



6

יחסי היין-יאנג

לואנג די אמר: "אני יודע שהשמיים והשמש נחשבים ליאנג, והאדמה והירח ליין. בעקבות תנועתם הטבעית של השמיים, הארץ, השמש, והירח אנו חווים שינויים בין חודשים ארוכים לקצרים ועוברים שלוש מאות שישים וחמישה ימים, היוצרים שנה אחת בלוח השנה הסיני. זרימת האנרגיה בגוף האנושי מגיבה לכל זאת. האם תוכל להרחיב בנושא?"

צ'י בו ענה: "גבולותיהם של השמיים והארץ והיין-יאנג הם אדירים וכל דבר ביקום יכול להישקל במאזני היין-יאנג."

"יין-יאנג אינם מוחלטים, אך בסיסם אינו משתנה. החוק השולט אינו גמיש, למרות שכל הסובב אותו משתנה בהתאם לנקודת המבט. לדוגמה: לפני לידת כל הדברים והיצורים על פני האדמה, יכולת החיים הגלומה נחה במשכן היין. זאת נקרא יין בתוך יין. מרגע הלידה וההופעה על פני השטח, תופעה זו נקראה יאנג בתוך יין. רק לאחר הלידה (שמיים מאוחרים) צ'י היאנג מאפשר לכול לגדול."

"היין מאפשר צורה. היאנג מאפשר צמיחה. חום האביב מאפשר לידה, אש

הקיץ מאפשרת את הצמיחה וההתפתחות המהירות, קרירות הסתיו מבשילה את כל הדברים ומביאה את האסיף, וקור החורף גורם להפסקת הפעילות ולאגירה. זהו השינוי המחזורי של הטבע. אם ארבע העונות מופרעות, האקלים הופך בלתי צפוי ואנרגיות היקום מאבדות את נתיבן. עקרון זה מתקיים גם בגוף.

הואנג די אמר אז: "ברצוני, לשמוע פירוט על הבדלת ופירוד שלשת

היאנג."

צ'י בו ענה: "החכם פניו אל הדרום. לפניו Guang Ming-מרחב פתוח, מאחוריו Tai Chong-נפילה אדירה. בתחתית הנפילה האדירה זורם ערוץ בשם Shao Yin-היין הקטן. מעליו נמצא מרידיאן ה-Tai Yang-היאנג הגדול/שלפוחית השתן. חלקו התחתון של מרידיאן היאנג הגדול - מרידיאן שלפוחית השתן מתחיל בצד בוהן הרגל הקטנה, בנקודה (BI-67) Zhi Yin. חלקו העליון מתחבר לנקודה (BI-1) Jing Ming בפנים, ליד העין." "מרידיאן היאנג הגדול-מרידיאן שלפוחית השתן הוא בן זוגו של מרידיאן ה-Shao Yin (היין הקטן)-מרידיאן הכליות. מרידיאן שלפוחית השתן הוא צידי, חשוף לשמש ונחשב חיצוני. מרידיאן היין הקטן הוא אמצעי, נמצא בצל ונחשב פנימי. נקרא לו יאנג בתוך יין."

"נתבונן עתה בחלק הגוף העליון. החלק העליון הוא יאנג ונקרא Guang

Ming. החלק התחתון הוא יין ונקרא Tai Yin-היין הגדול. פנימית לאזור היין

הגדול נמצא ה-Yang Ming-היאנג הבינוני. הנקודה המרוחקת ביותר על מרידיאן היאנג הבינוני-מרידיאן הקיבה, נמצאת בקצה הבוהן השנייה בנקודה (St-45) Li Dui. מכיוון שהיאנג הבינוני הוא החיצוני החשוף לשמש, ביחס ליין הגדול, הוא נקרא, גם כן, יאנג בתוך יין."

"תוך הגוף הוא יין. קמעה חיצונית לכך מתקיים ה-Shao Yang-היאנג

הקטן, שנחשף בהדרגתיות לשמש. לזאת נקרא היאנג הקטן, שהוא הציר בין הפנימי לחיצוני. מרידיאן היאנג הקטן-מרידיאן כיס המרה, מתחיל בנקודה

(Gb-44) Zhu Qiao Yin. שיא היין וסופו הוא ה-Jue Yin-היין הקיצוני, הבורא את תחילת היאנג. נקרא לזאת יאנג קטן בתוך יין. כעת נבדיל ונסכם את שלושת היאנג.

“היאנג הגדול נמצא על פני השטח, וטבעו פתוח ומתרחב; זהו החיצון. היאנג הבינוני הוא פנימי ופעולתו היא אחסון; עקב כך, זהו הבית. היאנג הקטן, שנמצא ביו הפנים אל החוץ, מתפקד כגשר ונחשב כציר בין החיצוני לפנימי. שלשת היאנג אינם פועלים בנפרד, אלא כמו אֶחָדוֹת. כך שכאסופה אפשר לקרוא להם יאנג אחד.”

הואנג די שאל: “מה בנוגע לאיחוד ולהבדלת שלושת היין?”

צ'י בו השיב: “החוץ הוא יאנג והפנים הוא יין; זאת הוסבר. הנמצא בפנים מכיל שלשה יין. ה-Tai Yin-היין הגדול-הטחול הוא אמצעי ונמצא בצל. המרידיאן מתחיל בצד הבוהן הגדולה בנקודה (Sp-1) Yin Bai. זאת נקרא יין בתוך יין. מאחורי היין הגדול ישנו מרידיאן ה-Shao Yin-היין הקטן-מרידיאן הכליות, המתחיל בתחתית כף הרגל בנקודה (Kid-1) Yong Chuan. הוא נחשב יין קטן בתוך היין.”

“אמצעי ליין הקטן ישנו ה-Jue Yin-היין הקיצוני. מרידיאן היין הקיצוני-מרידיאן הכבד, מתחיל בצד השני של הבוהן הגדולה בנקודה (Liv-1) Da Dun. מוקף ושני לשני מרידיאני היין, היין הקיצוני הוא היין המוחלט מבין מרידיאני היין. עקב כך הוא נקרא היין הקיצוני של היין-היין המוחלט.”

“לסיכום, ניתן לומר שהיין הגדול הוא השטחי מבין מרידיאני היין, וטבעו להתרחב. היין הקיצוני הוא העמוק ביותר מבין היין. טבעו הוא אגירה ולכן נחשב לבית. היין הקטן הוא בתווך, ופועל כמקשר ונחשב לציר או לדלת. שלושת היין חייבים גם הם לעבוד כאֶחָדוֹת. גם הם נחשבים כאסופה ליין אחד.”

“כשישנו יין אחד ויאנג אחד. צ'י היין וצ'י היאנג נע ללא מפריע דרך כל הגוף. זאת בגלל יחסי היין-יאנג ויחסי הפנים-חוץ.

7 שִׁיחַ עוֹסֵף עַל יִין-יָאֲנַג

דאָואַנג די שאל: "נאמר שלבני האנוש יש ארבע Jing-דפקים או הלמות דופק

רגילים ותריסר Chong-תנועות. מהי הכוונה?"

צ׳י בו ענה: "ארבעת הדפקים מורכבים מהדפקים של ארבע העונות, ותריסר התנועות מקושרות לתריסר המרידיאנים, שבתורם מקושרים לתריסר חודשי השנה."

"על פי הטבע, באביב הדופק הוא תיילי, בקיץ מציף, בסתיו צף, ובחורף שוקע. בנוסף, בקיץ המאוחר הדופק הטבעי הוא ממוצע. אלו הם תסמינים רגילים המשקפים את השינויים המקרוקוסמיים ומסווגים כדופקי יאנג. תריסר התנועות משקפות את זרימת הצ׳י במרידיאנים השונים במשך השנה. היין הגדול של היד-ריאות מתחיל בערך בפברואר, חודשו הראשון של לוח השנה הסיני. היאנג הבינוני של היד-המעי הגס מתרחש במרס, היאנג הבינוני של הרגל-הקיבה באפריל, היין הגדול של הרגל-הטחול במאי, היין הקטן של היד-הלב ביוני, היאנג הגדול של היד-המעי הדק ביולי, היאנג הגדול של הרגל-שלפוחית השתן באוגוסט, היין הקטן של הרגל-הכליות בספטמבר, היין המוחלט של היד-מעטפת הלב באוקטובר, היאנג הקטן של היד-תלת המחמם בנובמבר, היאנג הקטן של הרגל-כיס המרה בדצמבר, והיין המוחלט של הרגל-הכבד בינואר."

"חמשת דופקי היאנג הרגילים המשתנים בעונות וחמשת דופקי האיברי המלאים מתאגדים, למעשה, לעשרים וחמשה דפקים. דופקי היאנג מעידים על חוסן צ׳י הקיבה."

"דופק יין שאינו מציג צ׳י קיבה נקרא דופק של Zhen Zang. Zhen Zang - דופק דועך, מעיד על כך שצ׳י הקיבה התרוקן והותש, והצפי הוא מוות. מדוע?"

- מכיוון שדופק יין מעיד על העדר יאנג ומכך על העדר כוח חיים. אם ביכולתך להבחין בנוכחות או היעדרות דופק הקיבה, תוכל לדעת היכן החולי ממוקם ולצפות מוות או חיים, ואף לדעת מתי יתרחש המוות.”

”דופקי שלושת היאנג מורגשים ליד הגרוגרת, בעורק הצווארי הידוע בשם (St-9) Ren Ying. שלושת דופקי היין מורגשים בעורק הרדיאלי ליד פרק כף היד, הנקרא Guan Kou. בבריאות, דופק ה-Ren Ying ודופק ה-Guan Kou מורגשים כזהים ובהרמוניה.”

”ניתן גם לסווג כל דופק בנפרד. כשהדופק מגיע זהו יאנג, וכשהוא נסוג זהו יין. כשהדופק פעיל זהו יאנג, וכשהוא שקט זהו יין. כשהדופק מהיר זהו יאנג. מהיר מוגדר כיותר מחמש פעימות בנשימה אחת של המטפל. כשהדופק איטי זהו יין. איטי מוגדר כפחות מארבע פעימות בנשימה אחת של המטפל. כיווץ חדרי הלב הוא יאנג, הרפיית חדרי הלב היא יין. כשגל הדופק עולה זהו יאנג וכשהוא יורד זהו יין.”

”כשדופקי היאנג חסרים במטופל, דופק היין-הדופק הדועך של הכבד הוא כמו חוט דק על סף קריעה או כמו כבל מתוח בחוזקה העומד להינתק. המטופל ימות בתוך שמונה עשר יום. אם דופק היין הדועך הוא כמו חוט דק ושביר, המטופל, וודאי, ימות בתוך תשע ימים. עם דופק זה מורגש בעמדת הריאות, המטופל לא ישרוד מעבר לתריסר ימים. אם הוא נמצא בעמדת הכליות, המטופל ימות תוך שבעה ימים. אם הוא נמצא בעמדת הטחול, המטופל ימות תוך ארבע ימים. ככלל, הפרעות בקיבה ובמעיים משפיעות על הטחול והלב. אנשים הסובלים מחולי שכזה מתקשים להביע את חוליים. בנשים, יכול שלא להופיע מחזור או להופיע באופן לא סדיר. אם החולי מתמשך, יופיע רזון. מצב זה מכונה Feng Xiao-התייבשות והתשה, הנגרמים מרוח חום. כשהנשימה מהירה ושטחית, עם קושי להסדירה-Xi Fen, המצב נחשב חשוך מרפא.”

”מחלת מרידיאן היין הגדול מגלה תסמינים כמו חום וצמרמורות, כיבים עוריים, שלפוחיות, קרבונקלים, ונפיחות בגפיים התחתונים. מחלה זו יכולה גם להתבטא בחולשת ברכיים, קור ועוויתות עם קושי בתנועה, וצריבה וכאב

באחורי הירכיים והשוקיים.

”ככול שהמחלה מתקדמת והופכת כרונית, היא מתבטאת כיושב בעור, או כנפיחות אשכים או כאב שחלתי.”

”כשהיא מתפשטת על מרידיאן היאנג הקטן היא מתבטאת כנטייה לשיעול, שלשול, ורמת אנרגיה ירודה. אם המצב כרוני, הוא יכול לגרום לכאב בחזה עקב חסר בלב או אצירת מזון ללא תחושת תיאבון.”

”מחלות היאנג הבינוני והיין המוחלט לרוב יתגלמו כבהלה, חרדה, וכאב גב עם גיהוקים, שיהוקים, או פיהוקים, מצב זה יכול להוביל ל-Feng Jue התעלפות עקב רוח.”

”מחלות היין הקטן והיאנג הקטן גורמות לנפיחות בבטן וברום הבטן, אז יופיעו מלאות המלווה לעיתים בבחילה והקאות, וכמו כן גיהוקים ושיהוקים.”

”כשמחלות היין הגדול והיאנג הגדול מתרחשות יחדיו, ניתן יהיה לראות שיתוק בחצי הגוף (המיפלגיה), רפיון (Wei), וחולשה.”

”אך נחזור לדפקים. כשהדופק בא בעוצמה זהו יאנג, וכשהוא רגוע זהו יין. כשהדופק מגיע עם כוח רב, אך הולך בחולשה מוחלטת, הדבר נקרא דופק מציף. כשהדופק מגיע עדין וצף וחלש במקצת, נקרא לו דופק צף.”

”דופק מלא ומתוח כמו מגע מיתר ה-Pi Pa (כלי פריטה סיני) נקרא דופק תיילי. כשהדופק מלא אך עמוק-אינו מורגש כמעט במגע עדין ברמה

השטחית, אך במגע חזק הוא חש מלא - הוא נקרא דופק שוקע.”

”דופק שאינו חלש או חזק מידי שבא והולך באופן מחזורי נקרא דופק חלק או מתון.

”יין-יאנג אינם מאוזנים כשציי היין נמצא בעודף ונחסם בפנים, בעוד ציי

היאנג נע, חסר שליטה, מעלה ומלווה בהזעה שופעת, גפיים קרות, קוצר נשימה, וצפצופי נשימה; מצב זה הינו מסוכן מפני שמערב קריסה של היין והיאנג. שינויי צורת היין תלויים באיזון הטבעי בין יין ליאנג. טיפול בעזרת

חימום קל מתאים למצב; אם שיטת חימום חזקה תופעל בכדי לנגוד את חוסר

האיזון, ציי היאנג ידחק החוצה וציי היין ימשיך איתו לאבדון. אם ציי היין

שופע ועודף, קור ולחות יתנחלו וציי ודם יתקעו ויגרמו למוות.”

”ישנו מצב של יין גוסס, שבו המטופל לא יחיה מעבר לשלושה ימים. דוגמה לכך היא מחלת לב העוברת לריאות; במעגל הבקרה (Ko) של חמשת היסודות, זוהי אש המבקרת מתכת וגורמת לקשיי תפקוד ולבסוף למוות. במקרה של תחיית היאנג החולה יחלים בתוך ארבע ימים. תחיית יאנג מתוארת כמחלת כבד העוברת ללב; העץ יוצר אש, על פי מעגל היצירה (Sheng) של חמשת היסודות, דבר המוביל להחלמה.”

”ישנם שני מצבים נוספים: יין כבד-Zhong Yin, שבו מחלת ריאות עוברת לכליות; ויין בלתי נשלט-Pi Yin, שבו מחלת כליות עוברת לטחול. שניהם מצבים חשוכי מרפא. במצב היין הכבד, המתכת יוצרת מים דרך מעגל היצירה, אך היא חסרת יאנג והתוצאה שלילית-יין כבד. במצב היין הבלתי נשלט, המים מעליבים את האדמה, היפוך מהלכו של מעגל הבקרה. היין מתחזק ואינו בר-שליטה, התוצאה היא יין בלתי נשלט.”

”כשפולש גורם חסימה במרידיאני היאנג, נוצרת בצקת. כשפולש משפיע על מרידיאני היין, מתגלה דם בצואה. כשמרידיאני היין והיאנג נחסמים, אך מרידיאני היין ניזוקים יותר, הבטן התחתונה תתנפח; מצב זה הוא Shi Shui. כשמרידיאני הקיבה והמעי הגס נפגעים באופן חמור יותר, נוצר מצב של Xiao Ke-התשה בעקבות סכרת. כשמרידיאני הכבד וכיס המרה מושפעים, נוצר Hou Bi-חסימת גרון.”

”בזמן לקיחת הדופק, אם חשים שדופקי היין שונים באופן מובהק מדופקי היאנג, הדבר מעיד על הריון. אם גם דופקי היין וגם דופקי והיאנג חסרים והמטופל סובל מדיזנטריה, סיכויי ההחלמה קלושים. אם דופקי היאנג חזקים כפליים מדופקי היין, המטופל יזיע הזעה ספונטאנית. אם דופקי היין חסרים ודופקי היאנג מלאים ועודפים, הדבר מעיד על אש עודפת הגורמת דימומים, בנשים מצב זה יגרום לדימום וסתי ממושך (מטרורגיה).”

”כאשר קובעים את משך הזמן שנוותר למטופל, אם דופקי הטחול והריאות מלאים באופן קיצוני, המטופל לא יחיה מעבר לחצות היום העשרים; אם דופקי הלב והכליות מלאים באופן קיצוני, המטופל לא יעבור את הערב השלושה עשר, חי; אם דופקי מעטפת הלב והכבד מלאים באופן קיצוני, המטופל לא

יחיה מעבר לעשרה ימים; אם דופקי שלפוחית השתן והמעי הדק מלאים באופן קיצוני, המטופל ימות תוך שלושה ימים; עם דופקי הקיבה והמעי הגס מלאים באופן קיצוני, במיוחד במחלת חום, המטופל לא יחיה מעבר לעשרה ימים. לבסוף, כשכל הדפקים מלאים במיוחד, עם נפיחות בבטן או ברומה וחסימת מעיים ושתן, הדבר מעיד על כך שצ"י היין והיאנג הגיעו שניהם להתשה ולסוף דרכם, כתוצאה מכך המטופל לא יחיה מעבר לחמישה ימים."

התורה הסודית

אזאנג די שאל את צ׳י בו: ״האם תוכל לתאר לי את תפקודיהם ויחסיהם של

תריסר האברים המלאים והחלולים ומרידיאניהם?״

צ׳י בו ענה: ״שאלתך מדויקת ואנסה לענות לך באופן דומה. הלב הוא

שליט כל האיברים ומייצג את מודעות ההוויה האנושית. הוא אחראי על החוכמה, ועל השינוי הרוחני. הריאות הן היועץ. הן מסייעות ללב בוויסות צ׳י הגוף. הכבד הוא כמו מפקד הצבא, אמיץ ונבון. כיס המרה הוא כמו שופט בעזרת כוח ההבחנה. מעטפת הלב היא כמו ליצן החצר הגורם למלך לצחוק, ומביא איתו צחוק וגיל. הקיבה והטחול הם כמו מחסנים בהם מאחסנים את כל המזון והתמציות. הם מעכלים, סופגים, וממצים את המזון ומרכיביו. המעי הגס אחראי על התמרת כל העכור. כל מוצרי הפסולת עוברים דרך איבר זה. המעי הדק מקבל את המזון שעוכל בטחול ובקיבה, וממצה וסופג ממנו בשנית, ומפיץ אותו בגוף, ותוך כדי כך מפריד את הטהור מהעכור. הכליות מאחסנות את החיוניות ומניעות את ארבע הגפיים. הן גם מסייעות לזיכרון, לכוח הרצון, ולתאום התנועות. תלת המחמם מניע את יצירת ותנועת הנוזלים בגוף. שלפוחית השתן היא מקום התכנסות הנוזלים והמקום שבו, לאחר שזורזו בידי הצ׳י, הם מופרשים. כך שתריסר האיברים הללו צריכים לעבוד יחד בתאום, בדיוק כמו ממלכה.״

״מכל מקום, ההחלטה היא בידי המלך. אם הנפש בהירה, כל תפקודי

שאר האיברים יהיו תקינים. בדרך זו החיים נשמרים ומונצחים, בדיוק כמו שמדינה משגשגת, כשכל תושביה ממלאים את חובותיהם. אם הנפש מופרעת ואינה בהירה, שאר האיברים לא יתפקדו כראוי. הדבר יוצר נזק. הנתיבים והדרכים בהם זורם הצ׳י יחסמו והבריאות תיפגם. אזרחי המדינה יסבלו גם

כ.ן. אלו הם היחסים בממלכה.”

צ׳י בו הוסיף: “עקרונות הרפואה והריפוי אינם קלים להבנה מכיוון ששינויים רבים מתרחשים בעת חולי, ותהליך הריפוי חייב להסתגל לכך. ישנו קושי לתפוס את שורש העניין. מקור החולי יכול להיות כל כך קטן וחסר משמעות, ולמעשה, כל כך מטעה, אך החולי יכול להפוך למשמעותי במהלך הזמן.”

כשצ׳י בו דיבר על העידון והקושי שברפוי וברפואה, הואנג די התפרץ: “הא! אני מבין סוף-סוף, את תמצית ואת שיגיונות הריפוי. אני יכול לקבל אוצר זה בקלות דעת. עלי לבחור בקפדנות את היום והרגע הנכונים לקבלת והפנמת הידע הזה. עלי להטמין אותו בתאי הסודי, ולשמר, ולהעביר אותו הלאה לדורות הבאים.”

מחזורי האנרגיה ביקום והשפעתם על בני האנוש

לואנג די שאל: "שמעתי שברמה השמימית, מחזורי האנרגיה מורכבים מששה מחזורים בני שישים יום, שחוברים לשנה שלמה. על גבי הארץ המחזורים נמדדים בעזרת תשע היבשות ותשעת פתחי החישה, באופן הנקרא "חוק התשע". השילוב בין ששת המחזורים ובין חוק התשע יוצר את שלוש מאות שישים וחמישה הימים, החוברים לשנה אחת. ישנן שלוש מאות שישים וחמש נקודות אנרגיה בגוף האנושי המתוזמרות עם רעיון הגוף האנושי כעולם זעיר אנפין (מיקרו-קוסמוס) של העולם הגדול (מקרו-קוסמוס). תפיסות השוואתיות, כמו זו, נמצאות בשימוש כבר עידנים, אך חסר אני את הידע המסביר אותן."

צ'י בו השיב: "שאלת שאלה חכמה במיוחד. אספר לך הכול אודותיה. משתמשים בששת המחזורים ובחוק התשע כדי למדוד את זרימת האנרגיה במשך השנה ואת מידת התנועה של השמש והירח בהתאם לארץ. השינויים בשמים קובעים את לידתם ומותם של כל הדברים על האדמה."

"השמים מעל הם יאנג והארץ מתחת היא יין. השמש נעה בשחקים במשך היום והיא יאנג. הירח נע בערבים והוא יין. ישנו קצב קבוע של תנועה לשמש ולירח, ונתיבים קבועים, שמופּו עוד בימי קדם. הארץ סובבת סיבוב שלם סביב השמש בדיוק בשנה אחת, ומסתובבת בדיוק פעם אחת מול השמש ביום אחד ולילה אחד. הירח נע קצת יותר משלוש עשר מעלות סביב הארץ כל יום ויום. מאז ימי קדם, כל חודש נקבע בעזרת זריחתו וגריעתו של הירח. זוהי הסיבה לכך שישנם "חודשים גדולים" ו"חודשים קטנים" בלוח השנה השמשי. ראשית, יש לקבוע בדיוק בתחילת השנה את פתיחת המחזור הראשון. הדבר נעשה בעזרת העמדת מקל ניצב באדמה, ומדידת צל המקל לאורך היום והשנה

ביחס לשמש. הדבר יאפשר לנו למפות עשרים וארבע תקופות שמש במשך העונה.”

הואנג די אמר עוד: “כעת אני מבין את מדידת השמים. ארצה להבין גם את היחסים בין מדידות השמים לבין מחזורי השינוי השולטים באדמה ומיושמים על בני האדם.”

צ׳י בו ענה: “השמים נמדדים בעזרת חוק השש, והאדמה ובני האנוש נשלטים בידי חוק התשע. החכמים בימי קדם, צפו באדיקות בשמים ושמנו לב לסביבתם, והציעו שיטה סבוכה, המכילה מספר תתי-שיטות הלוקחות בחשבון את מלוא אפשרויות התחזית של ההשפעות העולם הגדול על העולם, ובמיוחד את מזג האוויר ואת ההשפעות על בני האדם.”

“אבני היסוד של שיטה סבוכה זו, משתמשות בסמלים מייצגים של עשרת הגזעים השמימיים ושל תריסר הענפים הארציים. כל סמל מייצג היבט בתהליכו הטבעי של היקום. השילוב בין הגזעים לבין הענפים יוצר מחזור שישים, המיושם בכדי לעקוב אחרי הזמן. כל שנה בלוח השנה הסיני מחולקת לעשרים וארבע חלקים דו-שבועיים הנקראים Jie Qi-פרקי שמש, ארבעה פרקים שווים לשישים יום ונקראים A Bu-צעד. שישה צעדים חוברים לשנה. במחזור שישים שנתי, ישנם, בסך-הכול, אלף ארבע מאות וארבעים פרקי שמש. מאז ימי קדם, אדם המבין שיטה זאת, ימשול בכל תהליכי היקום, מכיוון שכל אשר חי נמצא בקשר הדוק עם שינויים אלו בזרימת האנרגיה השמימית. כל זאת עקב ההתקשרות בין יאנג השמים ויין האדמה והצ׳י המוליך את תהליך הלידה, הצמיחה, ההבשלה, והמוות.”

“לחמשת היסודות ולהשפעות הסביבתיות בטבע יש את שיאי הזרימה שלהם, בזמנים שונים, לאורך השנה. בסיום השנה הכול מתחיל מבראשית, וממשיך באופן מחזורי, עד לאין קץ. מכך, אם אדם אינו תופס ומבין את זרימת האנרגיה השנתית, את שיאו ושפליו של הצ׳י, את העודף ואת החסר בגוף, ואת הגורמים הפולשניים, אדם זה, אינו עומד בדרישות הרפואה.”

הואנג די אמר: "כעת אני מבין את מחזורי האנרגיה לאורך העונות ובתוך חמשת היסודות. אבל, עדיין, אני מעט מבולבל ביחס לעודף והחסר במהלך תהליך השינוי באנרגיה."

צ'י בו ענה: "לכל השינויים והתמורות לאורך חמשת חלקי השנה – אביב, קיץ, קיץ מאוחר, סתיו, וחורף, יש את חוסרם ועודפם. זהו תהליך רגיל."

הואנג די שאל: "כיצד ניתן להגיע לאיזון או לזרימה שווים בין העונות?"

צ'י בו ענה: "הכוונה היא להעדר קיצוניות בתבניות מזג האוויר ומכך ההשפעה על בני האדם, גם היא, לא תהיה קיצונית."

הואנג די אמר: "האם תוכל להסביר מה מאפשר זרימת מחזור מאוזנת?"

צ'י בו ענה: "הדבר מתועד בספרים העתיקים."

הואנג די שאל: "מה הכוונה בשליטה או בבקרה על אנרגיה עודפת?"

צ'י בו ענה: "הכוונה היא לשליטתה של השפעה עונתית, באופן חריג, בזמנה של עונה אחרת. לדוגמה, האביב גובר על הקיץ המאוחר, הקיץ המאוחר גובר על החורף, החורף גובר על הקיץ, הקיץ גובר על הסתיו, והסתיו גובר על האביב. זהו מעגל השליטה בתהליך תמורת חמשת היסודות. אירועים חריגים אלו בטבע משפיעים לשלילה על הגוף האנושי ועל חמשת האברים המלאים המקבילים להם. יסוד העץ של האביב מקביל לכבד, יסוד האש של הקיץ מקביל ללב, יסוד האדמה של הקיץ המאוחר מקביל לטחול, יסוד המתכת של הסתיו מקביל לריאות, ויסוד המים של החורף מקביל לכליות."

הואנג די שאל: "כיצד ננבא מתי יסוד או עונה יגברו על חבריהם ומה נוכל להשיג בעזרת ידע זה?"

צ'י בו ענה: "בכדי להשתמש בידע של חמשת היסודות, על האדם לחשב את זמן הגעתה של עונה, ולצפות בתופעות הרגילות והחריגות. ככלל, נערוך את החישוב מיומו הראשון של האביב בלוח השנה הסיני. אם יום האביב הראשון טרם הגיע, אך מזג האוויר או האקלים מתחממים, נחשיב זאת כעודף אש. עודף אש זה "יעליב" את יסוד המים ויפגע בהתנהלות העונה הרגילה. הדבר יגרום לשליטה עודפת על הצ'י הרגיל של המתכת. הדבר מכונה Qi Ying-צ'י חסר שליטה. במקרה כזה, מחלת כליות וריאות תופיע. מצד שני, אם יום העונה הראשון הגיע, אך מזג האוויר המתחמם מתמהמה והאקלים אינו משתנה, הדבר נחשב לחסר אש. חסר זה אינו מסוגל לשלוט בתבניות מזג האוויר המקוריות, וגורם ליסוד הנשלט להשתלח חסר רסן. בנוסף לכך, יסוד המים יאגור כוח ויגרום להחלשתה של האש. אם האש נחלשת, האדמה אינה יכולה לפרות, ומחלה המשקפת חוסר איזון זה תצוץ. כתוצאה מחסר זה, הגוף או הצ'י העונתי יסבלו פלישה. הדבר מכונה Qi Po-צ'י מדוכא או חסר. בעזרת צפייה זהירה בזמניהן של העונות והגעתם של האקלים הנכון ושל התבניות המחזוריות, אנו יכולים להבין וליישם את הידע של תמורות חמשת היסודות. מכאן, רופא, שאינו מבין או שפירש שלא כראוי את שיאי ושפלי מחזור הטבע, לא יבין את המנגנון על פיו חולים האנשים. הרופא יהיה נטול השפעה, גם בטיפול וגם בנבוי החלמת המטופל."

הואנג די שאל: "האם בסבב חמשת היסודות דרך העונות, הייתכן שהשינויים והתמורות לא יתנהלו בסדרם הקבוע?"

צ'י בו ענה: "בטבע, הזרימה המחזורית דרך חמשת העונות אינה יכולה להיפגם, מכיוון שללא סדר, פגיעה ואף מוות עלולים להתרחש."

הואנג די שאל: "אם כן, איך יכולה היא לחרוג מהרגלה וכיצד הדבר יתבטא?"

צ"י בו השיב: "החריגה ממהלכו של מחזור חמשת היסודות גורמת לחולי בבני האדם. לדוגמה, אם באביב ישנן תבניות מזג אוויר של קיץ מאוחר או לחות הדבר מזוהה עם עץ השולט באדמה. חולי זה נחשב מתון, מכיוון שהוא של שליטה עודפת. אם באביב נמצא את מזג האוויר היבש והקריר של הסתיו, הדבר מעיד על מתכת התוקפת את עץ. במקרה זה החולי יהיה חמור, מכיוון שמקורו בחסר. אם, באותו הזמן, גורמים פולשניים אחרים מופיעים, ישנה אפשרות שמוות יתרחש. כשתבניות מזג אוויר חריגות מתרחשות בטבע והן אינן פולשניות, הבעיה היא קלה. כשהן פולשניות או תוקפניות, החולי יכול להיות די חמור."

הואנג די אמר: "שמעתי שכל הדברים בטבע שואבים את צורתם מצי השמים והארץ. מכיוון שצי השמים והארץ משתנה ומותמר והינו רב גוני, גם צורות הטבע והיצורים החיים הינם רב גוניים. האם תוכל לפרט עוד על כך, ועל שינויי היין והיאנג, השמים והארץ, והתמורות באנרגית הסביבה וכיצד אלו קובעים מה ישגשג ומה יקמול?"

צ"י אמר: "שאלת שאלה מפורטת מאד. עקב היקפו הרחב, היקום קשה למדידה. שאלתך היא בעלת עומק רב. איני חושב שאוכל להרחיב את תשובתי באופן זהה ותואם, אך אוכל להשיב לך בהכללה."

"בממלכת הצמחים ישנם חמשת הצבעים. בתוך חמשת הצבעים ישנם סוגי גוונים. לצמחים חמשה טעמים, אשר על אף הגדרתם, מכילים סוגים מסוגים שונים. חמשת הצבעים וחמשת הטעמים מקבילים להשפעתם של חמשת האברים המלאים על הגוף. השמים מעניקים יאנג בצורת צ"י ומעניקים לאנשים את חמשת הצבעים, בעוד האדמה, שהיא יין וחומרית במהותה,

מעניקה לאנשים את חמשת הטעמים. חמשת הצי או הצבעים יכולים להיתפס כנספגים בידי האף, כחמשת הניחוחות. אלו מאוחסנים בריאות ובלב. הלב אחראי על הצגת צבעי הפנים, והריאות אחראיות על הפקת צלילים. חמשת הטעמים נכנסים דרך הפה ומאוחסנים בבטן ובמעיים. אחרי העיכול וספיגת התמציות, צי זה משומש בכדי להעצים את תפקודם של חמשת האיברים המלאים. צי חמשת האיברים המלאים מתאחד עם צי חמשת הטעמים בכדי להפיק את ה-Jin-Ye-נוזלי הגוף, אשר מסככים ומחזקים את הגוף, מח העצם, וה-Jing. כל אלו תומכים, באופן טבעי, ב-Shen.

הואנג די שאל: "כיצד תפקודיהם של האברים המלאים מתבטאים החוצה?"

צי בו ענה: "הלב הוא שורש החיים וים ה-Shen או הבינה. הוא מבטא את שפעו על גבי הפנים עקב תפקודו השומר את כלי הדם מלאים. הוא ממוקם מעל לסרעפת ונחשב יאנג. יסודו הוא האש. עקב כך הוא נקרא היאנג הגדול של היאנג. בתבנית הזרימה של היקום הוא מקביל לקיץ. הריאות, הנחשבות לשורש צי הגוף, שולטות בצי. הן מאכלסות את ה-Po-האומץ. הן מבטאות את מלאותן בשיער הגוף, ותפקודן הוא לשמור על מלאות וגמישות העור. הריאות הן האיבר הגבוה בגוף, ויסודן הוא המתכת. הן נחשבות היין הגדול בתוך היאנג, והן מקבילות לאנרגית הסתיו. הכליות הן מקום האחסון של היאנג האמיתי ושורשו של כל האחסון בגוף. הן מאחסנות את צי ה-Jing של חמשת האיברים המלאים וששת האיברים החלולים. הן מבטאות את שפען ובריאותן בשיער הראש. תפקידם הוא למלא את העצמות ואת מח העצמות. בהיותן מיסוד המים ובחלק הגוף התחתון, הכליות נחשבות ליין. הן נקראות היין הקטן שביין, ומקבילות לאנרגית החורף. הכבד הוא מאגר הסיבולת ומאחסן את ה-Hun. הוא מתבטא בציפורניים, ומתפקד בחיזוק הגידים. הוא

מאחסן דם. הכבד נמצא בחלק היין של הבטן, אך שייך ליסוד היאנג של העץ. עקב כך נקרא היאנג הקטן של היין. הוא מקביל לאביב.

”הקיבה, המעי הדק, המעי הגס, השלפוחית, ותלת המחמם הינם, גם כן מחסנים וכלי קיבול למים ומזון. הם יצרני ה-Ying. הם סופחים את התמציות מהמים ומהמזון, הופכים אותן כיאות, ומסלקים פסולת ועכירות. הם מסוגלים לשנות את חמשת טעמי המזון, והם מבטאים את בריאותם בשפתיים ובפה. הם אחראים על מלאות השרירים והבשר. הם ממוקמים בבטן ואחראים על קבלת ואחסנת היין העכור של חמשת הטעמים והחומרים. במשותף, הם מסייעים בתפקודו של הטחול. הם נחשבים ליין מוחלט ומקבילים לקיץ המאוחר וליסוד האדמה. בעקבות כך, אנו מחשיבים את הטחול כיין מוחלט בתוך יין. האיברים המלאים והחלולים שתיארתי, תלויים כולם בתפקודו של כיס המרה ולקיחת ההחלטות שלו. כיס המרה מקביל לאביב, לחַיִּיָּה, ולהחלטיות. כשציי כיס המרה, עולה כיאות ומתפזר, שאר אחד עשר האיברים יכולים לתפקד בקלות, בבריאות, ובשגשוג.”

”כשהדופק בעורק הצוואר גדול כפליים מהרגיל, החולי נמצא בשלב החום הראשוני וממוקם ביאנג הקטן. כשהדופק גדול פי שלוש, החולי בשלב החום האמצעי ונמצא ביאנג הגדול. כשהוא גדול פי ארבע, החולי בשלב החום החמור והוא ביאנג הבינוני. כשהוא גדול פי חמש, היאנג נמלט אל החוץ.”

”כשהדופק בעורק היד גדול כפליים מהרגיל, החולי נמצא במצב הקור הראשוני וממוקם ביין הקיצוני. כשהדופק גדול פי שלוש, החולי בשלב הקור האמצעי ונמצא ביין הקטן. כשהוא גדול פי ארבע, החולי בשלב הקור החמור והוא ביין הגדול. כשהוא גדול פי חמש, היין קרס. אם, הדפקים בצוואר וביד שניהם גדולים פי חמש מהרגיל, המצב נקרא Guan Ke או חסום. הכוונה היא לכך שהיין והיאנג הפכו לחריגים ונתקעו והקריסה היא בלתי נמנעת. ציי ה-Jing הקדום ללידה וציי ה-Jing המאוחר ללידה, שניהם הותשו והתוצאה הנובעת מכך היא מוות.”

בעיות בתפקוד חמשת האיברים המלאים

צ"י בו פתח ואמר: "כלי הדם מקבילים ללב, אשר מבטא את תמציתו בצבע

עור הפנים. הלב, על כל פנים, נשלט בידי הכליות. העור מקביל לריאות, אשר מבטאות את תמציתן בשיער הגוף. על כל פנים, הריאות נשלטות בידי הלב. הגידים מקבילים לכבד, אשר מבטא את תמציתו בציפורנים ונשלט בידי הריאות. הבשר והשרירים מקבילים לטחול, אשר מבטא את תמצית בשפתיים ונשלט בידי הכבד. העצמות ומח העצמות מקבילות לכליות. אשר מתבטאות בשיער הראש ונשלטות בידי הטחול.

"הגזמה במזונות מלוחים תגרום לדם להפוך צמיגי, ותשנה את צבעו. הגזמה במזונות מלוחים תגרום לעור להפוך כמוש ויבש ולשיער הגוף לנשור. הגזמה במזונות חריפים יכולה לגרום לעוויתות, רעידות, וציפורנים פגועות. צריכה מוגזמת של מזונות חמוצים יכולה להפוך את העור לגס, עבה, ומקומט ולגרום לשפתיים להפוך לכמושות. הגזמה במתוקים תגרום לכאב בעצמות ולאובדן שיער הראש. כל התסמינים והמצבים הללו נגרמים מהגזמה בחמשת הטעמים."

"נאמר שהלב רואה תועלת בטעם המר, הריאות בטעם החריף, הטחול בטעם המתוק, הכבד בטעם החמוץ, והכליות בטעם המלוח. על כל פנים, לעולם אין הכוונה היא להגזמה."

"צ"י חמשת האיברים המלאים מתבטא בפנים. אם נראה ירוק כמו בצבעו של צמח העומד למות, או צהוב הדומה לצבע הלימון המריר (Gou Ju), או אם נראה שחור כמו באפר, כמו בדם תקוע, קרוש הנגרם מחבלה, או לבן כמו עצמות, אלו הם צבעי המוות. אם נראה ירוק הדומה לאבן הירקן (ישפה), אדום הדומה לכרבולת התרנגול, צהוב כמו תחתית שריונו של סרטן, לבן כמו שומן חזיר, או שחור כמו נוצות תרנגולת שחורה, אלו הם צבעי החיים."

”כך, שהצבע המביא תועלת ללב דומה לבד משי לבן, העוטף את אבן הסינבאר (Cinnabar). הצבע המפיק את צי הכבד הוא כמו משי לבן, העוטף את הצבע הירוק. צבע הטחול יהיה כמטפחת לבנה, העוטפת את פרי ה- TriChosanthis (Gua Lou), ולכליות זוהי המטפחת הלבנה, העוטפת את הצבע הסגול. כל אלו הם צבעי או גווני פנים רגילים.”

”חמשת הצבעים וחמשת הטעמים מקבילים לחמשת האברים המלאים. כך שאפשר לומר שהטעם החריף והצבע הלבן מקבילים לריאות, אדום ומר מקבילים ללב, ירוק וחמוץ לכבד, צהוב ומתוק לטחול, ושחור ומלוח לכליות. ניתן לומר גם שלבן מקביל לעור, אדום לכלי הדם, ירוק לגידים, צהוב לבשר, ושחור לעצמות.”

”ה-Jing, תמצית חמשת האיברים המלאים וחמשת האיברים החלולים, תריסר המרידיאנים המרכזיים והמרידיאנים המשניים, מתכנס כולו בעיניים, בעוד כל מח העצמות מתכנס במוח. כל הגידים מחברים בין העצמות והמפרקים. כל הדם ונוזלי הגוף נשלטים בידי הלב, כל הצי בידי הריאות. ארבע הגפיים ותריסר המפרקים הם הדרכים הראשיות של המרידיאנים, מח העצמות, הגידים, הדם, והצי.”

”הכבד מאחסן את הדם. במשך היום, הכבד מספק את הדם לתנועה ולפעילות, כך שהדם יכול לזרום דרך המרידיאנים הראשיים והמשניים. בלילה, כשהאדם ישן, הדם חוזר אל הכבד. כשהכבד מוזן בדם, האדם יכול לראות. כשכפות הרגליים גדושות בדם, האדם יכול ללכת. כשהידיים מוזנות בדם, הן יכולות לאחוז. כשהאצבעות מלאות בדם, האדם יכול לתפוס.”

”כל ההפרעות יכולות להיות מיוחסות לדם ולצי שאינם מגיעים לפלגים, גאיות, ומערות מסוימים, כהקבלה לנקודות הדיקור. אז, לרוח הפולשנית יש הזדמנות לחדור ולגרום לסינדרום Bi ולעוויתות.”

”בגוף, ישנם תריסר חללים בין השרירים, בהם האנרגיה זורמת, ומספר רב של התלכדויות אנרגיה בחללים קטנים בין השרירים, מחוץ לתריסר נקודות הפלג. כל אלו הם מיקומים בהם צי ה-Wei מצטבר, בכדי להגן על הגוף. באותו הזמן, מקומות אלו הם חלונות או דלתות דרכם יכולים הרוח

הרעה או הגורם הפולשני לחדור. עקב כך, אם נקודות אלו נפלו בידיו רוח רעה, ניתן להשתמש בדיקור בכדי לגרש אותה מהחלונות והדלתות. בכדי להיות מיומן באבחנה, יש להשתמש בדופקי חמשת האיברים המלאים כבסיס. בכדי לתפוס ולהבין באמת את דופקי חמשת האיברים המלאים יש להבין את סיבתיות החולי.”

”אם מטופל סובל מכאב-ראש בחלק הראש העליון, זאת מכיוון שישנו עודף בחלק העליון וחסר בתחתון. מחלה זו נמצאת ביין הקטן של הרגל-כליות והיאנג הגדול של הרגל-שלפוחית השתן. אם החולי מחמיר, הוא יכול לעבור לכבד ולגרום סחרחורות, אובדן התמצאות, ראייה מטושטשת, וחירשות. המצב יהיה הפיך עם חסר בחלק העליון ועודף בתחתון. כעת המרידיאנים המושפעים הם היאנג הקטן של הרגל-כיס המרה והיין הקיצוני של הרגל-הכבד.”

”אם המחלה מחמירה אף יותר, היא עוברת לטחול וגורמת לנפיחות בבטן, מלאות בחזה, וכאב בצלעות. זאת מכיוון שהצי תקוע בחלק התחתון ואינו יכול לעלות לחלק העליון של הגוף. במקרה זה, התקיעות נמצאת ביין הגדול של הרגל-הטחול וביאנג הבינוני של הרגל-הקיבה.”

”כשמופיעים שיעול, אסטמה, קשיי נשימה, ומלאות ונפיחות בחזה, זאת מכיוון שהחולי מתבטא במרידיאני היאנג הבינוני של היד-המעי הגס והיין הגדול של היד-הריאות. כשיש נרגנות וכאב ראש ותחושת חסימה בסרעפת, זאת מכיוון שהחולי מתבטא במרידיאני היאנג הגדול והיין הקטן של היד.”

”ניתן לחוש ולהבדיל בין מאפייני הדופק השונים כמו: קטן, גדול, חלקלק, גלי, צף, ושוקע, בעזרת שלוש האצבעות. דרך ההבחנה בשינויים העדינים ניתן לראות נכונה את מצבם של חמשת האברים המלאים.”

”חמשת האיברים המלאים מקבילים לחמשת הצלילים, וניתן לאבחן דרך חמשת הצלילים. ניתן גם לצפות בחמשת הצבעים ולראות את תמציות האיברים דרך חמשת הצבעים. אם ניתן לשלב את הצבעים, את הצלילים, ואת הדופק יחדיו בכדי להבדיל - התמונה הופכת שלמה.”

”כך שאם נראה אדמומיות ובו זמנית נחוש דופק מהיר ותיילי, נדע שהמצב

נובע מצ"י התקוע ב-Ren-15-Zhong Wan-רום הבטן. הדבר יוצר בעיות עיכול, ומצב הנקרא Xing Bi-חסימה של הלב.

"סינדרום Bi אינו מוגבל לבעיות מפרקים. הוא יכול גם להיגרם מפלישת גורם חיצוני. הגורם הראשוני יכול להיות חולשה בצ"י הלב, עקב חשיבה מרובה ודאגה, שגרמו לגוף להיות פגיע, דבר המאפשר לפלישה לחדור לרום הבטן ולגרום לצ"י להיחסם."

"אם נראה צבע לבן בפנים ובאותו הזמן הדופק מהיר, צף, וריק, חסר בחלק העליון, ועודף בחלק התחתון, והמטופל סובל מחרדה עם עוויתות, זאת עקב כך שהצ"י תקוע בחזה. זה מצב של אסטמה וחסר בריאות. החסר בריאות נקרא חסימת ריאות (Bi) והסיבה היא שתיית יין ופעילות מינית לאחר מכן."

"אם נראה צבע ירוק והדופק ארוך ותיילי, זאת מכיוון שהצ"י תקוע מתחת לרום הבטן, מתחת לצלעות, ומתחת לאזור ההיפוכונדריום. המצב נקרא חסימת כבד (Bi) ונגרם עקב פלישת קור ולחות; המצב דומה להרניה. מכך המטופל יסבול מכאב גב, כאב ראש, ורגליים קרות."

"אם נראה צבע צהוב והדופק גדול וחסר, זאת מכיוון שהצ"י תקוע באזור הבטן עקב חולשת טחול, עם צ"י כליות המורד כלפי מעלה. המצב גורם לצ"י תקוע ומאוחר יותר להרניה מפשעתיית."

"אם נראה שחור והדופק קשה וגדול, זאת מכיוון, שהצ"י תקוע בבטן התחתונה מעל לאברי המין. זוהי חסימת כליות (Bi) הנגרמת, לעיתים, ממקלחת בדיוק לפני השינה."

"דרך חמשת הצבעים, נוכל לאבחן כיאות. אם נראה צבע צהוב בפנים ועיניים ירוקות, או פנים צהובות עם עיניים אדומות, או פנים צהובות עם עיניים לבנות, או פנים צהובות עם עיניים שחורות, כל אלו הם תסמינים של חוסר איזון שאינו קטלני. אבל, אם הפנים הופכות ירוקות והעיניים אדומות, או אם הפנים אדומות והעיניים לבנות, או הפנים ירוקות והעיניים שחורות, או הפנים שחורות והעיניים לבנות, או הפנים אדומות והעיניים ירוקות, כל אלו הם סימני מוות."

"זאת מכיוון שכשהפנים צהובות, צ"י הטחול עדיין מזין, אך כשהפנים

הופכות צבען מצהוב ההזנה נפסקה ומוות יתרחש."