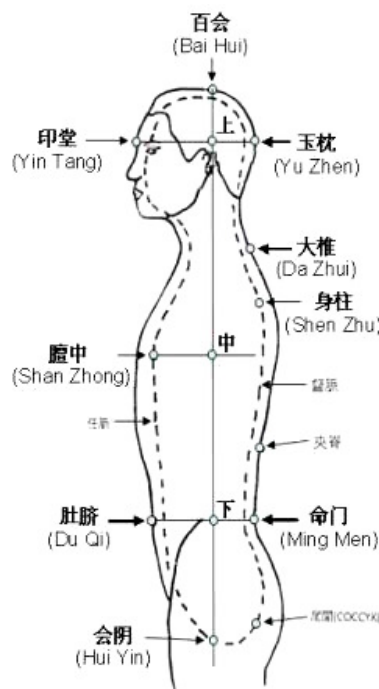


ארבעת מוקדי האנרגיה

(מתוך קורס הילינג סיני פרח הלוטוס)

דאן טיין - שדה הנקטר
שין זונג - מרכז הלב
העין השלישית - עיין האמת
באי חוי - מאה הרוחות (הכתר)



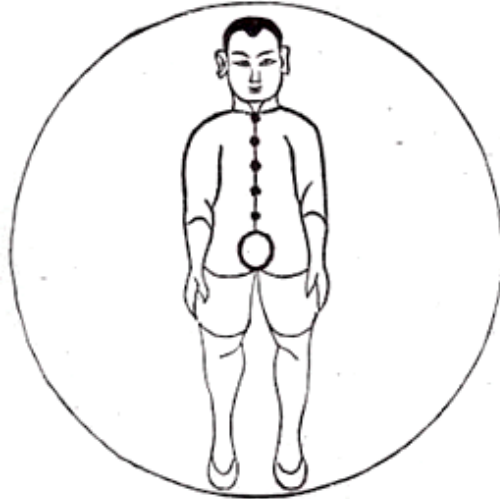
מרכזי האנרגיה העיקריים

דאן טיין - Dan tian – מרכז האנרגיה הפנימי והתנועה הפנימית.

dan – נקטר, גלולת חיי נצח.

tian – שדה.

כמושג שלם הדאן טיין מתפרש כ – שדה אנרגיית החיים, שדה הנקטר, ים הצי'.



הדאן טיין

הדאן טיין – שדה האנרגיה, הוא מרכז אנרגטי שנמצא בגובה שתי אצבעות מתחת לטבור, במרכז הפנימי של הגוף. בתורת הדאו הוא נחשב לדאן טיין התחתון, מבין שלושה. הוא המקום אליו נאסף ומתרכז ה'צ'י. ממנו הוא מתפשט לגוף ומזין את מערכתיו. ממנו גם נוצרת תנועת החיים בגוף. ככל שהדאן טיין מלא יותר ב'צ'י וה'צ'י שבו טהור וחזק, כך הגוף מתפקד טוב יותר ובריא יותר. כשה'צ'י חלש מהזנה לקויה, ממאמץ יתר, חולשה נפשית, זקנה וכו', הוא לא יכול להזין את מערכות הגוף, כך שהן נחלשות ותפקודן הופך לקוי.

שיין זונג – Xin Zong – החיבור לעצמי ולסביבה.

xin – לב.

zong – מרכז.



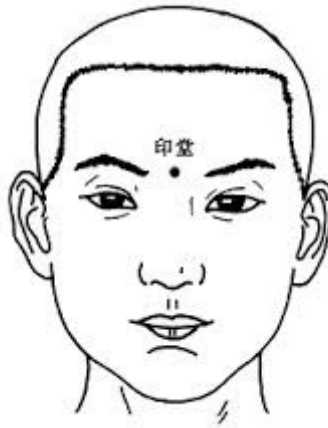
השיין זונג

השיין זונג – מרכז הלב, הוא אזור אנרגטי שממוקם במרכז הגוף, בגובה שבין מקלעת השמש ועצם החזה (סטרום). בתורת הדאו הוא נחשב לדאן טיין האמצעי. הוא משמש אותנו להגדרה העצמית שלנו בהבדלה מהסביבה והוא חלק ממערך האמצעים באמצעותם אנו מתקשרים לסביבה. מבחינה פיזיולוגית, באזור זה ממוקמת בלוטת התימוס - באמצעותה מתפתחים בזמן הילדות תאי הזיכרון של מערכת החיסון, שאחראים לזהות גופים זרים לגוף הרוצים לחדור אליו.

כמרכז אנרגטי בשיין-זונג קיימת תנועה. כשאנו קשובים לתנועה הזו, אנו חשים את המחשבות שלנו ואת הרגשות שלנו שמתרכזות בו.

אחת התחושות העיקריות שנובעות ממרכז הלב, היא תחושת האמפתיה. באמצעותה אנו חשים את הסביבה ומרגישים הזדהות איתה, עד לתחושת אחדות מוחלטת. מרכז הלב, הוא גם אחד הכלים החשובים במערכת האינטואיציה – תחושה פנימית. על מרכז הלב נאמר שהוא – פתוח או סגור. כשמרכז הלב פתוח אנו נרגיש תחושת שמחה, הקלה בחזה, תנועת רגשות, קלילות נפשית. כשמרכז הלב סגור, נוצר בו מתח, שגורם לאטימות רגשית ומחשבתית, ומתבטא ב - כבדות נפשית, תחושת כבדות בחזה, מועקה נפשית וקושי נפשי.

יין טאנג – Yin Tang – העין השלישית, העין של האמת.
Yin – היכל.
Tang – התרשמות.



Yin tang העין השלישית

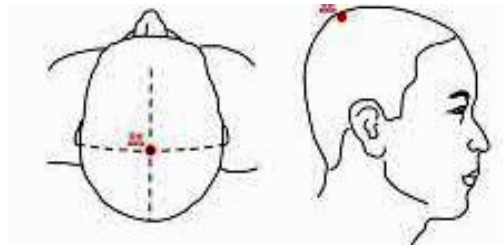
היין טאנג, או בשמה הפילוסופי העין השלישית, היא היכולת לראות את האמת שמעבר לחומר הנגלה ולראות את הפוטנציאל האנרגטי רוחני של המציאות. היא ממוקמת בקדמת המצח בין שתי הגבות. בתורת הדאו היא נחשבת לחלק הקדמי של הדאן טיין העליון. במיתולוגיה הדאואיסטית היא מיוחסת לאל er lang shen.

העין השלישית היא איבר אנרגטי המאחד את כל חושינו ותודעתנו לכדי כלי חושי רב עוצמה. ברפואה הסינית היא נחשבת לנקודה על הערוץ השליט (דו מאי) המרגיעה רגשות, מרגיעה את הרוח ומשחררת דיכאון.

מבחינה מערבית היא קשורה לבלוטת האצטרובל ואחראית בין השאר לפעולת הדמיון. נאמר עליה שהיא פועלת במימד חומר אחד ושלושה מימדי זמן. כלומר, המראה הנראה בה הוא חד מימדי, אך היא יכולה להראות את שלושת מימדי הזמן – עבר, הווה, עתיד. כשהעין השלישית פתוחה, היא קולטת מידע רב מימדי מהסביבה, שמעובד בתודעה ומאפשר לראות את המציאות מעבר לתפישה הפיזית החומרית, הרגילה, במימד הזמן הרגעי.

באמצעותה אנו יכולים "לראות" ולחוש בעת ובעונה אחת, את הרובד האנרגטי רוחני של החומר, שאינו תלוי במציאות החומרית שאנו חווים. היא מאפשרת לעבד נתונים רבים שאנו קולטים, לכדי פוטנציאל ויזואלי שמאחד אותם למימד אחד של מראה ותחושה. את העין השלישית ניתן לפתוח ולתרגל על ידי מדיטציה וצ'י גונג.

באי חוי – bai hui – החיבור לרוח ופתיחה לידע הקוסמי.



באי חוי

bai – מאה.

hui – מפגשים, הצטלבויות, רוחות.

הבאי-חוי היא הנקודה העליונה הקיצונית ביותר בגופנו ונחשבת למשכן הרוח.

בתורת הדאו היא נחשבת לדאן טיין העליון.

היא נמצאת על ערוץ הדו מאי (הערץ השליטי) ונחשבת לנקודה ממנה מתגלה ה"לוטוס בעל

אלף עלי הכותרת" – נביעה של אנרגיה רציפה, המביאה לראייה פנימית עמוקה וחיבור

לשמיים הרוחניים. מבחינת הפרקטיקה של הרפואה הסינית, נקודה זו משמשת להבהרת

החושים, הרגעת הרוח, טיפול כאבי ראש, טיניטוס, ורטיגו, הפרעות נפש ועוד.