

| אבחנות סיניות |

|מרצה – מיכאל ליטבק | סיכום וערך – ארתור אפרמוב | סיכום שיעור – אבחנות סיניות |
מזרח מערב – בית ספר לרפואה סינית קלאסית |

מחוללי מחלה 病因 bìng yīn

因 yīn - מחולל\גורם\סיבה - אדם בידיים פרושות, סגור במסגרת - אדם נמצא בתוך בתוך סביבה מסוימת עם תנאים מסוימים, הוא צריך להתאים עצמו לתנאים (עבודה בישיבה\פיזית, מזג אויר וכדומה)
病 bìng - מחלה - אש מתפשטת, השורש הוא של מיטת עץ - אש שלילית ומיטה נוקשה

שלושה מרכיבים בסיסיים פעילים בתהליך מחלה:

* הגוף

* מחולל מחלה

* תסמונת דיסהרמוניה

שלושת המרכיבים קשורים בצורה הדוקה ולא ניתנים להפרדה (כמעט).
מחולל מחלה הוא הגורם המתחיל או המגרה למחלה, התסמונת היא הקומפלקס של השינויים הפתולוגיים הפנימיים והסימנים החיצוניים הקשורים בחוסר האיזון הספציפי שנוצר כתוצאה מאינטרקציה בין הגוף לסביבה, הגוף הוא הבסיס לקיום הפיזי, הרגשי, השכלי והרוחני של הפרט, והוא מתבסס על שלד ארגוני של חומרים, מסלולי זרימה של צ'י, דם, Yuan ו Jin ye, Jing של איברים ורקמות.

מחוללי מחלה 病因 bìng yīn

סימנייה: אדם בתוך מסגרת, הכוונה שהאדם צריך להסתגל ולהבין את מגבלות המסגרת (מסגרת, מקרו ומיקרו קוסמוס). בטיפול סיני מנסים לסגל את הגוף למסגרת.

סוגי צ'י המעורבים בבריאות וחולי

סה"כ צ'י - zhěng qì 整氣

מחלה תיווצר כאשר ה zhēng qì חלש

צ'י בריא - zhèng qì 正氣

צ'י בריא ונכון בגוף האדם

צ'י מזין - ying qì 營氣

צ'י הזורם במרידיאנים והאחראי על הזנה וחימום

מכניזם - jī zhì 机制

מנגנון וויסות הגוף

צ'י פתוגני - xiè qì 泄氣

צ'י פולש

מדובר בכמות ואיכות צ'י.

צ'י בריא הוא סה"כ כל סוגי הצ'י אסופים כאחד ומהווים את סה"כ יכולת הויטליות של הגוף הכוללת בתוכה את יכולת עמידות בפני שינויים, בין אם פנימיים או חיצוניים
ל Zheng יש עמידות בפני שינויים, קשור לאלמנט אדמה ולאבר הטחול.

צ'י פתוגני הוא לרוב צ'י שחודר ופולש לגוף, בהעדר צ'י בריא, אך הוא גם כינוי למצב פנימי קלוקל. כמות מעטה של צ'י לרוב מובילה לחוסר זרימה, קיבעון וסטגנציה, זוהי נקודת פתיחה לכל הסימפטומים והאבחנות, כאשר הסימפטום העיקרי הוא כאב, כאשר איכות הצ'י איננה טובה, יכולה להתבצע פלישה/חדירה מבחוץ פנימה לגוף ולהכרה, מרגע זה תהליכים פתוגניים שונים עשויים להתרחש, והפלישה הזו גורמת לתגובתיות של צ'י הגוף, בדרך כלל הפוכה לזו שפלשה, לדוגמא: חדירה של קור תוביל לתגובה של חום.

כבד 肝 gān סימנייה: עלי ומגן, מאבק בין צ'י בריא ופתוגני המכונה 争 Xie i zhēng

מחוללי מחלה חיצוניים 病外因 bìng wài yīn

או בשם נוסף: liú xié qì ששת הפתוגנים

ששת האקלימים, ששת הפתוגנים החיצוניים

bìng - מחלה

wài - חיצוני

yīn - מחולל

רוח 風 fēng

סימנייה: חרק/זחל, זוחלים מתעוררים מרוח (מזרחית), זוחלים הכי קרובים לאדמה ומתעוררים מהתרדמה ע"י גורם שמימי ויאנגי (רוח) שכל מהותו היא תנועה. אקלים רוח שייך לפזת העץ ולאיברים כבד וכיס המרה, לרקמות שרירים, גידים, רצועות ומפרקים, אחראי על זרימת צ'י, דם, 魂 hún, מרידיאני TMM 午线 jing jin, 衛氣 wèi qì שקשור לכולם ולפזת העץ.

הכבד 肝 gān שייך לכוח המגן

כיס מרה 胆 dǎn שייך לאומץ לב

וזו מה שדרוש ליכולת הגנה ולחימה

רוח נפוצה באביב אך קיימת כל השנה, כשרוח מופיעה בעודף או בעוצמה חריגה, זו רוח פתוגנית שנקראת חוד החנית מבחינת מחוללי מחלה.

רוח חיצונית תוקפת תחילה את העור, שכבות שרירים חיצוניים ודרכי הנשימה, כמאפיין הבולט ביותר של פתולוגיות רוח הוא תנועה או תנועתיות יתר, או לחלופין העדר תנועה, משמעות הדבר שסימנים וסימפטומים המשוייכים לרוח מתאפיינים בשינויים, שינוי מקום, שינוי אופי, שינוי תנועה (רעד, קיפאון,

שיתוק או נדידה), אופיה של רוח הוא יאנגי, בגלל עוצמתה ותנועתיותה, היא נוטא לתקוף חלקים עליונים בגוף ואיברים חיצוניים, מחלות רוח חיצוניות מתאפיינות בהופעה מהירה ובשינויים מהירים.

SU WEN-5: מציין איך כל אקלים יוצר את הפזה אליה הוא שייך, הרוח יוצרת את העץ, רוח היא שם קוד לתנועה, מהות העץ קודם כל תשפיע על הכבד וכיס המרה, והכוונה לכל סוגי תנועה, גם כשיש חוסר תנועה, שהיא סוג של תנועה.

הרוח באה מה heaven tiān 天 ורוח מכונה guǐ 鬼

חדירה של שד, שזה עם צורה אבל מאוד מעורפל ולא ברור בין העננים גורר רגל ועם ראש מאוד גדול, guǐ מייצג לרוב חיים לא גמורים, רסיסי נשמה, הגוף - כוחות ארציים הרסניים (מדעית, היסטוריה, סכיזופרניה, חרדה, פיצול אישיות וכו')

מהות איברי ה ZANG שהם יינים במהות, שומרים על גוף חזק ויציב מבפנים, על מנת למנוע חדירה חיצונית, זוהי ליבת הגוף המאפשרת כוח פנימי וחיצוני, ליבה זו היא המאפשרת לעמוד מול הפלישות היומיומיות לתוך עולמנו ולתוך הבועה הפרטית שלנו.

החדירות הללו לתוך חיינו הן מילה נרדפת לרוח, שמהווה את הכוח החזק ביותר בטבע לחדור לתוך בני אדם, וברוח זו נישאים רוב הפתוגנים או האקלימים הנוספים (למשל, רוח חום-קור).
חדירת הרוח או ההפרעות הללו לתוך חיינו קשורות קשר הדוק ל 魂 hún הניזון מהדם ומהאדמה של הכבד (BE). טריאגרמה KUN - הכלה.

הבסיס והשורש של האדם הוא הכבד.
מלבד רוח חיצונית, קיימת גם רוח פנימית שנוצרת במצבים קיצוניים בהם מתרחשת תנועה פנימית עזה, או במצבי חום קיצוניים או במצב חסר קיצוניים, שבראשם חוסר דם ואחר כל חוסר יין, אין עוגן לכבד - טיקים בעיניים ובשרירים הם הסימנים.

חום קיץ shǔ 暑
סימניה: זריחת שמש

נכון לתקופתו, בעידן המזגנים, פתוגן חום יכול לחדור בכל ימות השנה.
חום קיץ, הגדרה: חום קיץ אשר לעיתים עשוי להיות קיצוני או אלים, ממושך ועשוי לחדור ולהזיק לאדם. לרוב, מאפייניו מתחילים ביובש או על רקע הזעה מרובה או על רקע של חום גבוה או שניהם יחדיו, אי שקט, סומק בפנים, צמא, חום רב, שתן מועט או מרוכז עם ריח, דופק מהיר ובמקרים קיצוניים אובדן הכרה. אחת ההגדרות הסיניות המקובלות שחום קיץ נוטה לפלוש אל הלב 心 火 炎

אש huǒ 火

סימנייה: אדם ולידו ניצוצות, אש תוצר של אדם עם הרבה פעילות.

אקלים חום קשור לפזת האש, באדם: למערכת קרדיו-וסקולארית, מערכת הלב, חוש הטעם ולמערכת מרידיאנים העיקרית 经脉 jīng mài אשר תפקידה להזין את הרקמות והאיברים בצ'י המזין yíng qì 营氣, חום חיצוני לרוב מחמם את האדם וגורם לפגיעה ברמת הנוזלים והדם 津液 jīn yè 血 xuè, החום גורם ליובש או לכליוי של רמת היין ולרוב מחלקים huò אש לחום ולאש, או חום ולהט, השוני העיקרי הוא בעוצמה ובחוזק, כאשר המינוח אש הוא הקצנה של חום והשיא שלו.

המושג אש בא להבדיל בין חום פיזיולוגי - נורמלי לבין חום פתולוגי, שמקורו לרוב אך לא תמיד - חיצוני, כשיש פתוגן יאנגי היא נוטה בדומה לרוח לעלות ולתקוף את חלקי הגוף העליונים, הביטויים: סומק, דופק מהיר, חום גבוה, צמא, הזעה מרובה, אודם בעיניים בפה ובשפתיים, פצעים בפה, דימומים ודלקות חניכיים, כאבים ודלקות בגרון, בסינוסים, באוזניים, שטפי דם, עצירות וחולשה כללית של הגוף. בגלל תנועת האש, ההזעה עלולה להתפתח לרוח פנימית שיכולה להתבטא או ברעד מוגבר או באירוע מוחי, ואם האש תוקפת את הלב, נראה התקפים פסיכותרים או מאנים.

לחות \ רטיבות rù 溼

סימנייה: מים וחוטי משי במים תחת השמש
SU WEN-5: לחות יוצרת את האדמה.

איכות הלחות תלויה בתפקוד הלחלוח בחיבור של כל הדברים, בהזנה ובדאגה לדבק ותקשורת בין כל הדברים, זהו הנוזל הבין רקמתי החובק את התאים ויוצר הרמוניה ואיזון עדינים וייחודיים. בסין שייכת הלחות כמחולל מחלה לסוף עונת הקיץ, עת היאנג מתחיל לדעוך והיין מתחיל להתעצם, לחות היא פתוגן יין באופיו והיא פוגעת מאוד באלו שמתגוררים באיזורים לחים, אלו שעוסקים בלחות ומים, אלו שניזונים ממזונות מגבירי לחות, ובאנשים עם טחול חלש שבגיניו אין גופם מסוגל להיפטר מעודפי הלחות, הלחות מאיטה את הזרימה של הצ'י ומכבידה, מסרבלת תפקוד איברים, מנפחת, מגבירה הפרשות, נותנת תחושה של כובד, מלאות ומשיכה כלפי מטה.

במצבים קשים תתבטא בבצקות, מאסות, צלקות עם הפרשות, ליחה מצטברת בדרכי הנשימה, כשחודרת לאדם לחות חיצונית קודם כל היא יוצרת סטגנציה, לחות - דופק מתגלגל, הסטגנציה משפיעה על המחמם האמצעי - הטחול והקיבה, ובתפקודיהם העיקריים, שהם: מצד אחד לעלות מעלה וזיכוכ, ומצד שני, הורדה ועכירות. ברגע שיש סטגנציה, היא עשויה להיות חמה או לחות קרה על רקע חוסר צ'י. לרוב, השפעת לחות חיצונית תגיע דרך מזון עודף, הגוף אינו מסוגל להכיל הרבה מזון, אכילה בלילה, שעה לא מתאימה לפירוק המזון, אוכל באיכות ירודה, אוכל מתועש, אוכל שמן, אוכל מטוגן (קשה לפירוק בשר אדום, כבש, מוצרי חלב על בסיס פרה), בנוסף, לחות מגיעה ממאכלים שגדלים בתוך לחות, כגון פטריות. תחב בבית גם יכול ליצור לחות. בנוסף, לחות - חשיבה של יתר חשיבה או מצבים לא מעוכלים (כולל רגשות).

יובש 燥 zào

סימנייה: שלוש פיות של ציפורים על עץ ואש, הציפורים אוגרות יאנג וחודרות לקן.

יובש - אקלים מתכת, עונת סתיו, מחלות יובש מתאפיינות במיעוט של נוזלים והפרשה, סדקים בעור ברירות השונות, צמא, שיער, עור וציפורניים יבשים ופריכים, מיעוט שתן, עצירות, שיעול יבש ולפעמים דמי, הפרעות בווסת (יובש ברמת הדם), לעיתים היובש מכונה גם קרירות, המהות של היובש ליצור הגנה, הפרדה דרך סחיטה עד למקום כמו המדבר, נשאר רק המזוקק ביותר והוא בא לידי ביטוי בצורת יובש.

יובש חיצוני חודר - נראה פגיעה ברקמות הקשורות במתכת, עור, שיער גוף, אף, מעי גס, צואה וריאות. לעתים החדירה החיצונית של יובש מגיעה בצורה של קרירות או חום מאוד מתון, לרוב, הגוף מגיב לקרירות זו בחום אשר יחריף את היובש או את הגרד או הפריחה, יובש מגיע גם עם התמודדות של אובדן, אבל, צער, בעיקר ולרוב כשזה מגיע בצורה פתאומית.

קור 寒 hán

סימנייה: אדם שאוסף קש ותבן אל מחסה\אסם, אוגר לחורף. קור קשור לפזת מים, לאיברים כליות ולשלפוחית השתן, לעצמות, למח עצם, לנוזלים, לחוש השמיעה ולשמנת המרידיאנים המיוחדים. קור תוקף כשהגוף לא מוכן להופעתו ולא מצליח להדוף אותו, אמנם קור נפוץ יותר בחורף, אך מאז המצאת המזגן, הפכו מחלות קור ורוח לשכיחות בכל ימות השנה. כאשר קור חודר לגוף, קודם כל יוצר סימפטומים שקשורים לכליות ולשלפוחית השתן, קור וחום הם הגורמים המוכרים ביותר כמחוללי מחלה, כאשר קור הוא הסיבה העיקרית מכל המחלות.

Shang han lun דן כולו בבעיות קור בחדירה של קור ותוצאותיו וכיצד יש לטפל בו, קור גורם לסטגנציה, התכווצות וכאב, לרוב, ברמת ה T.M.M וגם בכאבי עורף, צוואר, גב עליון או אמצעי, לעיתים גם גב תחתון, הקשורים כולם בשלפוחית השתן, קור הוא פתוגן YIN באופיו ועל כן הוא פוגע ומחליש את ה YANG או ה YANG QI, כך למשל הקור שחוסם ופוגע בתפקוד ה WEI QI יפגע ביכולת של הגוף לחמם את עצמו ותופענה צמרמורות, אם תתרחש פגיעת קור בטחול, יהיו כאבי בטן יחד עם קשיי עיכול ואם הפגיעה בצי של הריאות, נראה קשיי נשימה, נזלת וליחה, כשקור חודר עמוק יותר, יכול להפוך למרכיב מרכזי בפתולוגיות מסובכות יותר, כגון דלקות פרקים ומחלת עייפות כרונית.

בצורה כללית חדירה של קור גוררת תגובה של חום וזו תגובה בריאה הבאה להוציא את הקור מהמערכת, החום מתבטא באדמומיות, נפיחות ולעיתים בבצקות של המקום או הרקמה המעורבים ולעיתים תגובת החום נראית בעליית טמפרטורת הגוף.

מחוללי מחלה פנימיים 病因内 bìng yīn nèi

בתפיסה הסינית כל הרגשות מונעים מהינטרקציה בין הפחד והרצון, שמייצרים מערך הישרדות בחסות ה PO שמשפיעה

מחוללי מחלה פנימיים bìng yīn nèi

bìng - מחלה

yīn - מחולל

nèi - פנימי

חמש רגשות 五情 wǔ qíng

שבע רגשות 七情 qī qíng

5 הרגשות או 7 הרגשות (שניים התווספו מאוחר יותר)

ברמת 5 הרגשות:

שמחה

מחשבה - הרהורים

עצב - צער - יגון

פחד

כעס

נוספו עוד 2:

בהלה - חרדה

שוק - הלם

בתפיסה הסינית כל הרגשות מונעים מהינטרקציה בין ה"פחד" ו"רצון" שמייצרים מערך הישרדותי בחסות ה PO שמשפיע בצורה ישירה על האופן שבו אנו קולטים מציאות סביבנו וממנו מפתחים את כל המערך הרגשי שלנו, הפחד מתבטא בצורות שונות, פחד מעצים את החיות, פחד מכשלון, פחד מהצלחה, פחד במה, פחד מתקשורת, פוביות, פניקות, חרדות, הם כולם צורות שונות של פחד בסיסי.

מעצם הגחתנו לעולם, מתחיל בשלבים אחרונים של חיינו העובריים בהם מצטמצמים המים וכאקט הישרדותי נולד הצורך להיפלט לעולם, הקונפליקט המתמיד בין פחד והרצון מייצר נקודת מתח בסיסית במבנה האדם, הקשר עם הלב הוא שמספק את היכולת לשבור את מעגל הקונפליקטים הבלתי פוסקים ולעלות את האדם מהמקום הנמוך ביותר למקום הגבוה ביותר שמכונה אהבה, שפל של כל אחד מהרגשות נקרא שפל ייני DIAN, התלהטות או גאות של כל אחד מהרגשות נקרא KUANG ולכל אחד מהרגשות יש תנועה ומהות.

SUN SI MIAO: מהות האדם להפוך את הפחד לרצון

רצון - צמיחת הצ'י מתוך הלב

רצון - תנועה כלפי מעלה

פחד - תנועה כלפי מטה

HUN מזין SHEN

PO מזין ZHI

神 shén - לא ניתן להסביר ולהגדיר דרך YIN - YANG

רגשות יכולים לבוא גם כמחולל מחלה חיצוני, בעיקר כשמדובר בסביבה מזיקה להתפתחות שלנו, ונכון להגיד שתהליכים רגשיים קורים במקביל, גם מבחוץ וגם מבפנים והם תלויים במידת החשיבות שלנו או יכולת הקליטה החושית שלנו לעולם הסובב אותנו

מים + קור - פחד

פחד בהיפוך אותיות - דחף־רצון

חמש רגשות 五情 wǔ qíng

כעס 怒 nù

SU WEN-39: כעס גורם לאנרגיה לעלות. צ'י פו: כעס במקרים חמורים, יכול לגרום להקאות דם

ודיזנטריה

שמחה 喜 xǐ

מאטה ומאזנת את האנרגיה בגוף, צ'י פו: שמחה גורמת לצ'י לזרום ולהתפזר בחופשיות ומאפשרת ל

YING QI ול WEI QI לחלחל לכל עבר

עצב 悲 bēi

ממיס את האנרגיה, פתולוגיה: עצבות, אבל ויגון גורמים לריאות להתנפח יתר על המידה, ללחץ כלפי

מעלה וליצור תקיעות במחמם העליון, במצב זה, הצ'י המזין ומגן אינם יכולים לחלחל, מצב זה גורם

לייצור חום בחזה, החום מכלה את הנוזלים ובאופן הדרגתי מוביל לצמא, לתיאבון מוגבר ולתשישות

פחד 恐 kǒng

מוריד אנרגיה, פחד גורם לצ'י המרידיאנים לרדת ובכך יוצר תקיעות במחמם התחתון הגורמת לנפיחות

מחשבה־דאגה 思 sī

המחשבה הכפייתית יוצרת קשרים באנרגיה, דאגת יתר בקשר לדברים רבים, או עיסוק כפייתי בדבר

אחד, שואף צ'י רב מידי אל ה SHEN, צ'י במצב זה אינו יכול להגיע ליתר האיברים והתוצאה: תקיעות,

קרישה, התמצקות צ'י

מחוללי מחלה פנימיים

תורשה לקונסטיטוציה, צ'י האבות ZHONG QI פרה ופוסט נטלי ועוברים דרך מערכת 8 המרידיאנים המיוחדים QI JING BA MAI
QI-מופלא, JING-מרידיאן, BA-שמונה, MAI-מערכת תנועה
דפוסים משפחתיים, דברים שקיימים אצל ההורים והילדים קולטים אותם, מעכת קליטה, למידה ותרגום של הילדים את הוריהם.

מחוללי מחלה פנימיים - תזונה

אוכל ראשוני ואוכל משני/שניוני
אוכל ראשוני - ראיה, הרחה וכדומה. אוכל ראשוני DA QI מזין דרך הלב, תחביבים: אוכל לבלבנשמה
אוכל שניוני SI בונה היין הגדול, ה SI קשור ל HT, אם האוכל הראשוני נפגע, האוכל השניוני-פיזי גם נפגע ומנסה לפצות, ואין סיפוק מתזונה.
כשמתייחסים לתזונה יש לפרוט אותה לשתי מרכיבים:

מגיע מתוך ה HT\SHEN וה DA QI, זוהי קליטה ותרגום של המציאות לרמה שמספקת את הפרט. SI המקום שזקוק ניזון וצורך מזון פיזי ע"מ להיבנות, השילוב בין השתיים מתחיל בחיבור אל ה SHEN, כתוצאה מחיבור זה, נוצר סדר עדיפויות תזונתי, נוצרת מידה ונוצר חיבור בין ההכרה לגוף.

1. אכילה לא מסודרת ז"א אכילה בשעות לא מתאימות לאכילה, משבע בערב, דילוג על ארוחות. מומלץ לאכול 3 ארוחות ביום, בשעות
07-09 בבוקר
13-15 בצהריים
17-19 בערב
2. כמות לא מאוזנת של מזון, מעט או הרבה. בדרך כלל הפגיעה תהיה בטחול ובקיבה ותשפיע על ה TNT שכוללת את LIV, ST, SI, PC, SP יכולים להיפגע בכל אחת והאדמה שלה.
3. עודף מזון, קשורה ליצירת נוחות, אנוכיות, שעמום, חוסר תנועה, אכילה עודפת יוצרת סטגנציה שמובילה לחום פנימי, בדרך כלל לליחה/לחות חמה, שגשוג של טפילים כתוצאה מסטגנציה, מזון עודף מוביל גם להשמנה, סכרת, כולסטרול ומחלות לב, עומס על החוליות ומפרקים. עודף ויטמינים עשויה לפגוע בכבד, בדרך כלל הגוף יתחיל לשתן והסימן שתן בעל ריח, עודף מים פוגע בכליות ולייצור בצקות, יותר מידי מזון שומני ובשרים שקשה לפרקם, יפגעו בכבד ובמעיים הגס.
4. מזון לא נכון, מזון מתועש שלא עבר מגע יד אדם, מזון מרוסס, עם חומרי הדברה, מזון שלא תואם ספציפית את צרכי האדם, אלוהול מופרז, טעמים וחומרי טעם וריח מוגזמים.
5. מזון מקולקל, בשר ודגים שהחלו בתהליך ריקבון, אוכל שטוף במים שיש בהם בקטריות, אוכל לא הגייני, מזון שנמצא בחום לאורך זמן, מזון שנמצא באזור לח, מזונות רעילים. מידת החומרה בהשפעתו על האדם תלויה בכמות הבקטריות והפרזיטים שנמצאים באוכל.

6. חיי יומיום ותחביבים, מעט מידי או הרבה מידי, שינה, אכילה, עבודה, מנוחה, פעילות יינית, תחביבים, ספורט/תנועה, לימודים.

7. תרופות, תרופות נלקחות מבחוץ ועובדות מבפנים, תרופות רבות משויכות ונתפסות כמחולל מחלה קר, משום שיכולות לסתור חום (אנטי אינפלמטורים), אנטי ביו (אנטי חיים), קורטיקו סטרואידים, פגיעה בתנועה. תרופות אשר השימוש בהם הלך וגבר עד שהגיע לשיא בעשרות השנים האחרונות. רוב התרופות שנחשבות לקרירות או קרות יגרמו לתגובה עודפת של הגוף, לרוב, החום הזה יהיה בתוך הכבד וברמת הדם משום שהכבד נוטל בנטל של הניקוז ועוסק בדם.

דופק 脉 mò

מתחילים, מניחים את אצבע האינדקס או האמה על רדיאל סטילואיד פרוצס ומרגישים דופק בעמדה האמצעית, החלקה דיסטלית (אזור LU-9) או פרוקסימלית (בקו LU-7) מביא אותנו בסה"כ ל 3 עמדות באורך. 12 דפקים שונים ב- 6 מיקומים שונים, בכל פוזיציה נרגיש דופק אחד ייני ואחד יאנגי. השקוע יהיה ייני ואילו הצף יהיה יאנגי, למשל, באותו מיקום, LU-9, ניקח את דופק ה CO ברמה החיצונית ואילו ברמה הפנימית ניקח את דופק ה LU.

אם נחלק את חמשת האלמנטים מאמצע אלמנט האש ומטה נקבל את הדפקים בצד ימין ושמאל. כאשר הסירקולציה מתחילה מאלמנט היין אל אלמנט היאנג, בצד שמאל – כאשר מחזיקים את הידיים כלפי ה HEAVEN, הדופק הדיסטלי ביותר הוא ה HEAVEN, האמצעי הינו ה EARTH ואילו הדופק הפרוקסימלי ביותר הוא ה MAN. HEAVEN הכי דיסטלי, ה MAN הוא הכי פרוקסימלי ובאמצע ה EARTH. בצד ימין – אותו דבר רק שמנח היד כלפי מטה.

דופק יד שמאל

H	E	M
דיסטלי חיצוני – SI	אמצעי חיצוני – GB	פרוקסימלי חיצוני - BL
דיסטלי פנימי – HT	אמצעי פנימי – LIV	פרוקסימלי פנימי - KID

דופק יד ימין

H	E	M
דיסטלי חיצוני – CO	אמצעי חיצוני – ST	פרוקסימלי חיצוני – TW
דיסטלי פנימי – LU	אמצעי פנימי – SP	פרוקסימלי פנימי – PC

כאשר מאבחנים את הדופק מאבחנים ברמה הראשונית את 8 העקרונות, כל איבר הוא בבועה של כל דבר. גם כל איבר צריך להתחבר בתוכו לשלושת המהויות: M o E, H. לדוגמא, ב CO יש M o E, H. כלומר, כאשר לוקחים את הדופק בצד ימין ברמה הדיסטלית צריכים להרגיש שש שכבות שונות של דופק. בכל פוזיציה יש שישה דפקים שונים. זאת אומרת 18 דפקים בכל יד = 36 דפקים שונים בשתי הידיים יחד. ע"פ חמשת האלמנטים – כל השתייכות של כל דבר צריכה להיות יחסית לחמשת האלמנטים. בחלק העליון של ה CO נתחבר למתכת ועוד. ייקח 27 שנים עד שנדע לדעת דופק טוב ☺.

החלק ה HEAVEN נראה אותו כרוחני/אמוציונלי/צ'י; EARTH: פיסי, מנטלי, פיסיולוגי, תפקוד בסיסי של איבר; MAN: רקמה, מולדת (כל אחד עם מה שהוא קיבל). בסוף או בהתחלה לוקחים את הדופק הכללי של אותה פוזיציה. נקבל צמד דברים:

1. מצב האלמנט.
2. מצב האנרגיה המפעילה את כל האלמנט.

השאלות שאנו שואלים עצמנו שאנו לוקחים דופק:

- יין-יאנג, חסר-עודף, פנימי-חיצוני, חום-קור
- איך התפקוד של כל איבר ?
- איך התפקוד של כל אלמנט ?
- האם יש הקורלציה והאינטראקציה בין ההבן, מאן והארתי ?
- נבדוק השאלה האחרונה גם לאור המעגלים - המזין והמבקר.

