

# VYŽIVENÍ DUŠE

## T78 – Nourish the Soul

**suanzaoren** *Semen Ziziphi spinosae*

**baishao** *Radix Paeoniae alba*

**wuweizi** *Fructus Schizandrae*

**fushen** *Sclerotium Poriae paradicis*

**zhimu** *Radix Anemarrhaneae*

**chuanxiong** *Rhizoma Chuanxiong*

**shengdihuang** *Radix Rehmanniae*

**maimendong** *Radix Ophiopogonis*

**yuanzhi** *Radix Polygalae*

**baiziren** *Semen Biotae*

**gouteng** *Ramulus Uncariae cum uncis*

**yejiaoteng** *Caulis Polygoni multiflori*

**gancao** *Radix Glycyrrhizae*

**Model:** prázdnota jin jater, ledvin a srdce, prázdňá horkost v srdci, neustálená mysl (*shen*) a éterická duše (*hun*)

**Účinky:** vyživí jin jater, ledvin a srdce, pročistí prázdňou horkost v srdci, tiší mysl, usadí éterickou duši

**Indikace:** nespavost, úzkost, duševní neklid, rozrušenost, pocity neposednosti, velmi mírné hyperaktivní chování způsobené prázdnotou, noční pocení, závratě, zvuky v uších, v noci sucho v ústech, vstávání během noci s chutí popíjet-usrkávat malé množství vody, bušení srdce

**Jazyk:** červený bez povlaku nebo s povlakem bez kořene, suchý, s možností srdeční rýhy

**Puls:** plovoucí a prázdňý nebo tenký a rychlý

**Klasický předchůdce:** *suanzaorentang* („Odvar se *suanzaorenem*“)

### Rozbor:

Přípravek je variantou *suanzaorentangu* s větším důrazem na vyživování jin a pročištění prázdňé horkosti. Vyživuje jin jater, ledvin a srdce. Je-li prázdnota jin jater, *hun* není ukotvován v játrech, a proto se „hýbe“ příliš: toto způsobuje úzkost a nespavost, a v některých případech mírně manické chování.

*Gouteng* a *yejiaoteng* jsou zahrnuty na tlumení jater, aby byl *hun* „vstřebán“ zpět do jater.

### Duševní a emoční model

Klíčová slova: *vracející se duše*

Je-li prázdnota jin jater, *hun* není ukotvován v játrech, a proto se „hýbe“ příliš: toto způsobuje úzkost a nespavost, a v některých případech mírně manické chování. Když je *hun* neklidný v noci, způsobuje zejména nadměrné snění, jako noční můry nebo úzkostné sny.

Prázdnota jin srce stav zhoršuje a přispívá k „toulavosti“ *hun* v noci. Osoba s prázdnotou jin jater, srdce a ledvin bude mít neustálý pocit úzkosti a duševního neklidu. A když se z prázdnoty jin vyvíjí prázdňá horkost, zhoršuje pocity úzkosti a nespavost.

### Upozornění a kontraindikace

Substance vyživující jin jsou hutné povahy a mají sklon oslabovat slezinu a navyšovat vlhkost. Při prázdnotě sleziny s nějakou vlhkostí a společně s prázdnotou jin (což je docela obvyklé), nepoužívejte přípravek neustále: užívejte ho 3-4 měsíce a poté jeho užívání přerušte na 1 měsíc. Případně pokud se současně dělá i akupunktura, je možné prázdnotu jin řešit tímto přípravkem a s akupunkturou se soustředit na doplňování sleziny a přeměnu vlhkosti.

### Čas podávání:

Přípravek je vhodnější užívat odpoledne/navečer.

**V kostce:** vyživit jin jater, srdce a ledvin, aby se ustálila *hun* a utišil *shen*

**Rozdíly oproti klasickému předchůdci:**

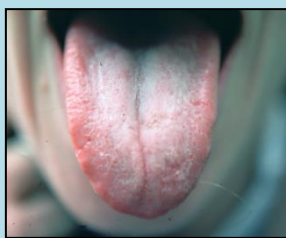
- silnější účinek na vyživování jin
- silnější účinek na tišení ducha
- silnější účinek na podporu spánku



**částečně bez povlaku**



**červený bez povlaku,  
srdeční rýha**



**červené strany, tenký  
povlak bez kořene**



**červený bez povlaku  
(s výjimkou kořene)**



**červený, tenký, krátký  
bez povlaku**