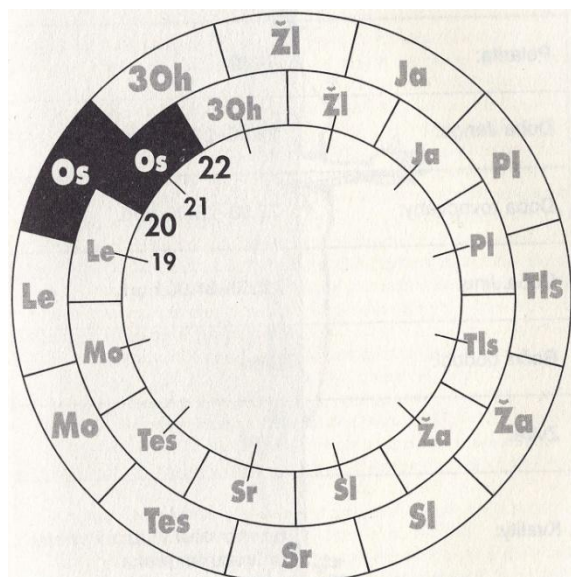


Meridián perikardu v orgánových

Ke kvalitě láska k sobě, schopnost odpouštět si: jen kdo má rád sám sebe, může milovat druhé! Když udělá nějakou chybu, měl by ji uznat, ale také by si měl odpustit. Právý opak tohoto postoje se projevuje jako výčitky: "Jsem strašný, to neumím, nikdy to nedokážu". Tak se dramaticky oslabuje energie celého systému. Když děláš chyby, tak se snaž, aby to bylo poprvé a naposledy. V energii osrdečníku člověk potkává sám sebe. Když je u sebe, není nikdy osamělý, nýbrž sám v souladu s veškerenstvem. Kdo si vystačí sám se sebou, ten je v dobré společnosti, ve své společnosti. Opakem jednoty se sebou a veškerenstvem je osamělost. Osrdečník není v rovnováze a osamělý člověk potřebuje něco, co by mu pomohlo se rozptýlit. Všimněte si prosím:



kolik lidí a věcí (zábavní průmysl, jídlo a V důsledku přejídání obezita atd.) se využívá k vyplnění prázdnoty, kterou postižený sám není ochoten naplnit něčím plodným. Upřímnost k sobě samému je podmínkou toho, aby se v budoucnosti něco mohlo změnit. Když sami sobě neumíme odpouštět, nemůžeme odpouštět ani druhým. Pak působíme jako rušivý element svého prostředí a jednoho dne sami sobě stojíme v cestě. Uč se z chyb ostatních, protože nežijete dost dlouho, abys je všechny mohl sám udělat. Nikdo jiný nemůže vyrovnat nedostatek sebelásky. Milovat sám sebe znamená být láskyhodným i pro druhé. Sebeláska v praxi umožňuje opravdu cítit s druhými, vcítovat se do nich, do stavů a situací. Schopnost odpouštět mi dovoluje považovat staré chyby za předpoklad dalšího vývoje. Vlastně neexistují

žádné chyby, jen ještě něco chybí. Kdo si jednoho dne uvědomí, že dělá všechno možné hlavně pro druhé, jen aby neměl ani vteřinu pro sebe, ten by si měl položit následující otázku: mám se vůbec rád?

Jsou s ním spojeny tyto orgány a funkce:

sexualita, krev, cévy, krevní oběh včetně krevního tlaku, tepová kapacita srdce, všechny zásobovací a vylučovací funkce. Tento meridián řídí veškeré "tekutinové hospodářství" organismu.

Akupresurou meridiánu osrdečníku můžete minimalizovat následující potíže:

tíseň, bušení srdce, anginu pectoris, rozrušení.

Pokud náležitě nefunguje meridián osrdečníku, objevují se duševní poruchy:

jako lítostivost a kajícnost, sexuální napětí, žárlivost, umíněnost, nespokojenost, roztěkanost, nedostatečná flexibilita, závist a nepřejícnost.

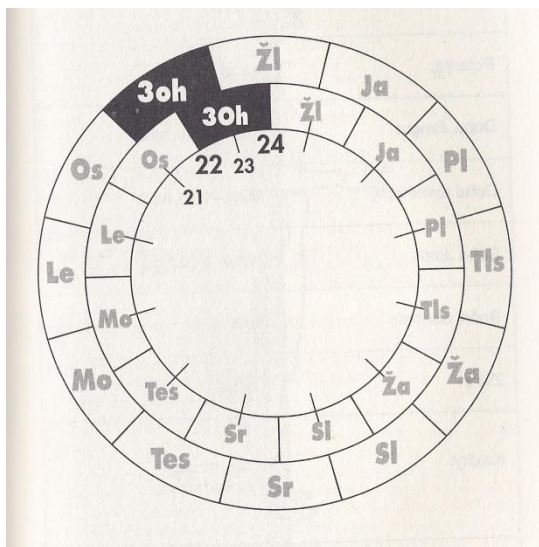
Pracuje-li meridián osrdečníku dobře:

zbavuje se člověk tíživé minulosti, cítí se uvolněný - také tělesně - a je velkorysý.

Meridián tři ohně v orgánových hodinách

Trojité ohříváče, přiřazené elementu oheň, je jediný jangový meridián, který nemá vztah k žádnému orgánu. Řídí cirkulaci tepla jako horní, střední a dolní ohříváče. Ke kvalitám vnitřní a vnější vyrovnanosti, univerzální láska: posilují-li v meridiánu osrdečníku (Iin) lásku k sobě samému, nikdy s mi neztratí, protože posilují i univerzální lásku Gang). Ta se může stále zvětšovat a růst.

Moje láska nikdy nebude malicherná a puntičkářská, protože vidí i veškerenstvo. Tak zůstává zachována rovnováha uvnitř i venku. Když některá strana převáží, balance je narušená. Nicméně



dovedeme-li si odpustit - kvalita meridiánu perikardu - snadněji ji zase můžeme obnovit. To neznamená, že se tak vyhneme porušování rovnováhy a pak žijeme jen v klidu a bez výkyvů. Spíš všemu, co nás v životě potkává, čelíme zdrženlivě a s klidem. Tak neplýtváme svou energií a nevydáváme ji v případech, kdy by to stejně bylo zbytečné a proti naší vůli.

Tak je to v životě - rosteme a tento růst nemůžeme zastavit stejně jako je růst zcela přirozený pro rostliny. Stále budeme narážet na stejné životní situace, stále znovu a znovu, až pochopíme to „poselství“ a něco změníme. Vyrovnanost uvnitř i navenek znamená: napřed být upřímný sám k sobě a až pak využívat těchto zkušeností v mezilidských vztazích.

Kdo je silně orientovaný navenek, ten má často jisté deficity ve svém nitru. Aby člověk zůstal vyrovnaný, měla by být vyvážená jeho vnitřní a vnější aktivita.

Přebytek horlivé činnosti vyvolává ochuzování nitra. Z hlediska cyklů: když začne převažovat element oheň, ztrácí nad ním element voda kontrolu. A mírnost, ta největší síla, se dostává do stále horší pozice. Důsledkem je dezorientace (meridián močového měchýře), nevole a zmatek.

Tento meridián má tři části, které se nacházejí v horní, střední a dolní části

trupu. Pro trojitý ohřívač se někdy používá také termín "meridián štítné žlázy", protože je mimo jiné spojen právě s touto žlázou.

Odpovídá za tři životně důležité oblasti

- za oblast dýchání (horní zóna trupu),
- výživy (střední zóna trupu)
- vylučování (dolní zóna trupu).

Jsou s ním spojeny tyto orgány a funkce:

štítná žláza, příštítná tělíska, prodloužená mícha, šíje a týl, slezina, játra a solar plexus, centrální nervová soustava, dýchací, trávicí a urogenitální orgány, sluch. Všechny orgány, jejichž funkce je podporována trojitým ohřívačem, mají regulační a koordinační vlastnosti.

Akupresurou můžeme v tomto případě mírnit nebo odstraňovat rovněž následující potíže:

bolesti v krku, závratě, hučení v uších, nedoslýchavost, **psychické** nadýmání, noční pomočování, bolesti při močení.

Pokud správně nepracuje trojitý ohřívač, objevují se potíže,

jako jsou deprese, stavy zoufalství, smutku, beznaděje, znejistění, poraženectví, osamělosti, pocity vyvrženosti ("Už nejsem, co jsem býval.") a tíživé viny. Další problémy se mohou vyskytnout v podobě příliš pomalého mluvení, naivity a poruch spánku.

Trojité ohříváč (Tři zářiče)



Perikard - Osrdečník

