



Canalele subtile energetice **Ficat** și **Vezică Biliară** corespund Elementului subtil Lemn și culorii verde (nuanța închisă de verde pentru Ficat și nuanța deschisă pentru Vezica Biliară).



Canalele subtile energetice **Inimă** și **Intestin Subțire** corespund Elementului subtil Foc și culorii roșu (nuanța închisă de roșu pentru Inimă și nuanța deschisă pentru Intestin Subțire).



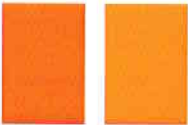
Canalele subtile energetice **Splină-Pancreas** și **Stomac** corespund Elementului subtil Pământ și culorii galben (nuanța închisă de galben pentru Splină-Pancreas și nuanța deschisă pentru Stomac).



Canalele subtile energetice **Plămân** și **Intestin Gros** corespund Elementului subtil Metal și culorii albe (nuanța de gri deschis pentru Plămân și alb pentru Intestin Gros).



Canalele subtile energetice **Rinichi** și **Vezică Urinară** corespund Elementului subtil Apă și culorii negre (negru pentru ambele canale subtile energetice).



Pentru cele două canale subtile energetice **Trei Focare** și **Stăpânul Inimii** sunt folosite nuanțe de roșu, deoarece ele corespund Elementului subtil Foc.



Pentru canalul subtil energetic extraordinar **Vas Guvernator** este aleasă culoarea albastră de nuanța cerului, care în cosmologia chineză este specifică aspectului *yang (+)*.



Pentru canalul subtil energetic **Vas de Concepție** se folosește o nuanță de albastru mai închis, deoarece el este în pereche cu Vasul Guvernator reprezentat tot prin culoarea albastră.

# GHID PRACTIC COMPLET DE PREZENTARE SISTEMATICĂ

## A TUTUROR CANALELOR SUBTILE ENERGETICE, DAR ȘI A PRINCIPALELOR PUNCTE-FOCAR CE SUNT UTILIZATE ÎN PRESOPUNCTURĂ

Conține multe informații esențiale, tradiționale referitoare la descrierea completă a punctelor-focar de presopunctură ce sunt localizate pe întregul trup uman. Aceste puncte-focar ce vor fi în prealabil trezite și apoi dinamizate, vor putea fi utilizate cu succes atât pentru armonizarea globală a ființei umane, cât și pentru vindecarea unor eventuale afecțiuni.

EDITURA  
**soma**

București, 2024

generală de oboseală, uneori febră, dureri de cap sau inflamarea ganglionilor limfatici. Apoi, dureri și senzație de arsură la nivel cutanat. După 1-10 zile apare faza eruptivă.

**Zong Chi (Energia subtilă Ancestrală)** – Zong Chi este Energia subtilă Ancestrală (fundamentală) și ea determină tipul constituțional (personalitatea structurală) a ființei umane. Ea este energia transmisă din generație în generație, prin cei 46 de cromozomi specifici ADN-ului uman. Această energie nu se poate reînnoi, ci se poate doar economisi printr-o conduită sănătoasă de viață. Ea mai cuprinde două tipuri de energii: Yuan Chi și Jing Chi. Yuan Chi este așa-numita „Energie părintească”, deoarece ea reprezintă bagajul subtil energetic pe care ființa umană îl primește odată cu momentul concepției sale. Yuan Chi a copilului depinde așadar foarte mult de relațiile care există între părinți, precum și de starea lor de sănătate. Această energie asigură reînnoirea continuă a structurilor moleculare, celulare și tisulare, după un ritm și o amprentă unică, ce este specifică fiecărei ființe umane în parte. Jing Chi apare tot în momentul concepției și se activează apoi atunci când venim în contact cu energia alimentelor.

## CUPRINS

<b>INTRODUCERE</b> .....	<b>3</b>
<b>UTILITATEA PRACTICĂ ȘI EFICIENTĂ A ACESTUI IMPORTANT GHID DE PREZENTARE A PRINCIPALELOR PUNCTE-FOCAR CE SUNT UTILIZATE ÎN PRESOPUNCTURĂ</b> .....	<b>5</b>
<b>I. Localizarea anatomică a punctelor-focar pe trup</b> .....	<b>6</b>
<b>II. Culorile planșelor ilustrative</b> .....	<b>8</b>
<b>III. Descrierea schematică a unei planșe</b> .....	<b>9</b>
<b>IV. Funcțiile energetice cu totul speciale pe care le manifestă anumite puncte-focar</b> .....	<b>12</b>
<b>INDEX AL BOLILOR CE SUNT PREZENTATE ÎN ACEASTĂ LUCRARE ȘI CARE POT FI ÎN MOD GRADAT AMELIORATE SAU CHIAR POT FI VINDECATE</b> .....	<b>24</b>
1. Zona capului .....	24
2. Zona spatelui .....	29
3. Zona toracelui .....	31
4. Zona abdominală .....	32
5. Membrele superioare și membrele inferioare .....	33
A. Membrele superioare .....	33
B. Membrele inferioare .....	35
6. Afecțiuni cardiovasculare .....	37
7. Afecțiuni pulmonare .....	38
8. Afecțiuni digestive .....	39
9. Afecțiuni genito-urinare .....	42
10. Obstetrică - ginecologie .....	43
A. Afecțiuni ginecologice .....	43
B. Afecțiuni obstetrice .....	44
11. Afecțiuni neurologice .....	45
12. Tulburări psihice .....	46
13. Tulburări de somn .....	47
14. Alte tulburări .....	47
15. Afecțiuni cutanate .....	47
16. Boli ale copilăriei .....	48
17. Punctele-focar de reanimare .....	48
<b>GLOSAR DE TERMENI</b> .....	<b>49</b>

cât și cea taoistă) a integrat întotdeauna ființa umană într-un raport de analogie perfectă cu Macrocosmosul în care ea se află integrată. Această „cartografie” a făpturii umane este organizată într-o manieră subtilă și extraordinar de complexă, ce ne permite să trăim într-o stare de echilibru cu Natura înconjurătoare. Această „țesătură” complexă de energii și câmpuri subtile de forță ce caracterizează ființa umană este, în momentul prezent, destul de mult afectată de modul actual de viață predominant dizarmonios al oamenilor, datorită căruia apar și se manifestă diferite boli. Dar cu toate acestea, ea este totuși capabilă să se adapteze la variațiile și fluctuațiile factorilor din mediul exterior cu care vine în contact și chiar să restabilească starea globală de armonie și sănătate a ființei, prin adoptarea a numeroase modalități terapeutice perfect naturale, așa cum este și presopunctura. De aceea, prin intermediul acestei lucrări vă punem la dispoziție și un index complex al diferitelor afecțiuni, simptome și tulburări, indicând totodată punctele-focar specifice de presopunctură cu care acestea pot fi tratate și chiar vindecate.

Vă urăm succes!

## UTILITATEA PRACTICĂ ȘI EFICIENTĂ A ACESTUI IMPORTANT GHID DE PREZENTARE A PRINCIPALELOR PUNCTE-FOCAR CE SUNT UTILIZATE ÎN PRESOPUNCTURĂ

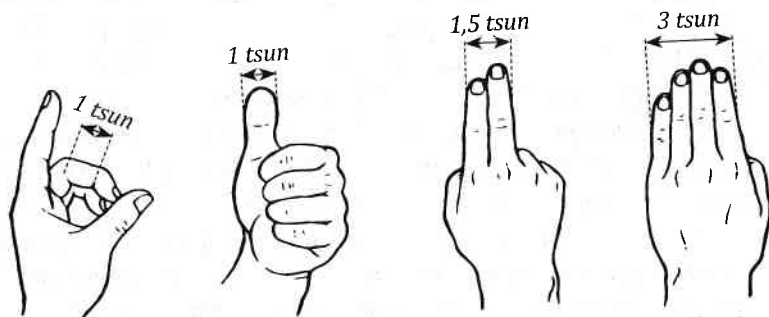
Planșele ilustrative pe care le conține acest ghid practic reprezintă principalele puncte-focar de presopunctură situate pe trupul uman, ce corespund celor douăsprezece canale subtile energetice principale (Plămân, Intestin Gros, Stomac, Splină-Pancreas, Inimă, Intestin Subțire, Vezică Urinară, Rinichi, Stăpânul Inimii, Trei Focare, Vezică Biliară și Ficată), precum și două dintre cele opt canale subtile extraordinare sau altfel spus, independente (Vas Guvernator și Vas de Concepție). În practica eficientă a presopuncturii, a masajului sau a moxibustiei (atunci când acțiunea necesară asupra punctelor-focar se realizează cu ajutorul căldurii), la fel ca în orice altă modalitate de terapie naturistă fie ea orientală sau occidentală, alegerea punctelor-focar pentru operarea prin încălzire sau masaj depinde înainte de toate de analiza globală a stării vital-emoționale, energetice și psiho-mentale a pacientului. Astfel, punctele-focar asupra cărora se operează sunt alese plecând de la analiza globală a dezechilibrelor energetice ale respectivei ființe, la care se adaugă apoi indicația terapeutică a unui anumit punct-focar necesar sau mai multe, precum și a acțiunii lor specifice. Ca urmare, rolul terapeutului naturist este acela de a realiza analiza globală cât mai exactă a ființei, din punct de vedere patologic.

Planșele ilustrative ce sunt incluse în acest ghid de prezentare a punctelor-focar de presopunctură reprezintă doar câteva dintre principalele indicații și simptome ale fiecărui punct-focar de

presopunctură. De aceea, măsura lor în funcție de aceste indicații terapeutice care le sunt asociate constituie fără îndoială, una dintre cele mai bune modalități de a percepe subtil și de a învăța aceste puncte-focar ce sunt răspândite pe întregul trup uman.

## I. Localizarea anatomică a punctelor-focar pe trup

Conform medicinei naturiste chineze, localizarea punctelor-focar se realizează în mod exact cu ajutorul unor repere anatomice (ca de exemplu un os proeminent, mușchii, scheletul sau mici protuberanțe rotunjite în anumite zone ale trupului), sau se folosesc anumite metode specifice, de la caz la caz. De exemplu, punctul-focar 31 de pe canalul subtil energetic Vezică Biliară se află pe linia mediană a feței externe a coapsei, în locul atins de vârful degetului mijlociu atunci când ființa este în picioare, cu brațele pe lângă trup. Unitatea de măsură folosită în mod tradițional în presopunctură este denumită *tsun* și ea este fixată în raport cu dimensiunile trupesti ale fiecărui om. Această unitate de măsură reprezintă fie lungimea falangei mediane a degetului mijlociu, fie grosimea degetului său mare de la mână. Un *tsun* și jumătate corespunde lățimii indexului plus degetul mijlociu, și trei *tsun*-i corespund lățimii celor patru degete, așa cum este ilustrat în figura de mai jos.



Conform principiilor presopuncturii chineze, trupul uman cuprinde douăsprezece canale subtile energetice principale ce corespund organelor interne, ele fiind cuplate două câte două: un organ specific aspectului *yin* (-) și un organ specific aspectului *yang* (+). Astfel există cinci perechi de organe principale ce sunt cuplate, la rândul lor, două câte două:

- Cele cinci viscere sau organele parenchimotoase (organele pline), ce mai sunt denumite și „organele depozit” (*zang*), specifice aspectului *yin* (-): ficatul, inima, splina, plămânii și rinichii;
- Cele cinci organe cavitate (organele goale), ce mai sunt denumite și „organele magazin” (*fu*), specifice aspectului *yang* (+): vezica biliară, intestinul subțire, stomacul, intestinul gros și vezica urinară.

A șasea pereche de canale subtile energetice cuprinde canalul subtil energetic Stăpânul Inimii (Xinzhu) specific aspectului *yin* (-) și canalul subtil energetic Trei Focare (Sanjiao) specific aspectului *yang* (+). Toate aceste șase perechi de canale subtile energetice corespund celor șase axe subtile energetice specifice aspectelor *yin* (-) și *yang* (+). Astfel, pentru aspectul *yin* (-) există trei nivele energetice: Tai Yin (*yin* suprem), Shao Yin (*yin* mediu) și Jue Yin (*yin* minim), iar pentru aspectul *yang* (+) există trei nivele specifice: Tai Yang (*yang* suprem), Shao Yang (*yang* mediu) și Yang Ming (*yang* minim).

Celor douăsprezece canale subtile energetice principale li se adaugă două canale subtile energetice independente:

- Vas Guvernator (VG) denumit și Vasul median posterior, Tu Mo sau Du Mai, și el reprezintă „Marea sau reuniunea tuturor canalelor subtile energetice specifice aspectului *yang* (+)”;
- Vas de Concepție (VC) denumit și Vasul median anterior, Ren Mai sau Jen Mo ce reprezintă „Marea sau reuniunea tuturor canalelor subtile energetice specifice aspectului *yin* (-)”.

La modul esențial, cele douăsprezece canale subtile energetice principale sunt clasificate în funcție de modul în care energia vitală fundamentală *chi* a ființei circulă în tot trupul și străbate fiecare dintre aceste canale subtile energetice, conform ciclului nictemeral (orarul ce este împărțit în douăsprezece perioade de câte două ore, din cadrul unei zile).

Canalul subtil energetic	Simbolul	Perioada de activare (intervalul orar)
Plămân	P	3-5
Intestin Gros	IG	5-7
Stomac	ST	7-9
Splină-Pancreas	SP	9-11
Inimă	I	11-13
Intestin Subțire	IS	13-15
Veziță Urinară	V	15-17
Rinichi	R	17-19
Stăpânul Inimii	SI	19-21
Trei Focare	TF	21-23
Veziță Biliară	VB	23-1
Ficat	F	1-3
Vas Guvernator (Du Mai, Tu Mo)	VG	
Vas de Concepție (Ren Mai, Jen Mo)	VC	

## II. Culorile planșelor ilustrative

Cele paisprezece planșe ilustrative care prezintă traseele subtile ale canalelor subtile energetice sunt colorate în mod distinct, în funcție de corespondența lor cu cele cinci Elemente subtile (Lemn, Foc, Pământ, Metal, Apă) și cele cinci perechi de organe interne din tradiția medicinei naturiste chineze: o nuanță de culoare închisă

pentru cele cinci organe parenchimotoase (pline, *yin*, -) și o nuanță mai deschisă pentru organele cavitate (goale, *yang*, +).

Reprezentarea culorilor descrise mai sus se regăsește pe coperta interioară a broșurii.

## III. Descrierea schematică a unei planșe

Fiecare planșă ilustrativă are informații atât pe față, cât și pe spatele ei.

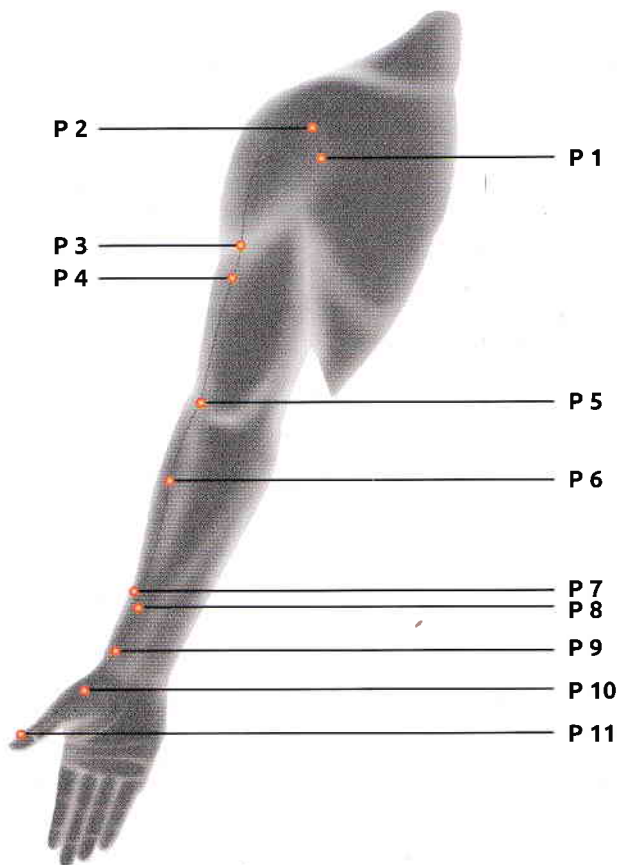
### Pe fața planșei

Fiecare din cele paisprezece canale subtile energetice au câte o planșă ce prezintă întregul traseu al punctelor-focar, adică traseul complet al canalului subtil energetic, precum și câte o planșă ce ilustrează fiecare punct-focar în parte, astfel:

- În stânga sus se află simboluri ce indică anumite funcții specifice ale punctului-focar (LO, MU, SHU etc.);
- În dreapta sus se află simbolul punctului (P 1, F 3 etc.), care este numerotat în sensul circulației energiei vitale *chi* prin canalul subtil energetic respectiv. De exemplu, P 1 este primul punct-focar al canalului subtil energetic Plămân, care începe la nivelul toracelui și merge spre mâini;
- La mijloc se află denumirea chineză a punctului-focar (ZHONGFU, DADUN etc.);
- Sub denumirea chineză se află traducerea în limba română a denumirii punctului-focar (Păzitorul palatului central, Sinceritate deplină etc.);
- În centrul planșei există ilustrația cu localizarea anatomică a punctelor-focar;
- Sub ilustrație se află descrierea localizării punctului-focar;
- În partea de jos a planșei se menționează, atunci când este cazul, unele funcții specifice ale punctului-focar, deoarece doar unele dintre ele au astfel de funcții: punct-focar de alarmă (MU), un important punct-focar de intrare etc.

## PLĂMÂN

TAI YIN al mâinii



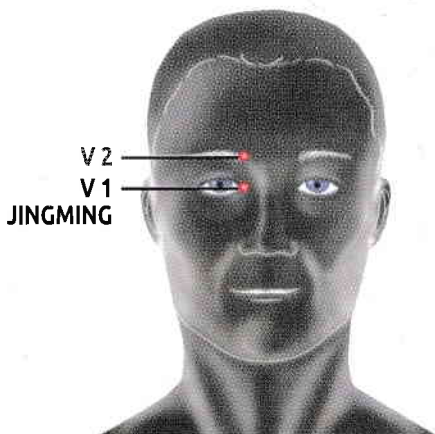
- **P 1: ZHONGFU** (Păzitorul palatului central)
- **P 2: YUNMEN** (Poarta înnoirată)
- **P 3: TIANFU** (Lăcașul cel tainic ceresc)
- **P 4: XIABAI** (Albul cel pur)
- **P 5: CHIZE** (Micul lac)
- **P 6: KONGZUI** (Valea din margine)
- **P 7: LIEQUE** (Vindecătorul celest)
- **P 8: JINGQU** (Cotitura canalului secret)
- **P 9: TAIYUAN** (Marea depresiune)
- **P 10: YUJI** (Vârful mărului)
- **P 11: SHAOSHANG** (Neguțătorul cel tânăr)

# LIBRIS V 1

We know books

## JINGMING

Pupila tainică cea luminoasă



*Localizare:* pe față, pe marginea fosei orbitale, în adâncitura ce este situată puțin deasupra colțului intern al ochiului

*Funcții:* Un important punct-focar de intrare

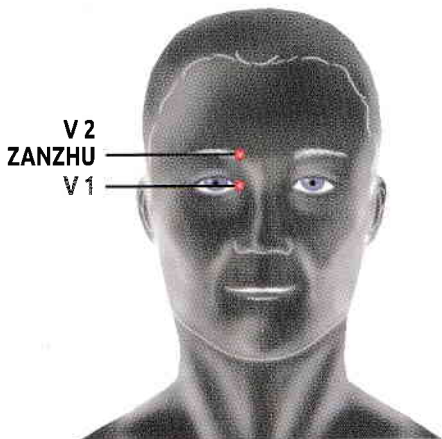
- Vertij
- Atrofie a nervului optic
- Scădere a acuității vizuale
- Migrenă oftalmică
- Dureri și inflamații oculare
- Lăcrimare excesivă
- Felurite tulburări de vedere
- Miopie
- Hemeralopie
- Daltonism
- Pete ce apar la nivelul globilor oculari

# LIBRIS | V 2

We know  
books

## ZANZHU

Întâlnirea cea benefică a sprâncenelor



*Localizare:* pe față, în adâncitura care se formează la extremitatea internă a sprâncenei, deasupra arcadei orbitale

- Cefalee
- Felurite tulburări de vedere
- Lăcrimare excesivă
- Dureri și inflamații oculare
- Prurit ocular
- Tic al ochilor
- Ptoză palpebrală (a pleoapelor)
- Dureri în regiunea supraorbitală
- Ozenă
- Paralizie facială

JING

F

1

We know  
books

# DADUN

Sinceritate deplină



F 1  
DADUN

*Localizare:* pe marginea externă a ultimei falange (cea care poartă unghia) a degetului mare de la picior, la 0,1 TSUN-i de unghiul unghial extern

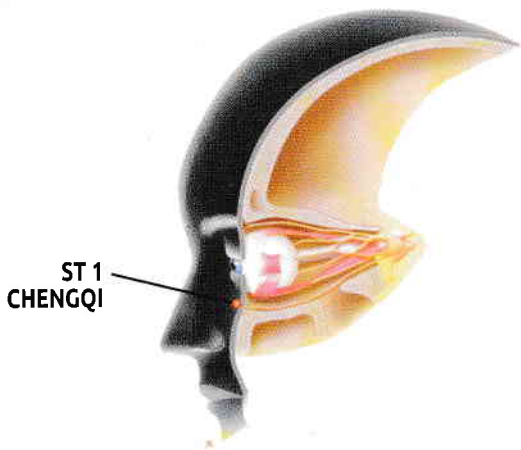
*Funcții:* Punct-focar „izvor” (JING distal).  
Un important punct-focar de intrare

- Balonare
- Afecțiuni urinare
- Incontinență urinară
- Prostatită
- Strangurie
- Hernie
- Retracția organelor genitale
- Sincopă
- Dismenoree
- Metroragie

# LIBRIS | **ST** **CHENGQI**

**1**  
We know  
books

Păstrătorul lacrimilor



*Localizare:* pe față, exact dedesubtul pupilei,  
între globul ocular și mijlocul  
marginii inferioare a orbitei

- Inflamații oculare
- Conjunctivită
- Atrofie a nervului optic
- Spasm palpebral
- Lăcrimare excesivă
- Miopie
- Paralizie facială