

Opgave - De 5 elementer

Angiv det eller de elementer der er i ubalance

OBS! Du kan finde svarene på spørgsmålene nederst i dette dokument.

Klienterne fortæller:

1. Jeg er ofte deprimeret. Jeg føler selv, det er værre, når det er varmere. I den seneste tid er jeg også begyndt at svede meget.
2. Jeg bliver dårlig ved lugten af fordærvet mad. Jeg bliver let vred og råber meget højt. Jeg har lidt af angina pectoris i flere år. Mine øjne løber i vand om foråret.
3. Jeg har ofte øresusen og ondt i ørerne. Det er værst om vinteren. Jeg spiser næsten salt til alle måltiderne. Jeg har mange rygsmerter, som nogle gange går helt ned i benene. Det er lidt flovt, men jeg har fået svært ved at holde på vandet.
4. Jeg har haft fodsvamp i lang tid, og lige meget hvad jeg gør, kan jeg ikke komme af med det. Jeg hoster meget, især om efteråret. Jeg har problemer med øjnene og syntes mine læber er meget tørre.
5. Jeg mistede min mand for 3 år siden. Jeg er stadig meget ked af det, og græder ofte. Mærkelig nok kan jeg ikke lide farven hvid efter min mand døde. Måske fordi den minder mig om hospitalet.
6. Jeg har mange problemer med huden. Jeg har mange blister på tungen. Min læge siger, at mit blodtryk er for højt, men jeg er også meget stresset. Jeg går næsten altid i grønt, og næsten alt i min lejlighed er i grønne farver. Jeg elsker krydret mad, og måske krydrer jeg også maden for meget.
7. Jeg har ofte uden grund ømme muskler i arme og ben. Jeg har været hos en kinesiolog, der sagde, at mit lymfekredsløb ikke fungerede optimalt. Jeg er meget generet af forkølelssår, hvilket jeg altid får når vejret skifter.
8. Jeg hader rødt og bitre ting. Mit hår er altid fedtet, og jeg har tit tandpine. Jeg er altid meget bekymret. Ved de mindste symptomer, tror jeg straks jeg fejler noget alvorligt.
9. Jeg forstår det ikke, men jeg er meget tit aggressiv uden at have nogen grund. Jeg kan ikke udstå lugten af harske ting. Jeg spiser rimeligt sundt, men mest sure ting. Jeg bruger asier i næsten alle mine måltider.
10. Jeg er meget skeptisk. I de sidste par år har jeg haft problemer med vægten, jeg vejer alt for meget, men jeg elsker også søde sager. Jeg ved ikke om det kan have en sammenhæng med for meget mundvand. Jeg er også altid træt.

Find det element, der kan mistænkes som direkte årsag til symptomerne, og find vedhælp af sheng- og Ko-cyklus det element, der kan være den oprindelige årsag til ubalancen:

11. Jeg hader vind og blæsevejr, måske fordi det generer mine øjne, da jeg har fået konstateret grøn stær. Jeg har været hos biopat, der har fundet ud af at jeg har candida. Endvidere døjer jeg med seneskedehindebetændelse i min højre arm.
12. Mit største problem er at jeg er bange for næsten alt. Jeg ved ikke om det er årsagen til at jeg føler meget. Jeg har haft tyktarmsbetændelse og min fordøjelse er ikke blevet helt god endnu. Indenfor de sidste par uger er jeg begyndt at få neglerodsbetændelse.
13. Jeg har ingen appetit og har også mange sår omkring munden. Jeg fødte en lille dreng for 2 år siden, og har haft problemer med bækkenløsning lige siden. Jeg har haft problemer med stofskiftet.
14. Jeg får tit forkølelsessår på læberne. Jeg har mavesår, og måske er det derfor, at jeg ikke kan tage på. For 5 år siden blev jeg behandlet for leverbetændelse.
15. Jeg har fået fjernet galdeblæren pga. tilbagevendende galdesten. Jeg ved ikke om det betyder noget, men jeg har blærebetændelse næsten 2 gange om året. Jeg har rigtig mange muskelspændinger og også migræneanfald ind i mellem.
16. Jeg har mange åreknuder på benene. Jeg er meget usikker. Jeg kan ikke lide at være blandt mange mennesker, jeg bliver nervøs og sveder meget. Jeg er blevet opereret for en diskusprolaps.
17. Jeg har høfeber og området ved siden af min næse er tit hævet og ømt, jeg ved ikke om det hænger sammen. Mit kredsløb har været dårligt længe, men jeg får nogle piller hos lægen. Jeg er også tit forkølet, også selvom jeg ikke er plaget af min høfeber.
18. Mit stofskifte er alt for lavt. Mit hjerte slår også meget uregelmæssigt. Jeg tager piller for impotens. I øvrigt føles mine lillefingre døde.
19. Jeg har mange problemer med ryggen. Jeg har en stor appetit. Jeg har altid lidt meget af halsbrand og for meget mavesyre.
20. Jeg er altid meget nedtrykt. Jeg lider af forstoppelse. Min læge har fundet ud af at jeg er allergisk overfor katte. Jeg blev opereret for brok for 3 år siden.
21. Jeg har ofte problemer med ørerne. Jeg har tit ondt i tænderne, specielt når det er koldt udenfor. I øvrigt har jeg også besvær med at komme af med vandet, når det er koldt. Jeg har eksem på mine hænder, specielt omkring tommel og pegefinger.
22. Jeg er meget skeptisk af natur, og tror egentlig ikke du kan hjælpe mig, men vil da gerne prøve. Jeg har ødemer i benene, og har haft forstoppelse igennem længere tid. Endvidere fryser jeg meget og har ondt i lænden. Jeg har også nikkellallergi.

Rettevejledning

Svar på opgaver: - De 5 elementer

1. Jeg er ofte deprimeret. Jeg føler selv, det er værre, når det er varmere. I den seneste tid er jeg også begyndt at svede meget.
Ild
2. Jeg bliver dårlig ved lugten af fordærvet mad. Jeg bliver let vred og råber meget højt. Jeg har lidt af angina pectoris i flere år. Mine øjne løber i vand om foråret.
Metal - Træ - Ild
3. Jeg har ofte øresusen og ondt i ørerne. Det er værst om vinteren. Jeg spiser næsten salt til alle måltiderne. Jeg har mange rygsmerter, som nogle gange går helt ned i benene. Det er lidt flovt, men jeg har fået svært ved at holde på vandet.
Vand
4. Jeg har haft fodsvamp i lang tid, og lige meget hvad jeg gør, kan jeg ikke komme af med det. Jeg hoster meget, især om efteråret. Jeg har problemer med øjnene og syntes mine læber er meget tørre.
Jord - Metal - Træ
5. Jeg mistede min mand for 3 år siden. Jeg er stadig meget ked af det, og græder ofte. Mærkelig nok kan jeg ikke lide farven hvid efter min mand døde. Måske fordi den minder mig om hospitalet.
Metal
6. Jeg har mange problemer med huden. Jeg har mange blister på tungen. Min læge siger, at mit blodtryk er for højt, men jeg er også meget stresset. Jeg går næsten altid i grønt, og næsten alt i min lejlighed er i grønne farver. Jeg elsker krydret mad, og måske krydrer jeg også maden for meget.
Metal - Ild - Træ
7. Jeg har ofte uden grund ømme muskler i arme og ben. Jeg har været hos en kinesiolog, der sagde, at mit lymfekredsløb ikke fungerede optimalt. Jeg er meget generet af forkølelsessår, hvilket jeg altid får når vejret skifter.
Jord
8. Jeg hader rødt og bitre ting. Mit hår er altid fedtet, og jeg har tit tandpine. Jeg er altid meget bekymret. Ved de mindste symptomer, tror jeg straks jeg fejler noget alvorligt.
Ild - Vand - Jord
9. Jeg forstår det ikke, men jeg er meget tit aggressiv uden at have nogen grund. Jeg kan ikke udstå lugten af harske ting. Jeg spiser rimeligt sundt, men mest sure ting. Jeg bruger asier i næsten alle mine måltider.
Træ

10. Jeg er meget skeptisk. I de sidste par år har jeg haft problemer med vægten, jeg vejer alt for meget, men jeg elsker også søde sager. Jeg ved ikke om det kan have en sammenhæng med for meget mundvand. Jeg er også altid træt.
Jord - Vand

Angiv de elementer der er i ubalance samt Sheng- og Ko-cyklus

11. Jeg hader vind og blæsevejr, måske fordi det generer mine øjne, da jeg har fået konstateret grøn stær. Jeg har været hos biopat, der har fundet ud af at jeg har candida. Endvidere dør jeg med seneskedehindebetændelse i min højre arm.
Ko: Metal / Træ
12. Mit største problem er at jeg er bange for næsten alt. Jeg ved ikke om det er årsagen til at jeg fæler meget. Jeg har haft tyktarmsbetændelse og min fordøjelse er ikke blevet helt god endnu. Indenfor de sidste par uger er jeg begyndt at få neglerodsbetændelse.
Sheng: Metal / Vand
13. Jeg har ingen appetit og har også mange sår omkring munden. Jeg fødte en lille dreng for 2 år siden, og har haft problemer med bækkenløsning lige siden. Jeg har haft problemer med stofskiftet.
Sheng: Ild / Jord
14. Jeg får tit forkølelssår på læberne. Jeg har mavesår, og måske er det derfor, at jeg ikke kan tage på. For 5 år siden blev jeg behandlet for leverbetændelse.
Ko: Træ / Jord
15. Jeg har fået fjernet galdeblæren pga. tilbagevendende galdesten. Jeg ved ikke om det betyder noget, men jeg har blærebetændelse næsten 2 gange om året. Jeg har rigtig mange muskelspændinger og også migræneanfald ind i mellem.
Sheng: Vand / Træ
16. Jeg har mange årknuder på benene. Jeg er meget usikker. Jeg kan ikke lide at være blandt mange mennesker, jeg bliver nervøs og sveder meget. Jeg er blevet opereret for en diskusprolaps.
Ko: Vand / Ild
17. Jeg har høfeber og området ved siden af min næse er tit hævet og ømt, jeg ved ikke om det hænger sammen. Mit kredsløb har været dårligt længe, men jeg får nogle piller hos lægen. Jeg er også tit forkølet, også selvom jeg ikke er plaget af min høfeber.
Ko: Ild / Metal
18. Mit stofskifte er alt for lavt. Mit hjerte slår også meget uregelmæssigt. Jeg tager piller for impotens. I øvrigt føles mine lillefingre døde.
Sheng: Træ / Ild

19. Jeg har mange problemer med ryggen. Jeg har en stor appetit. Jeg har altid lidt meget af halsbrand og for meget mavesyre.
Ko: Jord / Vand
20. Jeg er altid meget nedtrykt. Jeg lider af forstoppelse. Min læge har fundet ud af at jeg er allergisk overfor katte. Jeg blev opereret for brok for 3 år siden.
Sheng: Ild / Jord
21. Jeg har ofte problemer med ørerne. Jeg har tit ondt i tænderne, specielt når det er koldt udenfor. I øvrigt har jeg også besvær med at komme af med vandet, når det er koldt. Jeg har eksem på mine hænder, specielt omkring tommel og pegefinger.
Sheng: Metal / Vand
22. Jeg er meget skeptisk af natur, og tror egentlig ikke du kan hjælpe mig, men vil da gerne prøve. Jeg har ødemer i benene, og har haft forstoppelse igennem længere tid. Endvidere fryser jeg meget og har ondt i lænden. Jeg har også nikkelallergi.
Sheng: Metal / Vand
Ko: Jord / Vand