

# T37 – Uklidnění ducha (Calm the Shen) / *guipitang jiajian*

**renshen** *Radix Ginseng*  
**huangqi** *Radix Astragali*  
**baizhu** *Rhizoma Atractylodis Macrocephalae*  
**danggui** *Radix Angelicae Sinensis*  
**fushen** *Sclerotium Poriae paradicis*  
**suanzaoren** *Semen Ziziphi spinosae*  
**longyanrou** *Arillus Longan*  
**yuanzhi** *Radix Polygalae*

**muxiang** *Radix Aucklandiae*  
**zhigancao** *Radix Glycyrrhizae prep.*  
**hongzao** *Fructus Jujubae*  
**baiziren** *Semen Biotae*  
**hehuanpi** *Cortex Albiziae*  
**shichangpu** *Rhizoma Acori tatarinowii*  
**baihe** *Bulbus Lilii*

**Model:** prázdnota čchi a krve sleziny, prázdnota čchi a krve srdce

**Účinky:** doplňovat čchi a krev sleziny, doplňovat čchi a krev srdce, tišit mysl, otevřít otvory mysli, posilovat funkci sleziny kontrolovat krev

**Indikace:** bušení srdce, nespavost, úzkost, oslabená paměť, deprese, matně bledý obličej, který může být na lících kostech mírně zarudlý, mírný pocit horkosti ve večerních hodinách, slabá chuť k jídlu, řídká stolice, únava, vyčerpanost, zácpa, sklíčenost, slabost v končetinách, slabá menstruace nebo velmi silná menstruace, která přichází předčasně nebo mírné krvácení bledé či jasně červené krve trvající dlouhou dobu, krev ve stolici nebo v moči, petechie (tečkovité krvácení)

**Jazyk:** bledý, tenký nebo oteklý v závislosti na tom, jestli převládá prázdnota krve nebo čchi

**Puls:** slabý, zadržávající

## Rozbor

Velmi důležitý přípravek na doplnění sleziny a srdce u emočních problémů vztahujících se k těmto orgánům. Doplňuje čchi a krev sleziny i srdce. Klinické projevy odrážejí prázdnotu čchi a krve. Špatná chuť k jídlu, řídká stolice, únava, slabost v končetinách a oteklý jazyk odrážejí prázdnotu čchi sleziny, kdy oslabená čchi sleziny nedokáže transformovat a přepravovat esenci potravin a vyživovat svaly. Palpitace, nespavost, úzkost, oslabená paměť, deprese, bledý obličej bez lesku a tenký jazyk poukazují na prázdnotu krve srdce. U dlouhodobých stavů prázdnoty krve může vznikat prázdňá horkost vyvolávající na lících kostech mírné zarudnutí a mírný pocit horkosti ve večerních hodinách. U žen může být slabá menstruace ze současné prázdnoty čchi a krve, pokud z obou prázdnot převládá prázdnota krve. Silné krvácení naopak vzniká z oslabení čchi sleziny, která nedokáže udržet krev. Ze stejného důvodu se může objevovat i krvácení z močového měchýře, střev nebo v podkoží (petechie). Zácpa může vznikat z prázdnoty krve.

*Renshen*, *baizhu* a *huangqi* doplňují čchi sleziny a srdce. *Danggui* vyživuje krev srdce. *Fushen*, *suanzaoren*, *longyanrou* a *yuanzhi* vyživují srdce a tiší mysl. *Muxiang* rozhýbává čchi, aby působila proti příliš sladkému účinku bylin doplňujících krev. *Zhigancao* harmonizuje. *Hongzao* vyživuje krev a harmonizuje. Přidal jsem i *baiziren* na vyživení srdce i krve a na utišení mysli. Stimuluje také peristaltiku a je dobré při zácpách z prázdnoty krve. *Hehuanpi* a *shichangpu* byly přidány na utišení mysli a otevření otvorů mysli. *Hehuanpi* je také účinné na deprese. Přidáním *baihe* se tiší plíce, je obzvláště účinné při emočních problémech pramenících ze smutku a zármutku.

## Duševní a emoční model

**Klíčové slovo:** *naděje*

Model je typicky vyvoláván dlouhodobým smutkem, zármutkem, obavami nebo šokem. Tyto emoce spotřebovávají čchi sleziny, srdce a plic, a to po určité době vyvolává prázdnotu krve. Takový člověk je smutný, sklíčený a vyčerpaný, má sklony k záchvatům pláče. Protože je tento pláč vyvolán spíše prázdnotou než potlačovanou či stagnující čchi, nepřináší úlevu duševnímu stavu.

**V kostce:** uklidňuje ducha a vyživuje srdce, je-li klient smutný, deprivovaný, úzkostlivý.  
Doplňuje čchi i krev sleziny, jater a srdce.

Doplňkový účinek: zastavuje krvácení z dělohy z *qixu*

**Rozdíly oproti klasickému předchůdci:** ● výraznější účinek tišení mysli

● otevírá otvory mysli



**bledý, sloupnutý,  
HT rýha**



**bledý,  
HT rýha**



**bledý, suchý**