



Anastacia White

Klasické receptury TČM srozumitelně a prakticky

Vzdělávací cyklus



Horská meditace – hora Kunlun

V mnoha taoistických alchymických praktikách si adept vizualizuje své vnitřní já jako půvabnou krajinu obydlenou božstvy, což je důsledek vlivu buddhistické kosmologie.

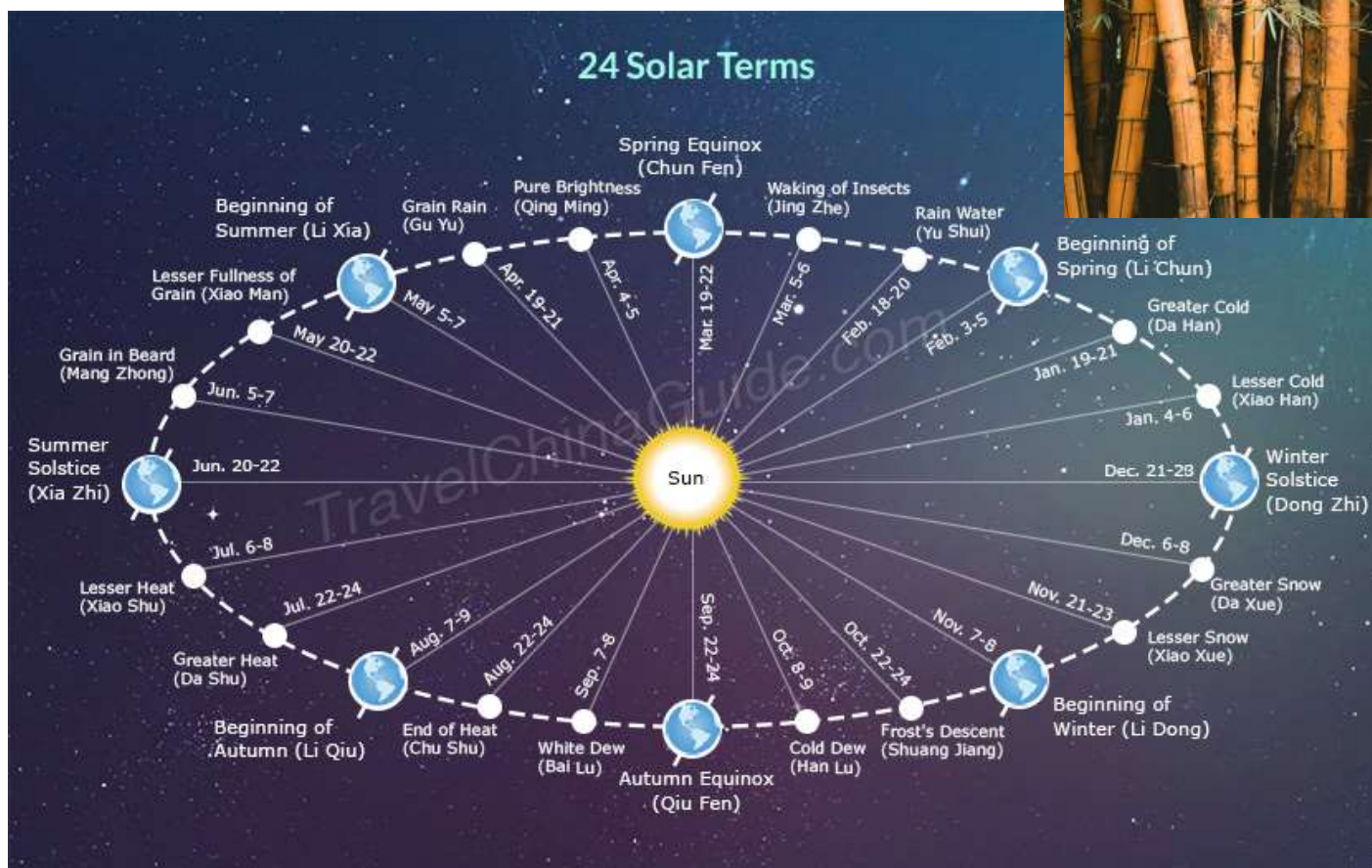
Tato vizualizace je řízeným ponorem do psychospirituální sféry pěti duší.

Z knihy *The Five Spirits (Pět duší)*
autorky Lori Dechar

jieqi 節氣 (angl. Qi Nodes / solar terms/periods) údobí podle lunárně-solárního kalendáře

Jieqi jsou výtvozem staré čínské civilizace a její specifické směsice astronomie, meteorologie, kosmologie, zemědělství a umění pěstování života a zdraví.

Tyto body, rozseté po celé ekliptice v 15° odstupech, umožňují v lunisolárním kalendáři synchronizaci s ročními obdobími.



POVAHA JIEQI

Velký jang nechce ustoupit jin.

- v kontextu lidského chování je to situace, kdy vidíte, že jste ztratili sílu, ale nedáte si pokoj!
- dočasná posedlost nějakým duchem.
- přirozenou odezvou na „velké vedro/vedřiny (*dashu*) [od 22.-23.7.]“ je, že pronikající jin dává vzniknout vlhké horkosti. Právě tehdy chronické stavy buď postupují hlouběji, nebo jsou vytlačovány k povrchu.
- obě tyto lidské odezvy odpovídají termínu *gu*.

Potraviny k udržení lehkosti tekutin – vyživení jin

meloun	„letní dýně“ (cukety, patizony ap.)
sladké brambory	mořské řasy
broskve	jahody



Bylinné formule:

LIAN-PO YIN – Ease the Muscles - Lehkost svalů

YIGUANJIAN – Všepronikající odvar



Author & design

Czech Translation

© 2021 Anastacia White

Zi Wei Astrology Readings

www.eemedicinewisdom.com - white.anastacia@gmail.com

© 2021 TCM Consulting and Publishing z.s.

poznání čínské medicíny tradičními i moderními cestami

www.tcmcap.cz info@tcmcap.cz