

Grundtyp: Beken

Der Beken-Typ wird von den Elementen Wasser und Erde dominiert. Er strahlt viel Ruhe aus. Zur Harmonie fehlen ihm jedoch die Beweglichkeit der Luft und die Dynamik des Feuers.

Erscheinung

Beken-Typen haben einen kräftigen Knochenbau und einen gut entwickelten, teils üppigen Körper. Ihr aufrechter Gang verrät ein tief verwurzeltes Selbstvertrauen. Das Gesicht ist meistens rund, mit vollen Lippen und grossen, sanften Augen. Das feste aber weiche Gewebe verleiht der Erscheinung eine runde, weiche Ausstrahlung.

Persönlichkeit

Beken-Typen besitzen ein bodenständiges, ausgeglichenes Naturell. Ihr Wesen ist freundlich, sozial, geduldig und tolerant. Wo immer sie auftreten, imponieren Beken-Typen durch eine ruhige, souveräne Ausstrahlung. Auf sie ist Verlass, sie sind psychisch sowie physisch sehr belastbar.

Beken-Typen haben eine praktische Begabung. Nicht nur was sie sagen hat Hand und Fuss, sondern auch was sie tun. Mental neigen sie eher zu Schwerfälligkeit und gehen Auseinandersetzungen gerne aus dem Weg. Einen einmal eingeschlagenen Weg geben sie nicht so schnell auf – komme was wolle.

Unbeweglichkeit und mangelnde Flexibilität sind die Kehrseite der Stabilität und Loyalität dieses Charakters.

Beruf

Der Beken-Typ sollte möglichst monotone Jobs vermeiden, besser sind abwechslungsreiche Arbeitsplätze, die eher über- als unterfordern.

Gesundheit

Beken-Typen neigen zu Übergewicht und Trägheit. Sie haben eine eher langsame bis gute Verdauung. Problemzonen sind der Magen, die Niere sowie die Gelenke (Rheuma).

Um ins Gleichgewicht zu kommen, sollten Beken-Typen Abwechslung in ihr Leben bringen, sich von alten Gewohnheiten lösen und sich inspirieren lassen. Regelmässige sportliche Betätigung tut Körper, Geist und Seele gut. Ausserdem sollten Beken-Typen trockene Wärme bevorzugen und kaltes, kühles Wasser meiden.

Zur Ernährung sollten eher wärmende und leicht verdauliche Speisen zu sich genommen werden. Gut verträglich sind leicht bis scharf gewürzte Speisen. Grundsätzlich sollten Beken-Typen nicht zu viel essen und auf süsse, salzige und ölige Speisen sowie Rohkost verzichten.

Partnerschaft

Der ideale Partner sollte viel Energie und Temperament haben, um etwas mehr Leichtigkeit in das Leben des Bäken-Typs zu bringen. Geeignet dafür sind Lung-, Lung/Beken- und Tripa/Beken-Typen.

Darauf müssen Sie achten: Offen sein für äussere Impulse, Leichtigkeit

Andere Beschreibung: Die Friedliche / Der Friedliche