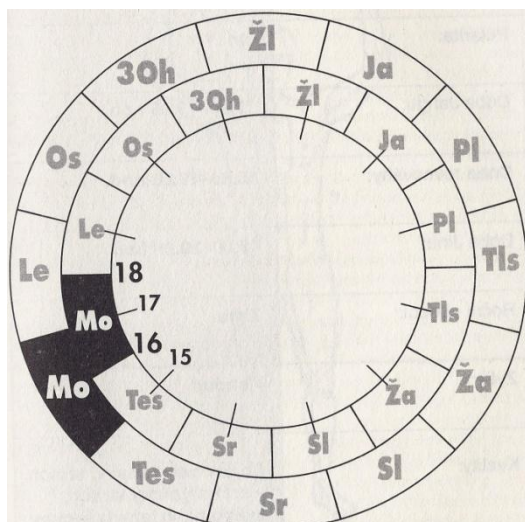


## Meridián ledvin v orgánových hodinách

Energie ledvin hraje nejdůležitější roli, protože v ledvinách se skrývá naše největší síla: mírnost. V taoismu se říká: "Mírnost je největší síla, násilí je největší slabost." Mírnost lze v dnešní společnosti uskutečňovat jen s velkými obtížemi. To je dobře vidět na tom, že se snažíme skrývat svou slabost a budit dojem síly.



U nás se mírnost lehce zaměňuje se slabostí a zženštilostí. A přesto je tou největší silou. Kdo nás chce porazit, ten se musí stát ještě mírnějším. Protože mírného člověka může překonat jen ten, kdo je ještě mírnější. Násilí plodí jen další násilí.

Ledviny jsou jinové orgány. Schopnost být mírným v sobě má každý, jen jsme ji bohužel ztratili. Mírnost jako jinová tedy pasivní energie se musí stále znovu aktivovat. Celá léta ji můžeme budovat a celý život rozvíjet.

S energií ledvin souvisí strach a obavy iracionální povahy, které lze jen těžko definovat. Archetypický strach znamená, že se bojíme něčeho, co nedokážeme vysvětlit.

I v meridiánu plic sídlí strach, ale ten má poněkud jiný charakter: obáváme se něčeho velkého, nějaké síly nebo moci, která je větší než my a o které nic nevíme. Dalo by se to srovnat s duchy nebo zjeveními. V meridiánu ledvin jde o strach značné dimenze, přicházející neznámo odkud. Také souvisí se svědomím a s obavami z mezilidských vztahů. Takže se většinou jedná o neopodstatněné a nedefinovatelné obavy, hlavně se znepokojujeme kvůli někomu jinému.

Nepřímou souvislost najdeme i mezi obavami a "vlhkostí": když je někdo zpocený ("vlhký") a zafouká vítr, tak se nachladí. Když se o někoho bojím, odebírám mu tak energii a když je někdo energeticky oslabený, může se vždycky něco stát - málokdy něco dobrého nebo žádoucího. Nejasný, archetypický strach z nějaké vyšší instance je žádoucí, protože mě vyzývá, abych přestal něco dělat. A toto "svědomí" mě může zabrzdit, ještě než začnu jednat. Energie meridiánu ledvin ovlivňuje jakékoli vztahy, ať už k pošťákovi, sousedovi, partnerovi nebo k Bohu.

**Jsou s ním spojeny tyto orgány a funkce:** ledviny, nadledvinky, kosti a klouby, nohy, vnější pohlavní orgány, sekundární pohlavní znaky (poloha hlasu u mužů a u žen, nadra a prsní žlázy, mužské a ženské tělesné ochlupení/růst vousů, jakož i mužská a ženská stavba těla), moč jako tělesná tekutina, uši a sluch.

Akupresurou meridiánu ledvin můžete pozitivně ovlivnit následující potíže:

bolesti v kříži, zácpu, průjem, slabost v nohou, dušnost, astma, bolesti v krku, horkost chodidel.

Pokud náležitě nefunguje meridián ledvin, má to za následek duševní obtíže :

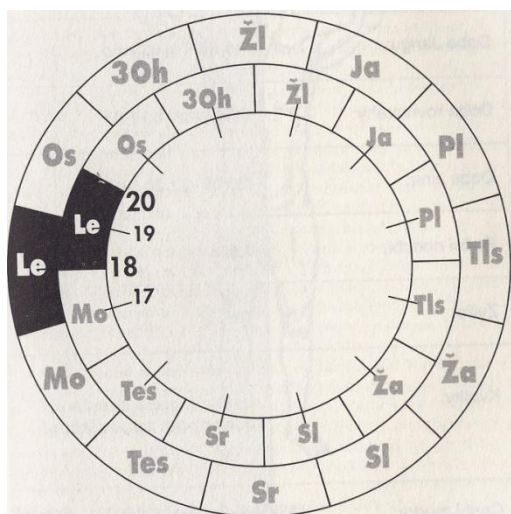
deprese založené na "otrávenosti"( také v psychickém významu slova), sexuální nejistota, svévole, sebeprosazování, odpor, odmítavost, komplexy méněcennosti.

Pracuje-li meridián ledvin dobře:

cítí se člověk sexuálně jistý a je vyrovnaný.

## Meridián močového měchýře v orgánových hodinách

Kvalita vlastní orientace znamená cestu do svého nitra. Když jdu do sebe, mohu si najít vlastní směr a na úrovni vyššího poznání pak mohu realizovat své cíle i navenek.



Není se co divit, že roste počet dospělých a starých osob, postižených inkontinencí. Naše společnost zřejmě rostoucí mírou ztrácí schopnost se orientovat. Vlastní orientace - cesta do svého nitra! Jak by tato cesta mohla vypadat? Docela jednoduše: na konci dne se podívejte zpět na Vaše zážitky a pak se zeptejte sami sebe: "Co dnes stálo za to prožít?" To mohu přijmout. "Co dnes nestálo za to prožít?" To mohu zapomenout.

Tento jednoduchý cvik mi pomůže udělat si v životě jasno a posiluje mou schopnost dívat se na něj objektivněji. Když se o to nesnažíme, může se stát, že se nám v životě častěji opakují věci, které vůbec nechceme. Tak sami brzdíme vlastní rozlet a ještě za to činíme zodpovědné

druhé. V nitru jasno a navenek klid! Někdo se neumí orientovat ve svém životě, ale dobré rady pro druhé jen sype z rukávu. Když vím, kam chci dojít, potřebuji se jen správně nasměrovat a pak jen sledovat svůj cíl. "Vím, kde stojím a kam chci dojít". To znamená, že znám svůj cíl a využívám každé příležitosti, abych se k němu dostal. Jednoznačná orientace se cvičí v Asii, na příklad v praktické filozofii bojového sportu kyu-do, "cestě lukostřelby". Tito lukostřelci mohou zasáhnout cíl se zavázanýma očima, protože mají v duchu tak jasnou orientaci, že nemají zapotřebí kontrolu očima. Cíl mají ve svém nitru. Naše životní cíle se mění, jsou v neustálém pohybu, ale naše orientace se stále přizpůsobuje. Vlastní orientace tedy nemá žádný pevný cíl, opakovaně je třeba jít do sebe a objasňovat si své cíle. A když to delší dobu zanedbáváme, musíme počítat s dezorientací.

Jsou s ním spojeny tyto orgány a funkce: močový měchýř a močové cesty, slzná žláza a slzení, předstojná žláza, (prostata), nervová soustava, reflexy, zadní strana těla.

Akupresurou zaměřenou na uvedený meridián můžeme příznivě ovlivnit následující potíže:

noční pomočování, zadržování moči, oční choroby, bolesti hlavy.

Pokud nefunguje správně meridián močového měchýře, dostávají se psychické poruchy:

jako jsou potlačovaný neklid, netrpělivost, frustrace, pocit, že nic nestíhám, stres a také strach ze smrti a neposednost.

Pracuje-li meridián močového měchýře dobře:

je člověk mírný, vyrovnaný, má vyřešeny všechny niterné spory a konflikty, vyznačuje se vnitřní rovnováhou.

Meridián Ledvin:



Meridián Močového Měchýře:

