

2.4. Енергийните блокажи в нашия организъм

От начина на протичане на Жизнената енергия в меридианите на нашето тяло, зависят нашия тонус и здраве. От таблицата на циклардния ритъм и цикличността на протичане на Жизнената енергия в телата ни, става ясно, че **за правилното активиране на осъществяващата Ян енергия, е необходимо да осигурим достатъчно почивка и подхранване на потенциалната Ин енергия.** Когато, поради една или друга причина, сме нарушили този ритъм, тогава възниква дисбаланс между двете течения на Жизнената ни енергия. Ако нарушението на ритмичността продължава дълго време, това може да предизвика застой, или блокаж на енергията в меридианите на определен орган или органа система. Енергийните блокажи в меридианите могат да бъдат причина за различни неразположения, които ако не се коригират във времето, преминават в хронични заболявания. (стр.190)

От хилядолетия насам, Традиционната китайска медицина изучава жизнените течения на Ин и Ян, които протичат в меридианите на нашето тяло, и разработва и прилага методи за тяхното стимулиране, успокояване, пречистване и балансиране, с цел повишаване на жизнения тонус, но и повлияване на различни болестни състояния. Такива методи са акупресурата – въздействие, чрез лек концентриран масажен натиск върху жизненоважни точки, разположени по протежение на меридианите, и акупунктурата – въздействие върху тези точки, чрез иглотерапия. (стр.28,131)

В настоящия наръчник ще се запознаем предимно с видовете, значението и качествата на енергиите, които протичат през нашето тяло и **причините, които пораждаат енергийните блокажи**, за да можем по-добре да разбираме нуждите на организма си, да овладяваме и избягваме болезнените състояния.

Често, неразположенията, които изпитваме на чисто физическо ниво, възпрепятстват по един или друг начин съзнателните и умствените ни дейности, но и духовните ни стремежи. И обратно **дисхармонията** възникнала в нашите ментални и духовни изяви, често предизвиква блокаж на протичащата през телата ни енергия, който изпитваме като телесна болка, физическо неразположение, отпадналост, умора и дори изтощение. (стр.27, 57-58)

Въздействията и събитията (напр. лошо време, обида), които сме склонни да **възприемаме и проявяваме като негативни, получават потенциала да предизвикат застой в Менталната или Съзнателната ни изява**, и могат да блокират протичането на Ян енергията в телата ни. Такива състояния усещаме като неразположение, **свързано с органите, управляващи Ян енергията**, а именно: често уриниране, запек или разстройство, липса или прекомерен апетит, болки в стомаха, симптоми на простуда. (стр.102,111,117,133,144,151,152)

Продължителното нехармонично протичане на Ян енергията в организма ни може да предизвика **застой в проявленията на Ин енергията**, което често се характеризира с неразположения, засягащи **Ин-органите**: задържане на течности, излишни килограми, отслабен имунитет, подуване и газове, високо кръвно налягане, хронично главоболие. (стр.99,106,117,123,137,149,150)

На кратко ще разкрием основните причинно-следствени връзки между енергийните блокажи и тяхното ментално и физическо изражение: (стр.27)

Таблица 6: ПРИМЕРИ ЗА ЕНЕРГИЙНИ БЛОКАЖИ НА ИН И ЯН ЕНЕРГИИТЕ В ОРГАНИЗМА ВСЛЕДСТВИЕ НА НЕХАРМОНИЧНА ИЗЯВА В МЕНТАЛНАТА И ДУХОВНА СФЕРИ

Духовна / Ментална	ИН	Черент дроб <i>Духовна изява „Зрение“</i>	Сърце <i>Сърдечна изява „Вкус“</i>	Далак <i>Душевна изява „Осезание“</i>	Бели дробове <i>Ментална изява „Нюх“</i>	Бъбреци <i>Первична изява „Слух“</i>
ЯН	изява	черногледство	безсърдечност	грешен усет	изгубен нюх, объркана мисъл	наранена Душа
ЖЛЪЧЕН МЕХУР Нарушени детоксикация / хармония / разбиране.	Прекомерен израз на егото / Задържане на емоции, жлъчни киселини	Нарушено крвообращение, разширени вени	Лимфен застой	Поява на акне, запушване на порите	Задържане на течности	
ТЪНКИ ЧЕРВА Лошо храносмилане, трудно възприемане	Авитаминоза, недостиг на витамини за черния дроб	Скованост, отоци	Отслабена мускулатура	Анемия	Чести травми	
СТОМАХ Кризи в материалната сфера, слаб дух	Панкреатити, диабет	Атеросклероза	Несигурност, плахост, липса на инициатива, съмнения	Повишена киселинност, нисък хемоглобин	Нарушен метаболизъм, висока пикочна киселина	
ДЕБЕЛО ЧЕРВО Застой в менталната сфера	Интоксикация, хемороиди	„Бодже“ в гърдния кош, аритмия	Застой на храна в стомаха, трудно изходжане	Скръб, психично разстройство, неправилно дишане	Отпадналост, умора, липса на енергия	
ПИКОЧЕН МЕХУР Нарушен метаболизъм, трудности в общуването	Болки в ставите, артрити, ревматизъм	Високо кръвно налягане	Слаба имунна система, задържане на течности	Честа простуда и възпаление на дихателните пътища	Силен страх, слаба воля, слаба интуитивна сила, неосъзнатост, обърканост	

Горните примери представят най-общо някои от възможните физически или психически неразположения, които можем да изпитаме поради застой или превес на Ян енергията в нашето тяло, предизвикани от съзнателните или несъзнателни прояви на Егото. Например, ако си позволим да виждаме предимно негативната страна на нещата, рискуваме да предизвикаме застой на Ян-енергия в жлъчния мехур, поради съответните негативни емоции, които задържаем. Свързаният Ин-орган - Черният дроб управлява физическото и духовното ни зрение и една такава проява от наша страна би предизвикала редица метаболитни неразположения, засягащи други органични системи, ако не проявим съзнанието си своевременно. Нашите емоционални прояви, наред с нарушения циркаден ритъм и небалансирано хранене, могат да блокират или прекомерно да възбудят Ян-енергията, което поражда недостиг на енергия в Ин-органите. Системният дисбаланс между Ин и Ян енергиите ни, може да активира **Деструктивната енергия**, която отключва физическите, душевните и ментални заболявания. Такива прояви са закономерно ограничени във времето, вследствие на **изчерпване на Жизнените сили и енергия**. (стр.12,21,29,33,57-58)

Става ясно, че здравословният баланс изисква не само синхронизиране с циркадния ритъм, но и **поддържане на стабилност в равновесната линия между Ин и Ян**. Здравото ни зависи главно от разумното използване на Жизнените сили на Физическо, Ментално и Духовно ниво. (стр.13-15,25,157,170,190,192)

Един начин, по който можем **съзнателно да овладеем несъзнателните прояви на Егото**, в моменти на емоционалност или психически застой, е да освободим негативната енергия, чрез масаж на дланите и пръстите на ръцете.