

4 människotyper

av Peter Torssell

Kroppstypologi (med palpation) har alltid varit viktigt i valet av behandling i Kina och Japan, enligt Dan Kenner (från Meiji college of oriental medicine i Berkeley, Kalifornien). Han menar att detta dock fick mindre betydelse i Kina efter 50-talet. Jag har dammat av en gammal typologisk indelning från Kina.

Inledning

I *Neijing* finns beskrivningar om olika typer av kroppar och personligheter. I *Lingshu*, kapitel 64, 65 och 72 beskriver man 4 olika typer. Man beskriver där att detta är ett svårt område att behärska, men det kan ge viktig information till hur olika människor ska bemötas, behandlas och, enligt vad jag själv tror, även kunna reflektera över sig själv. Informationen till denna artikel är tagen från Henry Lus översättning, uttolkningar från Wang Xu-ewen, Sui Yun och Bob Flaws. Jag har lagt till vilken kost som passar de olika typerna; hämtat från Bob Flaws.

Att bara dela upp människor i två typer, yin och yang, blir en alltför grov indelning, där många blir svårklassificerade, de som uppvisar både yin- och yang-tecken. Om man gör uppdelningen i fyra typer passar fler in i typindelningen. Underförstått i Kina är siffran 4, indelning i liten och stor yin och yang. Med liten yang, stor yang, liten yin och stor yin, har man ytterligare specificerat yin och yang och närmat sig rörelserna som beskrivs i de 5 elementen (undantaget elementet jord som beskrivs som ett centrum för de 4 rörelserna).

Jag har lagt till information om vilken dygd, som kan tänkas balansera de olika personlighetstyperna. Detta kan vara lite vågat, eftersom informationen till det är taget från en annan tid i Kina, från ett annat sammanhang och om de 5 elementen (från Thomas Clearys "Vitality, energy, spirit", i ett avsnitt som handlar om en taoist, "förfader Lu", som levde på 600-700-talet e.kr).

Liten Yang

Kroppstypen hos liten yang är medelstor och relativt muskulös, ungefär som en ung man. "De lyfter huvudet när de står." "När de går skakar de kroppen glansfullt." "De har för vana att lägga händer och armbågar bakom ryggen."

De är självgoda och övervärderar sig själva. De har bra social kompetens, men är sämre i sitt jobb. De blåser upp sig om de får en titel och skryter gärna om sin syssla även om den är oviktig. De undviker kontorsjobb. De kan vara diplomatiska, försiktiga, hängivna och flitiga.

I behandling kan det vara viktigt att tänka på följande. "Deras meridianer (jing) är små, medan deras luo är stora. Deras blod ligger djupare och deras qi ligger ytligare. Stärk deras yin-meridianer, och lugna deras yang-meridianer. Om deras luo-kanaler skingras för mycket kommer yang prolapsa och skingras, vilket ger brist i mellanjiao. Då blir sjukdomar svåra att behandla".

Vad gäller kost, kan de äta allsidigt, men bör äta relativt balanserat och neutralt.

Liten yang kan eventuellt motsvara elementet Trä, som enligt taoisten "förfader Lu" kan kontrolleras av dygden rätträdighet.

Stor yang

Kroppstypen hos stor yang är stark, kraftig och lite överviktig. De tenderar att vara större upptill och "deras mage och bröst sticker ut". De kan vara rödare till färgen.

De kan bo överallt för de är inte så nogräknade. De är våghalsiga och oförsämda och kan uppträda grovhugget. De skryter om sin förmåga och ambition, men har svårt att fullfölja eller motsvara dem. Att misslyckas, berör dem inte.

I behandling kan det vara viktigt att tänka på följande. "De kan få galenskapssjukdomar. Om både yin och yang kollapsar, dör de plötsligt eller blir medvetslösa." Man ska behandla dem försiktigt. En personlig kommentar till detta är att man lätt kan få intrycket hos dessa kraftfulla personer att de ska behandlas kraftfullt, vilket man alltså inte ska göra initialt, eftersom de då t.ex. kan svimma. Typen stor yang verkar också överensstämma med A-typen, enligt västerländsk klassificering, och båda dessa verkar vara riskgrupp för hjärt-kärl-sjukdomar.

Vad gäller kost, bör de äta mindre av kött, alkohol, fett och olja.

Stor yang kan eventuellt motsvara elementet Eld, som enligt taoisten "förfader Lu" kan kontrolleras av dygden visdom.

Liten yin

Kroppstypen hos liten yin är tunn och spenslig. "De går inte raka i ryggen." "När de står är de nervösa och osäkra." De kan lätt bli röda när de är upprörda.

De kan nästan sakna sympatikänslor och utnyttjar lätt andra. De kan triumfera över andras förluster och förarga sig över deras framgång. De kan vara avundsjuka och skada andra. De kan både vara giriga och grymma.

I behandling kan det vara viktigt att tänka på följande. "De har liten mage, men stora tarmar och deras sex fu-organ är inte väl reglerade. Yangming är liten och taiyang är stor. Var försiktig för deras blod prolapsar lätt och deras qi kollapsar lätt."

Vad gäller kost, bör de äta lite mer av s.k. wei-mat, dvs. mer kött, protein och fett, men de bör undvika stor mängd kryddor.

Liten yin kan eventuellt motsvara elementet Metall, som enligt taoisten "förfader Lu" kan kontrolleras av dygden artighet/tillmötesgående. Speciellt om personen är för bestämd.

Stor yin

Kroppstypen hos stor yin är fet och svullen och med "mjukt kött". De kan vara bleka eller ha en mörk färgton, och är lätt trötta och eventuellt frusna. "De har för vana att titta ned som om de är stora."

De har en blygsam fasad, ger ett lugnt intryck och avslöjar inte vad de egentligen tänker. De följer strömmen i sina beslut och tvekar alltid innan en ny trend manifesterat sig. De agerar bakom andra för att utnyttja dem. De ger ett ärligt intryck men kan vara svekfulla, giriga och grymma.

I behandling kan det vara viktigt att tänka på följande. "Deras yin-blod är smutsigt och deras försvar är sämre.....senorna är slappa och de har tjock hy.....snabba tekniker som skingrar måste göras". En personlig kommentar är att man tycker att ökad cirkulation genom skingrande teknik är bra för stor yin, men troligen vill man att det ska gå snabbt för att inte försvaga deras yang ytterligare.

Vad gäller kost, bör stor yin äta mer av värmande, aromatiskt och kryddigt, men mindre av kall och fuktande mat och wei-mat.

Stor yin kan eventuellt motsvara elementet Vatten, som enligt taoisten "förfader Lu" kan kontrolleras av dygden pålitlighet.

Efterkommentar

Man kan se att yang är mer framåt och obegränsad i sin lust och fantasi, vilket gör att de inte har "fötterna på jorden" och basunerar ut detta i för-tid. De verkar kräva mer utrymme och tenderar att hävda sig.

Yin som mer står för något begränsat, verkar ha lättare att utnyttja andra och att vara giriga och grymma. Allt som hämmar liv och rörelse förefaller grymt, och är man kraftlös ligger det nära till hands att försöka få utan att

anstränga sig för mycket, vilket lätt leder till girighet och utnyttjande av andra.

Både yin- och yangtyperna förefaller egoistiska och visar brist på hänsyn till omgivningen, fast med olika tillvägagångssätt

Peter Torssell är Studierektor vid Akupunkturakademien

Akupunkturakademien
Kloster 106
776 08 Garpenberg
Sverige

tel/fax: 0225-230 25
epost: info@akupunkturakademien.se
<http://www.akupunkturakademien.se>