

HOLUM
TERAPIE NATURALNE

STRATEGIA DOBORU punktów akupunkturowych

Paweł Skrzypczak

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

1

Jing Luo Mai

JING LUO MAI

經絡脈

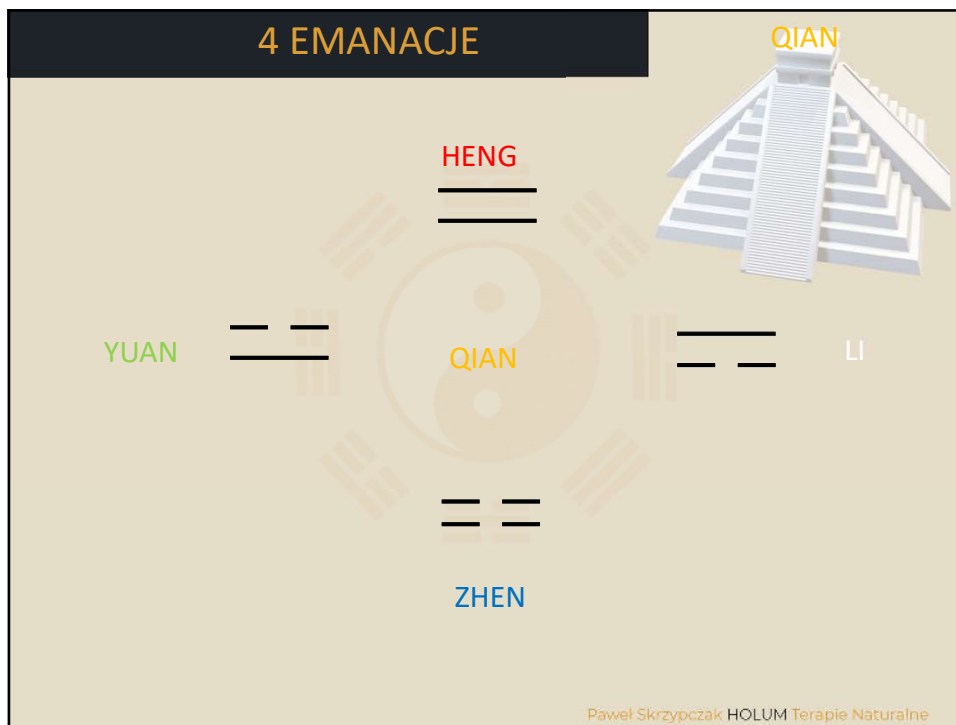
Meridian
manifestacja
niebiańskiej energii
w człowieku,

Sieć łącząca przez
które przepływa
Qi/Xue/Ying Qi

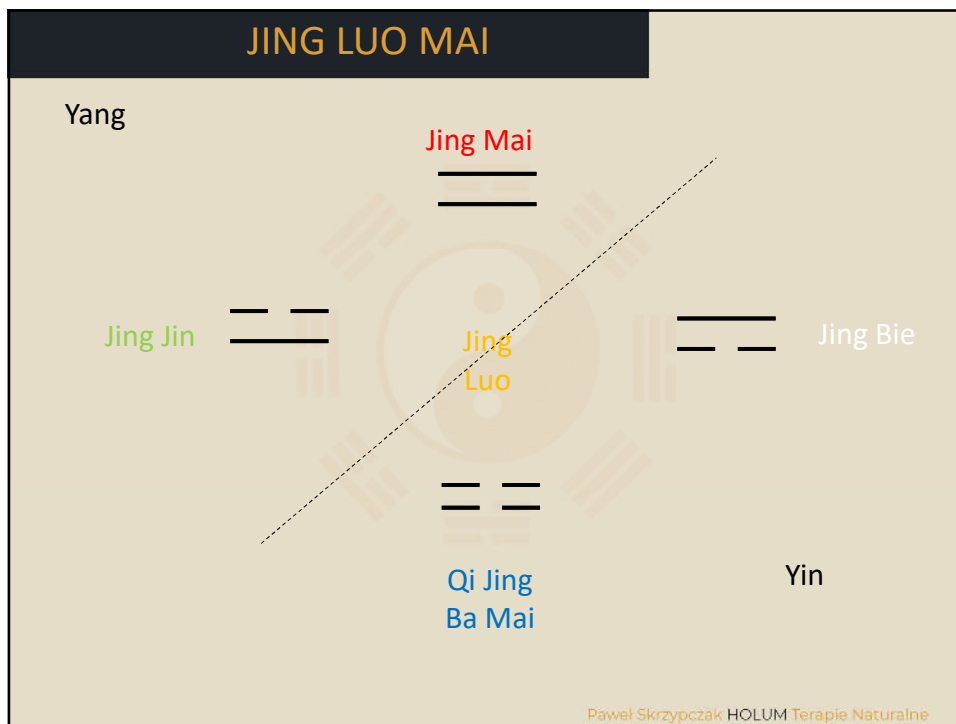
Puls/Naczynia
krwionośne,
mięso/krew

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

2



3



4

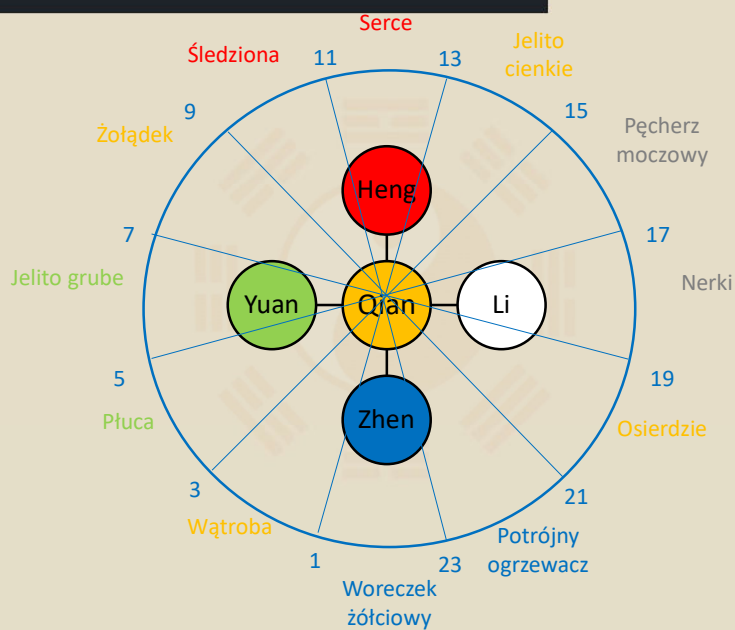
JING MAI – meridiany główne

- 12 meridianów głównych – jak człowiek powinien funkcjonować zgodnie z regułami Nieba
- Krążenie Qi i Xue w systemie meridianowym – transformacja energii w ciele – aktywność, doświadczanie, odżywienie, konsolidacja

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

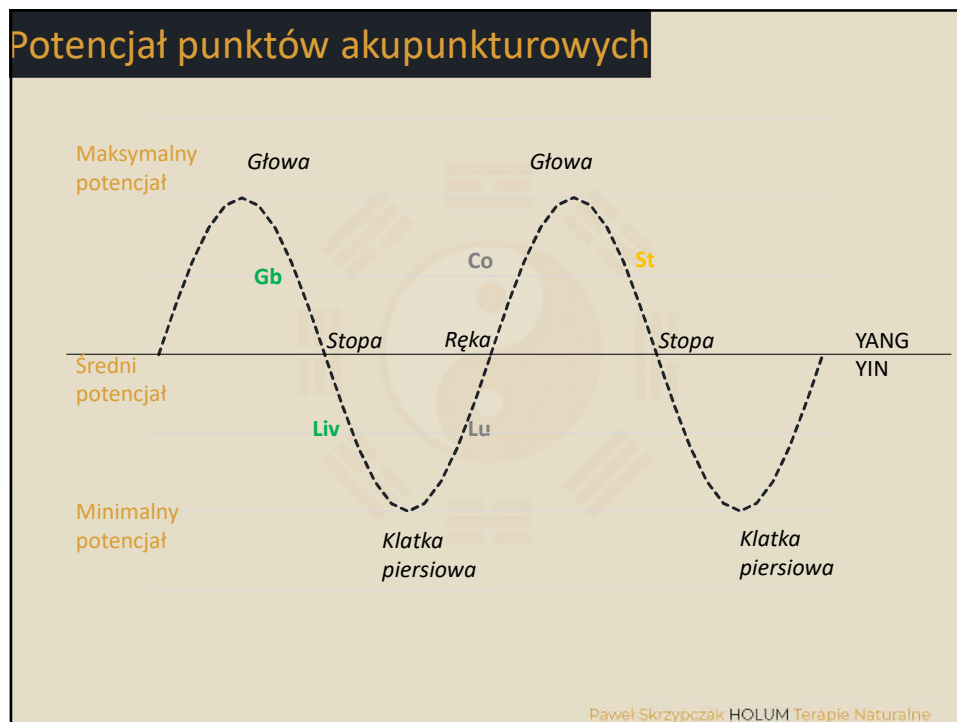
5

Zegar narządów, krążenie Ying Qi

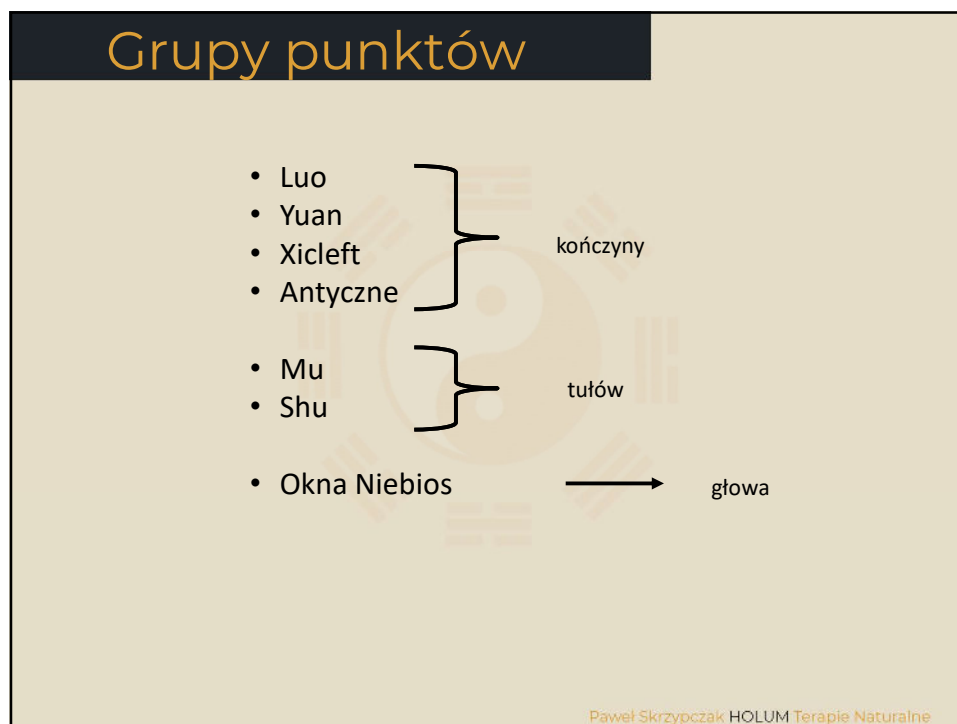


Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

6



7



8

Meridiany Luo

- Połączenie z m. ścięgnisto-mięśniowymi, diwergentnymi (punkty Jing)
- Połączenie z m. głównym – poprzeczne (punkty Luo/Yuan)
- Połączenie z m. diwergentnym – podłużne w obrębie danego elementu (punkty Luo)
- Połączenie z m. cudownym (punkty aktywacji dla Chong/Ren/YinWei)

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

9

Punkty Luo

Luo poprzeczne - Zaburzenie między narządami ZangFu – nadmiar/niedobór

- **(+)zang / (-)fu** - pkt. **Luo Zang + Yuan Fu** lub tylko **Yuan Fu**
 - Sp4+St42
 - Lu7+Co4,
 - Kid4+Bl64
 - He5+Si4,
 - Liv5+Gb40

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

10

Punkty Luo

Luo poprzeczne - Zaburzenie między narządami ZangFu – nadmiar/niedobór

- **(+)fu/(-)zang** - tylko Luo Fu
 - Th5
 - Co6
 - SI7
 - St40
 - Gb37
 - Bl58

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

11

Punkty Luo

Luo poprzeczne - Zaburzenie między narządami ZangFu – nadmiar/niedobór

- **(-) zang** – tylko Luo Zang
 - Przewlekły niedobór energii – przekierowanie energii z meridianu do narządu, aspekt ducha
 - Lu7 – wzmacnia Qi płuc, otwiera klatkę piersiową, Po
 - Pc6 – otwiera klatkę, uspokaja Shen
 - He5 – wzmacnia Qi serca, wzmacnia shen
 - Sp4 – wzmacnia Qi śledziony, transformację, Yi
 - Liv5 – wzmacnia Qi wątroby, swobodny przepływ energii, Hun
 - Kid4 – wzmacnia Qi nerek, Zhen

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

12

Punkty Luo

Luo+luo – kreowanie ziemi

- Brak prawidłowej jakości ziemi w danym elemencie, pulsy Zang i Fu zbliżone do siebie, „sklejone”
- Najczęściej towarzyszą temu objawy zaburzenia emocji z danego elementu
- Gb37+Liv5 - złość
- Lu7+Co6 - smutek
- He5+Si7 - ekscytacja
- Kid4+Bl58 - lęk
- St40+Sp4 – zamyślenie, zamartwienie

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

13

Punkty Luo

Luo+jing/xicleft – luo podłużne

- Odblokowanie zastoju z meridianu podłużnego
- zblokowane emocje, zastój xue z gorącym na pulsie danego meridianu
- **Terapia**
 - Luo+Jing – wyrzucenie na zewnątrz (aktywacja wei Qi) – meridiany Yin
 - Luo+xicleft – poruszenie zastoju, poprawienie przepływu w meridianach Yang,
 - Skrwawianie lancetą

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

14

Punkty Yuan

1. Punkty yuan na kanałach Yin – punkty ziemi, mają potencjał Yin i Yang, dostęp do Yuan Qi,
2. Punkty yuan dla Gao/Huang –
 - Ren 6 – Wzmacnia Huang – źródło witalności, rezerwuar Qi
 - Ren 15 – Wzmacnia Gao – odżywcza gęsta substancja , wzmacniająca tkanki
3. Punkty yuan na kanałach Yang – osobne punkty (poza 5 elementami), reset dla meridianu, przypominają jak ma działać, pomagają Yin kontaktować się z Yang,

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

15

Punkty Xi Cleft

- Punkty w których kumuluje, koncentruje się Qi i Xue
- Dla meridianów Yang – poruszanie Qi lub stany ostre na przebiegu meridianu,
 - Co7,
 - Th7,
 - Si6,
 - St34,
 - Gb36,
 - Bl63

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

16

Punkty Xi Cleft

- Punkty w których kumuluje, koncentruje się Qi i Xue
- Dla meridianów Yin – wzmacnianie Qi aby kontrolowało Yin
 - Sp8,
 - Liv6,
 - Kid5,
 - Lu4,
 - He6,
 - Pc4

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

17

Punkty Mu

- Wzmacniają narząd i jego funkcję przy niedoborach Qi i akumulacji Yin (soft pulse) – żeby móc konfrontować się ze światem zewnętrznym
- Punkty „alarmowe” – gdy bolesne, świadczą o stanie wewnętrznego nadmiaru w narządzie – nie nakłuwać

Narząd	Punkt Mu
Płuca	Lu1/2
Jelito grube	St25
Żołądek	Ren12/St21
Śledziona	Liv13/Ren10
Serce	Ren14
Jelito Cienkie	Ren4
Pęcherz moczowy	Ren3
Nerki	Gb25/Ren23
Osierdzie	Ren15
Potrójny ogrzewacz	Ren5
Pęcherzyk żółciowy	Gb24
Wątroba	Liv14

ralne

18

Punkty Shu

- Usuwanie nadmiarów Yang z narządów Zang
- Wzmacnianie przewlekłych niedoborów – moksza lub nakłucie protopadłe

Narząd	Punkt Shu
Płuca	Bl13
Osierdzie	Bl14
Serce	Bl15
Przepona	Bl17
Wątroba	Bl18
Pęcherzyk żółciowy	Bl19
Śledziona	Bl20
Żołądek	Bl21
Potrójny ogrzewacz	Bl22
Nerki	Bl23
Jelito grube	Bl25
Jelito cienkie	Bl27
Pęcherz moczowy	Bl28

19

Punkty Okna Niebios

- Wyrównywanie zaburzeń między głową, a ciałem – poruszanie zastoju kiedy zastój w klatce piersiowej a za mało energii w głowie lub kiedy energia nie może zejść z Yang do Yin
- Punkty spotkania meridianów divergentnych

Punkty Okna niebios
St 9 (St/Sp)
Co18 (Lu/Co)
Si16 (SI/Ht)
Si17 (GB)
Th16 (Th/Pc)
Bl10 (Bl/Kid)
Ren22 (odżywia)
Du 16 (usuwa blokady)

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

20

Punkty wejścia-wyjścia


Wejścia/entry	Wyjścia/exit
Lu1/2	Lu7
Co4	Co20
St1	St42
Sp1	Sp20/21
He1	He9
Si1	Si19
Bl1	Bl67
Kid1	Kid21
Pc1	Pc9
Th1	Th21
Gb1	Gb41
Liv1	Liv13/14

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

21

Punkty wejścia-wyjścia

- Pobudzenie krążenia Ying Qi wg zegara narządów
- Zastosowanie
- **Poruszenie energii pomiędzy meridianami**
 - np. Sp1 + St42,
 - He1+St21,
 - Kid1+Bl67,
 - Lu1+Liv14/13
 - Co20+St1
 - Si19+Bl1



Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

22

Punkty wejścia-wyjścia

- Pobudzenie krążenia Qi w jednym meridianie
 - Np. Co4+20,
 - Gb1+41,
 - Liv1+13/14,
 - Lu 1/2+Lu7,
 - Bl1+67,
 - St1+42

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

23

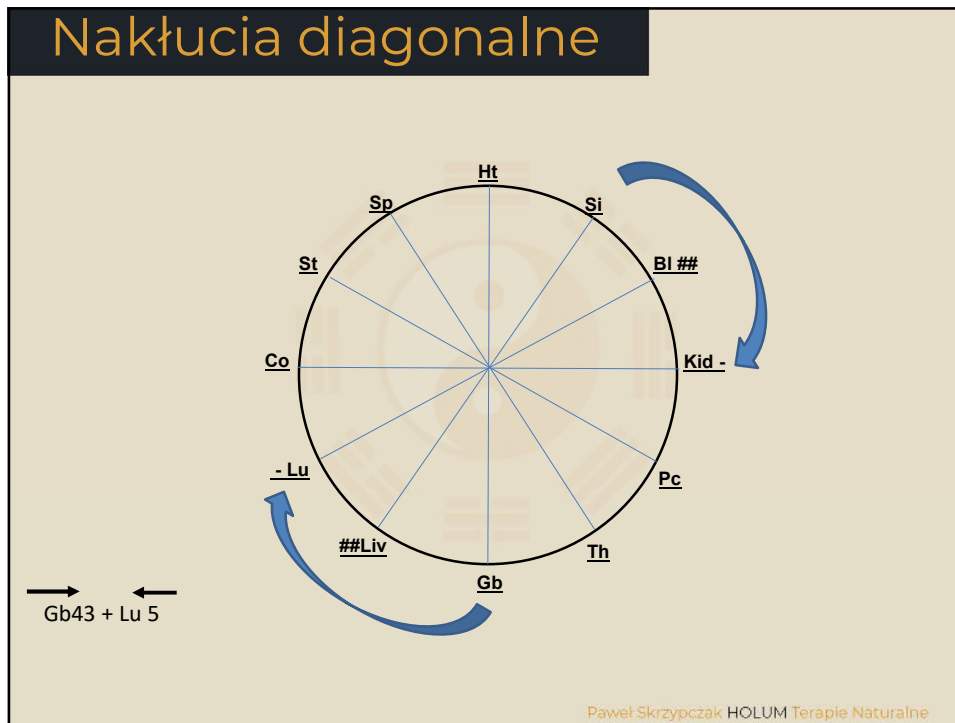
Nakłucia diagonalne

- Pobudzanie przepływu Qi w meridianie i narządzie lub spowalnianie, gromadzenie energii – szczególnie **kiedy dolegliwości pojawiają się o regularnych porach**
- Pobudzanie – poruszanie zastoju
 - ruchem zgodnym ze wskazówkami zegara pod kątem 45°
 - punkt „matki” wg 5 elementów na meridianie poprzedzającym w zegarze narządów
- Hamowanie – budowanie energii
 - ruchem przeciwnym do wskazówek zegara pod kątem 45°
 - punkt „redukujący” na meridianie w którym chcemy zbudować energię

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

24

Nakłucia diagonalne



25

Punkty antyczne

Jing Well/studni

- duża dynamika,
- aktywacja Qi,
- coś nowego,

Ying Spring/źródła

- stworzenie ruchu w meridianie,
- komunikacja między meridianami yin/yang w elemencie,
- kiedy zmiana koloru na twarzy w skutek zastoju

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

26

Punkty antyczne

Shu stream/strumienia

- silny strumień Qi w meridianie,
- kiedy chcemy pozbyć się nagromadzeń o charakterze yin (obrzęki, ciężkość)

Jing River/rzeki

- spokojniejszy ruch Qi, więcej Qi,
- długotrwałe wzmacnianie ruchu Qi w meridianie,
- zmiana głosu

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

27

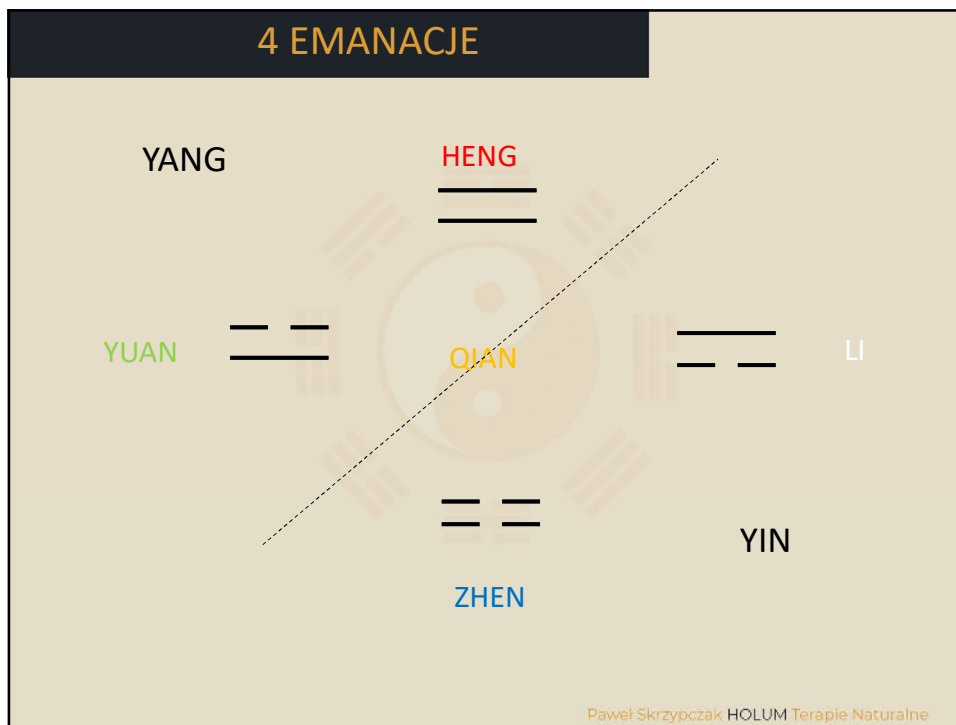
Punkty antyczne

He Sea/morza

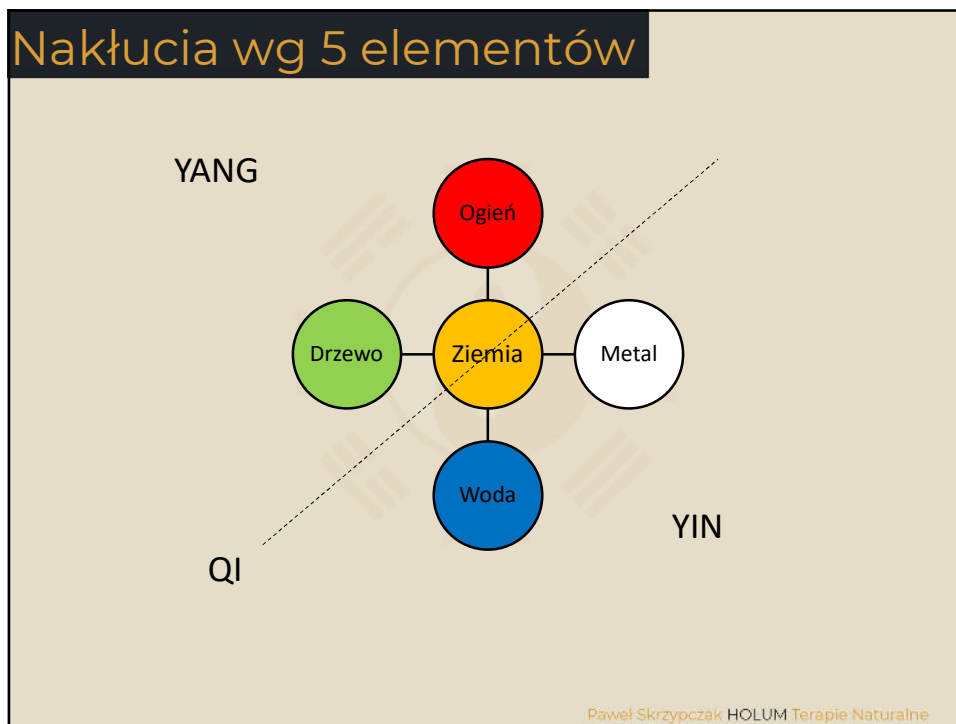
- miejsce gdzie energia meridianu łączy się z energią organu (rzeka z morzem),
- wykorzystujemy Qi meridianu żeby oddziaływać na narząd

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

28

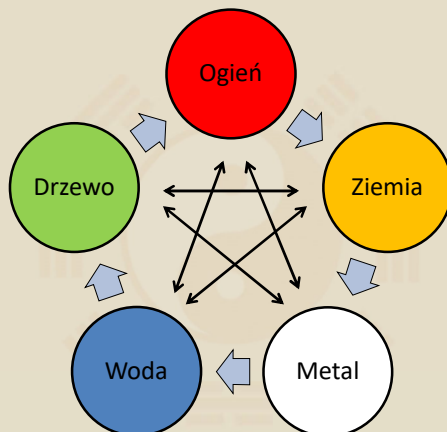


29



30

Nakłucia wg 5 elementów



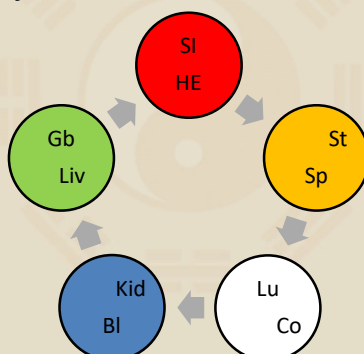
Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

31

STRATEGIA WG 5 ELEMENTÓW

Relacje w cyklu sheng i ke

- Sheng – Yang odżywia Yang, Yin odżywia Yin
- Ke – Yang kontroluje Yin



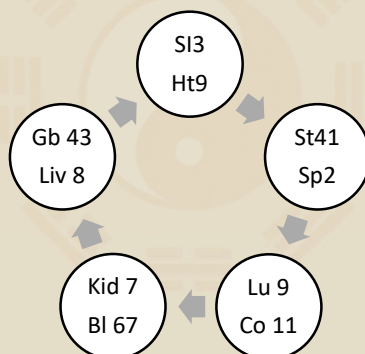
Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

32

STRATEGIA WG 5 ELEMENTÓW

Punkty transformujące

- Punkty „matki” – punkty poprzedniego elementu na danym meridianie



Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

33

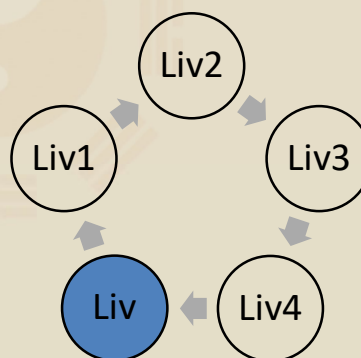
STRATEGIA WG 5 ELEMENTÓW

Redukcja jakości

- **Np. Woda w wątrobie**- redukcja Liv8 + wzmocnienie Liv...

Działanie w cyklu kontrolnym lub odżywcym

- Cykl Ke – Liv 2, Liv3
- Cykl Sheng – Liv1, Liv4



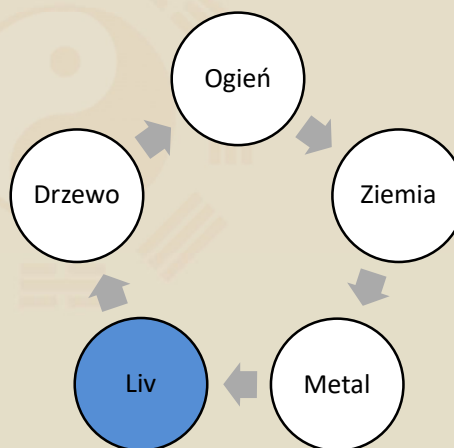
Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

34

STRATEGIA WG 5 ELEMENTÓW

Działanie energetyczne

- Nakłuwamy słaby meridian który związany jest w z **wątrobą** w jakimś systemie
- Gb – el. Drzewa
- Pc – Jue Yin
- Si – zegar narządów
- Sp – mąż-żona
- Co – unlike Stem
- Si – unlike Branch



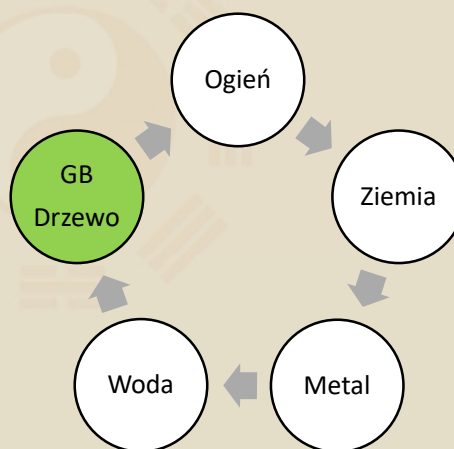
Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

35

STRATEGIA WG 5 ELEMENTÓW

Przykład

- Generalna jakość pulsu drzewo – szczególnie GB meridian



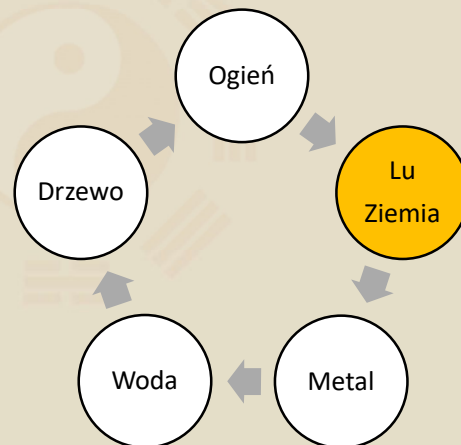
Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

36

STRATEGIA WG 5 ELEMENTÓW

Przykład

- Generalna jakość pulsu Ziemia – szczególnie Lu meridian



Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

37

PODSUMOWANIE

- Wybrać system meridianów na którym chcemy pracować – diagnoza z pulsu/objawy
- **Ściągisto mięśniowe** – punkty Jing, punkty na przebiegu, punkty łączące
- **Główne** – ilość/jakość/dynamika
- **Luo** – podłużne, poprzeczne,
- **Diwergentne** – punkty aktywacyjne, przebieg, połączenia
- **Cudowne**

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

38

STRATEGIA DOBORU PUNKTÓW

- Wybrać meridian/meridiany
- Jeżeli meridiany główne to czy problemem jest ilość czy jakość?
 - A. Ilość - punkty mu, shu, luo, yuan, xicleft, entry-exit, punkty na tułowiu, działanie na substancje ciała
 - B. Jakość – 5 elementów

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

39

STRATEGIA DOBORU PUNKTÓW

- Jaką substancję trzeba wzmocnić – fizjologia SJ
 - Qi – SanJiao, Tai Yin
 - Jin ye – Kid, St, Lu, Th, Ren, Tai Yang
 - Xue – St, Co, Sp, Kid, He, Lu
- Kombinacje punktów akupunkturowych
-dogramy, trygramy

Paweł Skrzypczak HOLUM Terapie Naturalne

40

