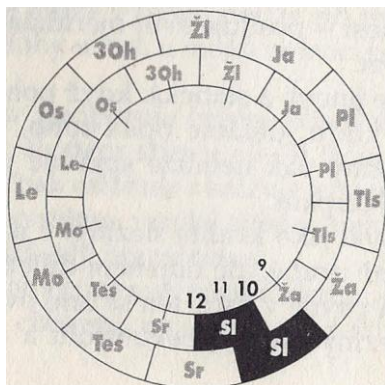


Meridián sleziny v orgánových hodinách

Energie sleziny a slinivky břišní (pankreas) patří k energii Jin a elementu země.

Slinivka se podílí na trávení cukru, který se stal v naší společnosti (záměrně neříkám ve výživě) velkým problémem, protože vyvolává závislost. Před 500 lety činila roční spotřeba cukru na hlavu 500 gramů, dnes činí 100 kilogramů, a to se do tohoto průměru počítají i



novorozenci a staří lidé, kteří žádný cukr nekonzumují. Dospělý člověk má zhruba 6 až 7 litrů krve v těle a ta obsahuje asi 20 gramů cukru. Jak se organismus vyrovnává s velkým množstvím cukru? Brání se proti němu a snaží se zachovat tělo při životě. Tělo je systém, samostatně se snažící udržovat vnitřní rovnováhu a přežít. Vznikne-li stav nouze, např. předávkování cukrem, musí se snažit ho odstranit a dát do chodu obranné mechanismy.

Nadbytek cukru působí hlavně na žlázy a nadledviny, přiřazené elementu oheň a umístěné blízko srdce. Taoisté říkají: tento velký oheň nadledvin "správně provažuje srdce". Velký oheň potřebuje hodně vzduchu. Proto jsou

cukr a mléčné výrobky největším "jedem dýchání".

Nadledviny vylučují stresové hormony adrenalin a noradrenalin. Kromě toho působí i na nervový systém a mají přímý kontakt i s podvěskem mozkovým (hypofýza), který řídí hormonální činnost. V první řadě se jedná o vylučování pohlavních hormonů. Nedostatek energie může vyvolat potíže při menstruaci, onemocnění vaječnicků a dělohy u žen, u mužů nemoci prostaty a močových cest. Kromě toho cukr podporuje bujení plísní ve střevech. Jak už víme, nachází se v tlustém střevu 60-70 % imunitního systému. Rozbuzení plísní ho pak oslabuje a snižuje jeho účinnost. Tak v oslabeném imunitním systému vzniká místo "největšího poškození", negativně ovlivňující celý organismus. To může znamenat vypuknutí nějaké alergie, zpočátku vyvolané energeticky (vzory chování, emoce) s pozdějším fyzickým dopadem. Kvality meridiánu sleziny jsou: soužení-starosti, otevřenost - smutek, kontrola (sebekontrola). Soužení a starosti mohou mít různé podoby: někdo se stará jen sám o sebe, někdo pečuje o druhé, jiný se trápí kvůli nějakým okolnostem, které nejsou takové, jaké by je chtěl mít. Často svádějí k přehnané kontrole, která druhé omezuje!

K tématu starostí se vztahuje i citát z Fausta od J. W. Goethe: (část 1., str. 644-651)

"Starost hnízdí v hloubce srdce, kde působí tajemné bolesti, neklidně se houpá a ničí radost a klid; stále se skrývá za novými maskami, může se jevit v podobě domu a statku, ženy a dítěte, jako oheň, voda, dýka a jed; třeseš se před vším, co tě nepotřeří a co neztratíš, musíš stále oplakávat. "

Příliš mnoho starostí oslabuje meridián sleziny. K otevřenosti: když přijímám věci, které se mi jeví jako "kladné", ale odmítám ty, které považuji za "záporné", měním stále svou otevřenost. A když něco pořád měním, musím to stále přizpůsobovat. Ale to pak není žádná skutečná otevřenost, protože ta si nevybírá. Rozvíjet "strukturu otevřenosti" znamená: moje otevřenost se nezvětší, když zažiji něco "kladného" a moje otevřenost se nezmenší, když zažiji něco "záporného". To dodává odvalu. V kruhu pěti elementů země zásobuje kov: člověk, který stále rozšiřuje svou otevřenost - posiluje svůj meridián sleziny - se stane téměř nezranitelným.

Energie sleziny je jinová a statická: když pohybuje něčím, co má vlastně být v klidu, děláme opak toho, co je "přirozené". Funkční okruh sleziny pak nemůže správně pracovat: rychle se cítíme unavení a vyčerpaní. Potřeba kontrolovat jako kvalita sleziny: v naší společnosti rádi kontrolujeme hlavně druhé, ale mnohem důležitější by byla sebekontrola. Kdo ji má pevně v ruce, ten se umí ovládat. U meridiánu sleziny jde o sebekontrolu a otevřenost pro vše nové.

Každý den přináší nové zkušenosti. Takže se kontroluji a jsem ochoten přijímat, abych mohl vyslechnout i to, co se mi nelíbí. Ještě jednou se vrátím ke starostem, protože nic u nás není tak rozšířené a zároveň tak škodlivé

(J. W. Goethe, Faust, 2. část, 11453-11486):

<p><i>Koho já si poddám, není na světě mu potěšení, v tmách je věčně, nevychází slunce proň a nezachází, vnější smysly nedotčeny, a přec do chmur zahaleny, a tak z nádher všeho žiti nic neumí uchopití. Slast jak strast ho stejně mučí, Čím víc má, tím víc je chudší, Vše, co těší, vše, co jítí, odkládá vždy na pozítří. K zítřkům upírá své chtění, a tak nikdy hotov není ...</i></p>	<p><i>Jíti? Nejit? Má či nemá? Mezi rozběhy je dvěma. V půli cesty upravené, Klopýtne a zpět se žene, hloub a hloub se stále ztrácí, rozměr věcí se mu zvrací, sobě sám a všem se hnusí, z hloubky dýchaje se dusí, nezdušen a bez života, nezoufá si, jen se motá. Bez vůle je, odhodlání. Chce-li, je to zpěčování. Volnost porobou ho trudí, Z polosna se zmlácen vzbudí, a tak nehýbe se z místa, leda do pekel se chystá.</i></p>
---	--

Jsou s ním spojeny tyto orgány a funkce:

slézina, slinivka břišní (pankreas), lymfatický systém včetně lymfy, pohlavní žlázy, vazivová a tuková tkáň.

Akupresurou meridiánu sléziny a slinivky můžete čelit následujícím obtížím:

bolestem žaludku, zvracení, žloutence, nadýmání.

Pokud náležitě nefunguje meridián sléziny a slinivky, dostávají se duševní obtíže :

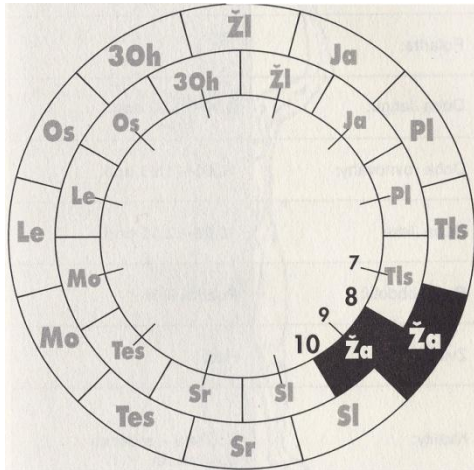
jako reálné obavy z budoucnosti zapříčiněné děsivým zážitkem (diabetes mellitus, cukrovku, může vyvolat například velmi hluboký šok prožitý v raném dětství), dále strach, že by se mohlo stát něco nepříjemného, šok, strnutí, odpor vůči druhým, smíření s nemocí, závist a nepřejcnost.

Pracuje-li meridián sléziny a slinivky dobře:

člověk nemá strach, cítí se bezpečný, a to i ve svých sociálních vztazích. Věří v jistou budoucnost a spoléhá na ni.

Meridián žaludku v orgánových hodinách

Kvalitami tohoto meridiánu je léčení - útočnost, zlost (vztek): země kontroluje vodu, v níž je naše prasíla, sídlo samoléčivé síly. Při potížích s orgány v elementu voda je radno začít vyrovnávat v elementu země. Útočnost jako "aktivní životní síla" má také souvislost s meridiánem žaludku. Projevuje se jako síla bez struktury. Když se někdo chová agresivně,



často máme také sklon reagovat útočně. Lepší je však následující postoj: když na mne někdo zaútočí, dostává se mi něčeho velmi vzácného - stoprocentní pozornosti! Té bychom se měli naučit využívat jako energie a emoce ponechat stranou. To se hlavně daří, když si kontrolujeme dech. Zlost v nás někdy vyvolávají jiní lidé, někdy máme vztek sami na sebe. A někdy nás zlobí právě to, že na sebe máme vztek. Když někdo dává najevo zlost navenek, je potřeba si uvědomit, že takovému člověku je lépe se vyhnout. Příčinou jeho zlosti mohou být starosti či hluboký smutek, nicméně se takto cykly zásobování a kontroly dostaly do nerovnováhy. Dvojice útočnost (jako nestrukturovaná životní síla) a léčení je aktivní ráno mezi 7.00 a 9.00 hod. Z fyziologického hlediska tedy v době snídaně. Co

se už v této době "vrazí do žaludku", to s sebou asi povlečeme celý den. Když se například už ráno při čtení novin rozčílíme kvůli politice, zbytečně jsme hned na začátku dne vyplývali část své energie. Lepší by bylo, kdybychom si zvolili to, co nás posiluje a podporuje, místo abychom se vyčerpávali.

Co by tak ráno mohlo prospět meridiánu žaludku?

„Cvičit, cvičit, meditovat, mlčet, nejíst, trávit včerejší den!“

Jsou s ním spojeny tyto orgány a funkce:

žaludek, jícen, ústa včetně rtů, jazyka a zubů, slinné žlázy a mukoidní žlázy, tvorba slin a žaludečních šťáv, chuť, ztvrdlá kůže včetně nehtů, nehtové lůžko a vlasy, přední strana těla.

Akupresurou meridiánu žaludku můžete buď zmírnit, či zcela odstranit následující potíže:

horečnatá onemocnění, bolesti žaludku, zvracení, nadýmání, otoky, bolesti v krku, krvácení z nosu, nejrůznější závislosti, křeče, pocity napětí.

Pokud náležitě nefunguje správně meridián žaludku, dostavují se duševní obtíže:

jako hloupost (něco zůstává nezpracováno - v žaludku stejně jako v hlavě), chtivost (chorobná panovačnost), hnus, zklamání, zahořklost, prázdnota, strádání, hlad, nevolnost, pocit nedostatku a z toho plynoucí požívačnost.

Pracuje-li meridián žaludku dobře:

je člověk spokojený a uvolněný, vychází sám se sebou a nerozčiluje se.

Slinivka a Slezina



Žaludek

