



Kosmologické chápání **KOVU**

Znak pro Jin/Kov se skládá ze znaku "země" s dalšími tahy, naznačujícími cosi zakopaného a patrně vzácného

**Kov je jin s jangem nebo menší jin (shaoyin)**

**Klíčová slova vystihující čchi kovu:** zušlechtěný (odstraněním příměsí), skrytý, zralý, přeměněný, zdokonalený, destilace, fermentace, bakterie, esoterický, útočiště (pro vlastní qi)

### Aplikováno na kosmologické entity:

**Počasí:** chladné/suché

**Barva:** bílá, stříbrná, bezbarvé krystaly

**Emoce:** sensitivita, empatie, analýza

**Obilnina:** kukuřice

**Tělo:** pokožka, vlasy, ladné tvary

**Zvíře:** pes

**Energie:** kontrakce, pohyb dovnitř, stárnutí, zušlechtování

**Emoční škodliviny:** extrémní žal a smutek

**Chuť:** štiplavá

**Vůně/pach:** tlení, hnilobný

**Orgány:** plíce/tlusté střevo

**Smysl:** čich

**Duše:** po

**Zvuk hlasu:** pláč

**Trigram:** tui (yin), chen (yang)



### Jieji – čchiový uzel "začátek zimy (lidong)" – jin ukrývá jang

Se začátkem zimy a s přibýváním velké jinové čchi vzrůstá chlad.

Dny se krátí a noci se prodlužují.

**Léčba:** uchovávat jang

**Jídlo:** pomalu vařené pokrmy

**Spánek:** sny se záměrem

**Dech:** neigong - ráno a večer

Do masa vetřete sójovou omáčku a 1 lžící oleje a nechte 1-2 hodiny odležet při pokojové teplotě. Z hrušek vykrojte jádřinec a rozkrájejte je na větší kusy. Cibuli pokrájete na půlkolečka. Nakrájejte 8 plátků oloupaného zázvoru.

Na středně rozpálené pánvi orestujte maso s 1 lžící sezamového oleje.

Do většího masivního hrnce vyskládejte hrušky a na ně položte maso.

Na rozpálené pánvi orestujte cibuli s octem a zázvorem a přilijte bujón. Nakonec přidejte wuweizi a med a vše pomalu přiveďte k varu. Touto omáčkou zalijte maso s hruškami, poté vařte při nízké teplotě 2-5 hodin.

Podávejte s rýží a vychutnávejte!!

### Zvolna vařené hovězí s wuweizi, hruškami a zázvorem

1-1,5 kg hovězí plece nebo falešné svíčkové

6 tvrdších hrušek

8 plátků čerstvého zázvoru

1 střední cibule

¼ šálku octa

1 šálek hovězího, kuřecího nebo zeleninového vývaru

2 polévkové lžice sezamového oleje

sójová omáčka

½ šálku čaje z wuweizi

1 lžice medu

### Bolesti dutin



**Nefritový paraván (Jade Screen, T10):** vypuzuje vítr, doplňuje čchi, posiluje ochrannou čchi, působí antialergicky. (Užívejte po jídle.)

**Číré moře (Limpid Sea, T42):** vysušuje vlhkost, přeměňuje hleny

**Vítání vůně (Welcome Fragrance, T23):** přeměňuje vlhkou horkost a jedovatou horkost, vypuzuje vítr z nosu a dutin, a také doplňuje čchi

**Vyloučení jedovaté horkosti (Expel Toxic Heat, T76):** rozptyluje jedovatou horkost ze všech tří zářičů. Užívejte při akutní sinusitidě.

**Sino úleva (Sino Relief, LTN03):** pročištuje horkost a přeměňuje vlhkost z dutin, hrdla, nosních a krčních mandlí

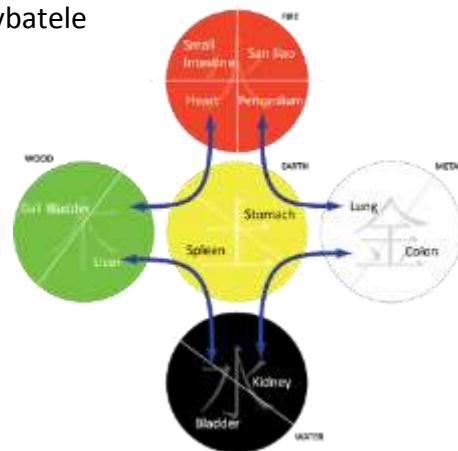
## A) samostatné čtvrtěční mini-webináře od 19:00 (trvání cca 1,5 h), tentokrát téma:

### PĚT HYBATELŮ: ONTOLOGICKÁ PERSPEKTIVA

Tato série mini-webinářů, i s ohledem na chystaný velký webinář, představí pět hybatelů z pohledu medicínské kosmogonie 9. století. Jde o model, který nabízí uspořádání s hybatelem země uprostřed. Pochopení tohoto přístupu umožňuje v praxi čínské medicíny docenit komplexitu mozaiky čínských medicínských věd. Rovněž probereme nějaké typické obtíže vycházející z nerovnováh daného hybatele a jejich řešení pomocí bylin.

- **16. prosince 2021:** voda

více viz <https://www.tcmcap.cz/inpage/webinare-tcm/>



## B) velký 4denní webinář

### „VYROVNÁVÁNÍ HORMONŮ – PĚT FÁZÍ ŽIVOTA ŽENY“

Hormonální nerovnováhy žen od menarche po menopauzu. Porozumění životu ženy v pojetí pěti fází života a jejich korespondence pěti hybatelům a pěti duším.

Představeny budou fyziologické procesy endokrinního systému i to, jak dochází k narušování rovnovážného hormonálního stavu, jenž pak způsobuje nesoulad mezi *jing*, *shen* a *zangfu*.

Podle čínské medicíny probereme etiologii vynechávající menstruace (amenorea), velmi silné menstruace (menoragie), předmenstruačního syndromu (PMS), bolestivé menstruace (dysmenorea), syndromu polycystických ovárií (PCOD) a menopauzy.

Pro nápravu *qi* a *shen* využijeme bylinné přípravky čínské medicíny, zejména od Giovanni Maciocchiho, a doplňkově éterické oleje.

- víkend 8.-9. ledna 2022
- víkend 12.-13. února 2022

více viz <https://www.tcm.cz/p/295/pet-fazi-zivota-zeny-vyrovnani-hormonu>



Author & design

© 2021 Anastacia White, čínské léčebné nauky  
Chinese Herbal Medicine and Diet, Polestar Natal Astrology  
[www.eemedicinewisdom.com](http://www.eemedicinewisdom.com) - white.anastacia@gmail.com  
FB „Women in Chinese Medicine – The Wisdom of Yin“:  
<https://www.facebook.com/groups/1463691483718460/requests/>

**TCM**  
Consulting  
& Publishing

Czech Translation

© 2021 TCM Consulting and Publishing z.s.  
poznání čínské medicíny tradičními i moderními cestami  
[www.tcmcap.cz](http://www.tcmcap.cz) info@tcmcap.cz