

SPIS TREŚCI

Wstęp	9
Podziękowanie	11
Filozofia wschodniej medycyny tradycyjnej	13
Pojęcie energii Qi	13
Pojęcia Yin – Yang	18
Reguła pięciu elementów	19

ROZDZIAŁ 1

12 MERIDIANÓW GŁÓWNYCH I ICH DODATKOWE SPRZĘŻENIA 8 KANAŁÓW CUDOWNYCH

Meridiany i kanały energetyczne Jing Luo	21
Meridian płuc	23
Meridian jelita grubego	26
Meridian żołądka	30
Meridian śledziony i trzustki	36
Meridian serca	40
Meridian jelita cienkiego	44
Meridian pęcherza moczowego	48
Meridian nerek	56
Meridian osierdza	60
Meridian potrojnego ogrzewacza	63

Meridian pęcherzyka żółciowego	64
Meridian wątroby	71
Kanał głównego regulatora tylnego Dumai	75
Kanał głównego regulatora przedniego Renmai	78
Kanały energetyczne dodatkowe.	81
Osiem cudownych kanałów energetycznych	81
Współzależność pomiędzy akupunkturą	
i biorytmem dobowym człowieka	86

ROZDZIAŁ II

PUNKTY AKUPUNKURY I ICH DZIAŁANIE

Specyficzne punkty	89
Podział punktów akupunktury w zależności	
od aktywności oraz właściwości terapeutycznych	90
Punkty pięciu elementów Shu	90
Punkty magazynowania energii Qi narządów	
Zang-Fu	93
Punkty Yuan	93
Punkty Shu	94
Punkty Mu	94
Punkty Xi	95
Osiem punktów wpływowych Bahui	96
Punkty Xia-he – punkty dolnego morza narządów Fu	97
Osiem punktów otwierających kanały cudowne	
(Bamai jiao hui xue)	97

ROZDZIAŁ III

ZASTOSOWANE AKUPUNKTURY W LECZENIU CHORÓB

Akupunktura w leczeniu chorób	99
Różnicowanie syndromów narządów Zang – Fu	104
Leczenie bólu	105
Akupunktura w neurologii	110
Akupunktura w chorobach układu oddechowego	113
Akupunktura w chorobie układu krążenia	114
Syndrom Bi (bóle stawów)	116
Akupunktura w chorobach ginekologicznych	118
Akupunktura w chorobach oczu i laryngologicznych	120
Cukrzyca	121
Hemoroidy	122
Punkty stosowane w chorobach zakaźnych	122
Leczenie stresu i depresji za pomocą akupunktury	123
Akupunktura w bezsenności	125
Doświadczenia z praktyki lekarskiej prof. Tsolmonpureva Badarchina z zastosowaniem akupunktury	126
Dziesięć punktów tradycyjnie stosowanych przy chorobach przewodu pokarmowego	127
Niezawodne 6 par punktów meridianów kończyn	129
Doświadczenia z praktyki lekarskiej lek. med. Khanday Galsan z zastosowaniem akupunktury	130

ROZDZIAŁ IV

DOŚWIADCZENIE, EKSPERYMENTY, OBSERWACJE KLINICZNE

Biofizyczne właściwości punktów bioaktywnych	135
Eksperyment nad działaniem przeciwbólowym punktów bioaktywnych u zwierząt (Fail-flik Janssen 1963) . .	137
Eksperyment nad działaniem immunostymulującym punktów bioaktywnych u zwierząt	140
Wyniki zastosowania akupunktury w chirurgii	142
Obserwacje kliniczne	144

ROZDZIAŁ V

ĆWICZENIA, MOKSATERAPIA, BAŃKOTERAPIA

Ćwiczenia niezbędne dla prawidłowego przepływu energii życiowej Qi.	147
Ćwiczenie na poprawę koncentracji	147
Ćwiczenie na poprawę pamięci	148
Ćwiczenie na poprawienie przepływu energii Qi	149
Ćwiczenie zwiększające vitalność organizmu.	150
Ćwiczenie usprawniające funkcje płuc	151
Ćwiczenie na długowieczność	152
Moksaterapia (przyżeganie)	153
Punkty akupunktury do moksaterapii	155
Bańkoterapia.	160
Objawy przy których najczęściej stosuje się bańki . . .	160
Przykładowe punkty akupunktury do bańkoterapii . . .	161
Przebieg głównych meridianów	163
 Bibliografia	 177
O autorach	179