

"מזרחה-מערב" – בית ספר לרפואה סינית

האספקטים הנפשיים של שמונת המרידיאנים המופלאים

משה בקר

| עבודת גמר | מאי 2009 |

תודה לבית הספר לרפואה סינית "מזרח-מערב", על כל מוריו וצוותו, שפיתח בי אהבה ותשוקה לרפואה
הסינית;

תודה לעדי גרליץ שעזר לי עם הוספת הסימניות הסיניות לעבודה זו;

תודה לאהבה

תוכן עניינים:

1. ההיסטוריה של שמונת המרידיאנים המופלאים (בקליפת אגוז).....5
2. תפקידי שמונת המרידיאנים המופלאים.....6
3. ההיבטים הנפשיים של שמונת המרידיאנים המופלאים.....9
- א. קבוצת שמונת המרידיאנים המופלאים.....10
- ב. סימניות שמונת המרידיאנים המופלאים.....13
- 13.....Du Mai (1
- 15.....Ren Mai (2
- 16.....Chong Mai (3
- 17.....Dai Mai (4
- 19.....Qiao Mai (5
- 20.....Wei Mai (6
- ג. התייחסות כללית לכל מרידיאן בנפרד.....22
- 22.....Du Mai (1
- 24.....Ren Mai (2
- 25.....Chong Mai (3
- 26.....Dai Mai (4
- 27.....Yang Qiao Mai (5
- 28.....Yin Qiao Mai (6
- 29.....Yang Wei Mai (7
- 31.....Yin Wei Mai (8
- ד. תפקודי נקודות נפשיים של שמונת המרידיאנים המופלאים.....33
- 33.....Du Mai (1
- 70.....Ren Mai (2

94.....	Chong Mai	(3
102.....	Dai Mai	(4
105.....	Yang Qiao Mai	(5
113.....	Yin Qiao Mai	(6
118.....	Yang Wei Mai	(7
132.....	Yin Wei Mai	(8
142.....	סיכום ומסקנות.	4
143.....	ביבליוגרפיה.	5

1. ההיסטוריה של שמונת המרידיאנים המופלאים (בקליפת

אגוז):

אמנם, מרידיאני האקסטרה זכו להתייחסות בפרקים 27-29 של ה-Nan Jing, אולם, יישום נרחב של שימוש בהם נערך רק לקראת סוף שושלת Yuan (1271 – 1368). פרשנויותיהם של Hua Bo- Ren ו-Dou Han-Qing העירו והאירו את דרכם של מטפלי אותו התקופה. נוכח ניסיונו הקליני, Dou Han-Qing, נחשב לראשון שקידם את מושג "8 נקודות המאסטר".

בהמשך, בזמן שושלת Ming (1368 – 1644) Li Shi Zhen (1518 – 1593), מחבר ה-Grand Materia Medica המפורסמת, פרסם בשנת 1572 ספר אודות מרידיאני האקסטרה הקרוי "Qi Jing Bai Mai Chao" ("בחינת מרידיאני האקסטרה"). הטקסט של Li פירט בהרחבה את המסלולים של מרידיאני האקסטרה הרבה מעבר למה שצוין ב-Nan Jing. לדידו של הבחור, כל מטפל סיני אשר אינו משתמש בקליניקה במרידיאנים אלו אינו מטפל ברמה הגבוהה ביותר של הרפואה הסינית. אנקדוטה מעניינת מספרת, כי פוליטיקה ורגשות היו קיימים אז כהיום ברפואה הסינית, ולכן Li, בעודו הולך לתומו בשכונת מגוריו, זכה בעונג מפוקפק ונרצח על ידי חבריו הרופאים.

בזמן שושלת Qing (1644 – 1911), Ye Tian-Shi סיפק הסבר לאופן "חדירת" מחלה כרונית למרידיאני האקסטרה בספרו "Li Zheng Zhi Nan Yi an" ("מקרים כמדריך לפרקטיקה הקלינית").

לאחרונה, מרידיאני האקסטרה קושרו לאופן בחירת נקודת ה-Midday – Midnight.

כאמור לעיל, מעט מאוד ספרות נכתבה בנושא, אולם בפרקטיקה נקודות מרידיאני האקסטרה זכו לשימוש תדיר שנבע מידע שעבר ממורה לתלמיד.

הפרספקטיבה ההיסטורית של שמונת המרידיאנים המופלאים נועדה בין היתר להמחיש את העובדה, כי באשר לידוע אודותיהם רב הנסתר על הגלוי. לכן, בחינה מדוקדקת של מרידיאנים אלו ברמות שונות שטרם נחקרו עשויה לשפוך אור על טפח או טפחיים שנותרו בצל. אני בחרתי בעבודה זו להאיר את השפעתם הנפשית על האדם של שמונת המרידיאנים המופלאים הללו.

2. תפקידי שמונת המרידיאנים המופלאים:

במהלך שנות הלימוד בבית הספר, דובר רבות אודות שמונת המרידיאנים המופלאים. לכן, אין בכוונתי לשוב ולדקדק בכל מה שנאמר. אולם, פטור בלא כלום אי אפשר שכן יש לי תזה להוכיח ודרוש לי המידע שאפרוס להלן. לכן, הנה סיכום קצר של 7 תפקידים ותפקודים של מרידיאני האקסטרה:

1. ספיגת צ'י עודף:

שמונת המרידיאנים המופלאים סופגים צ'י עודף הנובע מ- 12 המרידיאנים "הרגילים" (Zheng Jing).

2. מאגר של צ'י:

שמונת המרידיאנים המופלאים מהווים מעין מאגר של האנרגיה העודפת הנספגת מ- 12 המרידיאנים "הרגילים". האנרגיה השמורה מתחלקת לכל סוגי האנרגיה – Jing, Wei, Ying ודם.

3. שמירה על המואוסטאזיס:

המאגר האנרגטי של שמונת המרידיאנים המופלאים מהווה מעין וסת הן בבריאות והן בחולי.

4. התנגדות לכניסת פתוגנים:

שמונת מרידיאני האקסטרה "מתישים ומחסלים" אנרגיה אגרסיבית המתקיפה וחודרת לגוף דרך:

- ששת השכבות
- שלושת המחממים
- ארבעת הרדיקלים
- הנקודות העתיקות
- מסלולי המרידיאנים כולם.

שמונת המרידיאנים המופלאים שומרים על כל מערכות הגוף על ידי מתן מווסת Wei Qi לשם הגנה ו- Ying Qi לשם הזנה. במידה ופתוגן חדר מבעד לשכבות החיצוניות למרידיאני האקסטרה, ולמעשה חדר

אליהם, אזי אלו ינטרלו אותו דרך משלוח יותר Wei Qi למקום. במידה שהפתוגן החצוף דומיננטי וחזק, אזי אלו יבודדו אותו בכדי למנוע הפצה שלו לעבר כל הגוף.

5. שמירה על מחזוריות החיים:

הפונקציה של ויסות מחזוריות החיים מבוצעת בעיקר על ידי ה-Chong Mai, ה-Ren Mai וה-Du Mai. לציין, אלו המרידיאנים השולטים בצורה הישירה ביותר בבלוטות ההורמונאליות.

6. סירקולציה של אנרגיה:

מרידיאני האקסטרה מפיצים את ה-Jing Qi לכל חלקי הגוף ובפרט ל-5 האיברים הקדומים:

- מוח ועמוד השדרה: Du Mai.
- מערכת הכבד והמרה: Dai Mai.
- מערכת המין: Ren Mai, Yin Qiao Mai.
- סירקולציית הדם: Chong Mai, Yin Wei Mai.
- מח העצם: הכליות (המקור של מרידיאני האקסטרה).

7. בעיות מולדות:

שמונת מרידיאני האקסטרה מסייעים בטיפול בבעיות מולדות עמוקות דרך השפעתם על המערכת ההורמונאלית וקשריהם עם ה-Kid Qi.

לפי לאון האמר, לאור תפקודיהם, זכו המרידיאנים הללו לשמות שונים:

- הומואוסטטים (Homeostatic): שומרים על שיווי משקל הומוסטטי בגוף האדם.
- אקסטרה (Extra): מרידיאנים אלו נתגלו בשלב מאוחר הרבה יותר יחסית ל-12 המרידיאנים המשויכים לאברים. לכן, הם נחשבים כאקסטרה יחסית אליהם.
- יחידניים (Odd): הסיבה לשם הנ"ל נובעת מכך שלחלק מן המרידיאנים אין בן זוג: Ren Mai, Du Mai ו-Dai Mai.

- מופלאים (Miraculous): השם הנ"ל ניתן למרידיאנים הללו על ידי הצרפתים שחזו כיצד כאשר כל טיפול אחר נכשל, הטיפול באמצעות מרידיאנים אלו צלח.
- מיוחדים (Special): שמם זה של המרידיאנים נובע מאותה הסיבה שבעטיה הם נקראים "מופלאים" ו"אקסטרה" – הם אינם מהווים חלק ממארג 12 המרידיאנים הרגילים והם אף עוצמתיים יותר מאלו.
- מקיפים (Comprehensive): השפעתם היא יותר מקיפה וכוללת הן מבחינה נפשית והן מבחינה פיזית מאשר השפעתם של 12 המרידיאנים הרגילים.

3. ההיבטים הנפשיים של שמונת המרידיאנים המופלאים

ובכן, יתמה לו התמהה וישאל לו השואל: מה עניין שמיטה להר סיני? מה עניין מחט ל...? ובמילים אחרות, מה הקשר בין שמונת המרידיאנים המופלאים הללו, שעיקר תפקודם הוא ספיגת אנרגיה ושמירתה כמאגר, טיפול בבעיות מולדות, ויסות מחזורי החיים ועוד כאמור לעיל, ל-Shen?

לפני פריסת תשובתי, אדגיש כי בעבודה זו לא אבחן ואפרוט לפרוטות את 5 האספקטים המנטליים של ה-Shen: Hun, Zi, Po, Yi ו-Shen. כמו כן לא אעמוד על ההבדלים בין סוגי הטירוף הקיימים בקלאסיקה הסינית הנודעים כ-Dian ו-Kuang. רצוני הוא שעבודה זו תהווה מעין מדריך קליני לעת צורך ולכן בחרתי להשתמש, על פי רוב, בטרמינולוגיה ובמונחים רפואיים מערביים מחיי היום-יום.

ובכן, תשובתי ומסקנותיי מסתמכות על דברי הרבנים הראשיים לישראל ובחוצות העולם: כותבי הספרים הדגולים ומורים שונים אשר נתקלתי בהם בדרכי.

דבריהם ומסקנותיי יחולקו ל- 4:

- דברים שנאמרו אודות **קבוצת 8 המרידיאנים** אלה באופן כללי;
- פרשנות של כל **סימניית השם** של כל אחד משמונת המרידיאנים הללו;
- דברים שנאמרו במפורש אודות **כל מרידיאן ומרידיאן**;
- התפקודים הנפשיים המיוחסים ל**נקודות המרידיאנים** הללו.

א. קבוצת שמונת המרידיאנים המופלאים

האמר, בהסתמכו על לימודיו אצל Peter Van Beuren, ציין שם נוסף לו זכו שמונת המרידיאנים נושאי עבודה זו, אותו אני בוחר להדגיש, והוא המרידיאנים הנפשיים (Psychic channels). לדידו, לכל אחד מן המרידיאנים הללו יש אספקט נפשי חזק. בפרט, כל אחת מנקודות ה-Master הן מבין הנקודות בעלות האפקט הפסיכולוגי החשוב והחזק ביותר בגוף.

מעניין להבחין, כי יש שמונה מרידיאנים מיוחדים. נוכחתי לדעת, כי הפרק השמיני ב- Nei Jing נקרא "Rooted in spirit" (מושרש ב- Shen) ועוסק מטבע הדברים ב- Shen. לא זו בלבד, הנקודה GB13, נקודה על מרדיאן ה- Yang Wei Mai, קרויה בדיוק באותו השם.

מעניין לציין, כי 6 מתוך 13 נקודות ה- Ghost של Sun Si Miao, נקודות בעלות אספקט נפשי מובהק, הן נקודות על מרידיאני האקסטרה: Du26, Bl62, Du16, Ren24, Du23 ו-Ren1. יש המציינים גם את Si3 כנקודת Ghost אלטרנטיבית.

לפי פיטר דדמן (Peter Deadman), בתיאוריה של הרפואה הסינית קיימות סתירות רבות. אחת מהן תידון להלן:

קיימת אקסיומה ברפואה הסינית שמשכן ה- Shen מצוי בלב. ה- Ling Shu קובע, כי "ה- Ht שולט בכלים; הכלים הם מקום משכנו של ה- Shen"; וכי: "ה- Ht הינו המאסטר הגדול של חמשת ה- Zang וששת ה- Fu ומקום משכנה של תמצית ה- Shen". ה- Su Wen מגדיר, כי "ה- Ht מאחסן את ה- Shen".

במקביל, קיימות התייחסויות רבות בקלאסיקה לכך שה- Shen מתרכזת בראש ובמוח. ה- Su Wen עצמו קובע, כי "הראש הוא משכן התבונה"; Sun Si Miao קובע ב-"Thousand Ducat Formulas" כי "הראש הוא השליט העליון, המקום בו נפש האדם מתרכזת". Li Shi Zhen לא נשאר אדיש והוא מחרה מחזיק אחרי האחרון וקובע כי "המוח הינו משכן ה- Shen המקורית".

דדמן סבור, כי ניתן להסביר מחלוקת קלאסית זו בשלושה אופנים:

1. מסורות שונות בתוך הרפואה הסינית.
2. השפעתה של הרפואה המודרנית על הרפואה הסינית.

3. הקשר וההיזון ההדדי בין הלב, הדם, התמציות (Jing), המוח וה-Shen.

מסורות שונות בתוך הרפואה הסינית:

בקליפת אגוז, בתקופה אשר קדמה לקיסר הצהוב, הייתה תפיסה מבנית יותר של האדם אשר החשיבה את המוח כמכשיר העיקרי דרכו מתבצעת פעילות מנטאלית אצל האדם. לאחר יציאת הספר האמור (לשווקים ההומים מצפייה דרוכה לקראתו ☺), התפתחה גישה אשר הסתמכה על תיאורית האיברים (Zang-Fu) אשר ראתה את המוח כ- Extra Fu ואילו את הלב כמושל הגוף וכמשכן ה-Shen.

השפעתה של הרפואה המודרנית על הרפואה הסינית

בזמן שושלת Qing ובתקופת הרפובליקה החל ידע רפואי מערבי לחדור אל סין. Wang Qing-ren הוא אחד הסופרים אשר הושפע מהתפתחות דרמטית זו ובספרו, בעל השם השערורייתי לדעתי, "Correcting the Errors of Medicine", קבע, כי "תבונה וזיכרון מסתמכים על המוח".

הקשר וההיזון ההדדי בין הלב, הדם, התמציות (Jing), המוח וה-Shen

ה-Ling Shu קובע, כי "המוח הוא ים מח העצם". עובדה ידועה היא, כי הכליות מייצרות מח הממלא את המוח. כל האספקטים של האדם, ועצם קיומו, נובעים מפגישת תמציות ההורים; ה-Ling Shu: "התמציות הן מקור החיים; כאשר שתי תמציות מתאחדות, ה-Shen נוצרת" (מפגש זרע וביצית). במילים אחרות, התמצית הפרה-נטלית, המגיעה מן ההורים, קשורה קשר הדוק לכליות ולמוח ומהווה את הבסיס לקיום האדם והשורש של רוחו (Shen). מכאן, ניתן להבין את דבריו של Li Shi Zhen לעיל באשר לכך שהמוח הוא המקור של ה-Shen המקורית; כמו כן הכתוב ב-"A Record of Nourishing Xing and Extending Ming" בהיר יותר: "ה-Shen הינה התמצית. אם נשמר את התמצית, ה-Shen תהא בוהקת; אם ה-Shen בוהקת, האדם יחיה חיים ארוכים".

בה בעת, סופרים רבים הדגישו את הקשר בין הלב למוח, שמשקפים את הקשר החיוני בין הכליות ללב, מים לאש. ה-"Differentiation and Treatment of Disease" מזהיר, כי ה-Shen של בן האנוש מאוחסנת ב-Ht, ותמציות הלב נשענות לחלוטין על הכליות. לכן, המוח הוא משכן האחסון של ה-Shen המקורית, ים תמציות מח העצם, ומשם מגיע הזיכרון". הקלאסיקה הדאואיסטית "Collected Wisdom by Master Magic Sword" קובעת, כי "הצ'י של ה-Ht מחובר לארמון ה-Niwan העליון". Niwan, "הכדור הדביק" או "ארמון כדור הבוץ", לפי קלאסיקות דאואיסטיות שונות, הינו הכינוי למוח המדומה לארמון המרכזי מבין תשעה בו כל סוגי הרוחות נפגשים ומהווה את הבסיס

הפיזי לרוח (Shen). להדגיש את חשיבותו של ה- Niwan מצוין, כי "כל ה- Shen המתבטאת בפנים מקורה ב- Niwan".

ה- Du Mai במסלולו הקדמי עובר דרך הלב, ובמסלולו האחורי עובר במוח. הקשר בין המוח ללב ול- Du Mai נידון על ידי Cheng Xing-gan שקבע, כי "כאשר המח מלא, המחשבה היא בהירה. מחשבה עודפת מובילה לאש ב- Ht אשר שורפת את המוח... המח מושרש בתמציות ומתחבר כלפי מטה עם ה- Du Mai; כאשר ה- Ming Men מחמם ומזין, המח מלא". לפיכך, אליבא דדדמן, מבחינה קלינית ניתן להשתמש בנקודות על גבי מרידיאן זה בכדי להשפיע על מגוון הפרעות נפשיות, בדרך דומה לזו בה משתמשים בנקודות 12 המרידיאנים, ובפרט נקודות מרידיאני ה- Pc וה- Ht. דדמן מחדד ומוסיף, כי ניתן להשתמש בנקודות על גבי המרידיאן ל- (1) לבעיות נפשיות על רקע עודף כגון מאניה-דפרסיה ו- (2) למצבים בהם קיימת מלאות ואי נוחות בראש, סחרחורות, הפרעות בהכרה ואפילפסיה.

ולעניין עבודה זו, נראה איפוא, כי ל- Du Mai אספקטים נפשיים רבים ומגוונים. בנוסף ל- Du Mai, ה- Ren Mai וה- Chong Mai נובעים אף הם מן הכליות. ולכן, לדעתנו, בעלי השפעה על ה- Shen כיוון שנבעו מאותו המקום ממנו נבעה. למה הדבר דומה? לבני משפחה הדורים יחדיו (Shen, Du Mai, Ren Mai ו- Chong Mai), וברור שלפני שכל אחד יוצא לדרכו כל אחד משפיע על האחר. השפעה זו אינה מסתיימת עם עזיבת בני המשפחה את הבית (משולה לחתיכת חבל הטבור בחדר הלידה) אלא ממשיכה הלאה. במילים אחרות, מרידיאני האקסטרה ימשיכו להשפיע על ה- Shen גם לאחר הלידה.

ג'ובאני מצי'אוצ'ה (Giovanni Maciocia) גורס, כי חלק ממרידיאני האקסטרה הינם אינדיקטיביים במיוחד למצבים רגשיים-נפשיים, ככל הנראה עקב יכולתם לווסת, לשלב ולאזן.

ב. סימניות שמונת המרידיאנים המופלאים

הסימניה הסינית מספרת סיפור שלם ומורכב. יש בה כדי לפרוס תמונה רחבה וכוללת של שמות ומונחים. לדעתי, ממש ניתן לשמוע את המוסיקה המשלימה את סך חלקי הפאזל על ידי הבנת הסימניות. לכן, בחרתי לתרגם, עם שינויים קלים, את פירוש סימניות שמונת המרידיאנים המופלאים מספרם של "The Claude Larre (זכרו לברכה) ו-Elisabeth Rochat Da La Vallee (תבדל לחיים ארוכים) "Eight Extra Ordinary Meridians".

Du

督脈

:Elisabeth Rochat Da La Vallee

חלקה העליון של הסימניה Du 督 משמעה "דוד" 叔. ליתר דיוק, מדובר באחיו הצעיר של האבא או באחיו הצעיר של הבעל.

חלקה התחתון של הסימניה מייצג "עין" 目.

משמעה של הסימניה השלמה הוא "מושל". זהו מושל שתפקידו לדאוג לאחיו הבוגר. במונחים של ממלכה מן הזמנים הקדומים מדובר בתפקיד הדומה למשנה למלך. בסין העתיקה, היו מספר משנים שמשלו באזורים שונים ברחבי הממלכה אשר השתייכו למשפחתו של הקיסר, דבר אשר הבטיח נאמנות.

במידה ומוסיפים לחלקה העליון של Du Mai את הרדיקל של המים (水), אזי מקבלים מים שהם מאוד טהורים ובהירים. אם נשתמש בסימניה זו לתאר אדם אזי זהו אדם המלא בחסד וסגולות, מצוין ובעל יכולות.

אם רדיקל "האשה" 女 הוא זה שמוסף לחלקה העליון של הסימנייה, אזי מדובר באישה השלטת בכל הנשים בחצר הקיסר. להבהיר, אין מדובר באשת הקיסר, אלא בבעלת תפקיד רם.

במידה ורדיקל "הבגד" 衣 הוא זה שמוסף לחלקה העליון של סימניית ה-Du Mai, אזי מתקבל הרעיון של תפר במרכז חלקו האחורי של הבגד. אפילו בזמנים עתיקים, התפר היווה סימבול לדרך האמצעית שהיוותה את הדרך הנכונה לצעוד בה. *Zhuang Zi*, בן המאה הראשונה לפני הספירה, בספרו "The Secret caring of Life" מדגיש את רעיון הצעידה במרכז כערך לאריכות ימים. לדידו, הכלל הוא ש"מעקב אחרי האמצע" הוא מעקב אחרי ה-Du. "כלל" בספרו משמעו גם "Jing" 經, המונח שמתאר מרידיאן. במילים אחרות, בכדי לעקוב אחר האמצע יש לעקוב אחר מרידיאן ה-Du. כך, אפילו בזמנים עתיקים אלו היה ברור, כי הסימנייה של ה-Du מייצגת משהו מאוד חזק ויציב שיכול לתת קווים מנחים לחיים.

בכתבים הסיניים הקלאסיים מצויה פרשנות נוספת להומופון *Du* - 都 (מילה הזוהה למילה אחרת בהגייתה, אך שונה ממנה בכתיב). לרוב, אם יש אנלוגיה בצלילה של מילה, אזי יש גם אנאלוגיה במשמעותה. ובכן, משמעותו של הומופון זה הוא "עיר גדולה", "עיר בירה" ממש שמהווה מרכז אדמיניסטרטיבי. עיר שכזו מאפשרת לממלכה לשגשג, להיהפך עשירה ומשגשגת ומשולה לחוט הראשי ברשת שמחזיק את כל שאר החוטים במקומם.

סימניה נוספת המשומשת בכדי להביע את איכותו החיוניות של ה-Du mai היא *Gang* 綱.

ה-Gang הנ"ל הוא אותו ה-Gang של 8 העקרונות. כך, ה-Du Mai מדומה לעקרון מרכזי, שוב, כחוט הגדול והראשי ברשת.

בראייה מופשטת יותר, הכוונה של שימוש בסימניה זו בכדי לתאר את ה-Du mai נועדה בכדי להראות שהוא המנהל והמקום שממנו כל סוגי ההתבטאות נשלטים. עבור כל תפקודי היאנג בתוך הגוף, זהו המרכז האדמיניסטרטיבי העיקרי. להדגיש, לא רק המרכז של מרידיאני היאנג, אלא גם המרכז המאגד את כוחו של היאנג בגוף ומפקח עליו.

:Claude Larre

דיון אודות ה- Ht היה מלווה באוצר מילים "גבוה" יותר. ה- Du Mai הינו ראש הממשלה שהינו "second best" ולא הקיסר הראשון בנעלה. ראש הממשלה הוא אמנם זה שמפקח ואחראי על הכול, אבל הוא עושה זאת בשם דרגה נעלה ממנו. הוא הציר, הנציג – הא ותו לא.

Ren

任

:Elisabeth Rochat Da La Vallee

הסימניה Ren מורכבת מהרדיקל 人 Ren, אדם, והחלק הפונטי 壬 . כך, סימניה זו מדמה מקל במבוק עם מטען משני קצותיו, דליי מים לדוגמא. המשמעות היא "לשאת", "לסבול", "לקחת עול מסוים". כאשר מחברים את הרדיקל לחלק הפונטי, את האדם לנשיאה בעול, אזי הדוגמא הניתנת היא מטאפורה ליכולתו של האדם להתמודד עם קשיי החיים על רובדיהם השונים: להתמודד עם כל סיטואציה, לשאת ולעמוד בכל מתקפה שלא תבוא. בה בעת, הרעיון של הנשיאה בנטל מרוכך על ידי רעיון הפעולה לפי הדרך הטבעית. מדובר בהתמודדות לא על ידי עימות אלא על ידי מתן וקבלה.

במילים אחרות, משמעות ה- Ren הינה להיות מסוגל לשאת ולסבול את עול החיים ובמקביל להמשיך להבטיח את הזנתם.

לסימניה יש גם את המשמעות של להיות מלא בביטחון ובכנות גמורה. להיות אמין.

החלק הפונטי 壬 בסימניית ה- Ren זהה לסימניה של ה- Stem השמימי ה-9. ה- Stem הזה מעביר את הרעיון של משהו הפועל במעמקים, אבל לא נגלה לעין.

אם מוסיפים את הסימניה של "אישה" 女 לחלק הפונטי של הסימניה Ren 壬 אזי מקבלים Ren 妊, שמשמעו "אישה הרה", או את הביטוי "להיות עם ילד". הפרשנים הקלאסיים דיברו רבות אודות הקשר בין ה- Ren Mai לבין ההיריון. המרידיאן הנ"ל מזין את החיים, מספק את כל התמציות, דם ונוזלים בכדי להזין את חיים חדשים בגופה של האישה.

כמובן, ה-Ren Mai אינו קיים בגופה של האישה בלבד, או בנשים הרות בלבד, אלא פועל בדרך זהה בכל עת בכל בני האדם. כך הוא מביא את כל האלמנטים הדרושים להזנת החיים - לא רק חיים של אחר בתוכי אלא את חיי שלי. לכן, לאור האמור, תרגום של המרידיאן כ-Conception Vessel (כלי התעברות) מפספס במידת מה את המשמעות של סימניית ה-Ren וייתכן שהשם האלטרנטיבי Controlling Vessel (כלי השליטה) מתאים יותר.

Chong

衝

:Elisabeth Rochat Da La Vallee

סימניית ה-Chong Mai מורכבת משני חלקים:

1. רדיקל 行 המחולק ל-2 המצוי לצידי ה-Character 衝. המשמעות של הרדיקל הנ"ל היא "ללכת היטב". משמעו לקחת צעד קדימה עם רגל שמאל ולאחר מכן צעד נוסף קדימה בימין. אחת המשמעויות הקדומות היא "לפסוע". אחת אחרת היא "הנעה במחזור". הנעה מחזורית שהינה ללא רבב, הזורמת ללא מאמץ ממקום אחד למשנהו. זוהי התבנית או המודל לזרימה טובה ולהתמרה. לציין, ה-Character הנ"ל הוא אותו אחד הנמצא לתיאור חמשת האלמנטים או הפאזות (Wu Xing 五行). כאשר כאן, כאמור, המשמעות של הרדיקל היא לפסוע או לנוע במחזוריות.

2. בין שני סימני הרדיקל שתוארו לעיל נכנס הפונטיק Chong (重). חלקו העליון של הפונטיק מתאר אדם הקם מן האדמה ובחלקו התחתון חפץ אשר נמצא במרכז.

משמעות אחת של ה-Character הינה "משקל כבד" או "מאמץ רב". משמעות נוספת מציעה "חזרה על מאמץ". האפשרות השלישית מצביעה על משהו רציני שהינו רציני כיוון שהוא הכרחי וחשוב.

משמעות מרכזית של הסימנייה Chong (衝) היא של דרך גדולה של התקשרות – דרך שמצויים בה צמתים ופלגים רבים בה נערכים מפגשים רבים. כך, האדם יכול להמשיך בדרכו הנכונה ולאגור עוד ועוד דברים מנתיב אחד למשנהו.

משמעות נפוצה נוספת של הסימנייה Chong (衝) היא להמשיך קדימה בדרך אסטרטגית, עיקרית וחשובה. התנועה והמחזוריות בדרך "מלך" שכזו מוסדרים בצורה חלקה ומהירה. יש כאן ממש רעיון של מיהור, דחיפה חזקה לעבר משהו. במילון הצבאי ניתן לדמות את הדבר למתקפה נמהרת עם כוח מאוד גדול. ממש דימוי של פריצת איל ברזל מלא כוח ואון את החומות מבוצרים.

כאשר מוסיפים את הסימנייה של ה-Chong לרדיקל של ה"גוף" (月) אזי מתקבלת "אישה בהריון" (腫). כאשר מוסיפים את הסימנייה של ה-Chong לתמונת "גיד" (力) אזי מתקבלת הסימנייה 動 השחה בתנועת החיים, למשל פעימות הלב. סימניות קשורות אלה מסייעות בהבנה של הסימנייה Chong, בכך שזהו כוח גדול, שפורץ כזרע ומממש את הבטחת החיים במרץ רב.

ה-Chong הינו כה חשוב, כיוון שכל הטקסטים, ובפרט ה-Nei Jing, מדגישים את העובדה שמרידיאן זה יכול לווסת גם את הדם וגם את הצי. משום כך, ה-Chong נקרא "ים הדם", אבל שמו הנוסף הוא גם "ים המרידיאנים". כמובן, המרידיאנים אינם אלה הסדרה וויסות של צ'י, המאפשרים לדם ולצי לזרום בצורה נכונה ללא סטיות.

Dai

帶脈

Elisabeth Rochat Da La Vallee

ל-Dai Mai יש משמעות של "חגורה". הסימנייה של Dai (帶) מציגה בגד או חפצים אחרים המוחזקים יחדיו על ידי חגורה או מחוך. לא מדובר רק בחגורה, אלא גם בהמשכיות של משהו והאפשרות של משהו להמשיך ולהתלות. לציין, בלבוש הסיני הקדום, על החגורה היו תלויים תכשיטים יקרי ערך, כאבני ג'ייד למשל.

כאמור, לסימניה הנ"ל (帶) יש משמעויות אחרות שהינן גם קשורות לתפקודו של ה-Dai Mai. מדובר בכל סוג של רצועה המבטיחה את ההמשכיות של משהו, זרימה של מים או שרשרת של הרים.

משמעות נוספת היא היכולת להוביל ולהדריך. משמעות זו נגזרת מהיכולת לחבר משהו ולהחזיקו בנחישות.

אם מוסיפים לסימניה של ה-Dai Mai את הסימניה של ה-Dao 道 אזי מתקבל הביטוי – "להוביל בדרך". בספנות, מדובר בספינת החלוץ המדריכה אוניות גדולות יותר אל הנמל.

במידה ומוסיפים את הרדיקל המתאר "צמחיה" 艸 לסימניה של ה-Dai Mai אזי המשמעות המתקבלת היא של ה"גבעול" של הצמח. זהו החלק בצמח הקרוב לשורשים ולבסיס, לא רק חלק ספיח נלווה לא משמעותי.

הסימניה של ה-Dai Mai יש לה גם משמעות של כל ההפרשות האבנורמליות, בפרט הפרשות ואגינליות בנשים.

לפי הפרשנים הקלאסיים אין מדובר בחגורה פשוטה ורגילה. המדובר בחגורה הנמתחת והמחברת, כחגורה המאגדת צרור מקלות יחדיו, בצורה חזקה שלא מאפשרת אפילו לאחד מן המקלות לנוע. לפי Li Shi Zhen ה-Dai Mai זכה בשמו בזכות יכולתו לחבר ולאחד את כל ה-Mai.

פרשנים נוספים מציינים שמעבר להחזקת כל ה-Mai יחדיו, ל-Dai Mai יש תפקיד בהרמון וויסות ה-Mai. איזון זה מאפשר למרידיאנים לנוע מטה ומעלה בצורה הרמונית ומווסתת היטב.

סימניה חשובה בפתולוגיה הסינית היא Zhi 滯 שמשמעה "חסימה". סימניה זו מורכבת

מהקרקטר של Dai 帶 ומן הרדיקל של מים 水; המשמעות של כך היא "קרח". החגורה יכולה לרכז את המים עד לכדי קיפאון, עד לכדי הפיכתם למוצק. אבל, כמובן, במצב פיזיולוגי תקין החגורה צריכה להיות חזקה דיה ולא מגבילה ומרכזת מדי. מאידך, על החגורה לא להיות רופסת וחלשה כך שהפרשות יצאו מגוף האישה ללא בקרה ושליטה.

:Claude Larre

כאשר ה- Character של ה- Dai Mai נמצא בשימוש אזי הבגדים מסודרים היטב ואינם נגררים או נמצאים בבלאגן. כך, יש בסימניה הזו רעיון של סדר ושליטה. לשמור חפץ בזהירות ובמקום הנכון.

Qiao

驕

:Elisabeth Rochat Da La Vallee

לסימניה של ה- Qiao יש רדיקל מיוחד שהינו הסימניה של "הרגל" (足), דבר זה מצביע על כך ששני מרידיאני ה- Qiao Mai מתייחסים אל הרגל ומתחילים בה.

המשמעות של הסימנייה משתנה עם הרדיקל המוסף. אם למשל, נוסיף את הרדיקל של "אשה" 嬌 אזי המשמעות תהיה של משהו עדין ושביר. אם נוסיף את הסימנייה של "סוס" 驕 אזי המשמעות היא של יצור או אדם לא מאולפים, שחצנים, מלאי אש ואלמים.

יש אמביוולנטיות בין שני משמעויות אלה של הסימניה: מחד, היכולת לעלות מעלה ולעמוד בצורה אגרסיבית ומצד שני משהו עדין ושביר. ייתכן, שהכוונה היא שכאשר אדם נמצא בפסגה אזי הוא נמצא בעמדה מאוד רגישה.

המשמעות היא של עמידה באופן דינאמי כך שניתן להזדקף ולמשוך את כל האנרגיה מן האדמה עד לחלקים הגבוהים של הגוף.

ייתכן והמשמעות היא עמידה על קצות האצבעות, כך שהאדם יהיה גבוה יותר. אולם, במצב שכזה הוא יהיה פחות יציב.

סביר שהמשמעות הינה גם של זריזות (Agility). אם אתה יכול להרים את רגליך אזי אתה יכול לרוץ מהר ובפראות.

משמעות נוספת היא שהאדם הינו חסון עם שמץ של שחצנות וגאווה.

המשמעות ל-Qiao Mai שניתנה על ידי הפרשנים הקלאסים הייתה של מהירות: היכולת לרוץ מהר או להיחפז. פרשני ה-Nan Jing אומרים שהיכולת לרוץ וללכת בצורה גמישה ומהירה נובעת מכך שה-Qiao Mai מספק את המנגנון של ההליכה.

לעיתים ה-Qiao Mai נכתב בצורה שונה לגמרי 蹻. החלק העליון של המרכיב הפונטי הוא הסימניה של "אדמה" (土) שמצביעה על כך שהאדמה נערמת, ואילו חלקה התחתון של הסימניה (丩) משמעו גבוה. כך, השילוב של השניים מסמל גבעונת או תלולית. מעניין לציין, כי זהו גם שמו של הקיסר הידוע יאו 堯.

לסיכום, מעניין לראות שיש כאן את הרעיון של הימצאות בגובה, אבל ללא עמידה על קצות האצבעות העלולה להוציא משיווי משקל. המשמעות של הסימניה האלטרנטיבית היא של משהו הנטוע היטב באדמה, בצורה מאוד חזקה וסולידית.

:Claude Larre

אנו רואים שבכדי לעלות מעלה אדם צריך להיאחז במשהו מתחתיו. לפי זווית המבט הסינית, לעולם לא ניתן לראות את היופי מבלי לראות את יסודותיו.

Wei

維

:Claude Larre

הסימניה של Wei 維 אינה ספציפית לרפואה הסינית בלבד. סימניה זו מתארת "חבל" או מסמלת חפץ שבאמצעותו דברים מחוברים. עשרת אלפי היצורים מחוברים (Wei) בין שמיים לארץ – הם לא סתם נמצאים בין שמיים לארץ. Wei לא מחבר את היצורים לאדמה בין 4 כנפות שמיים סתם כך – הוא שומר על כך גם שיחיו. לפיכך, ה-Wei מהווה חיבור נכון ליצורים החיים על פני האדמה.

:Elisabeth Rochat Da La Vallee

הסימניה של Wei מורכבת משני חלקים: החלק השמאלי 糸 הינו "חוט של משי". דבר זה מעניק תמונה של "רשת" ושל יכולת לחבר משהו. החלק הימני של הסימניה 隹 הינו חלק מהסימניה של ה-TH 三焦 ומסמל את האש של החלק התחתון.

לפי Weiger, סימניה זו מסמלת ציפור עם זנב קצר שמדגישה את החיבור בין הנוצות לגופה של הציפור. דבר זה מופיע בהרבה סימניות, למשל, צרור בננות. הרעיון הוא שהבנות מחוברות באותה הדרך שבהן נוצות הציפור מסודרות אחת על השנייה. זהו חיבור מיוחד.

הסימניה Wei (維) מורכבת מהחלק הפונטי Zhui (隹) ומחוט משי (糸) ויש לה משמעות של לקשור או להחזיק חזק. לחבר עם חבל או להחזיק עם רשת גדולה. הרשת הגדולה יש לה חוט מרכזי אחד חזק שמחבר בין כל חלקי הרשת.

משמעות אחרת הינה לשמר משהו, כיוון שכאשר משהו מתחזק ומוחזק אז הוא גם נשמר. למשל, הממלכה נשמרת כאשר ישנם חוקים ויסודות טובים אשר משפיעים על האנשים ומורים להם על התנהגותם.

ג. התייחסות לכל מרידיאן בנפרד

פרק זה סוקר את דעתם של מלומדים שונים, בין אם בספרות ובין אם בכיתת הלימוד, בנוגע לשפעה הכללית של מרידיאני האקסטרה על הנפש.

Du Mai

:Peter Deadman

ראה האמור בפרק "קבוצת שמונת המרידיאנים המופלאים".

:Giovanni Maciocia

בגלל טבעו ומסלולו (הענף היורד שלו עובד "ליד הלב"), ה-Du יכול לחזק את ה-Mind על ידי חיזוק שלושת הגורמים המשפיעים עליו: (Zhi) Kid, (Shen) Ht, מוח (Shen). לפיכך, ל-Du יש השפעה חזקה על המצב הנפשי-רגשי עקב חיבור מסלולו בין הכליות, ללב ולמוח. לכן, ניתן לומר שניתן להשפיע על הנפש בשלוש דרכים שונות: הכליות (התמצית כבסיס ל-3 האוצרות), ה-Ht (משכן ה-Shen) והמוח (משכן ה-Shen לפי קבוצה נכבדה של רופאים סינים ובהם Li Shi Zhen ו-Wang (Qing Ren).

עקב הקישור שלו עם ה-Kid, ה-Ht והמוח, מבחינה קלינית ג'ובאני משתמש בו לטיפול בדיכאון. בנוסף לפתיחה של ה-Du, ג'ובאני משתמש בפרט ב-Du24 (מרגיעה את ה-Shen ומחזקת זיכרון), Du20 (מעלה את מצב הרוח, משפרת זיכרון ופותחת את פתחי ה-Shen) ו-Du14 (מעלה את מצב הרוח, מחזקת את ה-Ht וממריצה את העלייה של הצי' הטהור). Giovanni משתמש בנקודות אלה לרוב בשילוב עם מרידיאן ה-Ren (איזון יאנג ויין) ובפרט עם Ren15 אשר מרגיעה את ה-Shen, מרגיעה את החזה, ומשקיטה את ה-Po.

נקודות רבות על ה-Du הינן אינדיקטיביות למצבי חרדה. Du19 הינה החשובה שבהן.

האינדיקציות הנפשיות השונות ניתנות להפרדה לשתי קבוצות עיקריות:

1. מצבי עודף של חום וליחה החוסמים את ה-Shen וגורמים למאניה-דפרסיה או לפסיכוזה.

2. מצבי חוסר של דם או יין המשפיעים על ה- Shen וגורמים לזיכרון לקוי, דיכאון, ביישנות וכו'.

מצבי חוסר	מצבי עודף
Du22	Du27
Du20	Du26
Du13	Du24
Du11	Du23
Du4	Du20
	Du19
	Du18
	Du17
	Du16
	Du12
	Du8
	Du1

:Leon Hammer & Kevin R. Jeynes

ה- Du מטפל ביכולתו האינטלקטואלית והמנטאלית של האדם מ- Du7 ומעלה.

לדידם, ניתן להשתמש ב- Du למצבי פסיכוזה, שיגעון, החלמה איטית אחרי שוק, חוסר יציבות נפשית, חוסר חיוניות, מחשבות לא טהורות והלוצינציות.

לני אגמון:

ה- Du עוזר לגברים הלוקים בדיכאון הנובע מחסר יאנג. על פי רוב דיכאון מסוג זה ילווה בכבדות בראש.

נועם באומץ:

הלוגיקה קשורה ל- Du – יכולתנו לקלוט דברים שכלית, רגשית ולהפוך את זה לאינטליגנציה. במידה פחותה יותר הלוגיקה מתקשרת גם אל ה- Ren.

כמו כן, ה- Du מטפל בחוסר ויטאליות נפשית ופיזית מחד ובמאניות וטירופים מאידך.

רני אייל:

ה- Du Mai קשור לחוט השדרה הפיזי של האדם, אך גם לחוט השדרה המנטאלי. לכן, כאשר יהא חלש אזי האדם ילך כפוף ונפשו תהיה שפופה. יהיה קשה לו לאותו אדם לעמוד אל מול החיים ברשות עצמו. כמו כן, אותו אדם יחסר את האנרגיה להיות ממוקד ולכן לא יוכל לחשוב בבהירות ותהא תחושה שאינו "חד" דיו.

אדם עם Du Mai חזק יהיה סקרן ויעיז ליטול סיכונים בחייו בכדי להתוודע לדברים חדשים.

מיכה גליקמן:

ה- Du Mai משפיע על הנפש על ידי כך שהוא תומך ב- Shen וב- Ht. כך, יטפל במגוון רחב של בעיות: שוק, טראומה והלם (גם במצבים אקוטיים וגם במצבים בהם ישנה החלמה איטית), חוסר יציבות נפשית, דיכאון, מאניה-דפרסיה, שיגעון.

לדיו, ה- Du Mai יועיל במצב בו האדם אינו יוצא בכוחות עצמו מבעיה נפשית תוך פרק זמן סביר. כמו כן, דרך הקשר עם המוח ה- Du שולט על הזיכרון. לציין, כי Jeynes ובאומץ סבורים כי ה- Ren שולט על הזיכרון.

Ren Mai

:Kevin R. Jeynes

ה- Ren Mai שולט על הזיכרון.

נועם באומץ:

ה- Ren בעל השפעה על היכולת המנטאלית שלנו, ובפרט על החשיבה והזיכרון.

פתולוגיות של ה- Ren קשורות יותר לסטגנציה ולתקיעות מאשר לחוסר יין. לכן, ה- Ren נפגע כאשר האדם מרגיש קשור וכבול מבחינה פנימית עקב היתקעות של היין. אין התפתחות ויציאה החוצה.

Chong Mai

:Giovanni Maciocia

ה- Chong Mai מטפל באי שקט נפשי וחרדה המקושרים לצ'י מורד.

לני אגמון:

ה- Chong Mai יכול לעזור לעשות שינוי גדול לאדם שאינו מצליח לעשות כן. זאת עקב הקשר שלו לדם, יכולתו לפרוץ ומיקום נקודות ה- Kid על החזה – כל אלה משפיעים על הנפש ומקנים כוח לאדם לקבל החלטה.

רני אייל:

אדם בעל Chong Mai חלש יהיה בדיכאון קליני עמוק ויתקשה להתמודד עם משימות החיים. עקב מחסור בדם האדם יהיה עייף וחסר הערכה עצמית מינימאלית ולכן יתקשה להרים ולבצע את הדברים הבסיסיים בחייו.

שון גודמן:

השימוש ב- Chong Mai יעיל כאשר יש חוסר איזון אמוציונלי עקב חסר בצ'י של ה- Kid, Sp ו- Ht וחוסר דם ב- Sp וב- Ht. או אז, האדם יחווה דיכאון, פגיעות, פחד וחרדה.

מיכה גליקמן:

ה- Chong Mai יהיה יעיל בבעיות של בולימיה ואנורקסיה וזאת עקב הקישור בין ה- Pre ל- Post natal Qi והיכולת להזין את האדמה. כך, ה- Chong יטפל גם בנפש וגם במערכת העיכול.

Dai Mai

Leon Hammer & Kevin R. Jeynes

ה- Dai Mai משרה ביטחון על האדם. כמו כן, טוב לטיפול בדיכאון.

שחק ואליס:

ה- Dai Mai מחזיק את כל שאר המרידיאנים. בזכותו יש יציבות – חיבור של שמיים וארץ, פנים וחוץ. זהו המרידיאן הכי מאזן שיש הן מבחינה פיזית והן מבחינה נפשית.

המרידיאן פותח סטגנציות, מניע את ה- Liv וה- GB ופותח רגשות שקשורים לריאות. המרידיאן פותח את הסרעפת ומאפשר לצי' הטהור ביותר לעלות מעלה.

ה- Dai Mai מהרמן, עושה סדר ומשמש כקו המשווה של האדם.

נועם באומץ:

ה- Dai Mai קשור לחולשה של ה- GB המתבטאת בקושי לקבל החלטות ולבצען. אדם ייטה לסבול מחוסר בטחון וישלים עם כך, לא יתקשר עם הסביבה ולא יבוא עם בקשות אל העולם החיצון. לעיתים, ייראה הדבר מבחוץ כיהירות, אך אין זאת אלא זיוף המסתיר ביישנות.

רני אייל:

ה- Dai Mai מסייע בטרנספורמציה של אנרגיה ורגשות הבאות מבחוץ והופכן לאנרגיה פנימית שמישה. לא לחינם ממוקם הדופק של ה- Dai Mai בעמדה של ה- Sp, שכן הוא עוזר בטרנספורמציה של חוויות ואירועים חיוביים ושלייליים. חוויות ואירועים שליליים עלולים ליצור סטגנציות רגשיות וכך לגרום אפילו לחסימה של לחות וצי' את פתחי הלב. ה- Dai Mai יעזור להתמיר ולהטמיע את המחשבות הללו. כך, ה- Dai Mai יעזור בטיפול בהלם קרב שאינה אלא הפרעה של ה- Shen הנחוית שוב ושוב.

במילים אחרות, ה- Dai יהיה טוב לאנשים המשקרים את עצמם, כי אין בכוחם להתמודד עם טראומות. כך אלה יטאטאו את ה"אבק מתחת לשטיח" אבל זה נערם והגבשושיות יתחילו לבלוט.

שון גודמן:

טוב להשתמש ב-Dai Mai באנשים בעלי חוסר בטחון עצמי, לאלו המתקשים בקבלת החלטות והינם חסרי שיקול דעת ופזיזים.

מיכה גליקמן:

ל-Dai Mai קשר לחיזוק הביטחון העצמי של המטופל ויכולת קבלת ההחלטות שלו. זאת, דרך יכולת הפריצה של אלמנט העין.

:Yang Qiao Mai

:Leon Hammer

ה-Yang Qiao Mai טוב לטיפול בדיכאון מורכב, פסיכוזה וכעס רב.

:Peter Deadman

נאמר על מרידיאן זה, כי הוא שולט על הפעילות של הגוף (Activity).

:Giovanni Maciocia

לעודף יאנג בראש יש השלכה על הרמה הנפשית וה-Yang Qiao Mai יכול להועיל בהינתן הסימפטומים הבאים: מאניה, אגיטציה ואינסומניה. בטקסטים העתיקים ה-Yang Qiao Mai אינדיקטיבי ל"משיכה לרוחות ושדים" ו"געגוע מופרז לקרוב שנפטר". ה-"1000 Golden Ducat Prescriptions" מצביע על ה-Yang Qiao Mai לטיפול ב"חרדה", "ראיית רוחות" ו"מאניה דפרסיה" (Dian Kuang).

אינדיקציה ספציפית לדיקור ה-Yang Qiao Mai היא במקרים נפשיים בהם הדופק מלא ומתוח בשתי העמדות הקדמיות של הידיים.

ג'ובאני משתמש ב-Yang Qiao Mai לבעיות נפשיות על ידי פתיחתו יחד עם הנקודות Du19, Pc7, Co4, Ren15 ו-Liv3.

:Kevin R. Jeynes

יש להשתמש בנקודת ה- Yang Qiao Mai הבאות יחדיו בכדי לטפל באובססיות, מאניה-
דפרסיה, פאראנויה ואינסומניה.

רני אייל:

מרידיאן זה קשור ליכולת האדם להתמודד עם לחצים סביבתיים וחברתיים. לכן, יהא טוב לאדם
המתקשה לעמוד על שלו עקב ביישנות יתר.

אדם שה- Yang Qiao Mai שלו חלש לא ירגיש שהוא מושרש כדבעי באדמה. חוסר השרשה שכזו
משמעה חוסר בתחושת האני אל מול עצמי ואל מול האחר.

שון גודמן:

טוב להשתמש ב- Yang Qiao Mai במקרים של עצבנות רבה, במיוחד אצל גברים צעירים
שהדופק שלהם מאוד תיילי ופניהם אדומות.

מיכה גליקמן:

ה- Yang Qiao Mai טוב לטיפול באנשים אובססיביים בעלי תקיעות מנטאלית ברמת האדמה.
הוא נותן הנעה קדימה לאנשים אשר משתרשים בקומם ולא יכולים לזוז מן המקום בו הם נמצאים. יהיה
טוב גם לאנשים בעלי רעיונות ויוזמות אשר הינם חסרי יכולת ביצוע.

Yin Qiao Mai

:Peter Deadman

נאמר על מרידיאן זה שהוא שולט על השקט של הגוף (Quietness).

נועם באומן:

מרידיאן מצוין לשחרור אמוציות תקועות.

נשתמש במרידיאן, כאשר נראה אדם שהיאנג שלו חלש, בעל חזות יינית, נשפך לרצפה, עייף ומותש. אותו אדם יירדם שניות לאחר הכניסה למיטה, אולם יתעורר בקלות שכן לא הגיע לשיא היאנג בכדי לצנוח לעומק היין. לכן, זהו מקרה חריג בו נעדיף לחזק לאדם את היאנג במצב של אינסומניה.

רני אייל:

מרידיאן זה מסייע לאדם לקחת אחריות על מעשיו ולא לטפול אשמה באחרים או בגורל/אלוהים. לכן, שימוש במרידיאן זה יהא טוב לאנשים אשר מבכים תדיר "אכלו לי, שתו לי..." ותמיד טופלים האשמה במה שקורה להם באחרים. Kid8 למשל תעזור לאדם להאמין בחזרה בעצמו (ככל הנראה לפי שמה – "קשר האמונה" – מ.ב.).

לפי שון גודמן:

המרידיאן טוב לטיפול בבעיות אמוציונליות על רקע שינויים הורמונליים.

מיכה גליקמן:

המרידיאן מעלה אנרגיית יין מעלה. ולכן, לדעתי, יעזור בהורדת יאנג שעלה ויהיה טוב לטיפול בעצבנות והתקפי זעם על רקע עליית יאנג הכבד.

Yang Wei Mai

:Leon Hammer & Kevin R. Jeynes

המרידיאן טוב לאישיות דפרסיבית-פאראנואידית.

שחרף ואליס:

ה- Yang Wei Mai מסדר את היאנג עצמו – יכול לחזקו או להחלישו – לא עובד על היצירה שלו. המרידיאן מביא את הדברים לרמה הנכונה – לאו דווקא רק החצנה אלא גם הפנמה. יכניס או יוציא את היאנג למקום הנכון.

נועם באומץ:

נשתמש רבות במרידיאן הנ"ל לבעיות של חושים כראיה ושמיעה.

רני אייל:

ה- Yang Wei Mai קשור ליכולת התזמון של האדם, הידיעה היכן הוא נמצא בעולם החיצוני, מהו הגבול בין הפנימי לחיצוני ומהי רמת ההגנה מפני החיצון המוקנית לו (קשור לרמת עוצמת הילת האאורה).

ה- Yang Wei Mai הינו מרידיאן פסיכיאטרי-נוירולוגי ולכן יטפל בבעיות של אוטיזם, סכיזופרניה, פסיכוזות, מחלת מנייר, אפילפסיה ועוד תהליכי סטגנציה של צ'י במערכת העצבים.

מיכה גליקמן:

מנטאלית, המרידיאן משמש מסייע לביטוי כל רגש הנע מהמרכז החוצה. במילים אחרות, עוזר לביטוי האדם כלפי החוץ.

כאשר המרידיאן בחסר אנשים אלה יאגרו ויחוו הדחקה ומופנמות. כך, לא יבטאו את מחשבותיהם כלפי חוץ, יתבצרו בעמדותיהם ולא יביעו רצונם. פעמים רבות, יצאו ממפגש בתחושה של החמצה הנובעת מכך שלא הביעו עמדתם כפי שרצו.

כאשר המרידיאן בעודף אזי יהיה ביטוי חזק מדי כלפי החוץ. אלה הם אותם טיפוסים "מתנפחים" – משדרים משהו אשר אינם. אולם לצורך הזיוף הנ"ל הם מכלים הרבה אנרגיה על ידי הפגנתיות בלבוש, מילולית ורגשית. הדבר שכיח אצל נשים (דווקא) לאחר טראומת ניצול מיני המשדרות מיניות מוגזמת.

:Yin Wei Mai

:Leon Hammer & Kevin R. Jeynes

מרידיאן זה מטפל בתופעות הבאות: דליריום, ביישנות, פחד, תחושת מאסר פנימית, חרדה, סיוטים, דיכאון, חוסר שקט, ביישנות, סיוטים, היסאריה, חוסר יכולת להירגע, הבפרניה (סוג של סכיזופרניה) ושיכחה.

:Giovanni Maciocia

ה- Yin Wei Mai משומש בכדי להזין דם, לחזק את הלב ולהרגיע את ה- Shen. ג'ובאני עצמו משתמש ב- Yin Wei Mai בתדירות גבוהה בחולים הסובלים מדיכאון וחרדה הנובעים מבעיות מנטליות נפשיות כעצב, יגון, דאגה או שוק. הוא פותח את המרידיאן (Sp4 + Pc6) ומשלב עם Kid9: לשילוב זה אפקט של חיזוק ה- (Shen) Ht וה- (Zhi) Kid.

לני אגמון:

פתיחה של ה- Yin Wei מטפלת מצוין בפלפיטציות על רקע דאגה וחרדה בזמן מנוחה. אין לעשות כן בזמן הווסת עצמה.

נועם:

למרידיאן זה קשר חזק ללב ולכן הוא מרגיע Shen.

טוב מאוד כאשר האדם לא מחובר אל נפשו. המרידיאן מרגיע בזמן התקפי חרדה, ביעותים וסיוטים.

רני אייל:

טיפול בו נותן לאדם כוח יכולת לעבור טרנספורמציה שנדרש לה בחיים, שכן רק מתוך מקום של שפע ומלאות של דם יש לאדם יכולת לעבור תהליך של שינוי.

נשים שדוחות ילדים משיקולי קריירה, ונכנסות להריון עם חששות, אזי נטפל בהן דרך נקודות
ה- Yin Wei על גבי ה-Sp, ובפרט Sp15 ו-Sp16, ביחד עם Pc6 (נקודת הפתיחה).

שון גודמן:

כיוון שה- Yang Wei Mai מחזק דם יש לו השפעה שמחזקת את הלב. לכן ניתן להשתמש בו
למצבי חרדות, דיכאון וסיוטי לילה.

מיכה גליקמן:

ה- Yin Wei נותן את הביטוי לפנימיות הגשמית והנפשית של האדם. לכן יטפל היטב בהתקפי
חרדה.

בפרט אצל נשים, המרידיאן יטפל בחסר דם או יין וכך יחזק את ה-Ht. נובע מכך, כי
הסימפטומים בהם יטפל המרידיאן יערבו חרדות, אינסומניה, חוסר שקט, חרדות, דיכאון וסיוטים.

ד. נקודות הדיקור של מרידיאני האקסטרה

Du Mai

נקודת המאסטר:

Posterior Valley, Hou Xi, Si3, עמק אחורי

נקודת Ghost לפי *Sun Si Miao* (לפי מקורות מסוימים).

:Compendium

- כנקודת הפתיחה של ה-Du Mai, ניתן להשתמש בנקודה להמריץ את יכולותיו הנפשיות של האדם. כך נקודה זו מבהירה יכולות נפשיות שמוסכו עקב תשישות או למידת יתר.
- הנקודה מאפשרת ספיגה מחודשת, מרגיעה חוסר שקט ומאניה.
- הנקודה יכולה להרגיע את ה-Ht כאשר זה מושפע ומופרע על ידי חום (אמיתי או חסר) על ידי יכולתה לנקות חום ממעמקי הגוף. כך, היא מטפלת בהפרעות Shen, חוסר שקט, אינסומניה ושינה טרופת חלומות.
- הנקודה מעודדת בהירות נפשית והחלטיות וכך מסייעת לאדם בעת קבלת בחירותיו.
- כנקודת עץ, תעזור לקומם רעיונות חדשים וצמיחה במקומות בהם יש סטגנציה. אם המערכת של אדם הופכת לא טהורה וסטגננטית, אזי קשה לו לצמוח ולהתבגר מבלי לצאת מעוות ומבולבל.

:George Soulie De Morant

- כנקודת המאסטר של ה-Du Mai מחזקת את אנרגיית היאנג ומטפלת בחולשה פסיכולוגית:
 - טובה למי שאינו מתאושש היטב מעייפות נפשית או שוק.
 - טובה לאדם מדוכא לאורך תקופה ארוכה מדי.
 - טובה לאדם הבוכה בקלות.
 - טובה לאדם החולם על מעברים צרים.

○ טובה לאדם החווה ריגוש יתר פסיכולוגי או פיזי.

:Leon Hammer

- חוסר יציבות נפשית.
- מחשבות מסתבכות.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen ומטפלת במאניה דפרסיה הנובעת מליחה או מליחת חום אשר מטרידות ומפריעות ל-Shen.

:Nagatamo & Bachmann

- פוביה.
- אובדן כושר דיבור.

:James Tin Yao So

- שיגעון.

:Shanghai CTCM

- פסיכوزה.

:Kevin R. Jeynes

- שיגעון.

מזרח-מערב:

- מחזקת כאשר יש קשיי התמודדות עם החיים – עובדת על הקשר בין עץ לאש.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה Shen.
- מטפלת במאניה דפרסיה.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- מרגיעה Shen: פסיכוזה, היסטריה, טירוף.
- מאניה.

:Long Strength ,Chang Qiang ,Du1 חוסן ארוך:

:Compendium

- בהיותה הנקודה הדיסטלית ביותר על מרידיאן ה-Du Mai, הנקודה משפיעה באופן ספציפי על המוח והינה שימושית למצבי דיכאון והיסטריה.
- מרגיעה את ה-Shen. הנקודה עשויה לעזור בהערה ובהקמה לתחייה של ה-Shen ומעניקה רוגע באשר יש חוסר יציבות, חולשה וחוסר התאמה בין מערכות הגוף.
- כאשר אדם מרגיש מפוזר ובשוק, בפרט באינטראקציה עם אחרים או העולם, נקודה זו יכולה להרגיע את ה-Shen ע"י חיזוקה. טובה לאדם שחסר עמוד שדרה אל מול העולם.

:George Soulie De Morant

- חוסר במרידיאן ה-Du Mai: חוסר שקט נפשי, פחד, דיכאון.
- עודף במרידיאן ה-Du Mai: ריגוש יתר.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: מאניה, אפילפסיה מפחד, עיניים בוהות מעלה, הליכה מוטרפת.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen ופותחת את פתחי החישה: מאניה-דפרסיה.

פרשנות:

בהיותה הנקודה הנמוכה ביותר על מרידיאן ה-Du, ניתן להשתמש בה בכדי להשפיע על החלק העליון, ובפרט על המוח. לכן, מרגיעה את ה-Shen במחלות נפשיות המאופיינות בחוסר מנוחה ותסיסה מחד והיפומאניה מאידך.

:Kevin R. Jeynes

- מצטט את ה-Nei Jing בפרק 22: "בתחילתן של הפרעות נפשיות יש לדקור את Ququan (Liv8), החולה יעשה רגוע תוך זמן קצר; במידה ולא, יש לעשות 20 מוקסות על Chanqiang (Du1)".
- טובה לשיגעון.

מזרח-מערב:

- מרגיעה נפש.

:Nigel Wiseman

- אפילפסיה הנובעת מפחד.
- מאניה דפרסיה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- פסיכוזה.
- טירוף.

Gate of Life, Ming Men, Du4, שער החיים

:Compendium

- בתור הנקודה המרכזית של ה-Dan Tian התחתון, נקודה זו מחיה מחדש, מחממת ומעלה את האדם לדרגה חדשה של מודעות.
- נקודה זו עוזרת לאדם להגיע למיצוי המקסימאלי של הפוטנציאל שלו ולהגשים את ייעודו.
- הנקודה מציתה מחדש את הניצוץ של שמחת החיים ומרימה את ה-Shen היכן שיש דיכאון או אם האדם נכבה ונסגר.
- זוהי הנקודה החזקה ביותר לחיזוק ה-Kid Yang והיאגג בכלל בכל הרמות: גוף, נפש ורוח – בפרט כאשר משתמשים במוקסה. כך, הנקודה יכולה לעזור לביישנות, חוסר אומץ בחיים, שכחה וחוסר התמצאות.
- הנקודה מחממת את שער הויטליות. ניתן להשתמש בה כאשר לאדם יש קונסטיטוציה חלשה וחסרה לו חיוניות ויכולת ריכוז.
- טובה לדיכאון ונסיגה רגשית.

:George Soulie De Morant

- עם מוקסה טובה לתשישות פיזית ונפשית.

:Peter Deadman

- ניעור הראש עם פה פתוח.
- פחד.
- חרדה.

:פרשנות:

כל אלה נובעים מחסר ב-Kid Yin.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen: דיכאון, חוסר בכוח רצון ובלבול מנטאלי.

פרשנות:

ל- Du Mai יש השפעה חזקה על ה- Shen עקב השפעתו עליה ב-3 דרכים שונות: ה- Zhi של ה- Kid (משם הוא נובע), וה- Shen של המוח וה- Ht (עובר דרכם – מסלול ישיר ועקיף). מסיבה זו ה- Du Mai, ובפרט Du4, משפיעה על ה- Shen: הנקודה מנקה את ה- Shen, מרימה את מצב הרוח ועיקרית לטיפול בדיכאון על רקע חסר ב- Kid Yang.

מזרח-מערב:

- נועם באומץ: אם אדם אינו מחובר ומסונכרן עם מה שהוא אמור להיות, ניתן לחבר אותו לגורלו דרך Du4.

עופר רז:

- משחררת מעייפות נפשית ופיזית.

Suspended Pivot, Xuan Shu, Du5, ציר תלוי

:Compendium

- ציר מאפשר לאדם יתר גמישות גופנית, נפשית ורוחנית. אלה זקוקים לציר שייתן תנועה אשר בלעדיו תהא נוקשות מחשבתית, סגירות ושכחה של אפשרויות אפשריות נוספות.

:George Soulie De Morant

- לאדם שתמיד ממהר.
- חולם על נחשים.

Spinal Center ,Ji Zhong ,Du6 ,אמצע עמוד השדרה

:Compendium

- השימוש בנקודה בפרט לנושאים נפשיים ורגשיים.
- טובה להיסטריה, אפילפסיה ודיכאון הנובעים מרוח פנימית או מרוח הנובעת מחסר יאנג.
- הנקודה נמצאת בגובה נקודת ה-Shu של ה-Sp ולכן תעזור בתפקוד ה-Sp ברמה הנפשית והרוחנית: חרדות מוגזמות, מחשבות יתר, אי יכולת לעבור מנושא אחד לאחר, אי יכולת לעכל מחשבה ולעבדה, זיכרון ירוד.

ה(א)ערה: אם אדם אומר "הגב שלי נשבר לשניים" אזי זוהי נקודה שטוב יהא להשתמש בה.

:Peter Deadman

- אין רצון לאכול.

:Kevin R. Jeynes

- שיגעון.

Central Pivot ,Zhong Shu ,Du7 ,ציר מרכזי

:Compendium

- עוזרת לגמישות הגופנית, הנפשית והרוחנית בדומה ל-Du5.
- חוסר יכולת עיכול ועיבוד מחשבות ואי נוחות הנובעת עקב כך.

:Peter Deadman

- אין רצון לאכול.

Contracted Muscle, Jin Suo, Du8, שריר מכווץ

:Compendium

- לכיווץ שרירים ברמה בפיזית ולכיווץ מנטאלי מבחינת הנפש והרוח. כאשר האדם נרגע ומוכן לשקול מחדש נקודת ראותו בעניין מסוים – אז הוא פותח את נפשו ואת רוחו לחוויות חדשות. מאידך, אם לאדם אין יכולת לאסוף את האנרגיה שלו, אם הוא חסר בטחון, חסר מטרה, לא ממוקד בחייו, הנקודה הזו יכולה להביא לאיזון ולעגן אותו.
- הנקודה הנ"ל נמצאת בקו עם נקודת ה-Shu של ה-Liv. לכן, הנקודה פונה ומטפלת בעצבנות, חוסר יכולת לנוע קדימה בחיים, התנגדות, תסכול, כאבי ראש ודיכאון.

:George Soulie De Morant

- דיבור בלתי פוסק.
- חוסר חיוניות.
- פרכוסים הנגרמים מפחד.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: עיניים בוהות מעלה, אפילפסיית ילדות הנובעת מפחד, מאניה, הליכה מוטרפת, דיבור בלתי פוסק, פחד הפוגע בכבד.

:מזרח-מערב:

- נועם באומץ: טובה לבעיות נפשיות הקשורות לכבד.

:Nigel Wiseman

- מקלה על כאב ומשקיטה את ה-Shen: שיגעון, אפילפסיה מפחד אצל ילדים.

:Acupuncture – a comprehensive text

- היסטריה.

עופר 7:

- משככת כאב ומרגיעה את ה-Shen: איבוד יכולת הדיבור, טירוף, פחד.

Arrival of Yang, Zhi Yang, Du9, הגעה ליאנג

:Compendium

- יש להשתמש בנקודה זו כאשר האדם זקוק לפריצה מחדש של אנרגיית יאנג בחייו, לתנועה ולויטליות. דומה לנקודת שעה על מרידיאן ה-Du Mai.
- טובה כנגד דיכאון הנובע מחסר בחזון ומסטגנציה של צ'י. נקודה זו על איכויותיה המאוד היאנגיות ממש מרימה את האדם. "המסע" האנרגטי בין Du9 ל-Du11 מראה לאדם את המקום הגבוה יותר בתוך עצמו.
- אזהרה: אין להשתמש בנקודה זו בשלב מוקדם של הטיפול.

:George Soulie De Morant

- טובה לאדם חלש אשר בקושי מדבר נוכח חוסר באנרגיה או ייאוש.

עופר 7:

- הנקודה מטפלת במחלות חום ובמחלות נפש.

Soul Tower, Ling Tai, Du10, מגדל הנשמה

:Compendium

- הנקודה מצעידה את האדם אל עבר השמיים (Heavens) כאשר הוא מוכן לצאת מן המגדל. כאשר האדם מוכן לרמה חדשה של התקדמות לאחר ששחרר עכבות מן העבר, אזי נקודה זו שנמצאת בגובה אחד עם הלב יכולה לחזק אותו ברמה עמוקה של הנפש והרוח ולציידו עם האיכויות הנדרשות לשלב הצמיחה הבא. הנקודה מעניקה פרספקטיבה נכונה, אבל אין להשתמש בה לפני שהאדם מוכן לכך.
- הנקודה מעניקה תחושה של אחדות, כיוון שמקשרת את רוחו של האדם למשהו גדול הימנו.
- טובה כנגד בלבול.

:מזרח-מערב:

- נועם באומץ: בנקודה זו יושבת הנשמה – אם חשים צורך להשתמש בה אז אך ורק באמצעות מוקסה.

Shen Way, Shen Dao, Du11, רוח אלוהית

:Compendium

- עקב מיקומה בין הנקודות B115 ו-B144 (צמד נקודות אלה נמצא משני צידי הגב) - ה-Ht עשוי להיות מושפע ישירות על ידי נקודה זו. זהו נתיב ישיר אל ה-Shen וגם נתיב ישיר דרכו הרוח יכולה להתקשר עם החיצון.
- נקודה זו עוזרת לאדם להישאר בנתיבו ומראה לו מה הוא צופן לו. נקודה זו משחקת תפקיד דומה ל-Ren17, אבל בגלל מיקומה על ה-Du Mai יש לה ניואנס אנרגטי שונה.
- נקודה זו משפיעה על יכולת הדיבור, בעיות תקשורת והיכולת לשתף ברעיונות ורגשות.
- הנקודה מווסתת את תפקוד הלב ומרגיעה Shen: פלפיטציות ואינסומניה.
- הנקודה מרגיעה את החזה, וטובה לעצבות ודיכאון.
- הנקודה מנקה אש מן ה-Ht: היפר-אקטיביות, חוסר מנוחה ובלבול.
- יכולת להעניק ולקבל אהבה ורעיונות. טובה לבעיות במערכות יחסים.
- עצבות, חוסר שמחה עקב סטגנציה של ה-Ht Qi.
- מאניה או היסטריה עקב אש המפריעה ל-Shen.

:George Soulie De Morant

- היחלשות המוח והעצבים: אובדן זיכרון.

:Peter Deadman

- מחזקת את ה-Ht וה-Lu ומרגיעה את ה-Shen: עצבות עם חרדה, זיכרון לקוי, פלפיטציות מפחד, חוסר התמצאות, ביישנות המלווה בקוצר נשימה ורוח בגיל הילדות הנובעת מפחד.

פרשנות:

תפקוד הנקודה נובע מחסר ב-Gathering Qi וחוסר הזנה של ה-Ht המביא לידי הסימפטומים המוזכרים לעיל.

:Giovanni Maciocia

- מחזקת את ה-Ht ומרגיעה Shen: עצבות, חרדה, זיכרון לקוי, פלפיטציות, חוסר התמצאות, ביישנות.

פרשנות:

הנקודה נמצאת בגובה של B115, נקודת ה-Shu של ה-Ht ומכאן פעולתה העיקרית נוגעת ל-Ht. הנקודה מזינה את ה-Ht ומרגיעה את הנפש ומכאן תפקודיה.

נקודה זו חשובה בטיפול בבעיות רגשיות נפשיות על רקע חסר.

:Kevin R. Jeynes

- מטפלת בפחד.
- אובדן זיכרון.

מזרח-מערב:

- מווסתת Ht ומרגיעה Mind.
- טובה לחולשת עצבים.
- טובה לאיבוד זיכרון ומיקוד בחיים.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה את ה-Ht ואת ה-Shen: זיכרון לקוי, פלפיטציות מפחד, חוסר ריכוז, עצב ודאגה.

עופר רז:

- משקיטה את הלב ומרגיעה את הנפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- זיכרון לקוי, חרדה, פלפיטציות.

Body Pillar ,Shen Zhu ,Du12, עמוד הגוף

:Compendium

- מעניקה עמוד שדרה לאדם קורס. כאשר האדם נמצא תחת מתח ולחץ, הנקודה מעניקה תמיכה ל-Shen ולגוף. הנקודה מחזקת את האדם ומחייה אותו לאורך זמן.
- ניתן להשתמש עם מוקסה אם האדם אדיש וחלש בכדי להקים ולעורר מחדש את כוחו של ה-Du Mai.

:George Soulie De Morant

- עוינות.
- פוביות.
- שנאה.
- רצון לפגוע באחר עד שזה יגיע לדמעות.

- דליריום מחום.
- הלוצינציות.
- פחד לעת לילה.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה- Shen: הליכה מוטרפת, דיבור מוטרף, ראיית רוחות, כעס עם רצון להרוג אנשים, אפילפסיית ילדות הנובעת מפחד.

פרשנות:

התפקוד של הנקודה נובע מעצם החיבור בין ה- Lu וה- Ht. כאשר יש חום ב- Lu הוא חודר בקלות אל ה- Ht. או אז מתקיימים אותם הסימפטומים בהם הנקודה מטפלת.

נקודה זו משומשת יותר במצבי עודף, לעומת Du11 המשומשת יותר במצבי חוסר.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה- Shen ופותחת את פתחיה: התנהגות מאנית, ראיית רוחות, רצון עז להרוג אנשים.

פרשנות:

האינדיקציה "חשק עז להרוג אנשים" מעניינת. האינדיקציה "רצון לבצע התאבדות" משויכת ל- B113 והינה בקונטקסט של ה- Po השוכן בריאות. ה- Po מהווה נפש פיזית בעלת תנועה צנטרפטלית אשר באופן עקבי הופכת דברים לחומריים ומפרידה אותם למרכיביהם. ל- Po יש מערכת יחסים עם ה- Gui – שדים ורוחות (של אנשים מתים). הכוחות הצנטרפטליים של ה- Gui המצויים בתוך ה- Po פוגמים בעקביות בה ומהווים, בסופו של דבר, את הגורם למוות. לכן, מעניין הדבר ששלושת הנקודות המשויכות ל- Lu המצויות בגב הן אינדיקטיביות במצב של רצון להתאבד או ברצון להרוג – הלכה למעשה, קשורות למוות.

שמות הנקודות הן כדלהלן:

B113: "רצון עז להתאבד".

B142: "שלוש גופות צפות".

Du12: "רצון להרוג אנשים".

:Kevin R. Jeynes

- טירוף ומאניה.

:Nigel Wiseman

- מנקה את ה- Ht ומאזנת את ה- Shen.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מחלות מנטליות.
- היסטריה.

עופר רז:

- מטהרת את הלב ומרגיעה את הנפש: טובה למחלות נפש.

Road to Happiness, Tao Dao, Du13 חור המעבר

:Compendium

- הנקודה מרגיעה את ה- Shen. מיקומה הוא בתחילת העלייה אל הראש והיא מתחילה את החיבור בין הגוף לרוח ומכאן שמה "Road to happiness".

:George Soulie De Morant

- תשישות עקב מאמץ פיזי או נפשי.

- מלנכוליה
- ביישנות
- חיפוש אחר מקום מבודד וחשוך.
- צורך באלכוהול וקפה.
- דלוזיות ללא שמחה.
- הדחקה והרהור בלתי פוסק בבעיות מסוימות.
- אינסומניה עקב חולשה עצבית.

:Peter Deadman

- מטפלת בחוסר שמחה וחוסר התמצאות לפי שמה – "Way of happiness" (השמות שונים בספרים שונים – מ.ב.).

:Acupuncture – a comprehensive text

- מקררת חום ומרגיעה את ה-Shen: פסיכוזא.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש ומצלילה את הראש.

Big Hammer, Da Zhui, Du14, פטיש גדול

:Compendium

- נקודה מאוד חזקה בכדי להניע מישוהו קדימה, אבל רק אחרי שהוא חוזק דיו. בתור נקודה משמעותית של יאנג (מפגש כל מרידיאני היאנג) נקודה זו יכולה לנער את האדם למעשה ופעולה.
- הנקודה מנקה את הנפש: כנקודת מפגש של כל מרידיאני היאנג שמעלים יאנג טהור מעלה אל הראש, ניתן להשתמש בנקודה כדי לנקות את הנפש ולהמריץ את המוח ואת אברי החישה של הראש.
- מתח ולחץ נפשי ורוחני עקב חסר יאנג, בפרט Ht Yang Xu.
- דיכאון.

- בלבול.
- אינסומניה.
- עצבות.

:George Soulie De Morant

- חסר מלידה: יהירות, חוש מוסרי רופף, ילדותי, בוכה בקלות, מוסח בקלות, חסר ביכולת ההקשבה, אפאטיה.
- עודף: טיפוס חזק, אנרגטי, אקטיבי, נשים אגרסיביות וגבריות.

:Leon Hammer

- התמוטטות עצבים.
- היסטריה.

:Peter Deadman

- אפילפסיית ילדות מפחד.

:Peter Deadman – Article

- פלפיטציות מפחד, זיכרון רעוע, מאניה, מאניה-דפרסיה, סלידה מאש, נטייה לקלל ולגעור באחרים, קיטורים ודיבור מופרע.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen: דיכאון, עייפות, זיכרון לקוי וקושי להתרכז.

פרשנות:

ה-Du Mai חודר למוח, לכן Du14 יכולה להרגיע את ה-Shen ולהמריץ את המוח כאשר אדם מדוכא ומבולבל. יחד עם מוקסה ישירה, הנקודה מחזקת את היאנג של ה-Kid וה-Ht וכך מחזקת את כוח הרצון (Zhi) והנפש (Shen).

:Kevin R. Jeynes

- זוהי נקודה המפתחת ומחזקת אנרגיה פיזית ונפשית ולכן תהיה טובה לטיפול בהתמוטטות עצבים, אובדן כוחות נפשיים, היסטריה עם כיווצים.

מזרח-מערב:

- מרגיעה Shen.

:Nigel Wiseman

- מנקה את ה-Ht ומשקיטה את ה-Shen.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מנקה את המוח ומרגיע את ה-Shen: פסיכוזות.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש, משקיטה את הנשמה ומחזקת את כוח הרצון: מטפלת במחלות נפש.

Mute's Door ,Ya Men ,Du15, דלת השתיקה

:Compendium

- נקודה זו מקושרת אל שורש הלשון. לכן היא מטפלת בבעיות בקול ומשחררת את הדיבור.
- הנקודה משומשת להמריץ תקשורת טובה בין הנפש לרוח.
- הנקודה מנקה ומזינה את הנפש והמוח.
- חרדה.
- מאניה.
- היסטריה מהפרעה ב-Ht.
- כעס ועצבנות הנובעים מרוח פנימית.

- חוסר בהירות מנטאלית עקב חסימה בצ'י הנכנס לראש.

:George Soulie De Morant

- קושי בדיבור.
- דיבור במאמץ רב.
- יצירת מילים בקושי.

:Peter Deadman

- מאניה-דפרסיה.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen: תחושה של כבדות בראש, זיכרון לקוי וקשיים בריכוז.

פרשנות:

כאשר הנקודה נדקרת במניפולציה של חיזוק, הנקודה מזינה את המוח ומרגיעה את ה-Shen ע"י קידום היאנג העולה לראש והן גם על ידי היותה נקודת ים הצ'י.

מזרח-מערב:

- פנינה לדרפיינד-אלון: סותם את הפה לקשקשנים ופותח את הפה לשתקנים.
- פנינה לדרפיינד-אלון: Ren15 + Du15: שילוב רוחני שכולל בחובו ריכוך ואיזון. מחזק את החושים ואת האינטואיציה ומאזן את הדיבור ואת הביטוי.
- נועם באומץ: נשתמש ב-Du16 + Du15 כאשר נרצה לשפר את התפקוד המוחי של האדם.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה Shen.
- מטפלת במאניה-דפרסיה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- פותחת את החושים ומחזיר להכרה.
- היסטוריה.

עופר רז:

- מטהרת את ההכרה ואת הנפש ומחזקת את המוח.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

Wind Palace ,Feng Fu ,ארמון הרוח, Du16

***Sun Si Miao* לפי *Ghost* נקודת**

:Compendium

- הנקודה מרעננת ומגרה את הרוח להביט החוצה ולהמשיך קדימה בדרכה. בהיותה נקודת אשנב לרקיע, נקודה זו יכולה להניע את האדם ולהרחיב את אופקיו. יש להשתמש כאשר האדם אינו יכול לסבול ולשאת את רוחו ואינו יכול להמשיך הלאה בדרכו. הרוח יצאה מן ממפרשיה של ה-Shen והאדם מדוכא והוא צריך חזון וחיבור עם אספקט גבוה יותר בתוכו עצמו. זוהי נקודה עוצמתית לשינוי הפרספקטיבה של האדם, מגרה את אברי החישה ונותנת מוטיבציה לרוח.
- אם יש חסימה של צ'י באזור זה, הגוף, הנפש והרוח עלולים להיות מושפעים – וייתכנו סימפטומים של הפרעה וחוסר בהירות נפשית.
- הנקודה מנקה את הנפש ומיטיבה עם המוח כך שהיא מזינה אותו ומיטיבה עם אברי החישה.

:George Soulie De Morant

- טיפול בכל הבעיות המנטאליות ובפרט חשק להתאבד והליכה בצורה עיוורת ללא מטרה וכיוון.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: מאניה, דיבור בלתי פוסק, הליכה מוטרפת ורצון לבצע התאבדות, עצבות ופחד עם פליטציות מחרדה.

פרשנות:

תפקוד הנקודה נובע מכך שהיא מהווה את נקודת הכניסה אל המוח. כאמור בראשית העבודה, פרשנים כמו Sun Si Miao ו-Li Shi Zhen ראו במוח את מקום המשכן של ה-Shen.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen ופותחת את פתחיה: התנהגות מאנית, רצון להתאבד, עצבות, פחד.

פרשנות:

זוהי נקודת ים מח העצמות וככזו היא ממלאת את המוח במח וכך מנקה את ה-Shen וממריצה את המוח.

:Kevin R. Jeynes

- שיגעון הנובע מהתקפת קור.
- רצון להתאבד.

מזרח-מערב:

- פנינה לדרפיינד-אלון: נקודת ה-"Blend Point" – בין רוחניות לגשמיות. מה שהובן התברג ומיושם בחיים עצמם. נקודה יותר אקטיבית מ-Du15.
- נועם באומץ: נשתמש ב-Du15 + Du16 כאשר נרצה לשפר את התפקוד המוחי של האדם.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה Shen.
- מטפלת במאניה-דפרסיה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מחלות נפשיות.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש, משקיטה את הנשמה, מעוררת ומצלילה את המוח: מחלות נפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

חלון המוח, Window of the Brain, Nao Hu, Du17

:Compendium

- מיטיבה עם המוח ומנקה את הנפש, מביאה אנרגיית יאנג אל המוח וכך מחייה את המודעות ומגרה את פתחי החישה.
- עמימות וסתימות נפשית.

:George Soulie De Morant

- אינסומניה לפני חצות.
- חוסר שקט קיצוני.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: מאניה.

:Giovanni Maciocia

- מיטיבה עם המוח
- מרגיעה את ה-Shen ופותחת את פתחיה: התנהגות מאנית.

:מזרח-מערב:

- ממריצה את היכולת המנטאלית.

:Nigel Wiseman

- מעוררת את המוח ופותחת את הפתחים.
- איבוד קול.

:Acupuncture – a comprehensive text

- אינסומניה.

:עופר רז:

- מעוררת את המוח ופותחת את הפתחים.
- מעודדת גישה אופטימית ובונה נשימה חזקה.

:Strong Space, Qiang Jian, Du18, חלל קשה

:Compendium

- מחזקת את המוח.

:George Soulie De Morant

- אינסומניה.
- התרופפות עצבים.

- היסטוריה? (סימן השאלה במקור – מ.ב.).
- הליכה בצורה עיוורת ללא מטרה וכיוון.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: ניעור של הראש, הליכה מוטרפת, אינסומניה ומאניה דפרסיה.

:Nigel Wiseman

- מאניה דפרסיה.
- אינסומניה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- אינסומניה.

:Chinese acupuncture and moxibation

- מאניה.

Behind the Vertex ,Huo Ding ,Du19 , מאחורי הקודקוד

:Compendium

- מרגיעה את הנפש והרוח: ניתן לשלבה עם Ren15 בכדי להעצים את האפקט הנ"ל.
- כאשר יש חרדה קשה, כאוס וחוסר מנוחה, אזי נשלבה עם Du20 בכדי להרמן את כל האיברים ולהסדיר מחדש סדר ורוגע. הקוטב היאנגי ביותר של הגוף מדבר אל האני הגבוה ביותר של האברים ועל ידי הפגשתם יחד הוא מרגיעם.
- שילוב נוסף של שתי נקודות אלו ייעשה כאשר האדם נמצא במצב של מאניה.
- יש להשתמש בנקודה זו כאשר המשבר עומד להגיע ואילו ב-Du20 כאשר המשבר כבר הגיע והאדם כבר "התרסק" לו.

:George Soulie De Morant

- אינסומניה.
- אי שפיות.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: הליכה מוטרפת ואינסומניה.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen ופותחת את פתחיה: התנהגות מאנית, חרדה (ממש מרכזית לעניין זה), חסר שקט נפשי ואינסומניה.

פרשנות:

לנקודה זו יש עוצמתית בפעולת ההרגעה שלה את ה-Shen ולעיתים קרובות משומשת למצבי חרדה קשה, בפרט בשילוב עם Ren15.

מזרח-מערב:

- מרגיעה את הנפש.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה את ה-Ht ואת Shen: מאניה דפרסיה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- אינסומניה

עופר רז:

- מרגיעה את ה-Ht וה-Shen: פחד מקור ורוח.

:Chinese acupuncture and moxibation

- מאניה

One Hundred Meetings ,Bai Hui ,Du20, מאה מפגשים

:Compendium

- הכתב הדאואיסטי העתיק "Daoist Storehouse" מתייחס לראש עם כאל החלק החשוב ביותר בגוף שמהווה גם את מפגש 100 הרוחות (100 Spirits). במקום הגבוה ביותר על הראש, Du20 היא נק' המפגש של כל הרוחות.
- הנקודה מהווה מפגש של כל מרידיאני היאנג המעלים יאנג בהיר ונקי אל הראש. זוהי נקודה חזקה להרים את הנפש בזמן דיכאון. מטפלת גם בדיכאון הנובע מליחה בראש. העלייה של היאנג עוזרת לתפקוד הנפשי והמנטאלי. כאשר האדם מרוסק מטראומה בעברו (לא במצב אקוטי) אזי נקודה זו עשויה לחבר את האדם אל עצמו.
- הנקודה מרימה את ה-Shen. ניתן להשתמש בה כאשר היאנג צונח.
- המפגש של ה-Du Mai עם המסלול הפנימי של ה-Liv בנקודה זו מעניק לנקודה זו "ניחוח של עץ": פרספקטיבה, חזון, תחושה של הדרך של האדם נפתחת ומתגלה. הנקודה מעניקה גישה לחוכמה, ידע, מניעה את האדם בחייו.
- ה-Du Mai מסדיר את ה-Yang של הגוף ו-Du20 היא נקודה קוטבית, היכן שהזרימה במרידיאן משנה כיוון. נקודה זו, כנקודות הבאר, יש לה השפעה חזקה על האנרגיה בגוף, בנפש וברוח, בפרט בהרגעת הפרעות ובהורדת רוח.
- אין להשתמש בנקודה זו אם לאדם יש לחץ דם גבוה או היסטוריה של מאניה ודפרסיה.
- הנקודה מחזירה להכרה, בפרט בשילוב עם Du26 ו-Pc6.
- טובה למצב של בלבול מנטאלי ושטחיות נפשית.
- היסטריה.
- חוסר מנוחה.
- אינסומניה.
- פלפיטציות הנובעות מהטרדה של ה-Shen ע"י רוח, חום, ליחה ופחד.

:George Soulie De Morant

- הנקודה מרפאת את כל הבעיות ומחזירה את הרצון לחיות.
- מבחינה פסיכולוגית מחזירה את האינסטינקטים הפרימיטיביים.
- בעיות נפשיות על רקע חולשה: כוח הנפש מותשת על ידי יותר מדי דאגות ומחשבות, אדם השוכח את העבר ומזניח את העתיד, אובדן זיכרון, קושי לדבר, מלנכוליה, חרדה, דיכאון, מוח מעוות, דכדוך, עצבות, בכי בלילה.
- אובדן בוחן המציאות – דלוזיות.
- אינסומניה.

:Leon Hammer

- התקף פסיכוטי.
- הלוצינציות.

:Peter Deadman

מיטיבה עם המוח ומרגיעה Shen: דיכוי וחוסר מנוחה, תחושה של חום ודיכוי של ה-Ht, פלפיטציות מחרדה, זיכרון לקוי, חוסר חיוניות נפשית, חוסר התמצאות, בכי רב, עצבות ובכי עם רצון למות, מאניה.

פרשנות:

כאמור, יש אסכולה המחזיקה את הראש והמוח כמשכן ה-Shen ואילו יש אסכולה אחרת הרואה ב-Ht את המשכן. נקודה זו לה השפעה חזקה על המוח (Sea of marrow) ולכן משפיעה רבות על הנפש. דדמן מדגיש, כי נקודה זו יעילה במיוחד כאשר יש דיסהרמוניה בין הלב למוח.

:Giovanni Maciocia

- מיטיבה עם המוח ואברי החישה.
- מרימה את ה-Shen: זיכרון לקוי, דיכאון.

פרשנות:

לפעולתה של הנקודה בהרמת יאנג יש השפעה מנטאלית בכך שהיא מעלה יאנג בוהק אל המוח ואל ה-Shen. מניסיונו של ג'ובאני, לנקודה כוח רב בהרמת האדם מדיכאון והרגעת ה-Shen.

:Kevin R. Jeynes

- רעד עקב פחד.
- אובדן זיכרון.
- דליריום.
- בכי תכוף.
- מוח מבולבל.

מזרח-מערב:

- נועם באומץ: למרות היות הנקודה מאוד יאנגית, היא מחדדת מאוד שכן היא קשורה ל-Yi של ה-Sp; כאשר נמשיך ונרצה לחזק את האספקטים מנטליים אז נדקור את ה-Si Shen Cong 4) נקודות אקסטרה סביב ל-Du20).

:Nigel Wiseman

- מרגיעה את ה-Shen: מאניה דפרסיה, פלפיטציות מפחד, זיכרון לקוי, מחשבות אובדניות ואובדן חוש הטעם.

:Acupuncture – a comprehensive text

- פותחת את החושים ומרגיעה את ה-Shen: אינסומניה ושיגעון.

עופר רז:

- מעוררת ומטהרת את המוח, את החשיבה ואת החושים.
- גורמת ליאנג לעלות ומעודדת את צלילות הראש: מצב של שוק.
- מרגיעה את הנפש ומייצבת את כוח הרצון.

- אינסומניה

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

Before the Vertex ,Qian Ding ,Du21, בקדמת הקודקוד

:Compendium

- הטרדה הולכת וגוברת של ה- Shen.

:Peter Deadman

- אפילפסיית ילדות הנובעת מפחד.

:Wang Ju Yi

- הנקודה מביאה יאנג טהור לעבר הראש במקרה של ערפל נפשי.

:Nigel Wiseman

- מאזנת את ה- Shen.
- אפילפסיה מפחד אצל ילדים.

:עופר רז

- מייצבת את הנפש.

Frontal Meeting ,Xin Hui ,Du22 מפגש קדמי

:Compendium

- מרגיעה את הכבד ומסדירה פחד.
- אינסומניה או שינה מרובה.

ה(א)ערה: טובה לטיפול בכאב ראש עקב שתייה מרובה של אלכוהול.

:George Soulie De Morant

- מחזקת ויטליות.
- מחזקת אסוציאציות של רעיונות, תחושות ותמונות.
- מחזקת ריכוז ודמיון.
- במצב של חסר תעזור כאשר יש ערפל מוחי הגורם לבלבול: חוסר מנוחה רגשית, מוח מעוות, ישנוניות.
- שמיעה פסיכולוגית: שומע קולות, אבל מבין את משמעותן בצורה דלה.

:Peter Deadman

- פלפיטציות מחרדה.
- ישנוניות.

:Nigel Wiseman

- פותחת את הפתחים ומרגיעה פחדים.
- אפילפסיה מפחד.
- אינסומניה או שינה מרובה.

עופר רז:

- פותחת את הפתחים ומרגיעה פחדים.

Upper Star ,Shang Xing ,Du23, כוכב עליון

Sun Si Miao לפי *Ghost* נקודת

Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: טובה למאניה.

Kevin R. Jeynes

- בויאטנמית הנקודה נקראת "דרך האלוהים" ו"רוח בהירה" – דבר המרמז על אופיה האנרגטי ואופן פעולתה.

מזרח-מערב:

- נועם באומץ: שימוש תדיר כמצפן. כאשר מישוהו איבד את דרכו והוא בדיכאון ואינו יודע מה רוצה להיות. הנקודה תתווה את הדרך ל-Du24 (ה-Destiny).
- רוני ספיר: עובדת כמצפן – מכיילת אותנו עם הכוכב שלנו (חיצוני וקוסמי). נקודה טובה למועקה גדולה – להראות לאדם לא שמח שיש לו הרבה על אף שהוא חושב שאין לו דבר. הנקודה יכולה להידקר מדי פעם – לא גורמת ליותר מדי נזק.

Nigel Wiseman

- מאניה דפרסיה.

Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

Spirit Palace, Shen Ting, Du24, ארמון הנשמה

:Compendium

- נקודה חזקה מאוד להרגעת הנפש וה- Shen: טובה כאשר יש מערבולת בנפש ובמוח. האדם אינו יכול לעבד ולנוע הלאה. מחשבות אובססיביות עקב סטגנציה של ה- St Qi ושל ה- Du או הטרדה בלתי פוסקת עקב רוח פנימית.
- נקודה זו יכולה להיות משולבת עם GB13 בשביל לטפל בחרדות קשות ופחדים.
- הנקודה הנ"ל משומשת בקליניקות פסיכיאטריות פעמים רבות לטיפול בסכיזופרניה.
- פלפיטציות וחרדה.

ה(א)ערה: טובה לטיפול בעיוורון פתאומי.

:George Soulie De Morant

- ריגוש יתר פסיכולוגי:
 - צער עודף
 - התייפחות
 - תלישת שיער
 - חוסר יכולת להרדם
 - תחושת לכידות פנימית
 - חרדה
- ריגוש יתר צרברלי:
 - קפיצה על שולחנות
 - שירה
 - הורדת בגדים (אחרי מלאריה).
 - דיכאון.
 - הוצאת לשון.

:Wang Ju Yi

- נקודה זו מרגיעה מטופלים חרדתיים על ידי הבאת יאנג צ'י טהור אל מוחם. לשם כך, פעמים רבות היא משולבת עם Ren12.

:Peter Deadman

- מיטיבה עם המוח ומרגיעה את ה-Shen: מאניה דפרסיה, עליה למקומות גבוהים ושירה שם, הורדת בגדים וריצה, חיקוי דיבור של אחרים, פלפיטציות מחרדה, אינסומניה, חוסר הכרה והוצאת לשון.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה ומרימה את ה-Shen.
- פותחת את פתחי ה-Shen: מאניה-דפרסיה, דיכאון, חרדה, זיכרון לקוי, אינסומניה.

פרשנות:

התפקוד החשוב ביותר של Du24 היא יכולת הורדת היאנג מורד שלה. זוהי לכן נקודה חשובה מאוד להרגיע את ה-Shen. לעיתים קרובות היא משולבת עם GB13 למצבי חרדה קשים ופחדים.

ג'ובאני משלב בין Du24 ל-Ren15 בכדי להרגיע את ה-Shen ולהזין את ה-Ht על רקע בעיות נפשיות רגשיות הנובעות מחולשה.

מאפיין חשוב של נקודה זו שהופכה לשימושית במיוחד הוא שהיא גם מרגיעה את ה-Shen וגם מעלה אותה; לכן, הנקודה בשימוש לא רק במצבים של חרדה ואינסומניה אלא גם במצבים של דיכאון ועצבות. לפי ד"ר Zhang Ming Jiu, בשימוש בקליניקה הפסיכיאטרית הנקודה תהא טובה לסכיזופרניה ו-Split thoughts.

שמה של הנקודה מתייחס לקשר החזק שיש לה לנפש ולרוח. באופן מסורתי, לחצר ניתנה חשיבות גדולה שכן היא זו שהעניקה לאורחים את ההתרשמות הראשונית של הבית; הכניסה אליו, למעשה, לפיכך, ניתן לומר שנקודה זו מהווה את הכניסה אל הנפש והרוח ושמה כאמור מעצים את חשיבותה.

:Kevin R. Jeynes

- החולה אוהב לטפס למקומות גבוהים ולהתחיל לשיר (סימפטום של ה-Yang Ming).
- החולה נהנה להוריד בגדיו ולהסתובב בעירום בפומבי.

- החולה מוציא לשונו לעבר אנשים.

מזרח-מערב:

- מרגיעה את הנפש.
- נועם באומץ: כאשר מצאנו את הדרך (באמצעות Du4 או Du23) וצריך את הדחיפה לנוע קדימה.
- רוני ספיר: נקודת הסדר הגדול – מסדרת את כלי הקיבול כך שהאדם יוכל ללכת בדרך שלו ולהתחבר לאמת שלו. לעיתים נדקור נקודה זו לפני Du23 בכדי לעשות סדר (אם יש סדר – אין צורך).

:Nigel Wiseman

- משקיטה את ה-Ht ואת ה-Shen: פלפטציות מפחד, אינסומניה, טירוף.

עופר רז:

- משקיטה את הלב ומרגיעה נפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- חרדה.
- פלפיטציות.
- אינסומניה.

Pure Bone Hole ,Su Liao ,Du25, חור מקורי בעצם

:George Soulie De Morant

- "Can provide for that has been neglected in a treatment" לציין, כי לא ברור את מי Morant מצטט.

:Acupuncture – a comprehensive text

- טובה למצב של שוק כיוון שמעלה את היאנג ומשקמת את הצי'.

עופר רז:

- מטהרת מוח וחושים.
- דמע ביתר.

Human Center/Water Through, Ren Zhong/Shui Guo, Du26, מעבר מים

Sun Si Miao לפי *Ghost* נקודת

:Compendium

- נקודה מאוד פוטנטית הפונה למרכז המודעות. הנקודה מסדירה Yin ו- Yang ולכן משמשת כנקודת החיאה.
- בכלל, באזור זה שבו אנרגיית היאנג של ה- Du Mai פוגשת את אנרגיית ה- Yin של ה- Ren Mai ניתן להשתמש בנקודה להפרעות בנפש וברוח (גם Du27 ו- Du28).
- חרדה עם דיבור בלתי פוסק.

:George Soulie De Morant

- דיכאון מנטאלי ומוראלי: אובדן היכולת לצחוק במשך זמן רב.
- רדיפה על ידי רוחות.
- בכי המוחלף בצחוק.
- דיבור ללא אבחנה בין אנשים מכובדים לאנשים נטולי תרבות וגסים.

:Peter Deadman

- מחזירה להכרה ומרגיעה את הנפש: מאניה דפרסיה, צחוק שאינו במקומו, צחוק ובכי בלתי צפויים.

פרשנות:

הנקודה עושה פעילותה בגלל שה- Du Mai נכנס למוח ומשם, דרך מסלול פנימי, מתחבר אל ה- Ht. זוהי נקודה עיקרית לטיפול בבעיות נפשיות רגשיות ובטקסטים העתיקים התוויה שלה נוגעת לצחוק שאינו במקומו, צחוק ובכי בלתי צפויים. כמו כן, מדובר באחת מנקודות ה- Ghost.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה- Shen ופותחת את פתחיה: התנהגות מאנית.

:Kevin R. Jeynes

- שיגעון.

מזרח-מערב:

- מטהרת את ה- Shen.
- נועם באומץ: טובה ביחד עם Du20 + Ht7 לילדים אשר לא התפתחו מנטאלית. זאת, ע"י הכנסת יאנג אל ה- Ht.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה את ה- Shen.
- מאניה דפרסיה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מרגיעה את ה- Shen: שוק, קומה, היסטריה, פסיכוזה.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש והמוח ומייצבת כוח רצון.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות והיסטריה.

Mouth Extremity/Exchange ,Dui Duan ,Du27 תחילת החלק המערבי של ההר

:Compendium

- מרגיעה את הנפש.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen.

:Kevin R. Jeynes

- שיגעון.

:Nigel Wiseman

- מקל על כאב ומשקיט את ה-Shen.
- מאניה דפרסיה.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש.
- מאניה דפרסיה.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

Gum Crossing ,Yin Jiao ,Du28 ,תוצה החניכיים

:Compendium

- מאניה או הפרעת שן עקב חום ולחות.

:Nigel Wiseman

- מנקה חום ומנקזת אש.
- מאניה-דפרסיה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מחלה נפשית.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

שער הרוח ,Wind Door ,Feng Men ,B112

:George Soulie De Morant

- טובה לאדם הישן יתר על המידה.

Ren Mai

נקודת המאסטר:

Broken Sequence, Lie Que, Lu7, ברק (שבירות ברצף)

:Compendium

- "One of Ma Danyang's "Twelve points shining bright as the starry sky"
- בתור נקודת הפתיחה של ה- Ren Mai היא פותחת את החזה ומשפיעה על ה- UJ וה- LJ. נקודה טובה למצב של אבל, עצבות ורגשות מעיקים בחזה. כאשר רגשות אלו הוחזקו בפנים או לא הוצאו לגמרי – הנקודה ממש תניב "שפיכה" של רגשות אלו בדרך כלל בליווי דמעות. ה- Po שוכן בריאות ועצבות עמוקה מתמשכת בנוסף לאבלות יכולות להשפיע על הריתמיות האוטומטית של הריאות באחזקת תהליכי החיים. דבר זה עלול להוביל לנשימה מוגבלת ושטחית, מתח באזור הכתפיים והחזה ואי נוחות של ה- Shen.

:George Soulie De Morant

- אובדן זיכרון.
- רעד מעצבנות.
- משבר של חוסר תקווה.
- צוחק בקלות רבה מדי
- חזיונות מופלאים.
- הלוצינציות.

:Leon Hammer

- צחוק מטורף.
- זכרון לקוי.
- Hebephrenia (סוג של סכיזופרניה).

:Peter Deadman

- כנקודת חיבור, נקודה זו מטפלת באפילפסיה בילדות עקב פחד, נטייה לצחוק מוגזמת ובפרט בזיכרון חלש.

:Zhen Jiu Da Chang

- בלבול.
- ייסורי נפש וטרדה.
- צחוק בלתי פוסק

Zhen Jiu Ju Ying

- צחוק בלתי פוסק.

:James Tin Yao So

- דליריום.
- צחוק מוגזם.

:Kevin R. Jeynes

- מעלה על פני השטח בעיות בין-אישיות חבויות ועמוקות.
- שיגעון.
- התכנסות פנימה.

מזרח-מערב:

- נקודה זו מאזנת בין האספקט המנטלי, הנפשי והפיזי. מוציאה ומזרימה צ'י התקוע בשכבות העמוקות של הגוף עקב בעיות אמוציונאליות והפנמה של רגשות.
- נועם באומץ: טובה למצב של אבל מתמשך (כנקודת חיבור). עוזרת לתקשורת בין הפנים לחוץ; טובה לאנשים מופנמים – תיפתח את הריאות ותאפשר נשימה.

:Nigel Wiseman

- אפילפסיית ילדים מפחד.

Meeting of Yin ,Hui Yin ,Ren1, מפגש היין

.Sun Si Miao לפי Ghost נקודת

:Compendium

- נקודת החיאה הן מבחינה פיזית והן מבחינה נפשית. יש להשתמש כאשר רוחו של האדם "טובעת" או שהיא נשחקה.
- מפגש של היין משפיע על האיזון בין יין ויאנג באופן שהיא משרישה, מעגנת ומרגיעה את הרוח. ניתן להשתמש בנקודה אם האדם אינו לוקח אחריות על היותו כאן ועכשיו – הנקודה ממש מורידה לקרקע המציאות את האדם.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: מטפלת במאניה-דפרסיה כנקודת Ghost.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את הנפש ופותחת את פתחיה: מאניה דפרסיה.

פרשנות:

מנקודה זו ה-Du ,Ren וה-Chong נובעים מן הפנים. האינדיקציה של טיפול במאניה דפרסיה משקף פתולוגיה של ה-Du. בנוסף, כאחת מנקודות ה-Ghost של Sun Si Miao הנקודה מרגיעה את הנפש ופותחת את פתחיה וניתן להשתמש בה למאניה דפרסיה.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות

Crooked Bone ,Qu Gu ,Ren2 , עצם עקומה

:George Soulie De Morant

- הסמקה בקלות רבה.

:Kevin R. Jeynes

- חוסר חיוניות.

Center of the Two Poles ,Zhong Ji ,Ren3 , מרכז שני הקטבים

:Compendium

- נקודת איחוד קלאסית הנמצאת במרכז האדם הן מבחינת הציר האופקי והן מבחינת הציר האנכי – לכן ממרכזת את הגוף, הנפש והרוח של האדם. אבל, זוהי לא נקודת הבחירה כאשר יש חוסר איזון בולט בדפקים, אלא נקודה שמושכת אנרגיה ל-LJ כאשר האדם עבר טלטלה רגשית.

:George Soulie De Morant

- תשיות.
- דלוזיות.
- אובדן הכרה.
- אינסומניה המוחמרת בלילה במיטה.

:Nigel Wiseman

- .Deathlike Inversion

Yuan ,Gate of Yuan ,Guan Yuan ,Ren4 ,שער ה- Yuan

:Compendium

- הנקודה מהווה מקור אנרגיה עוצמתית לחיזוק הגוף כולו, הנפש והרוח.
- מרגיעה את הנפש דרך הזנת דם ויין.
- טובה כנגד חרדה עקב חסר יין.
- מחזקת את הצ'י של המחמם התחתון, כך משרישה את הצ'י הנ"ל ומפסיקה עלייתו אל הראש.
- דרך הקשר של נקודה זו אל הדם, היין והכבד, הנקודה הזו משרישה את ה- Hun. טובה לאלו הסובלים מתחושות עמומות של פחד או חרדה ליליים, תחושה של ריחוף מעט לפני השינה או חוסר החלטיות בחיים.

:George Soulie De Morant

- תשישות מעבודת יתר או מזקנה.
- נק' ההתראה של ה- Si מטפלת בבעיות רגשיות הנובעות מקור או דיכאון. פרשנות לעניין היא שנקודה זו עוזרת לעכל הן במישור הפיזי והן במישור הנפשי.

:Leon Hammer

- פסיכוזה.

:Peter Deadman

- פחד.
- חרדה.
- פחד המוביל לכילוי מחסר.
- כיבים בעצמות הנובעים מפחד (גם על רקע חסר בכליות).
- אינסומניה.

:Giovanni Maciocia

- משרישה את ה- Shen ואת ה- Hun: פחד, חרדה, אינסומניה.

- נקודה חשובה ועוצמתית לחיזוק צ'י ודם וחיזוק הגוף והנפש.

פרשנות:

הנקודה מרגיעה את ה-Shen ומקרקעת את ה-Hun ע"י הזנת דם ויין.

כמו כן, היא יכולה לחזק את המחמם התחתון באנשים חרדתיים מאוד, בפרט אם חרדתם נובעת מחסר יין. יתר על כן, היא משרישה את הצ'י כלפי מטה ומכניעה את העלייה של הצ'י אל הראש, דבר הקורה בחרדה קשה. בדרכים אלו היא משרה רוגע.

הנקודה משרישה את ה-Hun ולכן יכולה לשמש לתחושת פחד עמומה בלילה שמקורה בריחוף של ה-Hun.

מיכה גליקמן:

- דאגות על רקע של חסר בטחול, צ'י ודם.

שער האבן, Stone Gate, Shi Men, Ren5

:Compendium

- יש להשתמש במצבי חוסר אנרגיה, ויטליות, חמימות, וכאשר יש חולשה ועייפות.
- עם מוקסה טובה למצבי חסר חיות וחיוניות ואדישות.
- יש קלאסיקות המציינות שנקודה זו אסורה לדיקור.

:George Soulie De Morant

- הנאה מינית של נשים – אם חסרה אזי לחזקה ואם עודפת אזי לפזרה.

הערה: מעניין לציין, כי הסופר מדבר בפרט על "דיקור הנקודה הימנית" – ייתכן ומדובר והדיקור הוא לכיוון צד ימין או מכיוון צד ימין לשמאל.

:Nigel Wiseman

- אין רצון לאכול.

Sea of Qi, Chi Hai, Ren6, ים הצ'י

:Compendium

- מחזקת צ'י ויאנג ולכן טובה בשימוש במחלות כרוני ספירות כאשר אדם מוצף בשליליות ודיכאון. תהא טובה במצבים אלו לתשישות רוחנית ונפשית הנובעת מחסר או סטגנציה של צ'י.
- יש להשתמש כאשר אדם חש שכל דבר כרוך במאמץ וחסרה לו מידה רבה של כוח רצון.
- מוקסה עשויה להביא חיוניות לנפש עייפה.
- טובה למצבי חוסר חיוניות ודיכאון.

:George Soulie De Morant

- חסר העזה.
- דיכאון.
- רצון למות.
- אינסומניה עקב חסר שקט נפשי עד כדי חרדה.

:Giovanni Maciocia

- חיזוק צ'י ויאנג והעלאת צ'י קורס: עייפות ותחושה של חוסר יכולת להמשיך בדרך.

פרשנות:

לנקודה יש אפקט מחזק מאוד על הצ'י והיאנג. לכן, ניתן להשתמש בה למצב של תשישות מנטלית ופיזית דיכאון וחסר כוח רצון. אפקט זה מקבל חיזוק נוסף ע"י שימוש במוקסה. כיוון שנקודה זו מרימה מעלה צ'י שקרס, היא תהא טובה לאדם שמרגיש שאין בכוחו להמשיך בדרכו.

:Kevin R. Jeynes

- הנקודה משפיעה על ה- Ht וה- מוח כאשר יש יותר צ'י מדם ב- UJ.
- החולה רוצה למות.
- מצוינת לטיפול בדיכאון.

מזרח-מערב:

- למחלות יין בהן החולה מוותר ורוצה למות.
- נועם באומץ: בשילוב של Ren4 + Ren6 יש כדי לאזן את רמת הצ'י והדם בגוף. השילוב מניע צ'י ודם לראש ול- UJ כך שהאדם יותר רגוע ומצד שני יותר אנרגטי. אמפירית השילוב מוריד קצב פעימות הלב ומגדיל את נפח הדם המגיע אל הלב.

Yin Crossing ,Yin Jiao ,Ren7 , צומת היין

:Compendium

- הנקודה עוזרת לספק יציבות של הנפש ועיגון של הנפש והרוח דרך הקשר שלה עם היין והדם. זוהי נקודה טובה לאיזון הרמות השונות של האדם.
- טובה לטיפול בדיכאון עקב מחמם תחתון קר.
- מטפלת בחוסר יכולת להכיל אהבה ולבטאה.

:Kevin R. Jeynes

- טובה לשיגעון אחרי לידה.

Spirit Gateway, Shen Que, Ren8, שער הרוח

:Compendium

- אזור הטבור מהווה את המיתר שמאפשר לאדם חיים שכן הרוח נכנסת ועוזבת דרך מרווח או שער הרוח (שם הנקודה – Spirit Gateway). מוקסה עם מלח על נקודה זו מעודדת, מזינה ומניעה את ה-Shen.
- טובה כאשר רוחו של אדם כולתה, נשחקה והאדם מותש ברמה עמוקה.
- ממש טובה לקריסה של המרכז וריק בו. כאשר טיפול עמוק נדרש בכדי לחמם ולהעלות את הרוח.
- טובה כנגד דיכאון.

:George Soulie De Morant

- נקודה חשובה לחיזוק, טובה לכל המחלות האקוטיות.
- נמנום ללא יכולת להירדם.
- חלומות על צורות שחורות (?) (סימן השאלה במקור – מ.ב.).

:מזרח-מערב:

- משפיעה על ה-Shen.
- מחייה את ה-Spirit במקרים של Coma, תמט ו-Open Stroke.

Water Divide, Shui Fen, Ren9, מפריד נוזלים

:Compendium

- טובה לקידום, איזון, הנעה והפרשה של כל ההפרשות, הורמונים ונוזלים בכל הרמות של גוף, הנפש והרוח. יש להיזהר, שכן אם קיים אי סדר במערכת, אזי אין לבחור בנקודה זו שכן היא עלולה להעצים את המערבולת הכאוטית. יש להשתמש כאשר נערכה כבר עבודה אשר השיגה איזון, אבל עדיין האדם זקוק לדחיפה נוספת בכיוון זה. עוזרת עם זרימה חופשית של הנפש והרוח. לנקודה אפקט מהרמן.

:Peter Deadman

- חוסר הנאה באכילה.

Lower Cavity ,Xia Wan ,Ren10, החלק התחתון של הקיבה

:Compendium

- טובה למצב שבו יש חוסר עיכול מנטאלי שבו האדם אינו מצליח לעכל מידע, כאשר ההרקה וההבשלה של מידע וההנעה שלו כלפי חוץ אינם מושלמים ופסולת מנטאלית מצטברת.

:Peter Deadman

- חוסר הנאה באכילה.

:מזרח-מערב:

- טובה לאיבוד זיכרון.

:Nigel Wiseman

- אין הנאה באכילה.

Established Li ,Jian Li ,Ren11, פנים (תוך) חזק ובריא

:Compendium

- עוזרת לאדם למצות את עיקר התזונה ממזונו בכדי לחזק את הגוף, הנפש והרוח.

:Peter Deadman

- חוסר הנאה באכילה.

:Chinese acupuncture and moxibation

- אנורקסיה

Middle Cavity ,Zhong Wan ,Ren12, החלק האמצעי של הקיבה

:Compendium

- נקודה זו עשויה להיות טובה ל"חולה אהבה" מרוגש שאינו מיושב בדעתו ואינו מזין עצמו במזון.
- כאשר האספקטים הנפשיים והרוחניים של האדמה אינם מאוזנים אזי דאגת יתר וחרדה יופיעו.
- נקודה זו טובה גם להסדרת חשיבה ביתר, עיכול ואחסנת מידע.
- טובה לזיכרון ירוד והשטחה מנטאלית.

:George Soulie De Morant

- דאגות.
- אובססיות.
- עצבות.
- כנקודת ההתראה של המחמם האמצעי מטפלת בבעיות רגשיות המלוות בקור או דיכאון.

:Peter Deadman

- דאגה.
- חרדה וחשיבה ביתר.
- פגיעה על ידי שבעת הרגשות המובילה לכאב בבטן העליונה.
- רוח אקוטית וכרוני ספירת הנובעת מפחד בילדות.
- מאניה-דפרסיה.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen: דאגה, חרדה, התעסקות מורבידית בלתי נפסקת בנושא מסוים.
- ג'ובאני מוצא שנקודה זו מאוד אפקטיבית בהרגעת ה-Shen בחולים הסובלים מבעיות עיכול הנובעות ממתח נפשי. לשם טיפול בבעיה זו הוא משלב בין Ren12 ל-Ren15 או ל-Du24.

:Kevin R. Jeynes

- אי שפיות.
- פלפיטציות.

מזרח-מערב:

- הנקודות Ren16 – Ren12: משפיעות על ה-Shen ומרגיעות אותה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מחלות נפש.
- טירוף.

:Nigel Wiseman

- רצון למות.
- מאניה דפרסיה.

:Chinese acupuncture and moxibation

- אינסומניה.

Upper Cavity, Shang Wan, Ren13, החלק העליון של הקיבה

:Compendium

- דאגת יתר.
- חרדה.

:George Soulie De Morant

- חוסר שקט וחולשה של הנפש.
- פעולה בחופזה.
- עצבות.

:Peter Deadman

- מווסתת את ה-Ht: תחושה של חום והטרדה של ה-Ht ופליטציות מפחד.

:Nigel Wiseman

- מאזנת את ה-Shen.
- חוסר יכולת לאכול.

:עופר רז:

- מרגיעה את הנפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- אינסומניה

שער גדול, Great Gate, Ju Que, Ren14

:Compendium

- כאשר ה- Shen של האדם נמצאת בחוסר גדול וגורמת לחוסר חיוניות. נקודה טובה לשימוש לאחר Ren8 – אם ה- Shen עדיין זקוקה לחיזוק. ניתן לקחת בחשבון גם את B115 או Ht1.
- יש להשתמש כאשר האדם חסר שמחה פנימית וכאשר כל מאמציו מופנים כלפי הכרה חיצונית. האדם חסר בטחון או פתוח יתר על המידה לסטימולציה חיצונית ורגשית, אזי רגישות היתר עלולה להוביל לכילוי ה- Ht ולהתשה של הרוח.
- הנקודה מספקת אנרגיה לכל הגוף, לנפש ולרוח. עוזרת ל- Ht להשיב רוגע ושליטה. כאשר יש פגיעות וחרדה העולים מן הלב.
- בעיות מנטליות הנובעות מליחת חום החוסמת את פתחי הלב.
- היסטריה.
- פלפיטציות.
- חוסר יכולת לנוח.

:George Soulie De Morant

- אובססיות.
- רעיונות שווה העולים ללא הפסקה.
- פחד מחתולים גדולים או מרוחות רפאים (אינני סגור על התרגום של "phantom-cats").
- תחושת כליאה עצמית.
- התקפים של עוררות יתר הנובעים מרגשות.
- דמעות.
- היסטריה (?) (סימן שאלה במקור – מ.ב.).
- אפילפסיה עם בכי.
- נפילה ואובדן הכרה.

:Peter Deadman

- מתמירה ליחה ומרגיעה את הנפש: מאניה, מאניה-דפרסיה, נטייה לקלל ולעלוב באחרים, דיבור מוטרף ואלים, כעס, חוסר התמצאות, אובדן הכרה, פלפיטציות מפחד, זיכרון לקוי, חוסר שקט וחום.

פרשנות:

כל דיסהרמוניה של ה-Ht עשויה להטריד את ה-Shen, אבל החמורה מכל מתרחשת כאשר ליחה חוסמת את פתחיה. במידה ואכן הליחה היא הגורם העיקרי המפריע ל-Ht אזי נקודה זו תטפל בסימפטומים המנויים לעיל.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen ופותחת את פתחיה: חרדה, אינסומניה, מאניה דפרסיה, צעקות, כעס, חוסר התמצאות וחוסר שקט.

פרשנות:

נקודה זו מרגיעה את ה-Shen ותדיר משומשת לשם טיפול בסינדרום חום ולחות החוסמים את ה-Ht דבר המוביל לסימפטומים מנטאליים. ייתכן ונשתמש בה גם לסינדרום של Ht Fire שמוביל לאינסומניה, חוסר שקט וחרדה.

אולם, אין משמעות הדבר, כי אין להשתמש בנקודה זו לסימפטומים נפשיים-רגשיים הנובעים מחסר ב-Ht. עם זאת, במקרי חסר מעין אלו, ג'ובאני מעדיף להשתמש ב-Ren15.

:Kevin R. Jeynes

- האנרגיה של ה-Ht נכנסת ל-Ren בנקודה זו. במקרה של סירקולציה נמוכה בנקודה זו הבעיות שיצוצו תהיינה חמורות: ייסורי נפש, פחד, שיגעון, זיכרון לקוי ועוד.

מזרח-מערב:

- מרגיעה Shen.
- בעיות זיכרון וחוסר שקט נפשי.
- נועם באומץ: עובדת חזק מאוד על ה-Ht - נשתמש בה הרבה למצבים של הלם קרב; זהו אזור רגיש בגוף כאשר יש בעיות רגשיות.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה את ה-Ht ומאזנת את ה-Shen: מאניה דפרסיה, פלפיטציות מפחד, דיבור מוטרף וזעם מאני וזיכרון לקוי.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מרגיעה את ה-Shen ומסדירה את הצ'י.
- מחלות נפשיות.
- פלפיטציות מפחד.

עופר רז:

- מסדירה את הלב ומרגיעה את הנפש: מחלות נפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.
- פלפיטציות.

Dove's Tail, Jiu Wei, Ren15, זנב היונה

:Compendium

- הנקודה מטפלת ברמה של הרוח, בפרט זו של ה-Pc. טובה כאשר האדם מרגיש מאוים, חרדתי, ממש בפאניקה אך עדיין הדבר לא פגע ב-Ht.
- טובה לכאב הנובע מפרידה.
- הנקודה מווסתת את ה-Ht וכך מרגיעה את ה-Shen.
- הנקודה מטיבה עם אנרגיית היואן שכן היא נקודת היואן של כל אברי היין, כך שהיא מזינה יין ודבר זה עוזר להרגיע את הנפש והרוח בפרט על רקע חסר יין.
- הנקודה מתמירה ליחה ב-Ht.
- טובה כנגד אובססיות הנובעות מחסר יין.

:George Soulie De Morant

- חיוניות מפורזרת.
- שעמום.
- סלידה מקולות אחרים.
- עצבים רופפים.
- החלשות נפשית.
- חוסר יכולת לאתר מילים.
- אובדן זיכרון
- אדם המצפה לחוסר מזל מיידי ("Expects immediate misfortune").
- אדם שדעתו מוסחת בקלות.
- קושי להירדם.
- אינסומניה מוחלטת (?) (סימן השאלה במקור – מ.ב.).

ה(א)ערה: Morant מצייין, כי זוהי נקודת ההתראה לכל האברים המיניים.

:Peter Deadman

- מווסתת את ה-Ht ומרגיעה את ה-Shen: מאניה, הליכה מוטרפת, שירה מוטרפת, סלידה משמיעת קולות אחרים, פלפיטציות מפחד ואנחות מרובות.

פרשנות:

כמו Ren14 גם פעולתה של Ren15 נובעת מיכולתה להתמיר ליחה החוסמת את פתחי הלב.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen ופותחת את פתחיה: מאניה דפרסיה, פלפיטציות, חרדה ואינסומניה.
- הנקודה הנ"ל פותחת את בית החזה ומורדיה צ"י מורד מטה ולכן תהא טובה בזמן חרדה או אנחות.

פרשנות:

נקודה זו מאוד חשובה וחזקה להרגעת ה-Shen. לפי הפרק הראשון של "הציר השמימי" זוהי נקודת המקור של כל אברי היין. לכן, נקודה זו מזינה את כל אברי היין ומרגיעה את ה-Shen במצבי חסר יין, דם או שניהם. יש לנקודה אפקט מאוד מרגיע במצבים של חרדה חמורה, דאגה, הפרעות רגשיות, פחדים או אובססיות.

על אף שהאינדוקציות מכוונות לכך שניתן לפתוח את פתחי החישה של ה-Shen בהפרעות נפשיות עמוקות כמאניה דפרסיה הנובעים ממצב של עודף, ג'ובאני משתמש בנקודה בעיקר למצבים נפשיים-רגשיים הנובעים מחסר יין או דם.

:Kevin R. Jeynes

- שיגעון.
- מסייעת להפסקת עישון.
- פלפיטציות.
- היסטריה.

מזרח-מערב:

- מרגיעה את ה-Shen.
- לני אגמון: שימוש בנקודה יעשה במצב של פחד וחרדה לא ראציונלים. למשל, מחשבה על הוצאה להורג וחרדה הנובעת מכך.

:Nigel Wiseman

- מאניה דפרסיה.
- מאניה.
- פלפיטציות מפחד.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מחלה נפשית.

עופר רז:

- מחלות נפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

Central Courtyard ,Zhong Ting ,Ren16, חצר מרכזית

:Compendium

- מבחינה אנרגטית נק' זו משפיעה על ה- Ht וטובה בהזנת ה- Yin של ה- Ht. לכן הנקודה תהא טובה למצב של חוסר חיוניות וחרדה הנובעים מחסר Ht Yin או חסר ב- Ht Qi.

:George Soulie De Morant

- חוסר שקט.
- אדם אוטורטיבי המפחד ממקומות חשוכים ומסערות
- דיכאון.
- אינסומניה.

:Chinese acupuncture and moxibation

- אנורקסיה.

Chest Center ,Tan Zhong ,Ren17, מרכז החזה

:Compendium

- זוהי הנקודה בה שוכנת ה-Shen, מקדש של צ'י שמיימי בגוף האדם, מקום בו צ'י יכול להיות מוכל ומזון. ה-Ling Shu קורא לאזור הזה בגוף "ארמונו של ה-Pc". לכן, זהו מקום מוגן של כוח שמאפשר תקשורת בין רגשות, רעיונות, סירקולציה, דיבור – כל אלה נובעים מן הקשר בין השליט העליון, ה-Ht, לבין בין וחוץ הגוף.
- כאשר האדם מותש, מתוסכל ומרגיש שהרזרבות שלו נגמרו ואינו יכול יותר לתקשר עם השמיים, נקודה זו יכולה לשפעל את ה-Shen להניע ולאזן את הצ'י.
- לציין, הנקודה לרוב נעשית עם מוקסה ואינה נדקרת.

:George Soulie De Morant

- לאדם אשר תמיד ממהר, אפילו לפני המועד.
- כנקודת ההתראה של המחמם העליון מטפלת בבעיות אמוציונאליות המלוות בקור או דיכאון.

:Leon Hammer

- נקודה פסיכולוגית חשובה.

:Kevin R. Jeynes

- נקודה להפסקת עישון.

:Nigel Wiseman

- .Deathlike Inversion
- פלפיטציות המלוות בעצב ופחד.

:מיכה גליקמן:

- מטפלת בחרדות ודיכאון על רקע חסר צ'י ודם.

Jade Temple ,Yu Tang ,Ren18, ארמון הג'ייד

:Compendium

- האזור האנרגטי ושמה של הנקודה מבליטים את חשיבותה של הנקודה ואת תרומתה הרוחנית. ה-Ht, כשליט, נמצא בתוך הארמון הנ"ל. ג'ייד הינו אחד החומרים הכי יקרים ונאצלים. זוהי נקודה חזקה לחיבור הרוח עם כל האיכויות השמימיות העליונות.

:George Soulie De Morant

- סלידה מילדים קטנים, בפרט ילדות קטנות.

Purple Palace ,Zi Gong ,Ren19, ארמון סגול

:Compendium

- מחברת את האדם עם השמיים, מאפשרת לאדם להגיע לשמיים שבתוכו: דיכאון וכמיהה לחיבור עם אני גבוה יותר.

Magnificent Canopy ,Hua Gai ,Ren20

:Compendium

- נקודה זו עוזרת לסימפטומים של הפסקת עישון, על אף שאינה מעלימה את התשוקה.

:Kevin R. Jeynes

- נקודה להפסקת עישון.

- נועם באומץ: ד"ר ואן ביוון נהג להשתמש בנקודות Ren21 + Ren20 כנקודות אשנב לרקיע. ברמה הפיזית – שליחת יין לכיוון הצוואר ומיתרי הקול; ברמה הנפשית – תקיעות רגשית שבאה לידי ביטוי בקושי בדיבור.
- נועם באומץ: שילוב נקודה זו עם נקודת Yin Qiao יגרום להחצנה חזקה של האדם – ממש הקאה של האדם החוצה של מי שהוא ואמירת כל העובר לו בראש.
- נועם באומץ: טובה לטראומה מן הילדות שנותרה רק בראשו של זה אשר חווה אותה.

Jade Pivot ,Xuan Ji ,Ren21, ציר הג'ייד

- נועם באומץ: ד"ר ואן ביוון נהג להשתמש בנקודות Ren21 + Ren20 כנקודות אשנב לרקיע. ברמה הפיזית – שליחת יין לכיוון הצוואר ומיתרי הקול; ברמה הנפשית – תקיעות רגשית שבאה לידי ביטוי בקושי בדיבור.

Celestial Chimney ,Tian Tu ,Ren22, ארובה שמיימית

- יש להשתמש בנקודה זו באנשים שרוחם מצויה ענן שחור. כאשר אדם סובל מחוסר חיבור בין ראשו והשמיים שלו לרמות האחרות בגופו – אזי הוא עשוי להראות מרוחק, מדוכא וכלוא בתוך עצמו. הכוחות היצירתיים והביטויים של השמיים (Heaven) עשויים לא למצוא פתח חיצוני לתקשורת. לאדם לא תהא דרך יכולת להיות עצמו ולממש את הפוטנציאל שלו. הנקודה הזו מעניקה תחושה של תנועה המאפשרת תקשורת חופשית של רוח וצ'י וניקוי חסימות.
- נקודה זו חזקה יותר ומהירה יותר מנקודות אשנב לרקיע אחרות. ניתן לדוקרה גם באנשים שהאשנבים לרקיע שלהם פתוחים יתר על המידה ולכן הם מסוחררים ומרחפים ממה כתוצאה ממה שהם חווים ורואים.
- דיכאון המלווה בחוסר יכולת לבטא רגשות כלפי אחרים.

ה(א)ערה: ניתן להשתמש בה כאשר אין חלון לרקיע על מרידיאן שעובדים עימו.

אזור המעיין, Spring Region, Lian Quan, Ren23

:Compendium

- הקישור של נקודה זו ללשון הופכה יעילה בכל הקשור בבעיות דיבור. תהא טובה לבעיות דיבור בפרט אחרי שבץ מרוח.

:Leon hammer

- אילמות.

מאחסנת את הנוזלים, Containing the Fluids, Cheng Jiang, Ren24

Sun Si Miao לפי *Ghost* נקודת

:Compendium

- לנקודה קשר חזק עם הרוח. הנקודה שוטפת עכירות וסטגנציה של הרוח, כאשר הרוח קמלה וכאשר פחדים וחרדה נמצאים ביתר. הנקודה מאפשרת זרימה חופשית של הנפש והרוח.

:Peter Deadman

- מאניה דפרסיה (בגלל היותה נקודת Ghost).

:Kevin R. Jeynes

- נקודה טובה לטיפול בשיגעון ופחד.

:Nigel Wiseman

- מאניה-דפרסיה.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

:Chong Mai

נקודת המאסטר:

Sp4, Gong Sun, Grandfather Grandson, סבא נכד

:Compendium

- נקודה זו היא מצוינת לחיזוק "רוחה" של האדמה. העושר של ה-Sp וה-Chong Mai, הנובע מייצור של צ'י ודם והאחריות של חלוקה והזנה, מעניקים לגוף תחושה של קציר. תחושה זו מעניקה לאדם יכולת להסתכל אל עבר העתיד בעוד האיכויות שנקצרו מעשירות את הגוף, הנפש והרוח. לכן, הנקודה טובה לאדם הלוקה ברחמיים עצמיים, במחשבות אובדניות, בתחושה שקשה להתמודד עם כל דבק קטן כגדול – הנקודה הנ"ל תעניק פרספקטיבה חדשה לעתיד.
- הנקודה טובה למצבים של עייפות וחולשה כרוני ספירות עם עיכול וקונסטיטוציה חלשים, חרדה ודיכאון.

:George Soulie De Morant

- כנקודת פתיחה של ה-Chong Mai תהא טובה לטיפול בהתמוטטות עצבים.

:Peter Deadman

- מרגיעה את הנפש: כנקודות חיבור אחרות על מרידיאני היין, ל-Sp4 יש אפקט משמעותי על הפרעות רגשיות. מרידיאן ה-Sp מתחבר אל ה-Ht וכאשר לחות וליחה מצטברים ומותמרים לליחת חום, אזי זו יכולה לעלות מעלה ולחסום את ה-Ht ולהטריד את ה-Shen. או אז יהיו ביטויי מאניה-דפרסיה, דיבור מאני מוטרף, אינסומניה, חוסר שקט ואפילפסיה. אם יש חסר ב-Sp Qi אז המקור ליצירת דם יהיה חלש וה-Ht וה-Shen לא יזונו וכתוצאה מכך יהיה חוסר שקט ואינסומניה.
- באופן יוצא מן הכלל, קיימת התוויה לנקודה זו במצב של חסר ב-GB המגיב אנחות וגניחות רבות.

:Zhen Jiu Da Chang & Zhen Jiu Ju Ying

- אנהות.
- חרדה וטרדה נפשית.

:Nagatomo & Bachmann

- פלפיטציות
- חוסר תיאבון (NB).

Rushing Qi ,Qi Chong ,St30 ,פריצת הצ'י

:Compendium

- למצב של דיכאון וסטגנציה עקב "לב שבור" הנמשך תקופה ארוכה, הנקודה תמריץ האדם מחדש על ידי הזנת הלב בדם ומתן מקום משכן נוה ל- Shen. במקרה שכזה, ניתן לשלב עם אחת מנקודות ה- Yin Wei Mai שגם מחזקות דם (למשל, לדעתי, Kid 9).

:George Soulie De Morant

- "נקודה חשובה לויטליות כללית".

מזרח-מערב:

- נועם באומץ: בתור נקודת ים התזונה טובה לחיזוק היכולת המנטאלית של האדם הלוקה בהפרעות אכילה. טובה לאדם רזה וחלש הסבור, כי הוא אוכל טוב. בדרך כלל לצורך זה נדקור נקודה זו יחד עם St36.

Pubic Bone ,Heng Gu ,Kid11, עצם הפוביס

:Compendium

- טובה למצבי אפיסת כוחות ותשישות. דרך המפגש עם ה-Chong הנקודה מניעה ומעשירה צ'י ודם ולכן משמשת כנקודה מייצבת.

:George Soulie De Morant

- עייפות כללית.
- התשה.
- הסמקה בקלות רבה.

Great Luminance ,Da He ,Kid12, שפע רב ובוהק

:Compendium

- ה-Chong מעשיר וחודר ולכן הנקודה הזו טובה לחיזוק והחייאה מחדש של אנרגיית הכליות, להרים ולרענן את אנרגיית הכליות הכורעת תחת הנטל. אם אדם נתקף בחרדות ופחדים אזי הפריצה של אנרגיה המגולמת בנקודה זו עשוי להניע את האדם קדימה.
- הנקודה מרימה את רוחו של האדם.

Qi Cave ,Qi Xue ,Kid13, מערת הצ'י

:Compendium

- ה-Chong מפיץ Wei Qi וניתן להשתמש בו כאשר יש צ'י מורד. נקודה זו תהא בשימוש במצב מעין זה אשר עלול לגרום לאדם לחרדה רבה, תחושה של אנרגיה רבה שעולה כלפי מעלה והקאה.
- ה-Chong מזין את הגוף בדם ולכן משפיע על ה-Ht וניתן להשתמש בו כאשר יש נתק בין ה-Ht ל-Kid אשר מובילים לחרדה.
- יש להשתמש בנקודה כאשר אדם מרגיש שהוא זקוק לעוד סיבולת או אם אדם מרגיש שהאנרגיה שלו "חלודה".

- בהמצאה באזור של הכליות שם חיים חדשים באים לידי ביטוי, נקודה זו יכולה "להוליד" רעיונות חדשים, חום וחיוניות של ה- Shen.

Four Fullness ,Si Men ,Kid14, מלאות מרובעת

:George Soulie De Morant

- גאוותנות.
- תחושת בוז.
- מחזקת חשק מיני בעיקר בנשים בתולות.

Middle Flow ,Zhong Zhu ,Kid15, זרימה מרכזית

:Compendium

- נקודה טובה לניקוי הנפש והרוח כאשר המחשבות אינן זורמות באופן חופשי אלא תקועות.
- הנקודה טובה גם למצב שאין מחסום בין המחשבה לדיבור, שום דבר אינו מוחזק בפנים לאורך זמן.

Vital Shu ,Huang Shu ,Kid16, נקודת האסוציאציה של האברים הויטאליים

:Compendium

- כאשר יש דיסהרמוניה בציר היצירה (אש-מים) אזי זוהי נקודה נפלאה לחיזוק הכליות והזנת רוחו של ה- Ht.
- הנקודה מצויה בקו אחד עם Ren8 ולכן בקשר עם רמות עמוקות של אנרגיה ולכן מקדמת את החיוניות של הגוף, הנפש והרוח מן הגרעין הכי עמוק ובסיסי של האדם.

:Giovanni Maciocia

- מיטיבה עם ה- Ht.

פרשנות:

ג'ובאני משתמש בנקודה הנ"ל להרגיע את ה-Ht ולהפיג חרדה הנובעת מצ'י מורד של ה-Chong.

"Huang" בשמה של הנקודה מתייחס לממברנות (Huang). נקודה זו הקרובה לטבור שולטת ביציאה ובמקור של הממברנות. מעצם היותה ממוקמת במרכז הבטן, הנקודה נמצאת בקשר עם הממברנות הנמתחות מטה אל עבר ה-Kid ומעלה אל עבר ה-Ht. לכן, נקודה זו יכולה להרמן בין ה-Kid ל-Ht. בהתאמה, נקודה זו יכולה לחזק את הכליות ובמקביל לחזק את ה-Ht ולהרגיע את ה-Shen. לפיכך, הנקודה הזו תהא שימושית כאשר ה-Kid Yin נמצא בחסר ונכשל בהזנת הלב.

מזרח-מערב:

- תומכת בלב.

ה(א)ערה: נועם באומץ: נחשבת לנקודה לריכוך מתכת בגוף בגלל יכולתה למלא את ה-UJ. נקודה שעובדת ברמה הפסיכולוגית בצורה טובה מאוד עקב ריכוך המתכת והקשר לציר היצירה (Shao Yin).

Shang Bend, Shang Qu, Kid17, צליל עמוק

:Compendium

- טובה במצב בו יש תקיעות ואדישות המובילים את האדם לחוש שחיו מדכאים. בנקודה זו, היכן שה-Kid נפגש עם ה-Chong מעל ה-Co, ייתכן זרם של אנרגיה וסיכוך שיוביל את האדם קדימה.
- הנקודה טובה לאדם שאינו נהנה מאכילה.

:George Soulie De Morant

- לאדם המתעב את החיים.
- עצב עמוק.
- חוסר סבלנות.

:Kevin R. Jeynes

- טובה לאנורקסיה.

Stone Pass ,Shi Guan ,Kid18 ,שער האבן

:Compendium

- כאשר אין מספיק מים דברים נתקעים. כאשר עוברים דרך השער (לפי שם הנקודה) אז זוהי נקודה של שינוי.

:George Soulie De Morant

- טובה לאדם הבוכה כאשר הוא שומע מוסיקה.
- הלומות אודות מים זורמים.

Yin Metropolis ,Yin Du ,Kid19 ,בירת היין

:Compendium

- זוהי נקודה יינית במקום הכי ייני של הגוף - מקום של קבלה, תוצרת ועיבוד. כאשר המים מאוד מתוחים, מוטרדים, מבעבעים – הנקודה הנ"ל מחזירה את השלווה למרכז.

:George Soulie De Morant

- מלאות וחוסר שקט של ה-Ht.

מזרח-מערב:

- הנקודה מחזיקה את המרכז ומעניקה תנועה. טובה לכן לאנשים עם חום הפוגע באדמה ולכן תהיה טובה לבעיות ריכוז.

Abdomen Connecting Valley ,Fu Tong Gu ,Kid20, עמק חיבור הבטן

:Compendium

- נקודה זו מחזקת את התמציות החיוניות, מטהרת באמצעות הויטליות של המים, מנקה מרעלים ומובילה את האדם קדימה – כמו בדרכם של המים דרך העמק.

:George Soulie De Morant

- חוסר שקט אמוציונאלי.
- מוח מעוות.
- דיכוי והדחקה.
- דלוזיות.

:Nigel Wiseman

- אובדן פתאומי של הקול.
- פלפיטציות.
- פיזור נפש.

:Acupuncture – a comprehensive text

- פלפיטציות.

Hidden Gate ,You Men ,Kid21, שער חבוי

:Compendium

- השער הנ"ל מהווה ניסיון להביא לידי איזון בין הנפש לרוח: איזון בין צחוק ובכי, פחדים והזנחה. אם השער סגור אזי אדם יכול להיתקע בחשכה ללא מוטיבציה ולהתבוסס ברעילות, חוסר אמון ועוינות. אדם אינו יכול להגיע מתחת לפני השטח ועסוק רק בחיים הרוחשים מעליהם – אין לו יכולת לצלול עמוק.

- שער הוא מקום שמעמת את האדם עם בחירות, השער מציב את כוח הרצון והאמונה בחיים אל מול הפחדים המענים ומציע אפשרות לצמיחה וגדילה. נקודה זו עם כוח עושרה הייני במקביל לתנועה הרבה הגלומה בה עקב השתייכותה ל-Chong, עשויה להציע עזרה לאותו אדם.

:George Soulie De Morant

- אובדן זיכרון.
- מלנכוליה.
- כעס.
- מצב רוח רע.
- ישנוניות ללא יכולת להירדם.
- ילד אשר בוכה בכדי לקבל חפץ כלשהו ומיד זורק את החפץ; אוהב שמרימים אותו על הידיים.

Dai Mai

נקודת המאסטר:

Foot Governor of Tears, Zu Lin Qi, GB41, מפקח הדמעות של הרגל

:Compendium

- תהודתו של העץ מודגשת בנקודה זו שכן מדובר בנקודת שעה שבה העץ נמצא בתוך העץ ולכן היא מסמלת את תמצית העץ: אביב, המזרח, לידה, צמיחה ותחילתה של תנועה חדשה. נקודה זו מעניקה בהירות מחשבתית ונותנת לאנשים תחושה היכן הם נמצאים, לאן מועדות פניהם, מחזקת GB ביישן, משפרת הססנות, מחזקת את יכולת השיפוט (ולא השיפוטיות) וטובה לאדם עצבני עקב התשה ותסכול. נקודה זו עוזרת בהתחלה חדשה, מרחיבה את התמונה הפנימית הצרה הנובעת מדיכאון של העץ. נקודה זו יכולה לקדם שחרור רגשי דרך דמעות.

:George Soulie De Morant

- פחד מקור.

:Leon Hammer

- מזג רע.
- חוסר יציבות.
- חוסר חדות.
- המיצות נפשית.
- חוסר רגיעה.
- הססנות.
- זכרון לקוי - אדם לא בוטח בזיכרונו, מבולבל כאשר נדרש לזכור משהו אחד.

:Peter Deadman

- דיבור מוטרף.

:Zhen Jiu Da Chang

- חשק מיני ברמה מופקרת.

:Nagatomo & Bachman

- פיגור נפשי.

מזרח-מערב:

- Su Wen 38: "כאשר רוח רעה חוזרת אל ה-Shao Yang למטופל יש תחושת עייפות רבה, הקור (רעד) והחום (Fever) אינם חזקים, אך המטופל אינו יכול לשהות במחיצת אנשים בגלל פחד ופליטציות – יש לדקור את נקודת ה-Yu (GB41 – מ.ב.) של ה-Shao Yang".

Girdle Vessel, Dai Mai, GB26, מרידיאן החגורה

:Compendium

- נקודה זו מחזקת את הגמישות הגופנית והנפשית שעלולה לנבוע מסטגנציה של צ'י הכבד או באם ה-Dai אינו מהורמן היטב.

Five Pivots, Wu Shu, GB27, חמישה צירים

:Compendium

- הספרה "5" מסמלת סדר לפי הנומרוLOGיה הסינית. למשל, "5 האלמנטים" מהווים סמל ואות לסידור מופתי. כאן על ה-GB במרכזו הציר של הגוף, בנקודת מפגש עם ה-Dai Mai (שבעיקרו עוסק בהסדרה וויסות ומהווה ציר רוחבי) נמצאת נקודה הקרויה "Five Pivots". ניתן להשתמש בנקודה זו כאשר האנרגיה הנפשית של האדם מפוזרת והוא אינו יכול להתקדם הלאה בחייו שכן אינו יכול לסדר ולהביא את הדברים למקומם. התסכול המתמשך מכך עלול להוביל לויתור והשלמה, כעס המופנה כלפי פנים וסטגנציה. אם מישהו נוקשה יתר על המידה

Linking Path ,Wei Dao ,GB28, דרך מחברת

:Peter Deadman

- אי הנאה באכילה.

:Nigel Wiseman

- אי הנאה באכילה.

Completion Gate ,Zhang Men ,Liv13, שער ההשלמה

מזרח-מערב:

- נועם באומץ: לא נדקור דווקא שיש הרבה לחות, אלא שהאדמה כבדה על הבנאדם. תקיעות מנטאלית הקשורה ל-Yi. רואים כבודות שמונעת מהיאנג להגיע לקצב טוב, לשיא. עייפות במשך היום. האדם לא מצליח להירדם ודווקא אינו יאנגי אלא אפרורי. כך נכניס אביביות למקום אדמתי וכבד.

Yang Qiao Mai

נקודת המאסטר

Extending Vessel, Shen Mai, Bl62, כלי מתרחב

Sun Si Miao לפי *Ghost* נקודת

:Compendium

- מנקה את הנפש ומרגיעה את ה-Shen.
- הנקודה יכולה להיות בשימוש יחד עם Kid6 למצבי אינסומניה.
- המתפצל של ה-BI מתחבר ל-Ht. נקודה זו מצוינת כאשר חום או רוח מפריעים ל-Shen: מאניה-דפרסיה ואפילפסיה.
- אינסומניה.
- ישנוניות.
- עייפות.
- טירוף.
- דיכאון.

:George Soulie De Morant

- אובססיות.
- דיכוי של רגשות ומחשבות: עוזרת לדבר ולשפוך את אשר על הלב.
- איטיות ועצלנות מחשבתית – ממש כתוב שהנקודה עובדת כמו "כוס קפה".
- אינסומניה – יש לפזר את הנקודה.

:Leon Hammer

- עצבות.
- תשישות נפשית.

- גישה אנטיסוציאלית.
- לאות ועצלות.
- שיגעון.

:Peter Deadman

- מרגיעה את ה-Shen: מאניה דפרסיה, פלפיטציות, חרדה של ה-Ht ואינסומניה.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen: התנהגות מאנית, אינסומניה.

:Nagatomo & Bacmann

- התרגשות יתר.
- פסיכוזה.

:Shanghai CTCM

- פסיכוזה.
- אי שפיות.
- פלפיטציות.

:James Tin Yao So

- שיגעון.

:Nanjing CTCM

- שיגעון.

:Wang Ju Yi

- טובה לאנשים מגושמים – מאזנת ומקנה קואורדינציה.
- טובה לטיפול בבעיות שינה בזקנים הנוטים להירדם ולהתעורר במהלך היום.

:Kevin R. Jeynes

- מחלות נפשיות.

:מזרח-מערב

- רוני ספיר: הנקודה מכניסה צלילות לשן.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה את הנפש.
- מאניה דפרסיה.
- אינסומניה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מרגיעה את ה-Shen.
- פסיכוזזה.
- פלפיטציות.
- אי שפיות.

:עופר רז

- מטהרת ומקררת את הנפש: חרדות.

:Chinese acupuncture and moxibation

- מאניה.
- אינסומניה.

Servant's Respect, Pu Can, Bl61, כבוד המוענק על ידי המשרת

:Compendium

- מיטיבה עם הנפש. כאשר פחד מקפיא את המחשבה את התנועה והמלאות בפחד מהווה את התגובה האוטומטית לכל סיטואציה, מאיימת או לאו, הנקודה הזו יכולה להרגיע את המתח השגרתי הנ"ל.
- הנקודה טובה למצבי מאניה וגמילה.

:George Soulie De Morant

- דיבור מרוגש.
- דלוזיות.
- הלוצינציות.
- דיבור שאיננו פוסק (?) (כך במקור מ.ב.).
- מוציא לשון.

:Peter Deadman

- מאניה.
- דיבור מאני מוטרף.
- ראיית רוחות.
- אובדן הכרה.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen ופותחת את פתחיה: התנהגות מאנית, דיבור מוטרף (Dian Kuang), ראיית רוחות.

:פרשנות:

ה-Shen ו-Hun מופרעים על ידי ה-Liv – דבר הגורם להתנהגות מאנית. ה-Yang Wei Mai מטפל בעודף יאנג שעולה לראש. לכן, ניתן לטפל בחולה אשר יש לו אש ב-Ht או

באשר ספרים סינים עתיקים מציינים סימפטומים הקשורים לרוחות או לראייתם, תמיד הדבר עוסק במחלות נפשיות קשות שבהן האדם מאבד את יכולת השיפוט שלו כבמצבי פסיכوزה.

:Nigel Wiseman

- Deathlike Inversion.
- מאניה דפרסיה.

Instep Yang ,Fu Yang ,B159, בצד היאנגי של כף הרגל

:Compendium

- הנקודה טובה לניקוי כל חלקי הגוף, הנפש והרוח.

Upper Arm Shu ,Nao Shu ,Si10, אסוציאציה של הזרוע העליונה

:Compendium

- החיבור של תעלות כה רבות הקשורות ליאנג בנקודה זו יכול להביא להיטהרות ולחיוניות מחודשות של הנפש והרוח.

עופר רז:

- מפחיתה מתח כללי ומורידה לחץ דם.

Shoulder Bone ,Jian Yu ,Co15, עצם הכתף

:Compendium

- מעניקה בהירות מנטאלית, משחררת הרבה אנרגיה אל עבר המוח דרך מיקומה וחיבורה אל ה-Yang Qiao Mai. טובה לתשישות ובלבול מנטאליים ופיזיים.

- נועם באומץ: הנקודה עובדת חזק על ה- Ht בדיקור לכיוון Ht1. טובה לאנשים הסובלים מאינסומניה עקב חסר יאנג (לציון, גם Ht9 תהיה טובה לצורך עניין זה). טובה גם לטיפול בדיכאון, שכן רוחו של אדם תהיה נפולה אם לא יהיה יאנג שיעלה את היין מעלה.

Great Bone, Ju Gu, Co16, עצם גדולה

:Compendium

- נאמר עליה שהיא טובה לפחד בילדים אם ה- Yang Ming פגוע עקב תזונה לקויה.
- דרך ענף שעובר דרך החזה המביא צ'י ודם ל- UJ, היא מרגיעה את ה- Shen.

:George Soulie De Morant

- לב שבור.
- כעס אלים.
- אפילפסיה מפחד.

:Peter Deadman

- אפילפסיה מפחד.

:Nigel Wiseman

- אפילפסיה מפחד.

:Acupuncture – a comprehensive text

- פרכוסים מפחד.

Earth Granary, Di Cang, St4, אסם האדמה

:Compendium

- נדקרת כאשר אדם אינו יכול להרפות מהתעסקות בבעיה מסוימת. כאשר ישנן בעיות הגוזלות מן הזנת החיים, אזי נקודה זו תחזק את יכולת ההזנה הנפשית; כאשר יש תחושה לאדם ששום דבר אינו מרצה אותו ומספיק לו. אנו זקוקים למלאות באסמים המנטליים, הספיריטואליים והפיזיים, כך שלא תהיינה מצוקה וחרדה.
- בשימוש בהפרעות אכילה.

:Kevin R. Jeynes

- יש להשתמש ב- St3, St4 וב- GB20 לטיפול באובססיות, מאניה-דפרסיה, פאראנויה ואינסומניה.

:Nigel Wiseman

- אובדן יכולת לדבר.
- אובדן קול.
- חוסר יכולת לאכול.

Great Crevice, Ju Liao, St3, בקע גדול

:Kevin R. Jeynes

- יש להשתמש ב- St3, St4 וב- GB20 לטיפול באובססיות, מאניה-דפרסיה, פאראנויה ואינסומניה.

Container of Tears, Cheng Qi, St1 מיכל הדמעות

:Compendium

- כנקודת הכניסה של מרידיאן ה-St, מתחיל תהליך של עיבוד ועיכול פיזי, אך גם נפשי. נקודה זו משפרת את יכולתו של האדם לקחת מסרים פנימה, לעבדם, לסננם ולהחזיק ולשמור את הנחויץ.

Bright Eyes, Jing Ming, Bl1 עיניים ברהקות

:Compendium

- הנקודה טובה להיסטריה המלווה באובדן ראייה.

Yin Qiao Mai

נקודת המאסטר:

Shining Sea ,Zhao Hai ,Kid6, ים מבריק

:Compendium

- מרגיעה את הנפש: כנקודת הפתיחה של ה-Yin Qiao, נקודה זו משפיעה על ה-Yin וכך מרגיעה את הנפש, מטפלת באינסומניה, ישנוניות, חוסר שקט, מרגיעה פחדים, מייצבת פאניקה וחרדה ומאפשרת לראות את הדברים בצורה יותר רגועה.

:George Soulie De Morant

- תשישות.
- אינסומניה עקב חסר באנרגיית יין.
- במצב של צער מתמשך ללא שמחה יש לפזר את הנקודה (שאלתי היא האם מדובר אכן בפיזור או בהעלאת יין והפצתו?).

:Leon Hammer

- כעס.
- פאראנויה.
- כעס איטי, מצטבר, קשה, קר ומחושב המתמשך לאורך זמן.

:Peter Deadman

- אינסומניה.
- ישנוניות.
- עצבות.
- פחד וסיוטים.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen: אינסומניה, אפילפסיה לילית, עצבות, פחד, סיוטים.

פרשנות:

על ידי הזנת יין, Kid6 מרגיעה את ה-Shen, במקרים של חרדה וחוסר מנוחה הנובעים מחסר יין. מעבר לזאת, הנקודה הנ"ל מטפלת באינסומניה, שכן היא מביאה יין אל העיניים וכך גורמת להן להיסגר בלילה.

:Zhen Jiu Da Chang & Zhen Jiu Ju Ying

- עצבות.
- אי יכולת להנות מדברים.
- הלומות על סקס עם שד (סיני!) וספרמטוריה (רק *Zhen Jiu Da Chang*).

:Nanjing CTCM

- אינסומניה.

:James Tin Yao So

- אינסומניה.
- דליריום.

:Shanghai CTCM

- אינסומניה.
- פסיכוזה.

:Nagatomo & Bachmann

- מלנכוליה.

:Kevin R. Jeynes

- מרגיעה את ה-Shen: שיגעון, אינסומניה וכעס מתמשך.

מזרח-מערב:

- מחזקת Ht Yin ומרגיעה Shen.
- נועם באומץ: עבודה חזקה על ה-Shen שכן הנקודה מעלה יין למעלה. יש קשר חזק בין ה-Ht ל-Kid בנקודה זו. דיקור הנקודה הנ"ל לא יועיל אם החלק העליון מאוד סגור, אז יש לדיקור קודם את Lu7.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה את ה-Shen: אינסומניה, צער עמוק וחוסר רצון לאכול.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מרגיעה את הנפש.
- פסיכוזה.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- אינסומניה.

Exchange Belief, Jiao Xin, Kid8, קשר האמונה

:Compendium

- נקודות הצטברות הן לרוב מועילות לרמה הנפשית ובנקודה זו ניתן להשתמש במצבי פחד וחרדה קיצוניים.

:Wang Ju Yi

- הנקודה מטפלת בסוגים שונים של דיכאון. מבחינה קלינית, הנקודה יעילה ביותר בטיפול בדיכאון המערב כאב או חוסר תפקוד של איבר פנימי.

Empty Basin, Que Pen, St12, קערה ריקה

:Compendium

- נקודה חזקה כאשר אדם אינו מסוגל לקבל ולשמור הזנה חיצונית. כאשר הגוף, הנפש והרוח חשים שהחיים עוברים לידם ויש תחושה מתמשכת של קיפוח ואובדן וששום דבר אינו מספק ומספיק.
- מרגיעה את הנפש על ידי שליחת צ'י כלפי מטה. יעילה כאשר יש דיסהרמוניה של ה- St Qi הגורמת חרדה, עצבנות ואינסומניה.

:George Soulie De Morant

- אינסומניה עקב עצבנות, ריגוש יתר או חרדה.

:Giovanni Maciocia

- לנקודה השפעה מרגיעה על ה- Shen עקב שליחת צ'י מטה. לכן, ניתן להשתמש בנקודה זו למצבי חרדה, עצבנות ואינסומניה עקב דיסהרמוניות ב- St.

Man's Welcome ,Ren Ying ,St9 ,אדם מבורך

:Compendium

- כנקודת אשנב לרקיע, הנקודה הנ"ל משפיעה בחוזקה על הנפש (Mind) והרוח (Spirit) ומאפשרת לאדם לקבל את זולתו, חיים ואהבה. כאשר כל הפוקוס של האדם הוא כלפי פנים, סגור בפני מה שאחרים עשויים לתת לו וגם בפני מה שהוא עשוי לתת להם, מרגיש לא אהוב, חשדני ופאראנואידי. כאשר המטופל מרגיש שהוא יכול לעשות שינוי מודע, נקודה זו יכולה להיות מצוינת.

Bright Eyes ,Jing Ming ,Bl1 ,עיניים בוהקות

:Compendium

- הנקודה טובה להיסטריה המלווה באובדן ראייה.

Yang Wei Mai

נקודת המאסטר:

Outer Pass, Wai Guan, TH5, מעבר היצוני

:Compendium

- הנקודה הנ"ל מחזקת את רעיון התקשורת, המשויך לאלמנט האש, ביננו ובין הסביבה החיצונית והסובבים אותנו.
- כאשר יש עצבנות פנימית או קושי בהפצת ה-Shen, אזי נקודה זו יכולה לסדר זאת דרך קשריה עם ה-Pc (שניהם חברים ב"מועדון האש").
- כאשר האדם מותש בכדי להשתתף וליצור קשר עם אחרים – נקודה זו יכולה להמריץ את יכולת ה-TH להרמן בין אנשים וקבוצות במידה הראויה, שמירה על התקשרות בטמפרטורה הנכונה הן מבחינה חברתית והן בתוך הגוף פנימה.
- נקודה זו מביאה את המסר מן ה-Ht החוצה, לפרספקטיבה רחבה יותר. טובה לאנשים הלוקים במערכות יחסים.

:George Soulie De Morant

- מחזק את 3 הרמות של ה-Psyche.

:Leon Hammer

- חסרי יוזמה.
- חסרי חום ויכולת להעניק חיבה.
- מערכות יחסים לא פתורות מן העבר.
- פחד.
- חשדנות
- חרדה.
- דיכאון עמוק.
- פחד אלים.

:Kevin R. Jeynes

- חוסר או עודף יוזמה, חמימות וחיבה.
- פחד עמוק וקשה.
- חשדנות.
- דיכאון.

מזרח-מערב:

- מחזקת את האינטואיציה על ידי איזון Kid-Ht, כנקודת חיבור היא מאזנת את אלמנט האש דרך הקשר הישיר של ה-Ht.
- עוזרת במצב של דיכאון עמוק מסוג חוסר תקווה ופסימיות על ידי הזנת הגוף באנרגיה קוסמית חדשה.

שער הזהב, Golden Gate, Jin Men, Bl63

:Compendium

- הנקודה מרגיעה את ה-Shen. נקודה זו עוצמתית לנפש ול-Shen. אם המים איבדו מטהרם ואיכותם, אזי הם מאבדים את היכולת לרענן את הנפש. אם יש חרדה הנובעת מתחושה ש"אין די במלאים", אזי יש לפתוח את "השער" (כבשם הנקודה) ולתת גישה למה שיש, הצטברות (אופי האנרגטי של הנקודה), שפע של אנרגיה.

:Nigel Wiseman

- פותחת את הפתחים ומרגיעה את הנפש.
- פרכוסי פחד אצל ילדים.
- Deathlike inversion.

עופר רז:

- פותחת את הפתחים ומרגיעה את הנפש.

:Chinese acupuncture and moxibation

- מאניה.

Yang Intersection, Yang Jiao, GB35, הצטלבות היאנג

:Compendium

- התפקיד של ה- Yang Wei Mai בויסות היאנג מסייע ליכולות של ה- GB להרגיע Liv Yang Rising ובכך לטפל בפחד. פחד הנובע מן ה- GB עשוי להשפיע על ה- Pc ועל ה- Ht כיוון שהמרידאן המתפצל של ה- GB עובר דרך החזה ומתחבר אל Pc1. דבר זה עשוי להוביל לחרדה ולפליטציות ואם חום מעורב, להפרעת שן ולהתנהגות מאנית.
- אי יציבות רגשית.
- בלבול.
- טיניטוס.

:George Soulie De Morant

- ייסורים.
- מוח מעוות.
- צער
- חרטה
- חוסר שקט נפשי
- היסטריה (?) (כך במקור – מ.ב.).

:Peter Deadman

- מווסת את ה- GB Qi ומרגיעה את ה- Shen.
- מאניה הנובעת מפחד.

:Nigel Wiseman

- מרגיעה את ה-GB ומשקיטה את הנפש.
- מאניה הנובעת מפחד.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש.

Upper Arm ,Bi Nao ,Co14, זרוע עליונה

:Compendium

- הנקודה הנ"ל מעניקה בהירות מנטאלית. הנקודה מאפשרת לאדם לקבל השראה ולהתחבר לגוף, לנפש (Mind) ולרוח (Spirit). הקשר של הנקודה עם הרבה מרדיאנים יאנגיים, דרך ה- Yang Wei Mai, מחבר את הנקודה לבהירות מנטאלית ולעולם.

מזרח-מערב:

- אזהרה: משנה את הראיה הפיזית, המנטלית, הנפשית והמודעות לחיים – יש האומרים לכן שאסורה לדיקור.

Upper Arm Meeting ,Nao Hui ,TH13, מפגש הזרוע העליונה

:Peter Deadman

- שיגעון.

Upper Arm Shu ,Nao Shu ,Si10, אסוציאציה של הזרוע העליונה

:Compendium

- החיבור של תעלות כה רבות הקשורות ליאנג בנקודה זו יכול להביא להיטהרות ולחיוניות מחודשות של הנפש והרוח.

עופר רז:

- מפחיתה מתח כללי ומורידה לחץ דם.

Heavenly Crevice ,Tian Liao ,TH15, בקע שמימי

:Compendium

- ה- GB ,TH וה- Yang Wei גובלים באזור הצוואר, הגשר שלנו למודעות, הייצוג הפיזי ל- Heaven. כל אלה מעורבים בהפצת יאנג טהור בראש הנחוץ לחושים בהירים וברורים, אומץ ועבודה טובה על הנפש והרוח הזקוקים לתמצית הטהורה המאוחסנת ב- GB.
- אם חום וכעס "התיישבו" באזור זה סביב הצוואר, אזי זוהי נקודה טובה להניע אותם משם.

:George Soulie De Morant

- חוסר שקט נפשי.
- דיכאון.

Shoulder Well, Jian Jing, GB21, באר הכתף

:Compendium

- בנקודה זו אנרגיה יכולה להיתקע ולגרום לכעס עצור, תרעומת ותסכול, נוקשות, חסר תקשורת בין האספקטים השמימיים, המנטליים והפיזיים של האדם. נקודה זו לכן יכולה לאחד מחדש את האדם עם האני "הגבוה" יותר שלו.
- יחד עם GB16 נקודה זו טובה אם האדם נתקל בקשיי הבנה וקליטה.
- הנקודה טובה למצבים בהם יש נתק בין הגוף, נפש והרוח. טובה כנגד תסכולים.

:Peter Deadman

- מאניה דפרסיה.
- דאגת יתר, כעס, תסכול, תיעוב או תסכול עלולים לגרום לסטגנציה וקשירת ה-Liv Qi. או אז נקודה זו יכולה לסייע.

Wind Pool, Feng Chi, GB20, בריכת הרוח

:Compendium

- מנקה את אברי החישה והמוח. זוהי נקודה חזקה מאוד, בפרט לנפש בכל האספקטים של בהירות נפשית. כאשר אדם מבולבל, חסר ריכוז, לוקה ביכולת השיפוט, נקודה זו תפתח את הפתחים כך שיתפקדו טוב יותר בכל הרמות. שימושית כאשר אדם מתוח מאוד ולכן מקוטע בפעולותיו.
- נקודה זו מחזקת את מח העצמות ולכן מחזקת את המוח, טובה לזכרון לקוי, סחרחרות וורטיגו.
- אינסומניה.

:Peter Deadman

- אינסומניה.
- אובדן זיכרון.

פרשנות:

דרך החיבור ל- yang Wei ודרכו ל- Du הנקודה מטפלת בהרגעת רוח וכך עוזרת לטפל באינסומניה ואובדן זיכרון.

:Kevin R. Jeynes

- יש להשתמש ב- St3, St4 וב- GB20 לטיפול באובססיות, מאניה-דפרסיה, פאראנויה ואינסומניה.

:Nigel Wiseman

- אינסומניה.
- טירוף.

:Acupuncture – a comprehensive text

- אינסומניה.

עופר רז:

- מעוררת את המוח וה- Shen כדי לנקות את העודף.

Brain Hollow, Nao Kong, GB19, חור המוח

:Compendium

- החיבור של נקודה זו עם ה- Yang Wei Mai ומיקומה באזור המוח, מאפשר לה להביא איכויות מרעננות ומחיות של יאנג לאברי החישה ול- Shen.
- אם חום ורוח מטרידים את הרוח וגורמים למאניה, עצבנות, פחד וחרדה, פלפיטציות ובלבול, נקודה תהיה טובה לשימוש.

:Peter Deadman

- מרגיעה רוח ופותחת את פתחי החישה: פלפיטציות מפחד, מאניה דפרסיה, עייפות מנטאלית קשה.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את הנפש: מאניה דפרסיה, חרדה, פלפיטציות.
- בנקודות אחרות של ה-GB על הגולגולת, נקודה זו מיטיבה עם פתחי החישה.

:Nigel Wiseman

- פלפיטציות.
- מאניה.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מחלת נפש.
- פלפיטציות.

Support Spirit, Cheng Ling, GB18, תמיכה ברוח

:Compendium

- מרגיעה את הנפש וה- Shen ומנקה ומבהירה את פתחיה.
- נקודה חשובה לחיבור רוחו של האדם עם ה- Shen האוניברסלית. נקודה זו ממוקמת באזור אותו הסינים מכנים "הכיסוי של הרוח השמימית" (הפונטנלה). רוחה של הלינג היא הרוח הפנימית העמוקה ביותר של האדם.
- כאשר העץ אינו מאוזן אזי הוא הופך להיות קשה ושיפוטי ואינו יכול לקבל, רק יכול לצוות על אחרים. דרך הקשר ל- Shen המצוי בנקודה זו ניתן לפוגג את נוקשות ה- Hun ולאזנה עם רגישות ועדינות.
- בדומה ל- GB13, ניתן להשתמש בנקודה זו במצב של חשיבה אובססיבית ודמנציה.

:Giovanni Maciocia

- מרגיע את ה-Shen ופותחת את פתחיה: מחשבות אובססיביות, התעסקות מורבידית סביב נושא מסוים.
- לנקודה יש אפקט נפשי עמוק בבעיות כמו מחשבות אובססיביות ודנמציה.

הזנה נכונה, Upright Nutrition, Zheng Ying, GB17

:Compendium

- הסימניה "Ying" מצביעה על יכולת הנקודה להתחבר אל הדם והצ'י המזין וכך להזין את העיניים ואת ה-Shen (וכך להרגיע פלפיטציות).
- לפי "Zheng Ying", Grasping the wind, ייתכן ומשמעו "פחד או חרדה" ולכן נקודה זו מרגיעה את ה-Shen.
- נקודה זו טובה לאדם שאינו יכול לסבול לשמוע קולותיהם של אחרים.

:Peter Deadman

- נקודה זו טובה לאדם שאינו יכול לסבול לשמוע קולותיהם של אחרים.

:Giovanni Maciocia

- התמרת ליחה ופתיחת פתחי החישה של ה-Shen: מחשבות אובססיביות, התעסקות מורבידית סביב נושא מסוים, התנהגות מאנית.
- מאזנת את האדם במצבי פחד ובלבול.

חלון העין, Window of the Eye, Mu Chuang, GB16

:Compendium

- משמה, נקודה זו משפיעה על ה-Shen בכך שהיא מחיה וממריצה את יכולת הראייה, יכולת המקושרת לעין המשויכת לכבד וכך עוזרת בתכנון החלטות וביכולת שיפוט בהירה.

Head Governor of Tears, Tou Lin Qi, GB15, מפקח הדמעות של הראש

:Compendium

- מסדירה את הנפש ומרגיעה את הרגשות: במיוחד במצבים בהם ישנה אי יציבות רגשית - טלטלה בין מאניה לדפרסיה, פעולה ואי עשייה, תקוות גדולות וייאוש. נקודה זו טובה למישור הנפשי כאשר האדם מאוד לחוץ ומתוח, כאשר האדם מסוגל לראות רק נתיב אחד לפעולה והוא אינו גמיש מחשבתית.
- שילוב של שני "מפקחי הדמעות" – Du15 ו- GB41 עשוי ליצור איזון.

:George Soulie De Morant

- אפילפסיה מפחד.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה- Shen: מחשבות אובססיביות, התעסקות מורבידית סביב נושא מסוים, שינויי מצב רוח קיצוניים.
- לפי ד"ר Zhang Ming Jiu, לנקודה יש אפקט עמוק על חיי הרגש וההתוויה לה ניתן בפרט בכדי לאזן מצבי רוח כאשר האדם נע בקיצוניות בין מחזורים של "למטה" ו"למעלה".

:פרשנות:

- מניסיונו של ג'ובאני, הנקודה אפקטיבית בכדי לעצור מחשבות אובססיביות והתעסקות מורבידית סביב נושא מסוים.

Yang White, Yang Bai, GB14, יאנג לבן

:Compendium

- טובה לטיפול סי עץ שרוחם זקוקה לעידוד בכדי להתקדם הלאה או שהם נמצאים באנדרלמוסיה רגשית: יש להם תוכנית, אבל זו לא מהודקת דיה ולכן קשה להם לנוע הלאה. היות נקודה זו על הראש (קשור ליאנג ולרוח) ונקודה על ה- Yang Wei (נקשר לתכונות היאנגיות הטהורות של הגוף, נפש ורוח) הבהירות המנטלית שנקודה זו על ה- GB מקנה מודגשת.

Shen, Root of the spirit, Ben Shen, GB13, שורש ה- Shen

:Compendium

- מרגיעה את הנפש, מנקה את המוח ומתמירה ליחה.
- נקודה מאוד חשובה ל- Shen. גם פרק 8 של ה- Ling Shu קרוי Ben Shen (נטוע ברוח). הרוח היא שורש האדם ואם היא חלשה או מופרעת אזי קשה להחזיק נתיב יציב ומודע בחיים. האופי החודר והמייצב של נקודה זו מודגש ע"י היכולת של נקודה זו לאסוף תמציות (Jing) אל הראש. ה- Jing הוא השורש של הצ'י הפרה-נטלי והבסיס של לנפשנו ולרגשותינו. תמציות חזקות מבססות מודעות וחיי רגש רגועים במקביל לכוח רצון ואומץ חזקים. בכדי להעצים את השימוש הנ"ל, ניתן להוסיף ל- GB13 את Ren4.
- ללא האומץ והחזון של אלמנט העץ אשר נטוע היטב בתמציות של "אימו", אלמנט המים, יכולת השיפוט נפגמת ומתקמת והאומץ נעלם ובמקומם מגיחים הפחד והכעס, הרוח הופכת להיות נגועה עם חשד וקינאה.
- עצם השתייכותה של נק' זו ל- Yang Wei Mai (מאחד היאנג) מדגיש את יכולתה של הנקודה להביא בהירות מחשבתית וחיוניות נפשית.
- נקודה זו משתמשים בה במקרים פסיכיאטרים עקב קשרה עם ה- Shen:
 - כאשר האש משפיעה על ה- Ht וה- GB וגורמת להתנהגות מוחצנת מדי או כאשר Liv Yang Rising ו- Ht fire חוברים ליצור שיגעון והלוצינציות (מה שעשוי להיות מתואר כסכיוזופרניה) יש להשתמש בנקודה זו יחד עם Ht5 ו- GB38.
 - בכדי להרגיע את הנפש ובמקביל להרגיע את האש המשתוללת ניתן לדקור להוסיף לנקודה זו את Du24 ו- Pc5.
- ניתן להשתמש בנקודה זו אם הנפש אינה מושרשת: פחדים וחרדות אצל ילדים, מחלות פסיכיאטריות, הלוצינציות, שיגעון, קנאה, חשד, פחד, מחשבה אובססיבית.

:George Soulie De Morant

- אפילפסיה מפחד.

:Peter Deadman

- אפילפסיה בילדות הנגרמת מפחד.

:Giovanni Maciocia

- מרגיעה את ה-Shen: התנהגות מאנית ופחד.
- נקודה זו הינה מאוד חשובה לבעיות נפשיות ורגשיות. הנקודה משומשת רבות בקליניקה הפסיכיאטרית לטיפול בסכיזופרניה ופיצול אישיות יחד עם Ht5 ו-GB38. ניתן להשתמש בנקודה כאשר לאדם יש רגשות חזקים של קנאה וחשדנות.
- בנוסף, לנקודה אפקט חזק בהרגעת ה-Shen ובהפגת חרדה הנובעת מדאגנות תמידית ומחשבות מקובעות. ההשפעה שלה הזו מתחזקת כאשר משולבת יחד עם Du24.
- השפעתה הנפשית והרגשית העמוקה של נקודה זו נובע מיכולתה לאסוף תמצית (Jing) אל הראש. ה-Kid Jing מהווה את השורש של ה-Pre Heaven Qi והיא המוצא של חיי הנפש והרגש שלנו. תמצית חזקה מהווה דרישה מקדמת הכרחית ל-Shen בהירה ואיזון בחיי הרגש. זוהי למעשה המשמעות של שם הנקודה – "נטוע ברוח".
- הנקודה מחברת בין ה-Shen ל-Jing ולכן מטפלת גם ב-Ht וגם ב-Kid – גם ב-Shen וגם ב-Zhi (כוח הרצון). מסיבה זו, נקודה זו היא חשובה בטיפול בדיכאון.
- כאשר הנקודה הנ"ל משולבת עם נקודות נוספות המעשירות את ה-Jing, למשל Ren4, אזי נקודה זו מושכת את התמצית אל עבר הראש וכך מרגיעה את ה-Shen, מחזקת את הבהירות המחשבתית, משפרת זיכרון ומחזקת את כוח הרצון.
- הנקודה מתמירה ליחה בקונטקסט של מחלות נפשיות ע"י כך שהיא פותחת את פתחי החישה שכוונו על ידיה.

מזרח-מערב:

- שחף: לפי שמה, נוטעת את ה-Shen באדם.

:Nigel Wiseman

- משקיטה את הנפש.
- אפילפסיה של ילדים הנובעת מפחד.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש: בפרט חרדות, דאגות מתמשכות וקיבעון מחשבתי.
- תומכת בחיות וחיוניות האדם.

:Chinese acupuncture and moxibation

- אינסומניה.

נקודות נוספות על המרידיאן לפי אסכולות מסוימות:

Sun and Moon ,Ri Yue ,GB24 , שמש וירח

:Compendium

- "Images and functions" מציין שהשם מתייחס לביטוי "בהיר כמו השמש והירח" שמצביע על אדם מהיר והחלטי, טיפוס שהקלאסיקות משייכות לאדם עם GB בריא שאחראי להחלטות ושיפוט טובים. לכן, אם אדם אינו החלטי או ביישן ובעל "GB קטן" אזי יהא חכם להשתמש בנקודה זו.
- זוהי נקודה מצוינת לאיזון ולהבהרת הנפש והמבט הפנימי, פרספקטיבה טובה לאדם המעורב בקבלת החלטות, כאשר יש צורך להרמן, ליישר את ההדורים בין הפכים או בכדי לרכך את הנוקשות של אנרגיית עץ תקועה.
- נקודה זו יוצרת את האיזון בין יין ויאנג בכך שנקודה זו היא מפגש בין ה- GB ל- Sp וזוהי הסיבה בעטייה נקודה זו מסוגלת לפזר לחות חמה מן העץ ובכך משיבה את התקשורת ההרמונית בין האדמה לעץ כך שמחשבה וחזון, החלטיות ואמפתיה, תהליך ומעשה משתפים פעולה ללא הרהורים מיותרים, דאגות, תסכול ותרעומת.
- סטגנציה של Liv Qi, בין עקב עניין אמוציונלי או פיזי, באזור זה מכווץ את הזרימה החופשית בחזה וגורם לאנחות, תסכול, עצבות, קושי ביכולת לדבר, חוסר תקווה ודיכאון.

- מקדמת איזון והרמוניה של ה-Shen באשר ישנה עצבות ושינויי מצב רוח קיצוניים.

:George Soulie De Morant

- שמחה ועצב מרגע אחד למשנהו.
- אנהות כבודות.
- התעצבות מהירה.
- היסטריה (?) (כך במקור – מ.ב.).

:Peter Deadman

- אנהות עם נטייה לעצבות.

:Nigel Wiseman

- ישנוניות.
- אנהות.
- צער עמוק.

Head's Binding, Tou Wei, St8, קשירת הראש

:Compendium

- נקודה מעולה לנפש ולרוח כאשר אדם תקוע בעיבוד יתר, מסובך בקשרים שהוא טוהה במוחו ונמצא במהומה נפשית.

:Acupuncture – a comprehensive text

- פסיכודה.

Yin Wei Mai

נקודת המאסטר:

מעבר פנימי, Inner Pass, Nei Guan, Pc6

:Compendium

- מווסתת את הכבד ומרגיעה את הנפש כאשר יש עצבנות הנובעת מ- Liv Qi Stagnation דרך החיבור עם ה- Jue Yin. הקשר הזה מעניק ל- Pc6 את יכולת הנעת הדם שלה ויכולת להרגיע ווסתות כואבות, דיכאון ואינסומניה.
- מרגיעה את הנפש ומנקה את המוח; בגלל הקשר הישיר עם ה- Ht, לנקודה יש אפקט מאוד מייצב על ה- Ht והיא פותחת את החזה ומבהירה את התפקוד המנטאלי. לאור האמור תהא טובה לחרדה, היסטריה, דיכאון, שכחה, אינסומניה, עצב, פאניקה, עייפות ועצבנות.
- לנקודה אפקט מאוד מרגיע המייצב את ה- Pc ועורך אינטגרציה בין הפנימי לחיצוני. הנקודה מאפשרת תקשורת ראויה – לא סגורה מדי ולא פתוחה ופגיעה מדי.

:George Soulie De Morant

- איבוד זיכרון למילים.
- איבוד של יכולת החלטה.
- חרדה.
- ריקנות.
- חולשה.
- תשישות.
- עצלות.

:Leon Hammer

- שיגעון.
- פחד.

:Peter Deadman

- מוסתת את ה-Ht ומרגיעה את ה-Shen: אינסומניה, מאניה, זיכרון לקוי, תחושת לכידות פנימית, חרדה, עצב, פחד, אובדן תבונה ואובדן כוח רצון (שני האחרוני ספירם מן המאמר של Peter Deadman).

פרשנות:

- לציין, כי הנקודה מטפלת הן באספקטים הפיזיים של ה-Ht והן באספקטים הנפשיים שלו. הנקודה היא אחת הראשיות לטיפול בהיבטים הנפשיים של ה-Ht ללא תלות וקשר לגורם ולסינדרום.

:Giovanni

- מרגיעה את ה-Shen: פלפיטציות, אינסומניה וביישנות הנובעת מחסר ב-GB.
- לנקודה יש יכולת הרגעה חזקה על ה-Shen ולעיתים קרובות משומשת לטיפול באינסומניה, בפרט עקב חסר דם או יין. פעמים רבות הנקודה משומשת בחסר דם ב-Sp וב-Ht, כאשר ה-Sp אינו מייצר די דם, ה-Ht אינו מסופק במספיק דם וה-Shen (או ה-Hun?) חסרה מקום משכן ולכן היא מרחפת בלילות דבר הגורם לאינסומניה.

:Zhen Jiu Da Chang

פתיחה של מרידיאן ה-Yin Wei Mai:

- ריקנות בלב.
- פאראנויה.
- מחשבות חרדתיות.
- מקשקש, דיבור לא ברור
- "Heart type" של אידיוט.
- עצב בלתי נגמר ובכי.
- שיכחה.
- אי בהירות נפשית (כמו סניליות);
- שיגעון.

- "Heart surprised".

:Nagatomo & Bachmann

לבדה:

- פוביות.
- שכחה.
- אי הנאה מינית בעת קיום יחסי מין.
- התמוטטות עצבים.

פתיחה של מרידיאן ה-Yin Wei Mai:

- מרוגש בקלות.
- שוכח בקלות.
- מרוגז בקלות.
- רגשני ואמפטי בצורה מוקצנת לבעיותיהם של אחרים.
- מדבר הרבה לפתע.

:Shanghai CTCM

- היסטריה.

:Nanjing CTCM

- שיגעון.

:Wang Ju Yi

- הפתיחה של ה-Yin Wei טובה לדיכאון על רקע של חסר.

:Kevin R. Jeynes

- חרדה נשית.
- היסטריה.
- אינסומניה.
- פלפיטציות.

:מזרח-מערב:

- מרגיעה Shen בכך שמרכזת וממרכזת את האדם.
- מקשרת בין ה-Liv ל-Pc ולכן טובה לכל בעיות ה-Shen ולבעיות מנטליות.
- רוני ספיר: מעצימה את המגננה על ה-Ht בגלל יכולתה לכווץ לאור חיבורה אל ה-Yin Wei. לכן, תהא טובה להיסטריות ורעה לדיכאון.
- רוני ספיר: טובה להפרעות Shen יאנגיות.
- נועם באומץ: אם אדם מאוד מכונס בעצמו נשתמש בנקודה זו. רואים זאת כאשר הדופק של ה-Pc חזק מזה של ה-Ht. שימוש זה נובע מעצם היותה נקודת חיבור המטפלת באספקטים הנפשיים.
- נועם באומץ: טובה לאינסומניה על רקע של בחילות בגלל האיזון בין ה-UJ ל-LJ.

:Nigel Wiseman

- מאניה דפרסיה.
- זיכרון לקוי.
- בלבול.

:Acupuncture – a comprehensive text

- מרגיע את ה-Ht ואת ה-Shen: פלפיטציות והיסטריה.

:עופר רז:

- מרגיעה את הלב והנפש.

:Chinese acupunctur and moxibation

- הפרעות נפשיות.
- אינסומניה.
- עצבנות.

Guset House, Zhu Bin, Kid9, בית הארחה

:Compendium

- נקודה נהדרת להרגעת הנפש והרוח כאשר יש חרדה רבה וחוסר שקט נפשי משום שה- Yin Wei Mai מחבר את כל מרידיאני היין.
- ניתן להשתמש בנקודה במצבים של חסר יין ודם המובילים למצוקה של ה- Shen ולאינסומניה.
- מאחר שנקודה זו מחזקת את הדם היא משפיעה על ה- Ht ועל החזה ולכן תהיה טובה למצבים של חרדה מעורפלת, דיכאון, סיוטים.
- נקודה זו טובה במיוחד כאשר ה- Kid וה- Ht אינם הרמוניים והידע של "איך לחיות" מטושטש על ידי עייפות והתשה.
- הנקודה המחזקת והמייצבת הנ"ל מאפשרת למים להתיישב ולהשתכן בין גדות הנהר כך שהם מוחזקים ומודרכים. הנקודה מביאה הזנה וסיבולת בכדי לעזור לאדם להתעמת ולהתגבר על בעיותיו.
- ה- Yin Wei Mai פותח את החזה וכך עוזר לנקות ליחה החוסמת את פתחי הלב, הגורמת להתנהגות פראית לא מודעת.

:George Soulie De Morant

- טמפרמנט וטיפוס לא יציב.
- אופי קפריזי.
- אדם נטול שמחה.
- דיבור תזזיתי ומעליב
- זעם
- מצבי רוח משתנים
- פאראנויה.
- היסטריה.

:Peter Deadman

- מנקה את ה-Ht ומתמירה ליחה: שיגעון, מאניה, מאניה-דפרסיה, דיבור מוטרף וזועם, קללות והוצאת לשון.

:Giovanni

- מרגיעה את ה-Shen ופותחת את פתחיה: חרדה (בפרט), אינסומניה, פלפיטציות והתנהגות מאנית.
- נקודה זו מעולה להרגעת ה-Shen במקרים של חרדה עמוקה וקשה וחוסר שקט נפשי הנובע מחסר ב-Kid Yin.

:Kevin R. Jeynes

- הפרעות נפשיות.

:Acupuncture – a comprehensive text

- פסיכوزה.
- טירוף.

עופר רז:

- מרגיעה את הנפש ומשקיטה פחד.

רני אייל:

- מקנה נדיבות.

:Chinese acupuncture and moxibation

- הפרעות נפשיות.

Fu -ה משכן ה- ,Abode of the Fu ,Fu She ,Sp13

:Compendium

- בשילוב עם Sp14, אם גופו, נפשו ורוחו של האדם "קשורים" ולא יכולים להשתחרר, נפשו שוממה ללא רמז לחיוניות ועושר.
- אם האנרגיה של האדם מאוד מפוזרת והיפראקטיבית ללא התבוננות פנימית, אזי נקודה זו יכולה להרגיע את האדם ולאפשר לו רק "להיות", מקורקע ונינוח.

Abdomen Knot ,Fu Jie ,Sp14 ,קשר המעיין

:Compendium

- אם ה- Sp Qi של אדם מושפע על ידי דאגות והוא טווה בתוכו קשרים, מלפף ומסובב את נפשו ומעיו סביב נושא מסוים, אזי נקודה זו יכולה להרגיע, להקל ולשחרר את האדם.
- מצבי שוק יכולים לגרום לזעזוע פנימי, שאם אין לו התבטאות חיצונית יכול לאכול את האדם מבפנים ולענות את נפשו.

:George Soulie De Morant

- חוסר חיוניות.
- עייפות.
- רגזנות.
- מוסח דעת בקלות.
- גאוותן.
- חש בוז כלפי הסביבה.

Great Horizontal, Da Heng, Sp15, האופק הגדול

:Compendium

- נקודה זו מאפיינת את מה שאלמנט האדמה מייצג. לכן, היא משרה רוגע, יציבות וסולידיות. כאן, במרכז של המרכז, הכול ייוצב ויוזן. נקודה זו עוזרת לעבד מחד ומאידך לשמור על גמישות מחשבתית.
- החיבור של הנקודה עם מרידאן ה-Yin Wei Mai, שמזין דם ויין, מאפשר לנקודה להיות מאוד אפקטיבית בהרגעת הנפש, הפחתת חרדה וחוסר שקט. אם אדם מפורק, לא מסוגל לשנות את חייו ואינו מסוגל להתמודד עם ההווה, אזי נקודה זו תעניק תחושת בטחון לרוחו.

:George Soulie De Morant

- מתעצב בקלות.
- בכי רב מדי.
- שוק עמוק.
- התמוטטות עצבים.

:Peter Deadman

- אנוחות.
- נטייה לעצבות ובכי.

:Giovanni

- מחזקת את ה-Sp: אנוחות, עצבות, עייפות ותאבון לקוי.

Abdomen Sorrow, Fu Men, Sp16, העצב של הבטן

:Compendium

- טובה כאשר האדם מקונן על מר גורלו. כאשר יש תחושה של עצב ואין הבנה מצד הסביבה, כאשר האדם נושא עימו תחושה של הפסד והחמצה ואינו מחובר להזנתה של אמא אדמה.
- הנקודה טובה למצבי מעברים: סוף האמהות או תחילת גיל המעבר.

Cycle Gate, Qi Men, Liv14, שער המחזור

:Compendium

- נקודה נהדרת לסטגנציה של הנפש והרוח. טובה לאדם אשר הרים ידיים ואינו יכול לראות לידה מחדש או עתיד בחייו ואין בהם שום להט. כאשר אדם עגמומי, פונה כנגד עצמו בעירוב של כעס וחוסר תקווה, או כאשר כעס תכוף או כעס מתמשך הוביל לנפיחות ומלאות בחזה עם אנחות ונשימה שטחית. פתיחת השער הנ"ל מאפשרת לאדם לקבל צ'י והשראה ולפזר את הסטגנציה בחייהם. טובה לאדם שצריך להתחבר מחדש עם האפשרויות אשר יש לחיים להציע ולפוטנציאל הגלום בהם ולזכות מחדש בתחושת כיוון ומטרה.
- הכבד אוצר דם ושימוש בנקודת ההתראה יכול להוריד חום מן הדם שעלול לגרום להתנהגות מאנית ולאינסומניה. כאן נוצר גם הקשר הישיר עם ה- Yin Wei Mai שמחבר את כל תעלות היין ומחזק את הדם ואת היין ומשפיע על ה- Ht במיוחד שיש חרדה וכאב.
- Qi Men היא המונח הקלאסי לקצין בכיר בצבא, דבר המזכיר, כי הכבד הינו הגנרל המצטיין בתכנון אסטרטגי. נקודה זו משפיעה בחזקה על הכבד ומחזקת את המהות החיוניות ממנה הוא עשוי: חוזק וגמישות, פעולה והשתקפות.

:Chinese acupuncture and moxibation

- דיכאון.

Celestial Chimney, Tian Tu, Ren22, ארובה שמימית

:Compendium

- יש להשתמש בנקודה זו באנשים שרוחם מצויה ענן שחור. כאשר אדם סובל מחוסר חיבור בין ראשו והשמיים שלו לרמות האחרות בגופו – אזי הוא עשוי להראות מרוחק, מדוכא וכלוא בתוך עצמו. הכוחות היצירתיים והביטויים של השמיים (Heaven) עשויים לא למצוא פתח חיצוני לתקשורת. לאדם לא תהא דרך יכולת להיות עצמו ולממש את הפוטנציאל שלו. הנקודה הזו מעניקה תחושה של תנועה המאפשרת תקשורת חופשית של רוח וצ'י וניקוי חסימות.
- נקודה זו חזקה יותר ומהירה יותר מנקודות אשנב לרקיע אחרות. ניתן לדוקרה גם באנשים שהאשנבים לרקיע שלהם פתוחים יתר על המידה ולכן הם מסוחררים ומרחפים ממה כתוצאה ממה שהם חווים ורואים.
- דיכאון המלווה בחוסר יכולת לבטא רגשות כלפי אחרים.

ה(א)ערה: ניתן להשתמש בה כאשר אין חלון לרקיע על מרידיאן שעובדים עימו.

Spring Region, Lian Quan, Ren23, אזור המעיין

:Compendium

- הקישור של נקודה זו ללשון הופכה יעילה בכל הקשור בבעיות דיבור. תהא טובה לבעיות דיבור בפרט אחרי שבץ מרוח.

:Leon hammer

- אילמות.

4. סיכום ומסקנות

המסקנה המסתברת מעבודה זו מצביעה על כך ששמונת המרידיאנים המופלאים יכולים לעזור בטיפול במגוון בעיות נפשיות.

נראה, כי מבין המרידיאנים נשוא עבודה זו, ה-Du Mai זכה ל"בכורה" מבחינת מגוון התופעות הנפשיות בהן הוא מטפל. כאמור, אין להתפלא על כך שכן הוא מהווה קישור בין ה-Ht למוח, שני משכני ה-Shen. ה-Du Mai, בפרט, מטפל במצבים נפשיים הן על רקע עודף כמאניה והן על רקע חסר כדיכאון.

אולם, גם יתר המרידיאנים טומנים בחובם "אוצרות" כמוסים אשר עשויים להושיע במצב של דחק נפשי. מבין שלל תפקודיהם הנפשיים המצוינים לעיל בחרתי להבליט את הבאים:

- ה-Ren Mai מסייע בחשיבה ובזיכרון;
- ה-Chong Mai מטפל בדיכאון ובחוסר יכולת לעשות שינוי;
- ה-Dai Mai מחזק את הביטחון העצמי ומסייע להוציא מן הכוח אל הפועל החלטות שהתקבלו;
- ה-Yang Qiao Mai מטפל באובססיות ובמצבי מאניה-דפרסיה;
- ה-Yin Qiao Mai מסייע בשחרור אמוציות תקועות;
- ה-Yang Wei Mai עוזר לביטוי האדם כלפי חוץ ו-;
- ה-Yin Wei Mai חזק בהרגעת ה-Shen והפגת חרדה.

לדעתי, שינוי ושיפור המצב הנפשי אשר נובע מן המעמקים בו מצויים שמונת המרידיאנים המופלאים יש בו כדי לתת מרפא אמיתי ושורשי למטופל. אין לי די ניסיון קליני להעיד על כך, אולם תחושתי היא כי דווקא טיפול מעין זה הבא מין המעמקים יש ויעלה ארוכה על נפשו הדואבת של המטופל באופן מתמשך.

כמובן, אין באמור כדי לשלול את האספקטים הנפשיים של נקודות שניים-עשר המרידיאנים הרגילים – הם צריכים להיות נשוא של עבודה אחרת.

5. ביבליוגרפיה

ספרות לועזית:

1. *Claude Larre & Elisabeth Rochat Da La Vallee*, The Eight Extraordinary Meridians, Monkey Press.
2. *Kiiko Matsumoto & Stephen Birch*, Extraordinary Vessels, Paradigm Publications.
3. *George Soulie De Morant*, Chinese Acupuncture, Paradigm Title.
4. *Claude Larre & Elisabeth Rochat Da La Vallee*, Rooted In Spirit: The Heart of Chinese Medicine, Station Hill Press.
5. *Claire-Louise Hatton*, Acupuncture Point Compendium ,The College of Traditional Acupuncture.
6. *Kevin R. Jeynes*, The Eight Extra Meridians, Brisbane College of Traditional Acupuncture and Oriental Medicine.
7. *Wang Ju-Yi & Jason D. Robertson*, Applied Channel Theory In Chinese Medicine, Eastland Press.
8. *Peter Deadman ,Mazin Al-Khafaji with Kevin Baker*, A Manual Of Acupuncture, Journal of Chinese Medicine Publications.
9. *Giovanni Maciocia*, The Channels Of Acupuncture, Churchill Livingstone Elsevier
10. *Andrew Ellis ,Nigel Wiseman ,Ken Boss*, Fundamentals Of Chinese Acupuncture, Paradigm Publications.
11. *John O'Connor & Dan Bensky*, Acupuncture – A Comprehensive Text, Shanghai College of Traditional Medicine.
12. *Cheng Xinnong*, Chinese Acupuncture and Moxibation, Foreign Languages Press (at Beijing).

ספרות ישראלית:

ד"ר עופר רז, אנטומיה טופוגרפית, הוצאה פרטית.
ספר הנקודות של בית הספר "מזרח-מערב", הוצאה פרטית.

מאמרים בלועזית מרשת האינטרנט:

Leon Hammer, The Extraordinary Acupuncture Meridians: Homeostatic Vessels,
American Journal of Acupuncture - No. 2, June 1980.

Peter Deadman and Mazin Al-Khafaji, The Treatment of Psycho-Emotional
Disturbance By Acupuncture With Specific Reference to the Du Mai, *Journal of*
Chinese Medicine - No. 46, September 1994.

מאמרים בעברית מרשת האינטרנט:

שון גודמן, 8 המרידיאנים המיוחדים (לקוח מתוך אתר "קצה המחט").
מיכה גליקמן, מרידיאני האקסטרה (סיכום שיעור מאתר "סינית שיתופית").

הרצאות:

רני אייל, הרצאה אודות 8 מרידיאני האקסטרה בבית הספר "ברושים", שנת 2008.
שיעורים במסגרת 4 שנות הלימוד בבית הספר "מזרח-מערב".