

HJÄRTAT, *xin* 心

AV JAN LINDBORG, BACHELOR OF CHINESE MEDICINE.

Del 2

”Tron och musiken tröstar hjärtat”

Martin Luther

Introduktion

Det finns en lång tradition i Kinesisk Medicin att olika läkare har kommenterat det stora verket Huang Di Nei Jing Su Wen. Nu har jag, kanske övermodigt, bestämt mig för att göra samma sak!

Suwen kapitel 1 handlar om livsstil och hur man förebygger sjukdomar och där pratar man bl.a. om att sinnet ska vara avslappnat och att man har få begär. Hjärtat är lugnt och det finns ingen rädsla och de som är visa modifierade sina begär och önskemål och de kände ingen ilska. Begär och önskemål utmattade inte deras ögon och överflödet kunde inte förvirra deras hjärtan.

I Suwen 2 pratar man om hur man ska anpassa sig till de fyra årstiderna och när det gäller hjärtat är det sommaren man pratar om.

”Sommarens tre månader kallas frambringa och utveckla blommorna (eller att blomstra)

Himlens och jordens qi förenas, de tiotusen varelserna blomstrar och frodas.

När natten har fallit lägger man sig och i gryningen stiger man upp.

Man är försiktig med att stanna i solen för länge.

Man bistår skönhetens glans och styrka, som därmed fullbordar sina löften att bistå qi's frigörelse.

På detta vis anpassar man sig till sommarens qi, vilket är vägen för att underhålla livets tillväxt.

Att gå emot detta skadar hjärtat, vilket resulterar i återkommande feber på hösten p.g.a.

otillräcklig skörd,

I vinterns hjärta (dvs. dess mitt) kommer sjukdomen bli sämre.”

Kommentar: Om man stannar i för länge i solen börjar man svettas och då förlorar man yang vilket ger återkommande feber på hösten som innebär ytterligare värmeförlust och när man har förlorat yang så kommer yin att växa sig starkare när årstiden är som mest yin och då kan inte ett försvagat hjärta som är yang klara sig mot kylan och mörkret. Förutsättningen för att överleva vintern är att man har byggt upp sin yang under sommaren för att lagra den under hösten för att kunna klara av vinterns yin.

SW 3

”Om man äter för mycket salt kommer skelettets qi tröttnas ut, musklerna kommer att dra ihop sig och hjärtats qi kommer att minska. Om man äter för mycket sött kommer hjärtats qi att flämta”.

Kommentar: Salt i lagom mängd stärker hjärtat eftersom salt mjukgör saker pga. att det drar vatten till sig och hör ihop med eld elementet som är det mjukaste av de fem elementen. När blodet är torrt och stagnerat använder vi insekter med salt smak för att mjukgöra blodet igen genom att mer vätskor kommer dit. Om vi äter för mycket salt drar vi in för mycket vatten i blod och vävnader. Blodtrycket stiger, musklerna krampar och hjärtats eld kommer att släckas. Skelettet kommer att mjukna. Söt smak slappnar av och när jordelementet. Jord är dubbel yin, jord och vatten tillsammans dvs. lera. Kallas för Taiyin, den stora yin. Om för mycket sött blir det mycket fukt som kväver elden.

SW 4

”Den sydliga vinden skapar sommaren och orsakar hjärtsjukdomar.”

Kommentar: Hjärtat har mest yang precis som sommaren. Om sommaren blir för het kommer hjärtats eld att också bli för het vilket kommer att bränna hjärtat och torka dess muskel och vätskorna i blodet och då får vi torrt blod som inte längre kan cirkulera i de små kapillärerna.

SW 10

”När man tänker och grubblar kommer hjärtat att utarmas.”

Kommentar: Hjärtat betecknar här jaget och det är jag som tänker och om jag hela tiden tänker och grubblar tar det en massa energi från hjärtat och gör mig trött.

”Huang Di: När man känner att pulsen är spänd på hjärtats position, vilken sjukdom är det? Qi Bo: Namnet på sjukdomen är upphöjd hjärtsjukdom. Den manifesterar sig i nedre buken. Huang Di: Hur förklarar men detta? Qi Bo: Hjärtat är ett manligt organ och tunntarmen är dess budbärare och därför säger man att nedre buken kommer att visa dess manifestation”

Kommentar: Kyla är sammandragande och därför spänd puls vilket betyder att det finns kyla relaterat till hjärtat och denna kyla kommer att överföras till dess kopplade organ som är tunntarmen som kommer att dra ihop sig och visa sig som utbuktningar i nedre buken vilket kallas ”Shan” dvs. berg. Hjärtat är det mesta yang vi har och ska vara varmt men inte hett.

SW 22:

”Hjärtat längtar efter mjukhet, om hjärtat är sjukt, ät snabbt salt smak för att mjukgöra dess qi. Använd salt smak för att stärka och sött för att dränera.”

Kommentar: Salt stärker eld, kontrollerar metall och befuktar. Salt styr över vatten och dit salt går, går också vatten och eftersom salt går till blodet kan det tillföra vätskor till blodet och göra det mjukare så att det kan cirkulera bättre. Blodstagnation är hårt, torrt blod och då använder vi salta insekter för att mjukgöra det igen men för mycket salt leder till för mycket vatten i blodet vilket höjer blodtrycket. Salt skingrar njurarna eftersom de måste vara solida. Bittert samlar och gör njurarna solida. Sött stärker och slappnar av muskler, modererar hjärtat dvs. lugnar för mycket hjärta dvs. för mycket hjärtslag eller överaktivt sinne medans för mycket sött gör att man inte kan fokusera och man blir slö.

”Vid hjärtsjukdom får man smärtor i bröstkorgen och stötande fullhet i sidorna och smärtor under revbenen, smärtor mellan bröstet, axlar och skulderblad. Det finns smärtor i båda armarna.....För behandling välj Shaoyin och Taiyang meridianerna och stick dem som har blodstagnation under tungan (dvs. blod mörka kärl), om sjukdomen ändras till en annan hjärtsjukdom stick hjärta 8. Hjärtat hör ihop med den röda färgen och vid sjukdom ska man äta surt som små bönor (*Jia yi jing*, föreslår hampa istället för små bönor) hundkött, plommon och purjolök som alla är sura.

Kommentar: Surt stärker metall, kontrollerar trä, lugnar vind, stärker njurarna pga. stärker metall och drar ihop t.ex. koncentrerar sinnet, håller vätskor, håller qi i lungan etc. Vind skapar mer hetta genom att blåsa på elden och den röda färgen är ett tecken på hetta. Njurarna är vatten som kan kontrollera hetta. Man behandlar Shaoyin som är hjärtats och njurarnas gemensamma meridian och Taiyang är den yttre delen av Shaoyin.

”Vad de fem zang ogillar: Hjärtat ogillar hetta. Vätskor som omvandlas av de fem zang: hjärtat skapar svett. Vad de fem zang lagar: hjärtat lagrar andarna. Vad de fem zang regerar över: hjärtat regerar över mai dvs. cirkulationsvägarna (kärlen). Skador utifrån de fem utmattningarna: Att titta länge skadar blodet.”

Kommentar: Här har jag bara tagit med vad som sägs om hjärtat. Andarna skulle kunna översättas till medvetande. Blodet är den vätska som hör ihop med hjärtat. Att titta länge är att använda sinnet som är hjärtat som styr över blodet som därmed konsumeras.

SW 24

”När det gäller människans jämna nummer så innehåller Shaoyin lite blod och mycket qi. Jueyin innehåller mycket blod och lite qi.”

Kommentar: Jueyin består av meridianerna och organen lever och det arbetande hjärtat, xinzhu som också var namnet på handens jueyin. Nu kallar många böcker det för perikardiets meridian men det namnet finns inte i Suwen för denna meridian. Jueyin är den som cirkulerar blod och ser till att blodet kommer dit det ska. Shaoyin är hjärtat och njurarna. Hjärtat är den kejserliga elden i söder och njurarna är det kalla vattnet i norr. Värme skapar ånga som är qi, dvs. elden värmer vatten som förångas som är qi. Därför mer qi än blod i Shaoyin.

SW 26

[Huang] Di:

”Vad betyder andar” (Shen)?

Qi Bo:

”Låt mig tala om Shen

Shen, ah!, shen!

Öronen kan ej höra dem.

När läkarens ögon är klara och hans sinne rör sig framåt, kan han endast uppfatta shen som om de vore synliga. Men munnen kan ej tala om dem. Alla andra tittar men det är bara han som kan se dem. Om man närmar sig dem verkar de vara osynliga. Alla tittar efter dem men bara för honom själv är de uppenbara som om det tydligt uppenbarade sig för honom, som om vinden hade blåst bort molnen. Därför pratar man om andar.”

Kommentar: Det är endast ett lugnt och klart sinne som är i stillhet som kan uppfatta saker som de är utan värdering eller förutfattade åsikter. Det är ett tillstånd utan tänkande, utan känslor, det är sinnet som inte vet något, som inte blir något, som inte värderar som inte grubblar över dåtid eller framtid.

SW 32

”När hjärtat har hettasjukdom har patienten först ingen glädje. Flera dagar senare kommer hettan och när kroppens egen qi slåss emot hettan så får patienten plötsligt hjärtsmärta, oro och en lust att kräkas. Huvudet värker, ansiktet är rött och patienten svettas inte. På *ren* och *gui* dagar blir det sämre och på *bing* och *ding* dagar svettas patienten rikligt. När det uppstår motströmsrörelse då dör man på *ren* och *gui* dagar.”

Kommentar: Eftersom glädje uppstår ur ett lugnt och klart sinne kan den inte manifestera sig då hettan stör sinnet. Inre hetta kan uppstå av flera orsaker. Den vanligaste är pga. inre vind. Vind uppstår mellan ett kallt och varmt område. T.ex. levern blir nerkyld pga. kyla som attackerar nerifrån och stiger till levern via dess meridian som börjar i foten och som är fotens Jueyin som delar meridian med handens Jueyin som är xinzhu, det arbetande hjärtat som tillhör eld och är varmt. Vinden blåser och ökar elden som flamar uppåt och då får vi många symtom på stigande som ger smärta i hjärtat, oro och lust att kräkas, huvudvärk och röd i ansiktet. Att patienten inte svettas kan bero på att hettan och vinden har konsumerat vätskor. Hjärtat regerar över eld och *Ren gui* dagar är vatten som släcker eld och därför dör patienten på dessa dagar. *Bing och ding* dagar är eld och därför svettas de rikligt på dessa dagar.

”När det finns hettasjukdom i hjärtat blir pannan först röd”

Kommentar: Det beror på att hetta stiger uppåt.

”När mensan inte kommer beror det på att uterus meridian är stängd och den är förbunden med hjärtat som skapar ett nätverk av cirkulation i uterus. I detta fall beror det på att qi stiger och trycker mot lungan och då kan inte hjärtats qi gå ner och därför ingen menstruation.”

Kommentar: Lungans uppgift är att sänka qi och vätskor nedåt och om ej så sker samlas qi och vätskor i den övre värmaren och då kan inte heller hjärtat cirkulera blodet ner till uterus.

SW 37

”När lever skickar kyla till hjärtat leder det till galenskap.....När levern skickar hetta till hjärtat leder det till döden”

Kommentar: Kyla är sammandragande och hämmar cirkulationen av blod i de små kärlen/kapillärerna. Hjärtat är beroende av en riklig blodförsörjning och om hjärtat inte får den bästa näringen, essenserna, då kan inte Shen vara förankrad i hjärtat/sinnet eller i blodet och då har vi inte längre någon vägledning och förlorar förståndet. En kall lever skapar vind (se ovan) som skapar eld som flammor uppåt och resulterar i ett väldigt tryck uppåt vilket kan leda till slaganfall och död.

SW 39

”När kyla omringar kärlen minskar blodet, när kylan tränger in i kärlen då kan inte qi längre cirkulera och därför uppstår plötslig smärta.”

Kommentar: Kyla är sammandragande och hindrar cirkulation och när cirkulationen är blockerad uppstår smärta. Pulsen blir spänd och vi måste använda värme (moxa) för att eliminera kylan.

”När man är glad är qi i harmoni och sinnet är ostört. Näring och försvar (ying och wei) cirkulerar fritt och därför är qi avslappnad. När man är ledsen kommer hjärtats luovärd vara spända.....När man är rädd har hjärtat inget att luta sig emot, Shen har inget att återkomma till och ens avsikter har ingenstans att vara och därför kommer qi i oordning”

”När man reflekterar då har hjärtat en plats att vara på, Shen har ett ställe att komma till och den normala qi stannar och rör sig inte och därför samlas qi”

Kommentar: Här handlar det om ett meditativt tillstånd där man fokuserar sinnet på något som en bild, symbol, ord, problem, etc. och håller uppmärksamheten där utan att låta tankarna vandra. Det kan leda till insikter rörande vardagliga eller andliga frågor.

SW 42

[Huang] Di:

”På vilket sätt påverkar vind de fem zang? Jag skulle vilja höra om deras diagnos och varje sjukdoms manifestation”

Qi Bo:

”Hjärtvind visar sig som att patienten har rikliga svettningar och fruktar vind. När det bränner extremt mycket har de en tendens att blir arga och skrika. Ansiktsfärgen är röd.”

Kommentar: När man svettas blir ytan fuktig och då ogillar man vind. Läpparna bränns och spricker pga. hettan torkar ut huden. När vind påverkar hjärtat kommer det skapas mer hetta pga. att vind blåser på elden som flammor ännu mer vilket stör sinnet och man blir arg och skriker. Hetta stiger och gör att ansiktet blir rött.

SW 43

[Huang] Di:

”När en sjukdom rör sig inåt och stannar i de fem zang och i de sex fu, vilken qi orsakar detta?”

Qi Bo:

”(Var och en av de fem zang har sin specifika korrespondens, så när sjukdomen (i skelett, muskler, etc.) pågår länge och inte försvinner så går den inåt och stannar i de organ som hör ihop med respektive vävnad).....När kärblockering inte har upphört och man är återigen påverkad av patogen qi då kommer den gå till hjärtat”

Kommentar: Hjärtat fruktar hetta och hetta leder till torka vilket leder till att blodet stagnerar. Torrt blod kan inte cirkulera.

”När det gäller hjärtblockering (Bi) finns det ingen cirkulation i kärlen (troligen kranskärlen på hjärtat). När patienten är orolig, är det spänt som en trumma under hjärtat. Qi rusar kraftfullt uppåt och patienten har flåsande andning. Halsen är torr och patienten tenderar till uppstötningar. När qi rör sig uppåt blir patienten rädd”

Kommentar: Hjärtblockering betyder att det inte finns någon försörjning till själva hjärtmuskeln pga. blockering i kranskärlen, det vi kallar kärkramp. Dessutom finns det en blockering i epigastriet som är spänd som en trumma vid palpation. Denna blockering kallas för ”Pi” (glomus) vilket leder till torra uppstötningar och oro som man inte kan lugna. Magens qi kan inte gå ner vilket är dess normala riktning och därför stiger qi kraftfullt och hindrar därmed lungans nedåtgående rörelse och därför flåsande andning. Stigande qi slår även mot hjärtat och därför uppstår rädsla. Orsaken är torka i magen som måste återfuktas.

”När ett överskott på qi orsakar ångest och oro visar det på att en blockering har uppstått i hjärtat.”

Kommentar: Samma förklaring som ovan. För mycket stigande hindrar hjärtats qi att röra sig nedåt vilket är det normala. Elden måste gå ner till vattnet och värma det. Det som stiger för mycket kommer att störa sinnet och ge oro och ångest och sömnstörningar.

SW 44

Huang Di frågar.

”När de fem Zang låter en person lida av slapp pares, hur ska man förklara det?”

Qi Bo svarar:

”Hjärtat styr över kroppens blod och kärl och när hjärtat är hett då kommer qi i de nedre kärlen stiga och därmed utarmas kärlen. När de är utarmade kommer det att leda till kärlutmattning. Balansen är bruten och inget kan längre stiga. Smalbenen är slappa och kan inte längre användas att gå med.”

Kommentar: Här handlar det återigen av för mycket stigande. Hjärtats uppgift är att få blodet att cirkulera ända ner till tårna. Om det finns för lite yang, eld i hjärtat finns det inte tillräckligt med kraft att nå hela vägen ner. När hjärtat inte kan sänka flyter qi och yang uppåt istället och då blir hjärtat överhettat.

[Huang] Di frågar:

”Hur kan vi skilja åt dessa tillstånd?” (frågan gäller alla zang)

Qi Bo:

”När det gäller hjärtat är ansiktet rött och luo kärlen kommer att flöda över.”

Kommentar: När elden stannar upptill blir ansiktet rött. När blodet inte cirkulerar stagnerar blodet och det kommer visa sig i kapillärerna som blir mörka.

SW 45

”Tillbakadragande (jue) i Shaoyin leder till torr mun och röd urin, fullhet i buken och hjärtsmärtor.”

Kommentar: Tillbakadragande betyder att cirkulationen inte längre når ända ut i extremiteterna. Det finns stagnation som leder till hetta som konsumerar vätskor och därför röd urin och torr mun. Stagnation av qi kommer leda till hetta som flammor uppåt vilket ger, förutom redan sagda, fullhet i buken och smärtor i hjärtat pga. stigande.

”Tillbakadragande med motströmsrörelse i handens xinzhu (hjärtat som regent, dvs. det arbetande hjärtat) och i handens shaoyin resulterar i följande: Hjärtsmärtor som drar i halsen, kroppen är het. Döden är oundviklig, patienten får ej behandlas. Enligt en kommentator kan sjukdomen botas om det ej finns hetta.”

Kommentar: Motsrömsrörelse, jue, betyder att qi och blod inte kan cirkulera ut i extremiteterna vilket betyder att de blir kalla. Om det bara är fingrarna som är kalla är qi svag, om det är hela handen är det blod som är svag och om det är upp i underarmen så är det yang som är svag. Ju längre upp kylan går desto allvarligare. Att kroppen är het betyder att yang inte har någon förankring längre antingen på att njurarnas yin är utmattade

pga. vätskeförluster eller att yang i sig är så svag att den inte längre kan gå ner till yin utan flyter upp och ut och om yang lämnar kroppen dör vi.

SW 63

”När en patogen har invaderat handens shaoyin’s luo, dvs. hjärtats luo kommer det att resultera i halsblockering (bi) och ihoprullad tunga. Munnen är torr och hjärtat är oroligt. Den yttre sidan av armen värker och man kan ej lyfta armen.”

Kommentar: Hjärtat luo separerar från hjärtats meridian vid Hj-5 (Tongli) och följer hjärtats meridian till hjärtat och fortsätter därifrån till tungroten och ögonen. Eftersom den är blockerad kommer tungans mobilitet att påverkas, munnen blir torr och hjärtat oroligt pga. hetta som stiger. Qi är blockerad och därför värk och svårt att lyfta armen. Stick Hj-5.

SW 65

”När det gäller överföring av en sjukdom. När det gäller hjärtsjukdom kommer patienten först känna smärta i hjärtat. Efter en dag hostar han. Nästa tre dagar känner han tryckande fullhet och smärta i revbenssidor. Nästa fem dagar finns det obstruktioner och stagnationer, kroppen värker och extremiteterna är tunga. Om sjukdomen inte har slutat inom tre dagar kommer patienten att dö på vintern vid midnatt och på sommaren vid middag.”

Kommentar: Smärtor i hjärtat innebär att qi och eller blod har stagnerat vilket påverkar hela bröstkorgen. Eld kontrollerar metall i fem elementen och därför blir lungan invaderad dag två och därför hosta eftersom eld flamar uppåt och hindrar lungans sänkande. Om hjärtat inte längre kan cirkulera blod så kommer blod att stagnera vilket leder till smärtor och extremiteterna blir svåra att röra. Hjärtat fruktar kyla och vatten och därför dör man på vintern eller vid midnatt när kylan och mörkret är som störst vilket släcker den lilla eld som finns kvar. På sommaren dör man vid midsommar eller middagsdags när solen som står som högst och yang är som starkast vilket gör att den sista elden i hjärtat flamar upp och förbrukas.

SW 70

”Frysande kyla dyker ofta upp. Vid allvarliga tillfällen finns det regn, vatten, frost, hagel och skärande kyla vilket skadar hjärtat.”

Kommentar: Hjärtat är eld och fruktar kyla och vatten eftersom de kan släcka elden.

”När Taiyang kontrollerar himlen och när kall qi kommer ner då kommer hjärtats qi stiga för att följa. Elden kommer vara verksam och cinnober (qi) stiger. Därför kommer metall att skadas. Kyla och svalka dyker upp frekvent. När de dominerar kommer vattnet att frysa. Eld qi stiger högt och är lysande (dvs. den bränner). Hjärtat är hett och oroligt. Halsen är torr och man är törstig. Näsan är täppt och man nyser. Människor är sögsna och jäspar ofta. Hetta qi rör sig okontrollerat. Därför kommer kylan tillbaka för att hämnas. Frost kommer fastän det inte är dags. Människor är glömska. I allvarliga fall värker det i hjärtat.”

Kommentar: Här handlar det om hur den atmosfäriska energin påverkar kroppen. Det är vinter, taiyang är det kalla vattnet i norr och när kylan kommer ner måste elden mobiliseras för att möta den. Cinnober är den röda färgen som representerar eld och elden invaderar metall som smälter. Elden mobiliserar sig ännu mer mot kylan så den börjar bränna och därför är hjärtat hett och oroligt, halsen blir torr och man är törstig. Lungan kan inte sänka och därför är nästan täppt och man nyser. Eftersom lungan är blockerad kommer man att vara ledsen och gäspa. Minnet försämras pga. att hjärtat är påverkat och det kan t.o.m. värka.

SW 74

”Människorna lider av att de huttrar och skakar av kyla. De tenderar till att ofta sträcka sig och gäspa. Hjärtat värker med tryckande fullhet i epigastriet. Revbenssidorna är spända inuti. I allvarliga fall finns det smärtor i hjärtat och hettan är instängd.”

Kommentar: Kyla hindrar och blockerar cirkulationen i blodkärlen speciellt i alla Luo. Man fryser och cirkulationen är hämmad vilket ger smärtor och man vill sträcka på sig och gäspa för att få igång flödet igen. Epigastriet är blockerat pga. att qi sitter fast där. Hjärtats mu punkt ren 14 ligger här vilket visar det nära förhållande som finns mellan epigastriet och hjärtat. När det inte finns någon cirkulation uppstår hetta.

”När shaoyang dominerar uppstår hetta i magen. Hjärtat är oroligt och det finns smärtor i hjärtat. Ögonen är röda och man har lust att kräkas.”

Kommentar: Shaoyang är fri cirkulation av qi och när qi stagnerar i gallblåsans meridian invaderar trä jord. Qi stagnation leder till hetta och magen som är varm i sig själv får än mer hetta som stiger och och skapar mer hetta i hjärtat som blir upprört och oroligt. Hjärtats meridian går till ögonen som blir röda av den stigande hettan. Magen kan inte längre sänka pga. den stigande elden och därför vill man kräkas.

”När Taiyang dominerar då uppstår frost och extrem kyla anländer. Vatten fryser även om det inte är dags än (dvs. vintern har inte kommit riktigt ännu) Kyla invaderar magen vilket leder till smärtor i hjärtat och det uppstår sår i det genitala området.”

Kommentar: Taiyang är det kalla vattnet i norr och representerar vintern. Vi blir invaderade av kyla i magen som ligger rakt under hjärtat. Magen har en direkt luo förbindelse med hjärtat som heter xuli vilket betyder att det som händer med magen kan direkt få konsekvenser för hjärtat. Hjärtat i sin tur har ett förbindelsnätverk (Luo) med det genitala området vilket innebär att hjärtat försörjer området med blod. Det arbetande hjärtat ”xinzhu” som är handens jueyin står i direkt förbindelse med fotens jueyin dvs. leverns meridian som passerar det genitala området. När kyla har invaderat hjärta hindras blodcirkulationen och drabbar det genitala området. Kyla skapar förutsättning för att mikrober och parasiter kan föröka sig. Sjukdomen kallas för rävsjuka. Råven associerades med förföriska kvinnor i det gamla Kina (förmodligen prostituerade) som smög sig på en och överförde smitta.

”När shaoyang hämnas uppstår massiv hetta som orsakar visnande, torka och flammande. (Kommentar av Fang Yaozhong: ”In all years when cool qi dominates disproportionately, at a certain point the qi of fire will come to take revenge. The climate changes from cool to hot.”). Djur med skal försvinner. Människor lider av rädsla, spasmer, hosta och näsblod. Deras hjärtan är heta, oroliga och överexalterade.”

Kommentar: Vokabulären är rätt rolig. Enlig den kommentator som jag citerat är det en ren hämnd på kylan som har varat så länge att hettan nu blir överdriven för att ge igen. Som tidigare sagt uppstår det lätt eld i shaoyang när qi stagnerar och eld stiger och hindrar lungans sänkande, hosta, och trycker blodet uppåt så det blir näsblod och hettar upp hjärtat och gör att man blir orolig och exalterad.

”Vatten fryser, regn omvandlas till snö. Varelser med fjädrar dör. Hjärta och mage blir kalla. Bröstkorg och diafragma har inte längre någon fri passage. Man lider av värk i hjärtat med blockering och fullhet. De har huvudvärk och tenderar till att vara nedstämda.”

Kommentar: Pga. klimatfaktorer blir vi nerkylda och kyla hindrar en fri cirkulation pga. att den är sammandragande. Stagnation leder till smärta i hjärtat eftersom cirkulationen i bröstkorgen och diafragma är stängd. När det inte finns fri cirkulation blir man nedstämd. Hjärtats normala tillstånd är glädje som är ett resultat av fri cirkulation. När den övre värmaren är blockerad kommer qi inte att kunna gå nedåt och då blir det ansamlingar upptill som leder till huvudvärk.

”När kall qi kommer stort har vi vatten som dominerar och då kommer eld och hetta att invaderas av patogen qi. Ur detta uppstår hjärtsjukdomar.”

Kommentar: Hjärtat är det mesta yang vi har. Det är Kejsaren som cirkulerar ut det varma blodet i hela kroppen som består av medvetande, näring och försvar. Kyla hindrar denna cirkulation och hjärtat kan inte längre arbeta optimalt och resultatet blir skador på hjärtat.

När shaoyin qi (hjärtats meridian) kommer då finns det nedstämdhet och absurt uppträdande samt näsblod. När shaoyin qi kommer finns det överdrivet talande och skrattande.

Kommentar: När det finns störningar i hjärtat och dess meridian kan det antingen leda till nedstämdhet dvs. frånvaro av cirkulation eller absurt uppträdande med näsblod som vittnar om hetta och stigande. Överdrivet tal och skratt är också tecken på hetta i hjärtat.

När shaoyin dominerar finns det hetta under hjärtat. Man är hungrig. Det finns motströmsrörelse under naveln. Qi cirkulerar genom de tre värmarna. Flammande sommarhetta anländer.....När Shaoyin dominerar behandlar man det med kryddig smak och kyla. För att assistera använd bitter och salt smak. Använd söt smak för att skingra.

Kommentar: Hetta under hjärtat är epigastriet dvs. magen och då blir man snabbt hungrig eftersom elden bränner maten snabbare. Motsrömsrörelse under naveln kan antingen vara qi, eld som stiger eller vatten som stiger men eftersom man pratar om flammande sommarhetta är det troligen hetta som stiger uppåt genom de tre värmarna. Det skulle kunna vara Bentun, springande griskulting syndrom, som antingen är vatten som rusar uppåt och invaderar hjärtat, dvs. det arbetande hjärtat och orsakar hjärtklappning eller eld som går uppåt vilket beror på att blodet som Jueyin håller inte kan förankra och hålla Shaoyangs eld som då flamar uppåt. Här rekommenderar man kryddig smak av kall natur för att lugna shaoyin. Kryddigt kan få väskor att förångas och eftersom man väljer en kryddig och kall ört så blir det som en sval dimma som svalkar och kyler hettan. Bittra och kalla örter sänker och kyler hetta. Salt mjukgör hjärtat genom att befukta och motverka torkan som uppstår pga. eld. Sött skingrar hjärtat. Den söta smaken tillhör jord och jord är barnet till eld så jord kontrollerar eld. Skingra barnet för att lugna modern.

”När Shaoyin får sin hämnd, skapas det tryckande hetta i det inre. Man är orolig och överexalterad, näsan är täppt och man nyser. Det finns krampande smärtor i nedre buken. Eld dyker upp med brännande hetta. Halsen är torr. Urin och avföring rör sig nedåt men slutar med det emellanåt. Qi rör sig till vänster och stiger till höger. Man hostar och det finns smärtor i huden. Plötsligt blir de stumma och det smärta i hjärtat. Qi är blockerad, de har yrsel och känner inte längre igen folk. Sen skakar och huttrar dom och pratar osammanhängande och konstigt. När kylan slutar blir de heta och är törstiga och vill dricka. De har brist på qi och deras skelett blir försvagat. Tarmarna är blockerade och de kan inte få ut något. Externt leder det till svullnader, hicka och uppstötningar. När patienten har kräkts så upphör smärtorna. Anledningen är att magens qi går i motsatt riktning mot sitt normala flöde och lyckas ej gå nedåt.”

Kommentar: Hämnaden handlar om att det tidigare hade varit mycket kyla (se ovan) och nu finns det hetta som en respons på nedkylning. Hetta flamar uppåt och stör sinnet och torkar andningsvägarna och hindrar lungan från att gå nedåt. Hetta torkar vätskor och kan leda till torr avföring och minskad urin och därför stopp i flödet emellanåt. Tunntarmen ligger i nedre värmaren och den är varm i sig och när den blir för het förångas vätskor som annars skulle vidare till urinblåsa och tjocktarm. Att qi rör sig till vänster kan vara att qi /blod går ner till vänster där hjärtat ligger för att sen stiga till höger via levern i det venösa återflödet. Elden finns i blodet och när blod torkar stagnerar det i de små kapillärerna vilket kan ge smärtor i huden men elden som flamar bränner också vävnaderna vid ytan som kan ge en brännande smärta.

Kylan finns kvar och hindrar cirkulationen i hjärtat vilket ger smärtor. Tungan hör ihop med hjärtat och den kan inte heller röra sig och därför kan de inte tala. Jaget som är hjärtat är blockerat och man känner inte igen folk. Kylan gör att dom skakar och huttrar med sinnet som är blockerat och därför pratar dom konstigt. När kylan försvinner kommer hettan tillbaka och man är törstig och vill dricka. Hetta leder till förstoppning och då inget kommer ut nedåt blir det motströmsrörelse uppåt och därav hicka och uppstötningar. Kräkning är motsrömsrörelse som här beror på blockeringen ner till i tjocktarmen men som ändå leder till en viss befrielse.

”När shaoyin hämnas, behandlas den med salt smak och kyla. För att assistera använd bittert och kryddigt. Använd sött för att dränera den, använd surt för att dra ihop den. Använd kryddigt och bittert för utgjuta (öppna) den. Använd salt för att mjukgöra den.”

Kommentar: När shaoyin hämnas handlar det om hetta och hetta torkar ut saker och salt befuktar och kalla smaker kyler. Bittert får saker att gå nedåt och här vill vi få elden att gå ned. Bittert samlar också ihop så bittert hjälper isen i njurarna att bli solid för att kontrollera elden. Sött tillhör jord som är barnet till eld i fem elementen och barnet kan dränera modern. Men eftersom sött stärker jord dvs. mjälten mer fylld och ”lerig”

vilket gör att den kan kontrollera elden under gjord så att den inte flammar upp. Det är precis som en lerugn som man gör mat i under en lång tid. Surt tillhör metall och metall är modern till vatten som är njurarna. Surt kan hålla vätskor och qi och också motverka vind som ökar elden. Metall kontrollerar trä. Kryddigt sprider och befuktar och bittert sänker och samlar ihop vätskor så att vätskor både förångas för att kyla atmosfären med kryddigt och ansamlas med bittert så att det finns något att sprida. Salt smälter is och gör det till vatten.

[Huang] Di:

“Jag skulle vilja höra om vad det är som trigger igång en sjukdom.”

Qi Bo:

“Alla sjukdomar med hetta orsakar tryck och spasm, utan undantag hör de ihop med eld. All smärta, klåda och sår hör ihop med hjärtat utan undantag.”

Kommentar: Eld är expansiv och skapar svullnader som vid inflammationer vilket blir som tryck i vävnader. Vätskor torkar ut i vävnader som drar ihop sig. Blodet torkar ut av hetta vilket leder till att det stagnerar vilket manifesterar sig som fixerade smärtor. När huden inte längre bevattnas av blod och vätskor börjar det klia. Hetta bränner vävnader så att de går sönder och börjar blöda. “Allvarlig hetta orsakar sår och smärta och liten hetta skapar sår och klåda. Hjärtat hör ihop med eld, dess omvandling är eld och därför hör sår ihop med hjärtat” Zhang Jiebin (1563-1640), berömd kommentator av Neijing. Wang Bing: “När hjärtat är lugnt, då är smärtan liten; när hjärtat är oroligt då är smärtan värre. Smärta, klåda och sår kommer från hjärtat.

[Huang] Di:

“Behandla kyla med hetta, behandla hetta med kyla. När [gäst qi och besökande qi] är överens, motsätt dem. Om de ej är överens, följ [var och en av] dem. Detta har jag lärt mig hitintills. Hur relaterar det till hur man använder rätt smak?

Qi Bo:

“När gäst qi ockuperar trä skingrar vi den med surt, stärker med kryddigt. När gäst qi ockuperar eld skingrar vi den med sött och stärker den med salt smak.”

Kommentar: Söt smak slappnar av och när jordelementet. Jord är dubbel yin, jord och vatten tillsammans dvs. lera. Kallas för Taiyin, den stora yin. Om man äter för mycket sött blir det mycket fukt som kväver elden. Jord är barn till eld i fem elementen. Skingra barnet för att försvaga modern.

Salt i lagom mängd stärker hjärtat eftersom salt mjukgör saker pga. att det drar vatten till sig och hör ihop med eld elementet som är det mjukaste av de fem elementen. När blodet är torrt och stagnerat använder vi insekter med salt smak för att mjukgöra blodet igen genom att mer vätskor kommer dit. Om vi äter för mycket salt drar vi in för mycket vatten i blod och vävnader. Blodtrycket stiger, musklerna krampar och hjärtats eld kommer att släckas. Skelettet kommer att mjukna. Söt smak slappnar av och när jordelementet. Jord är dubbel yin, jord och vatten tillsammans dvs. lera. Kallas för Taiyin, den stora yin. Om för mycket sött blir det mycket fukt som kväver elden.

“När Shaoyin är vid källan, och gästande qi dominerar, har man smärtor i nedre ryggen. Sacrum, lår, knän, vadmuskler, underben och fötter är alla sjuka. Man upplever tryck med hetta och ömhet. Man lider av svullnader och kan inte stå en längre tid. Urin och avföring ändrar färg. Om den gästande qi dominerar så kommer qi stiga uppåt. Hjärtat värker och man får feber. Alla typer av blockeringar dyker upp, qi sprider sig i övre och nedre sidor. Po svett lagras inte längre. En fyrfaldig motströmsrörelse uppstår i extremiteterna. När Shaoyin regerar, använd först sött och sen salt smak”

Kommentar: Yttre kyla har invaderat den nedre delen av kroppen. Kyla attackerar alltid nertill och bakifrån och därför smärtor och svullnader. Kyla stänger huden och därför kommer hetta att utvecklas vilket leder till stigande som slår mot hjärtat och man utvecklar feber som leder till svettning. När elden brinner drar den till sig massor av syre, men i kroppen drar den qi från de fyra extremiteterna. Sött stärker jord som därmed blir tätare och kan kontrollera elden. Salt stärker hjärtat. Salt drar in vatten i blodet som har torkat efter febern så att blodet kan cirkulera bra igen.

”När den besökande qi är Jueyin använd kryddig smak för att stärka, surt för att skingra, sött för att slappna av. När den besökande qi är Shaoyin, använd salt smak för att stärka den, använd sött för att skingra den och salt för att dra ihop den”

Kommentar: För att stärka Jueyin (handens xinzhu, hjärtat, och leverns meridian) använd kryddigt därför att kryddigt stimulerar cirkulationen, kryddigt skapar mer eld och jueyin är cirkulationen av blod. Surt däremot håller saker, surt hör ihop med metall som hindrar trä att expandera och stiga för mycket. Sött slappnar av så om jueyin är för spänd blir musklerna spända och då hjälper det söta musklerna att bli mjuka.

När det gäller Shaoyin använder vi salt smak för att stärka hjärtat. Eld är det mjukaste elementet, man kan dra handen rakt genom elden. Sinnet måste vara mjukt och flexibelt för att kunna anpassa sig till alla situationer. Salt drar till sig vatten och mjukgör det som är hårt och torrt. Salt smälter is. Använd sött för att skingra. Sött hör ihop med jord och jord kan kontrollera eld precis som en lerugn som ser till att elden brinner lagom för att laga maten. Använd salt smak för att samla. Salt drar till sig vatten. När vi äter salt och det kommer in i blodbanan så ökar mängden vatten i blodet vilket kan leda till högt blodtryck om vi äter för mycket salt.

