

### ZEMĚ UPROSTŘED

“V posledním údobí každého ročního období je slezina dostatečně silná, aby odolala škodlivinám.” (*Jingui yaolüe* – Obsah zlaté skříňky – Zhang Zhongjing, cca 220 n.l.)

“Slezina patří k zemi, a ta přináleží středu, její vliv se projevuje vždy 18 dní před koncem každého ze čtyř ročního období a sama o sobě nepřináleží k žádnému [ročnímu] období.” (*Leijing* – Kánon kategorizací - Zhang Jiebin, 1624)

V cyklu ročních období hybatel země ve skutečnosti odpovídá pozdnímu stadiu každého ročního období. I když se v cyklu ročních období země často spojuje s “pozdním létem”, přináleží také k “pozdní zimě”, “pozdnímu jaru” a “pozdnímu podzimu”.

Z klinického hlediska je postavení země uprostřed dáno tím, že země je zdrojem výživy a žaludek a slezina jsou zdrojem postnatální čchi. Vyživování země a doplňování žaludku a sleziny doplní všechny ostatní orgány. Souvislost sleziny s konečnou fází každého ročního období je významná také klinicky, protože jsou na konci každého ročního období (zejména na podzim a v zimě) dochází k úbytku čchi a krve, doporučuje se na konci každého ročního období doplňovat žaludek a slezinu.

Doplnění žaludku a sleziny: ST 36 *zusanli* a SP 6 *sanyinjiao*, často s moxou na jehle. Při jejich výrazné prázdnotě přidat kuželíky přímé moxy na BL 20 *pishu* a BL 21 *weishu*. (Giovanni Maciocia)



### Jieji – čchiový uzlík „chladné rosy“ – jin sbírá jang

*Jak podzim vrcholí a sestupuje do zimy, naše aktivita utichá. Naše tělní tekutiny se i nadále třebí v přípravě na zimu. Lehká jinová vláha organismu dříve chránící proti letním vedřinám se nyní zahušťuje.*

**Léčba:** uchovávat čchi (ochraňovat srdce) a posilovat čchi ledvin

**Jídlo:** polévka z vepřové plece s *dazao*

**Spánek:** Sledujte své sny – jak jste **pociťovali**, jestli horko nebo zimu, jaké emoce jste ve snu prožili.

**Dech:** *neigong*, v 19 hodin, cvičit uvnitř, kde je teplo, ale nepotit se.

**Protože potřebujeme více jin než jangu,  
k posílení čchi ledvin používáme substance doplňující spíše jin než jang.**

### Bylinné formule

Bylinný strážce jin (Herbal Sentinel Yin, T04) nebo Bylinný strážce jang (Herbal Sentinel Yang, T03)

Mladý bylinný strážce (Children's Herbal Sentinel, T05)

<b>Bolest hlavy související s trávením – lokalizace: čelo</b>	<b>Bylinná formule:</b>
<b>Prázdnota žaludku – tupá bolest</b>	Čistý jang (Clear Yang, T40) a Prospívající země (Prosperous Earth, T71- <i>liujunzi tang jia huangqi shanyao</i> ) nebo Nefritový pramen (Jade Spring, T08)
<b>Vlhkost – pocit tíhy, nesoustředěnost</b>	Čistý jang (Clear Yang, T40) – užívat po jídle a Čiré moře (Limpid Sea, T42)

## Akupunkturní body:

LR 8 *ququan*, ST 36 *zusanli*, SP 6 *sanyinjiao*, KI 3 *taixi*, CV 4 *guanyuan* – doplňovat.

GB 20 *fengchi*, GB 6 *xuanli, taiyang* (extrabod), TE 5 *waiguan*, PC 6 *neiguan*, GB 43 *xiaxi*, LR 3 *taichong* - vyrovnanou metodou (*banbu banxie*).

## DALŠÍ PŘIPRAVOVANÉ WEBINÁŘE S ANASTACIÍ WHITE

(vždy v angličtině s překladem do češtiny)

### **A) samostatné čtvrtetní mini-webináře od 19:00 (trvání cca 1,5 h), tentokrát téma:**

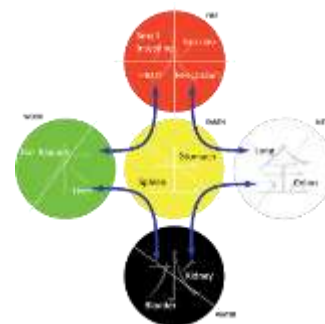
#### **PĚT HYBATELŮ: ONTOLOGICKÁ PERSPEKTIVA**

Tato série mini-webinářů, i s ohledem na chystaný velký webinář, představí pět hybatelů z pohledu medicínské kosmogonie 9. století. Jde o model, který nabízí uspořádání s hybatelem zemí uprostřed. Pochopení tohoto přístupu umožňuje v praxi čínské medicíny docenit komplexitu mozaiky čínských medicínských věd.

Navíc ještě probereme bolesti hlavy vycházející z nerovnováh země, kovu a vody a jejich řešení pomocí bylin.

- **11. listopadu 2021:** kov západu
- **16. prosince 2021:** voda

více viz <https://www.tcmcap.cz/inpage/webinare-tcm/>



### **B) velký 4denní webinář**

#### **„VYROVNÁVÁNÍ HORMONŮ – PĚT FÁZÍ ŽIVOTA ŽENY“**

Hormonální nerovnováhy žen od menarche po menopauzu. Porození životu ženy v pojetí pěti fází života a jejich korespondence pěti hybatelům a pěti duším.

Představeny budou fyziologické procesy endokrinního systému i to, jak dochází k narušování rovnovážného hormonálního stavu, jenž pak způsobuje nesoulad mezi *jing*, *shen* a *zangfu*.

Podle čínské medicíny probereme etiologii vynechávající menstruace (amenorea), velmi silné menstruace (menoragie), předmenstruačního syndromu (PMS), bolestivé menstruace (dysmenorea), syndromu polycystických ovárií (PCOD) a menopauzy.

Pro nápravu *qi* a *shen* využijeme bylinné přípravky čínské medicíny, zejména od Giovanni Maciocchiho, a doplňkově éterické oleje.

- víkend 8.-9. ledna 2022
- víkend 12.-13. února 2022

více viz <https://www.tcm.cz/p/295/pet-fazi-zivota-zeny-vyrovnan-hormonu>



Author & design

© 2021 Anastacia White, čínské léčebné nauky

Polestar Natal Astrology

[www.eemedicinewisdom.com](http://www.eemedicinewisdom.com) - white.anastacia@gmail.com

FB „Women in Chinese Medicine – The Wisdom of Yin“

<https://www.facebook.com/groups/1463691483718460/requests/>

**TCM**  
Consulting  
& Publishing

Czech Translation

© 2021 TCM Consulting and Publishing z.s.

poznání čínské medicíny tradičními i moderními cestami

[www.tcmcap.cz](http://www.tcmcap.cz) info@tcmcap.cz