin dekoltesi olan mini bir gecelik ya da baby-doll satın almaz. Uzun, yumuşak kumaşlardan üretilmiş, markalı ve dar sayılabilecek gecelikleri yeğleyecektir. Satın aldığı tüm giysilerin kumaşları özel olmalıdır ama doğal olması şart değildir. Hatta, sentetik kumaşları yeğleyeceğini bile söyleyebilirim. Bu onların bitmez tükenmez ikilemlerinin bir sonucudur. Bu denli tutucu olmalarına karşın salt geçmişe takılı kalmaz, gelecekle de ilgilenir. Doğal kumaşlar geçmişi simgeler.

Sentetik olanlar ise modern olanı ve geleceği çağırıştırır. Ancak, çeşitli kimyasal işlemlerden geçirilip çağdaş yaşamın sunduğu tüm olanakları yansıtan kumaşlar onlar için en uygun olanıdır.

Erkekler de aynı davranışı sergiler ve söz gelimi şortlu pijama giymezler. İç çamaşırı olarak rahat bokser yerine bedeni saran klasik slipleri yeğlerler. Tutuculuklarını açıkça sergileyen bu iç çamaşırları, modernini de yansıtacak çeşitli kumaşlardan yapılmış olabilir.

Son olarak, sıkıcı metal, aynı zamanda son derece sadıktır. Sizi hiçbir şartta aldatmayacak bir eş arayışı içindeyseniz, kendinize bir metal partner seçin. Cinsel yaşamınız biraz sıkıcı olsa da aldatılmayacağınızdan emin olabilirsiniz.

SU

Duygusal olan su insanı, bu özelliğini cinsel yaşamına da taşır. Salt fiziksel doyum için yatak odasına girmek, dengeli bir su insanına uygun değildir.

Bu tipler, son derece dengeli beraberlikler yaşamak istediklerinden partnerlerine mükemmel uyum sağlamak için ellerinden geleni yaparlar. Tek sorun, zaman içinde zorlanma karşısında aşırı tepki gösterecek olmalarıdır. Her durumda size uyum sağlamaya çaba gösterecek olmasına aldanmamalısınız. İsteklerinizi açıkça, ama yumuşak bir biçimde belirtmeyi unutmanız ilişkinizi zedeleyecek, giderek kendini kapana kısılmış hissetmesine neden olacaktır. Önce, sabır ve sükunetle karşılayacağı bu duruma aniden göstereceği tepkiyi görmek istemeyeceğinizden eminim.

Eğer bir su insanı ile birlikteyseniz, yatak odanızda boş bir akvaryum bulundurmanızı öneririm. Akvaryumun balıklarla dolu olması, kendisi için gerekli enerjinin çalındığı duygusu yara-

tacağından, kendisini rahat hissetmek bir yana, huzursuzluk içinde kıvrınmasına bile neden olabilir.

Boş akvaryum fikrinden hoşlanmadıysanız, odanıza küçük bir fiskiyeden veya içindeki suyun sürekli devindiğı herhangi bir objeden de yararlanabilirsiniz. Maddi durumunuz buna uygunsa, en işlevsel obje odanın tam ortasında yer alan bir jakuzidir.

Sakın romantizmi unutmayın. Hafif ve romantik bir müzik eşliğinde, bedeninin büyük bir bölümü koyu renkli pijamayla örtülü olduğı halde yanınıza uzanmaktan büyük bir haz duymayacak su erkeğı yoktur. Kadınlarsa pijama yerine uzun, siyah ve kışkırtacak kadar kapalı ama romantizmi artıracak kadar çocuksu bir geceliğı yeğleyecektir. Su insanı meraklıdır. Onun düşüncesine göre kapalı ve uzun giysiler “acaba altında ne var” düşüncesi uyandır. Özellikle yatak odasında bu tür giysileri yeğlemelerinin nedeni de budur. Asıl istekleri partnerlerinde merak uyandırmaktır.

Herhangi bir su insanını baştan çıkarmaya kararlıysanız, anahtarınız romantizmdir. Hayal gücünüzü çalıştırın. Örneğın yatak odası kapısından yatağı doğru uzanan yolu belirlercesine iki yanlı dizilmiş, pembe (ateşin romantizmi), eflatun (suyun romantizmi), gümüş (gümüş metaldir, metal suyu besler) renklerde mumların büyüüne kapılmayacak su insanı yoktur.

Çarşaflarınızın üstünde çocuksu bir yatak örtüsü olması, yaratmak istediğın etkiyi daha da artıracaktır. Hele örtü açıldığında altından okyanusu anımsatacak, koyu mavi tonlarda ve jilet gibi ütülü olmak yerine, deniz üstünde meltem rüzgarları esiyormuş da hafif dalgalar yaratıyormuş duygusu yaratacak biçimde buruşukça serilmiş çarşaf lar görünürse....

Su tipleri, temizlik konusunda metal kadar olmasa da oldukça titizdir. Özellikle koku konusunda son derece duyarlıdırlar. Ayağı, teri kokan, üzerine sigara, alkol kokusu sinmiş bir insan karşısında tüm romantik duyguları yok olur. Bu insanları yatak

odanıza davet etmeden önce mutlaka duş almalı, güzel kokular sürünmelisiniz.

İçeriğinde sandal ağacı yağı gibi sakinleştirici, günlük ağacı yağı gibi meditatif etki yapan, sardunya yağı gibi hormon dengesi düzenleyici aromalar bulunan parfümleri yeğlemeniz daha iyi olacaksa da her zaman kullandığınız koku da yeterince işlevsel olacaktır.

Olabildiğinize uzun bir gece yaşamak, partnerinizin yalnızca bedeni değil ama tümüyle sizinle birlikte olmasını arzuluyor olabilirsiniz. İşiniz zor gibi görünüyorsa da bunun kolayı var elbette. Azıcık sabır ile tüm isteklerinize kavuşabilirsiniz. Yeter ki evinizde bir banyo küveti olsun. Küvete beden ısısında suyu doldurun. Suyun içine on damla lavanta yağı, iki üç damla sandal ağacı yağı, iki damla Ylang Ylang damlatın. Banyoya yerleştireceğiniz bir tütsülüğe bir amber tütsüsü yerleştirin ve yakın (Mısır Çarşısında kolayca bulabileceğiniz musk ambrette veya musk xylene parçacıklarını yağdanlıkta yakmanız daha da uygun olur). Partnerinizle birlikte içine girin ve kah ona güzel sözler söyleyip kah hoş espriler yaparak yaklaşık on dakika içinde kalın. O denli rahatlayacak ve romantikleşecektir ki artık istediğinizden de fazlası gerçekleşebilir.

Suyun cinsel yaşamı hakkında daha fazla bilgi mi? Kalmadı...

Gelecek kitabı bekleyin. Denge nasıl kurulur? Nasıl korunur? Hangi element nasıl artırılır/eksiltirilir? Hepsini anlatmaya çalışacağım.

Ek

Qi

Gündelik yaşamda Feng Shui'den nasıl yararlanabileceğimizi anlayabilmek için, öncelikle qi (Çi okunur) ve yin/yang kavramları hakkında bilgi sahibi olmamız gereklidir.

Çincede qi yaşam enerjisi anlamına gelir. Saf yaşam enerjisinin bilinen ilk formu ışıktır. Enerjinin titreşim seviyesi yükseldikçe yaydığı ışık da yükselir. Ancak çıplak gözlerimiz, belli bir titreşimin üstündeki ışığı (mor ötesi, kızıl ötesi ışınları gibi) algılayamaz. Görebildiğimiz ışık ve renkler, titreşimleri nispeten düşmüş, azalmış enerjilerdir. Enerjinin titreşim seviyesi düştükçe yoğunlaşmaya başlar. Bizim elle tutulur, somut madde dediğimiz varlıklarsa titreşim seviyesi iyice düşmüş, bu nedenle fazlasıyla yoğunlaşıp katılaşmış enerjiden başka bir şey değildir.

Bu açıdan baktığımızda, qi var olan her şeyin temelini oluşturan kuantum enerjidir demek doğru bir tanımlama olacaktır.

Canlı/cansız her türlü varlığın, varlığını sürdürebilmesi, bulunduğu yerdeki qi'nin oranı ve titreşim seviyesi ile doğrudan ilişkili gibi gözükmektedir. Qi olmayınca yaşam da olmaz. Qi azalır ya da saflığından yitirirse yaşamın kalitesi de bozulur. Özellikle "canlı" olarak adlandırdığımız varlıkların sağlığında gerilemeler ortaya çıkar. Qi'nin bol ve kaliteli olması önemli ve gereklidir. Bunun yanı sıra, bolca bulunduğu halde, rahatça de-

vinemeyen qi de az ve kalitesi düşük yaşam enerjisinin yarattığı etkiyi yaratacaktır. Bu nedenle deviniminin serbestçe olabilmesi, akışının engellenmemesi sağlanmalıdır. Unutmayın! Qi'nin önündeki engeller, yaşamın bazı bölümlerinde de tıkanıklıklar yaşanmasına neden olacaktır.

Evrensel qi, aynı anda hem artı (+) hem de eksi (-) kutbu eşit oranda içinde bulundurmaktadır. Bu nedenle eylemde doğrudan kullanılabilir. Bu nedenle eylemde doğrudan kullanılabilir.

Buna karşılık yeryüzünde artı ve eksi kutupların ayrı ayrı olması esası vardır. Bu iki zıt enerjiyi birleştirmek ve dengelemek dolayısıyla eylemde kullanılabilir duruma getirmek belli bir çaba gerektirir.

Artı enerjiyi yaşamımızı güzelleştirmek için kullanabiliriz. Eksi enerji ise, artı enerjiye hizmet etmek, onu nötralize edip eylem enerjisine çevirebilmek için vardır. “Nasıl?” sorusunun yanıtını bilmemiz koşuluyla, eylem enerjisi için gerekenden artı kalan eksi enerjiyi artı enerjiye dönüştürebilir, hayatımızı daha güzel, etkin ve mutlu bir biçime sokabiliriz.

Bunu gerçekleştirebilmenin yolu öncelikle anlamaktan geçer. Çevremizdeki enerjilerin niteliklerini ayırt etmeyi öğrendikten sonraki adım da son derece önemlidir. İyi Feng Shui uygulamanın ikinci ve en az birincisi kadar önemli olan adımı “niyet” etmektir.

Varsayalım ki, enerjileri kontrol ettik ve eksi enerjilerin daha fazla olduğunu saptadık. Niyetimiz bunları artıya çevirmek olmalıdır. Bunu gerçekleştirmek için eylem gereklidir. Sözünü ettiğimiz eyleme öncelikle düşüncelerimizden başlamalıyız. Olumlu düşünmeyi öğrenmemiz birinci ve olmazsa olmaz koşuldur. Olanaklarımız el veriyorsa, ikinci adım olarak doğanın kalbinde veya qi akışının rahat olduğu bir bölgede yaşamayı seçmeliyiz. Elbette günümüz koşullarında, her birimizin gidip

bir çiftlik ya da köy evinde yaşaması düşünülemez. Neyse ki, bu durumda, form okulunun öğretilerinden yararlanarak yaşadığımız ortamı doğayla uyum içine sokmak ve bunu süreğen kılmak seçeneğine sahibiz.

Üçüncü adım ise, kullandığımız eşya, araç gereci kendi doğamıza uygun biçim ve renklerden seçip qi akışını engellemeyecek biçimde yerleştirilmelerini sağlamak olacaktır.

Yin ve Yang



Yin ve yang şekilde görüldüğü gibi, bir yanı beyaz, diğer yanını siyah olan bir daire ile temsil edilir. Daire, içinde eyleme hazır olan eşit miktar ve kalitede artı ve eksi enerji bulunan evreni temsil etmektedir. Dairenin tam ortadan ikiye ayrılmış olmasına karşın, dikey bir ayraç kullanılmadığını görüyoruz. Bu, biri azaldıkça diğeri çoğalan, bununla birlikte birbirlerini tamamlayan, biri olmadan diğeri de olamayan artı ve eksi enerjilerin dünya üzerindeki durumlarını sembolize etmek için kullanılan temsili bir biçimdir.

Şekilde görüldüğü gibi, iki enerji birbirlerine dayanmakta, bir yandan diğerinden destek alırken öte yandan diğerine destek vermektedirler.

Beyazın içindeki siyah nokta ile siyahın içindeki beyaz nokta, herhangi bir kutbun var olmaması durumunda diğerinin de var olamayacağını anlatmak için kullanılmaktadır. Bu noktalar aynı zamanda hiçbir şeyin bütünüyle aynı kutupta olamayacağını sembolize eder. Bu, dünya üstünde var olduğumuz sürece hiçbir biçimde tam siyaha ya da tam beyaza ulaşamayacağımızı anlatır. Gecenin en karanlık anında bile çevremizi görebilmemize izin verecek kadar ışığın var olduğu gibi günün en aydınlık saati olan öğleyin saat on ikide bile mutlaka gölge yapan bir yan bulunmaktadır.

Yin ve yang Taoizmin (Daoizm okunur) denge felsefesini oluşturur. Tao Çince “yol” anlamına gelir. Taoculuk ise, “durmaksızın, her yerde ve her şeyde uyum ve dengenin aranması, yin ve yangı eşit bir biçimde birleştirip kullanılabilir eylem enerjisine dönüştürme yolunda kalmaya çalışılması” felsefesidir.

Özetle bakarsak:

- Yin ve yang kullanılabilir enerjinin birbirine denk, fakat karşıt gruplarıdır;
- Yin ve yang birbirlerini tamamlar;
- Yin destek vericidir ve azaldığı zamanlarda artan yang, yakıcı, yok edicidir;
- Yang aktive edici, canlandırıcıdır ve azaldığı zamanlarda artan yin iç bunaltıcıdır;
- Biri olmadan öbürü de olamaz;
- Yin ve yang karşılıklı etkileşerek dinamizm yaratır;
- Yin ve yangın anlamını kavramak, evreni kavramaktır.

Aşağıdaki tabloda yin ve yang özellikleri daha rahat inceleyebilirsiniz.

YİN

İçine dönen

Eylemsiz

İnen

Soğuk

Islak, nemli

Tasarlayan

Ağır

Gizli, örtülü

İç

Güneş

Aydınlık

YANG

Dışına açılan

Etkin

Çıkan

Sıcak

Kuru

Tasarlanana uygulayan

Hafif

Açık, aleni

Dış

Ay

Karanlık

Lenfler, hormonlar,	Kan dolaşımını,
tükürük, balgam, idrar,	terlemeyi, idrar ve
merkezi dengeleme	balgam boşaltımını düzenler
maddelerini yaratır	
Düşük enerji, yorgunluk	Yüksek enerji, hareketlilik
Sarımtırak cilt rengi	Canlı cilt rengi
Ödem, solgunluk	Kızarıklık, ateş, terleme
Küçük, yumuşak beden	İri, yağlı, sert beden
Yumuşak, minyon yüz hatları	Kaba, geniş ve iri yüz hatları
Yumuşak ve zayıf ses	Yüksek ve kalın ses
Düşük tansiyon	Yüksek tansiyon
Üşüme eğilimli	Isınma eğilimli
Nemli hava sever	Kuru hava sever
Kronik hastalıklar	Ani, akut ve şiddetli hastalıklar

Şimdi, bu bilgiler ışığında ana konumuza dönelim. Görüldüğü gibi daha iyi bir yaşamın yaratılabilmesi, küçük, kolay ancak iyi anlaşılması gereken bazı kurallara bağlıdır. Bu kurallar ve olumlu etkilerinden yararlanabilmemiz açısından, yin/yang dengesini en üst düzeyde sağlamamıza yardım edebilecek olan Beş Element Teorisini anlamamız ve kullanmamız bizlere sayısız faydalar getirecektir.

Qi'nin rahat akışını sağlamak için yin/yang devrelerini öğrendiğinizde eşit ölçüde kullanmak mutlu ve sağlıklı bir yaşamın temelini oluşturuyorsa, beş element ve ilgili bilgiler de Taoizmin temelini oluşturuyor.

Tao "yol"dur demiştik. Ya yaşam? O da, kendi adımlarımızla yürüdüğümüz ve hangisine sapacağımızı özgür seçimlerimizle saptadığımız sayısız sapakları olan bir yol değil midir? Beş elementi tanımak, yolumuzun açık, çiçekli, mutluluk dolu olmasını sağlayacaktır. Yolumuzu güzelleştirmeye hazır mısınız? O halde buyurun beş elementin dengeli dünyasına...