

# Die fünf Elemente im Polarity Gesundheitsmodell

Element	Sinn	Funktionen	Nahrungsmittel / Geschmack	Organe	Emotionen
<b>Äther</b> <b>Blau</b> 	Hören	Ausdruck Raum Meditation	Achtsame Haltung und Dankbarkeit dem Essen gegenüber. Deine Haltung dem Essen gegenüber setzt Energie frei, die von der Nahrung aufgenommen wird.	Ohren Kehle Gelenke Schilddrüse	Umkehr zum Geistigen  Kummer
<b>Luft</b> <b>Grün</b> 	Tasten	Bewegung Vielfalt Gedanken	Früchte Nüsse Orangen Zitronen Äpfel Wächst ab 1.5 m aufwärts	Sauer	Lunge Atmung Nervensystem Thymusdrüse Haut  Mitgefühl Wohltätigkeit  Verlangen Gewinnssucht
<b>Feuer</b> <b>Gelb</b> 	Sehen	Wille Motivation Ziel	Getreide Hülsenfrüchte Mais Weizen Hirse Wächst 0,5 - 1,5m über der Erde	Bitter	Magen Leber Gallenblase Milz Herz Stoffwechsel  Großmut Begeisterung  Zorn Nachtragend
<b>Wasser</b> <b>Orange</b> 	Schmecken	Kreativität Bindung Sexualität	Tomaten Melonen Ananas Kopfsalat Wächst bis 0,5m über der Erde	Salzig	Blase Geschlechtsorgane Drüsen Lymphsystem Körperflüssigkeiten  Loslassen  Anhaften
<b>Erde</b> <b>Rot</b> 	Riechen	Struktur Form Kristallisation	Randen Kartoffeln Zwiebeln Karotten Steckrüben Wächst unter der Erde	Süß	Dickdarm Dünndarm Knochen Skelett Ausscheidung  Mut  Angst

# Hohe Zeit der Elemente

Trauungsfeier an der Reuss

im Mai 2012

holistic arts / ganzheitliche Künste Brigitta Raimann Andreas Ledermann  
[www.ledermann-raimann.ch](http://www.ledermann-raimann.ch) [www.holisticarts.ch](http://www.holisticarts.ch) [www.shn-international.com](http://www.shn-international.com)

© Polarity das grosse Grundlagen- und Arbeitsbuch AT Verlag 2009