

М.А. Давыдов

# ДАО ЛУННОГО КАЛЕНДАРЯ

道太阴历

28 СОЗВЕЗДИЙ  
ЛУННО-СОЛНЕЧНОГО  
ЗОДИАКА

КИТАЙСКАЯ  
ХРОНОПУНКТУРА

УЧЕНИЕ О ПЯТИ  
ВКУСАХ ПТИЦЫ  
ПО ВРЕМЕНАМ ГОДА

中國  
針灸  
易太  
綱學

М.А. Давыгов

# ДАО ЛУННОГО КАЛЕНДАРЯ

Издательство “Золотое сечение”



Пенза 2008 г.

М.А. Давыдов

## **ДАО ЛУННОГО КАЛЕНДАРЯ**

– **П.: Издательство “Золотое сечение”, 2008. – 328 с.**

Как в восточной, так и в западной медицине древних влиянию Луны уделялось особое внимание при проведении лечебных мероприятий (сеансов). Луна являлась основной единицей измерения времени в древности. 7-ми дневная неделя, 12 месяцев года, 4 фазы Луны, 28-дневный сидерический лунный месяц и т.д. Все эти системы отображали, в первую очередь, поток жизни на Земле – связь с водными оболочками планеты и плодородностью почв, женским репродуктивным циклом, с обострением заболеваний, а также возникновением росы, инея и туманов. Влияние энергий Космоса (звезд, созвездий) на биологические объекты Земли учитывалось в сочетании с воздействием Луны, что вносило определенную сложность, если точнее сказать, различия в определении характера воздействия на определенные части тела, функции организма и тонкие оболочки тела. Успех в лечении зависит не только от мастерства врача, а во многом определяется положением небесных тел на небосводе. Согласно восточной философии, Солнце и Луна – основные символы графического обозначения времени и пространства. Знание о влиянии энергий Луны (Инь-Ян) существенно поднимет уровень терапии на более качественную ступень за счет уменьшения осложнений, увеличения положительной динамики к выздоровлению, улучшения психологического состояния пациента, активации скрытых резервов организма и т.п. В древности эти знания считались тайными и держались под особым запретом, ввиду их высокой эффективности и значимости. Современные врачи, практикующие восточную, западную или интегральную системы терапии, уделяют недостаточно внимания астрономическим аспектам медицины. Наблюдение и более пристальное изучение влияния небесных тел на организм человека будет способствовать более глубокому и расширенному пониманию основ мироздания, которые нам оставила многовековая мудрость Земли, как на Западе, так и на Востоке, объединенных в одно неразрывное целое и разделенных только технократическим прогрессом.

**ISBN 978-5-91078-050-1**

© М.А. Давыдов, 2008

© Издательство “Золотое сечение” 2008

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение.....</b>	<b>6</b>
----------------------	----------

**Глава 1**

1.1. Астрономическая основа Лунного календаря. Влияние фаз Луны на протекание энергетических процессов (Инь-Ян) в природе и в организме человека.....	11
1.2. Система запретов в чжэнь цзю терапии по Лунному календарю. Лунные затмения. Условия наступления лунных затмений. Таблицы Лунных затмений с 2009-2028 г.г.....	20
1.3. Сидерический лунный месяц. Обзор 28 созвездий китайского Лунно-Солнечного Зодиака. 28 созвездий Лунного Зодиака. Соответствие 12-ти групп созвездий и 4-х дворцов времен года – 12-ти знакам Китайского Зодиака. Цикл 28-ми созвездий для времени начала проведения курса чжэнь цзю терапии. 28 стоянок Луны и таблицы совмещения «карты 28 созвездий» в китайской и монголо-индийской астрологии.....	30
1.4. Таблицы лунного календаря (синодического месяца) и определения номера созвездия дня в течение года по современному календарю с 2009-2011 г.г. ....	45

**Глава 2**

2.1. Восточный Зодиак. 12-тичный цикл «Земных ветвей» и цикл 10-ти знаков «Небесных стволов». Образование Китайского 60-ти фазного календаря Солнца и Луны.....	63
2.2. Совмещение Восточного и Современного календарей. Таблицы совмещения с 2009 – 2011 г.г.....	79
2.3. Метод китайской хронопунктуры «Цзы у лю чжу». Обзор.....	91
2.4. Регуляция энергетического баланса в Цзан-Фу органах по методам китайской хронопунктуры («Цзы У»). Метод «взаимного созидания стихий».....	101



**Глава 3**

- 3.1. Эндокринная система человека (краткий обзор). Акупунктурные точки, влияющие на состояние желез внутренней секреции. ....121
- 3.2. Точки ключи эндокринной системы (МС – TR).  
Техника-схема подключения. ....134
- 3.3. Античные точки эндокринной системы для Инь меридианов. ....145
- 3.4. Античные точки эндокринной системы для Ян меридианов. ....178
- 3.5. Таблицы определения годовой и суточной активности Инь меридианов. ....212
- 3.6. Таблицы определения годовой и суточной активности Ян меридианов. ....219

**Глава 4**

- 4.1. Питание по Солнечному календарю. Учение о 5-ти вкусах пищи по временам года. Питание по временам года...224
- 4.2. Годовой цикл питания и лечебных упражнений по Лунному календарю. ....231
- Приложение 1. Солнечный календарь .....257
- Приложение 2. Астрономические термины. ....
- Приложение 3. Запреты на кровопускание (с 2009-2011 г.г.) .274
- Приложение 4. Условия наступления Лунных затмений. ....311
- Литература.....312

## Особая Благодарность!

Наставникам, авторам, переводчикам, друзьям и коллегам за помощь и поддержку в подготовке этой книги:

Фалеву А.И.

Овечкину А.М.

Воробьеву А.Н.

Белоусову П.В.

Костенко А.

Малявину В.В.

Виногородскому Б.Б.

Богачихину М.М.

Бочкареву А.В.

Пишель Я.В.

Шапиро И.И.

Шапиро М.И.

Хван С.В.

## ВВЕДЕНИЕ

Медицина, астрология и астрономия, как древние науки имеют много общего, т.к. они, прежде всего, изначально основаны на целостной системе понимания человека, его тесной взаимосвязи с Природой и Космосом. В настоящее время медицина активно развивает цикло-ритмологическое направление в своих исследованиях. Ученые, так или иначе изучающие человеческий организм, сталкиваются с самыми разнообразными биоритмологическими процессами:

- суточный ритм (циркадный) – суточное вращение Земли вокруг своей оси;
- месячный ритм – связан с системой Земля-Луна;
- сезонный ритм – или трехмесячный цикл, цикл ориентированный на положение Северного Ковша Большой Медведицы на звездном небе;
- годовой – определяет циклический характер роста, изменения уровня основного обмена веществ, цикличность одних и тех же заболеваний, сезонных обострений, протекания хронических процессов и т.д. Годовой ритм соотносится с движением земли вокруг Солнца.

Во всех древних системах медицинской астрологии, Луна занимает особо значимое место. В первую очередь, системой запретов на проведение тех или иных терапевтических действий и, главное, это касается хирургии. Однако, в современных руководствах этому вопросу уделяется очень мало внимания. Общеизвестно:

- зависимость приливов и отливов мирового океана от местоположения Луны на небосводе (полнолуние, новолуние);
- влияние ночного светила на психофизическое состояние человека;
- влияние Луны на флору и фауну Земли;
- влияние на изменения структуры Земли и др.

Как в восточной, так и в западной медицине древних влиянию Луны уделялось особое внимание при проведении лечебных мероприятий (сеансов). Луна являлась основной единицей

измерения времени в древности. 7-ми дневная неделя, 12 месяцев года, 4 фазы Луны, 28-дневный сидерический лунный месяц и др.

Все эти системы отображали, в первую очередь, поток жизни на Земле – связь с водными оболочками планеты и плодородностью почв, женским репродуктивным циклом, с обострением заболеваний, а также возникновением росы, туманов и др.

Основными символами Луны (времени) являлись кит, рыба, черепаха, кабан, бык. Священный древнеегипетский бык Апис является прообразом первой буквы первого алфавита – «альфа» (алеф). В Китайской натурфилософии символом Луны являются: жаба, заяц и черепаха. В Китайской астрономии цикл 28-ми дней Луны (звездный лунный месяц) является одним из основных ключей к истокам знаний. 13 месяцев Луны (по 28 дней) составляют практически один полный оборот Земли вокруг Солнца. 13 лунных месяцев составляют 52-е недели года, что также равно количеству точек на чудесных меридианах «ду май – жэнь май». Календарь 13-ти Лун был известен не только предкам древних китайцев, а также успешно применялся и на других континентах. Это еще раз доказывает мудрость наших предков. Расположению Луны на небесной сфере (сидерический лунный месяц) был посвящен отдельный раздел древней медицины.

Влияние энергий Космоса (звезд, созвездий) на биологические объекты Земли учитывалось в сочетании с воздействием Луны, что вносило определенную сложность, если точнее сказать, разночтения в определении характера воздействия на определенные части тела, функции организма и тонкие оболочки тела. Прежде чем лечить человека, посмотри на звездное небо, – так говорили древние. И это не пустые слова. Успех в лечении зависит не только от мастерства врача, а во многом определяется положением небесных тел на небосводе. Согласно восточной философии, Солнце и Луна – основные символы графического обозначения времени и пространства. Солнце – это субстанция Ян (пространство, сплошная линия в триграмме, единица). Луна – это субстанция Инь (время, прерывистая линия в триграмме, ноль). Все это было описано в одной из первых древних книг Китая – «Книге перемен» («И Цзин»), состоящей из 8-ми символов пространства и времени, а также, из 64-х (8 x 8) циклических изменений энергии (Ци). 13 месяцев по 28 дней указывают

на возможности протекания Ци (и крови) в течение Солнечного года. Каждый месяц Луны содержит в себе Ци предыдущих месяцев (и сезонов). Практическое использование чжэнь цзю терапии в течение 13-ти месяцев Луны построено на использовании «Книги перемен» по совмещенному графику Фу Си и Вэнь Вана, а также по монаде «Семи звезд» Большого Ковша, который отмеряет и обозначает ритм времени. На основе этой монады построена схема Тай цзи ту (схема микрокосмоса). Основной вклад в развитие этого учения внес даосский мастер Цзо Янь (VI-III в. в. до н.э.).

Ян – янские органы и меридианы, Инь – иньские органы и меридианы (системы). Органы, влияющие на жизнеобеспечение организма, относятся к категории Инь (Печень, Почки, Сердце, Легкие, Селезенка, Сердечная сумка). Таким образом, влияние Луны определяет состояние баланса энергий Инь – Ян, как в природе, так и в организме человека.

Знание о влиянии энергий Луны (Инь – Ян соответственно) существенно поднимет уровень терапии на более качественную ступень за счет уменьшения осложнений, увеличения положительной динамики к выздоровлению, улучшения психологического состояния пациента, активации скрытых резервов организма и т.п. На первый взгляд все это может показаться неестественным, нереальным, не вызывающей доверия информацией. В древности эти знания считались тайными и держались под особым запретом, ввиду их высокой эффективности и значимости.

Современные врачи, практикующие восточную, западную или интегральную системы терапии, уделяют недостаточно внимания астрономическим аспектам медицины. Наблюдение и более пристальное изучение влияния небесных тел на организм человека будет способствовать более глубокому и расширенному пониманию основ мироздания, которые нам оставила многовековая мудрость Земли, как на Западе, так и на Востоке, объединенных в одно неразрывное целое и разделенных только геократическим прогрессом.

Объединенная медицина Запада и Востока, современная и древняя – это нечто единое целое и не стоит забывать об этом.

Основное содержание книги состоит из 4-х глав:

1. Астрономическая основа лунного календаря.
2. Восточный календарь Солнца и Луны.
3. Античные точки и эндокринная система человека.
4. Питание по сезонам.

## Глава 1.

Здесь рассматриваются энергетические аспекты влияния нашего естественного спутника – Луны на организм человека (биологические объекты вообще). Во всех древних медицинских системах Луна занимает особое место. В первую очередь, от нее зависит система запретов на проведение тех или иных терапевтических манипуляций. Особо это касается хирургии, чжэнь цзю терапия – является областью малой хирургии. Положение Луны на небосводе, период смены лунных фаз (синодический месяц) во многом и определяли начало и успешность проведения курса лечения. В данной главе, также, приводится подробный обзор 28-ми лунных стоянок и их значение для начала курса терапии, рассматривается влияние Луны на анатомические сектора тела человека для потоков Ян, Инь и совмещенной Ян-Инь энергий. Приводятся таблицы для определения номера созвездия текущего дня и день лунного месяца с 2009 по 2011 г.г.

## Глава 2.

В этой главе уделяется внимание восточной календарной системе – календарю 60-ти фаз (объединяющей ритмы Солнца, Луны и Юпитера). Системе, которая является главной базой для расчета открытия античных точек системы хронопунктуры – «китайской науки биоритмологии». Китайской науке хрономедицины, базирующейся на циклах 12-ти «Земных ветвей» и 10-ти «Небесных стволов» – основных единицах измерения времени в древнем Китае. Приводится представление о сочетаемости ритмов Солнца, Луны, Юпитера на всех уровнях определения хода времени (год, месяц, день, час) у народов Востока.

Составлены таблицы совмещения современного и Восточного календарей, с целью адаптации в практической деятельности современным специалистам.

Во второй части главы (2.3 – 2.4) приводится метод китайской хронопунктуры – «Цзы У лю чжу». С помощью этого ме-

тогда можно проводить энергетическую коррекцию организма человека по 72-м античным (элементным) акупунктурным точкам. Регуляцией баланса энергий «Ян – Инь» в организме человека является психофизическая коррекция относительно сезона дня («первоэлемента» дня). На основании знаний влияния ритмов окружающего пространства и астрономических (календарных) показателей времени можно адекватно проводить терапию многих хронических патологий различной этиологии.

В главе также приводится метод «взаимного созидания стихий» – метода, построенного на ритме 10-ти дневного цикла «У Син» (5-ти первоэлементов).

### Глава 3.

В данной главе приводится краткий обзор эндокринной системы человека, а также, перечень акупунктурных точек, влияющих на функциональное состояние желез внутренней секреции. Приведены таблицы по декадному циклу относительно системы подключения акупунктурных точек, посредством двух основных меридианов, – тройного обогревателя и перикарда, являющихся ключевыми точками. Далее приводятся таблицы годовой и суточной активности 12-ти основных меридианов по 12-ти фазам энергетического состояния в течение года и в течение одного дня.

### Глава 4.

Эта глава посвящена вопросам питания по Солнечному календарю с учетом «пищевых» характеристик каждого знака Зодиака. Приводится краткий обзор учения о «пяти вкусах пищи». Даются рекомендации по питанию для каждого сезона года по датам Солнечного календаря. Во второй части главы приводится годовой цикл питания и лечебно-профилактических упражнений по 12-ти месяцам Лунного календаря.

## Глава 1

### 1.1. АСТРОНОМИЧЕСКАЯ ОСНОВА ЛУННОГО КАЛЕНДАРЯ

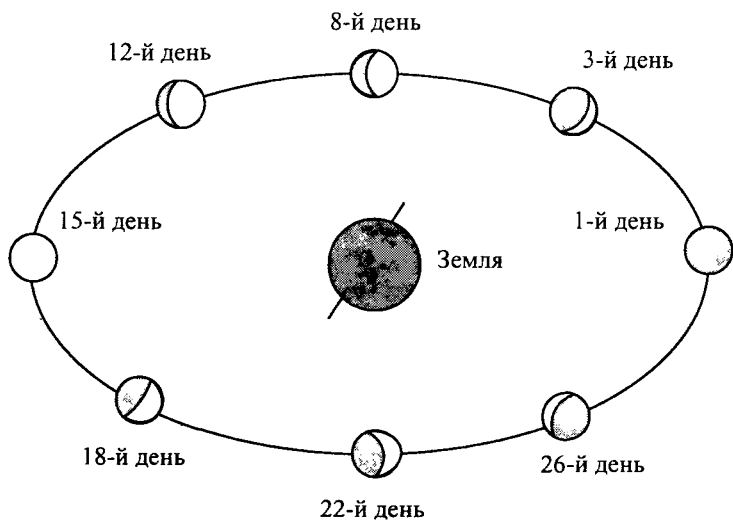
Согласно историческим источникам, Лунный календарь намного древнее Солнечного календаря. Луна является естественным спутником Земли и ближайшим к нам небесным телом. Она периодически через определенные промежутки времени появляется и перемещается на небесной сфере среди звезд, как и Солнце, с запада на восток, т.е. против хода часовой стрелки. В древности было подмечено, благодаря видимому движению Луны, что период регулярного появления Луны в одной и той же точке небесной сферы происходит за 27,32 земных суток, а возвращение Луны в то же самое видимое с Земли положение относительно Солнца происходит за 29,53 земных суток.

Первый период (равный 27,32 земным суткам) получил название сидерический или звездный месяц, а второй (29,53) – синодический лунный месяц, или соединяющий (с Солнцем и Землей). Так как период обращения Луны вокруг Земли и период вращения Луны вокруг своей оси практически равны, поэтому наш спутник повернут к Земле всегда одной стороной. Синодический лунный месяц и является базой и основой Лунного календаря. Данный период времени в 29,53 дней наглядно прослеживается с Земли по четырем фазам, которые и составляют основу (синодического) Лунного календаря. В практическом применении синодический месяц, или месяц смены лунных фаз, имеет два варианта расчета, насчитывающий поочередно то 30 (большой месяц), то 29 дней (малый).

При рассмотрении нижеследующей схемы, с изменением местоположения Земли и Луны по отношению к Солнцу меняются и очертания видимой части Лунного диска, т.е. лунных фаз. За начало синодического месяца приняли фазу новолуния. Однако, первые два дня новолуния Луна визуально скрыта от наблюдателя с Земли. Появление узкого серпа на ночном небе происходит только на 3 день после фазы новолуния. Данный промежуток времени синодического месяца называется неоме-



нией – или, новой Луной. Путь Луны по своей орбите от новолуния к полнолунию отображен в изменении фаз. Когда Луна пройдет  $1\frac{1}{4}$  своего «синодического пути», она будет видна в форме полукруга. Первые 7,4 дня лунного месяца – это 1-я фаза Луны. Освещенная часть Лунного диска будет увеличиваться за счет уменьшения темной его части. В точке небосвода, в которой Луна занимает диаметрально противоположное положение Солнцу – будет считаться второй фазой, или фазой полнолуния, т.е. с 8-го – 15-е – лунные дни. В фазе полнолуния Луна занимает промежуточное расположение между Землей и Солнцем. Во время полнолуния Луна восходит при заходе Солнца, а заходит при его восходе и практически видна всю ночь. После фазы полнолуния Луна пройдет  $3\frac{1}{4}$  своего месячного пути и перейдет в третью фазу. В этом случае она снова будет видна в форме полукруга. Выпуклость полукруга будет обращена уже в другую сторону. После третьей фазы (начиная с 23-го дня Луны), темная часть ее диска будет вновь увеличиваться, а дневная соответственно уменьшаться. Этот период лунного месяца является четвертой фазой Луны.



Лунный год, насчитывающий 354,36 суток (12 синодических месяцев), меньше Солнечного года почти на 11 дней. Для того чтобы сохранить соответствие продолжительности Лунного календаря временам года, необходимо было циклично вставлять в лунный год дополнительный или «вставной», 13-й лунный месяц. Начиная с середины 1-го тыс. до н.э. в Китае был открыт особый лунный цикл (или, цикл Метона). Он устанавливал равенство 255-ти лунных месяцев и 19-ти Солнечных лет. Что означало, каждые 19 лет необходимо вставлять 7 добавочных или вставных синодических месяцев для уравнивания циклов Солнца и Луны.

Эти семь дополнительных (вставных) месяцев вставлялись по принципу сохранения соответствия основных 8-ми периодов Солнечного года – месяцам Лунного года [32].

## **Влияние энергии Луны на протекание биоэнергетических процессов**

Биоэнергетические процессы, происходящие в природе, синхронно отражаются и в организме человека. Особое воздействие оказывает ближайшее к нам космическое тело – Луна. И это в первую очередь связано со временем обращения Луны вокруг Земли. Луна совершает полный оборот вокруг Земли за 24 часа 50 минут. Под воздействием гравитационного притяжения Луны, твердая оболочка Земли «вытягивается» по направлению к ней на величину около 0,5 метра в вертикальном и 0,05 метра в горизонтальном направлении. Водная оболочка Земли (океаны, моря, озера и т.п.) также испытывает «притягивающий эффект» Луны, что выражается в виде приливов и отливов. В течение 1-х суток, через 12 часов и 25 минут наблюдаются приливная волна, и через такой же промежуток времени отливная волна [17]. Человек, состоящий почти на 80 % из воды, жидкостные среды (кровь, лимфа и т.д.) его организма также испытывают подобные «приливы и отливы».

Особенно сильные взаимодействия оказывают на организм человека дни новолуний и полнолуний, изменяя при этом следующие показатели тела – влажность, физическое состояние,

артериальное давление, температурные показатели тела и конечностей, состояние аппетита, эмоциональный статус, биологические и магнитные поля и т.д. Восточная медицина рекомендует проводить профилактическое лечение с первых дней лунного месяца (обычно с 3-го лунного дня). Многие трудноизлечимые заболевания (параличи, инфаркты, инсульты, кровоизлияния в мозг, эпилепсия и т.д.) чаще возникают в 9, 15, 23 и 29 лунные дни, при условии наличия 29-ти лунных дней в синодическом месяце. Наиболее благоприятные дни лунного месяца – 6, 7, 12, 16, 24, 28 (30) [13].

В новолуние энергия организма сконцентрирована внутри, а в полнолуние на поверхности и поэтому легко расходуется.

Четыре «критические – переходные» точки лунного месяца:

- новолуние 1-2 (29-30) лунные дни (фаза начала сжатия жидкостных сред);
- переход от 1-й к 2-й фазе – 8 лунный день (начало фазы расширения);
- полнолуние 14, 15, 16 лунные дни (фаза максимального расширения);
- переход от 3-й к 4-й фазе – 22 лунный день (начало фазы расширения).

Эти четыре периода являются «временем переключения» внутренних энергетических процессов, от расширения к сжатию и наоборот [21].

Организм человека в эти периоды ослаблен, особенно в фазы полнолуния и новолуния. Мужчины сильнее реагируют на новолуние (раздражительность, агрессивность). Женщины – на полнолуние (эмоциональная неустойчивость). Новолуние и полнолуние опасно для мужчин – инфарктами, для женщин – инсультами. Профилактическую терапию препаратами начинают за 3-4 дня до наступления данных фаз Луны.

Теперь рассмотрим более подробно влияние фаз Луны на энергетические процессы, протекающие в организме человека.

### **Новолуние. 1-ая фаза Луны.**

#### **Первые 7,4 лунных суток.**

Солнце, Луна и Земля находятся на одной линии. Луна при этом располагается между Солнцем и Землей. Солнце освещает только невидимую сторону Луны и поэтому с Земли ее не видно. Силы притяжения Луны и Солнца складываются в одном направлении по отношению к нашей планете. Именно в это время и наблюдаются наибольшие приливы и отливы водных оболочек Земли (и жидкостных сред организма человека в том числе).

В первую фазу Луна оказывает энергетическое воздействие на следующие сектора тела человека: голову, шею, плечи и руки до локтей, верхушки легких. Если в этих частях тела имеется скрытая патология, она обострится. Обострение в первую очередь связано с процессами избытка шлаков в этих местах, ввиду того, что Ваш организм «перестал» воспринимать процесс очищения на энергетическом уровне. Вследствие преобладания процессов стагнации (застоя) над процессами движения Ци (энергии) и крови. С фазы новолуния лучше всего начинать курс терапии или проводить профилактические мероприятия. Луна перемещается по орбите вокруг Земли (против часовой стрелки), становится видимой, в виде узкого серпа в Западной части неба (на 3-й день). Правая сторона лунного диска постепенно становится видимой и достигает половины своей освещенности к 7-м суткам. В конце 1-й фазы, Луна расположена по отношению к Солнцу под углом в 90 градусов. Силы притяжения Луны и Солнца на водные и жидкостные среды уменьшились вдвое. В первой фазе происходит переход, от больших приливов и отливов энергии к почти полному их замедлению. Потоки Ци при этом концентрируются и собираются в глубине организма. Применение техник седатации (выпускание и рассеивание Ци) в дни новолуния (первые два дня лунного месяца), как и применение метода чжэнь цзю терапии в целом, согласно древним рекомендациям – не желательно.

Первая фаза характеризуется нарастанием процесса сжатия энергии (Ян – процессы и активизация Ян – систем организма).

Процесс расширения энергии (Инь – процессы и системы) при этом уменьшается. На 8-й день синодического месяца, процессы Инь и Ян меняются местами, и соответственно изменяют направление движения потока энергии.

## **2-я фаза. Фаза полнолуния.**

**Продолжительность с 7,4 – 15 лунные сутки.**

Луна продолжает свое движение по орбите, все дальше удаляясь от Солнца. Поверхность Луны становится все более освещенной. К концу второй фазы, в полнолуние – Луна занимает в космическом пространстве диаметрально противоположное положение к Солнцу. Суммарная сила притяжения (гравитации) Луны и Солнца разделяется на два разнонаправленных потока. С 8-го дня лунного месяца, процессы расширения и разделения (Инь) начинают увеличиваться вплоть до 15-го дня (полнолуние). В полнолуние, Инь процессы (расширение, разделение) достигают своего максимума. Все Ян энергетические процессы (сжатие, сокращение) – минимальны. При этом потоки Ци находятся на поверхности тела, и применение техник тонизации не желательно, ввиду того, что это будет еще более ускорять процессы рассеивания энергии вовне. Полнолуние – особая фаза максимального разъединения и расширения водных оболочек и жидкостных сред живых организмов. После «точки» полнолуния начнется прямо противоположный процесс – сжатия (соединения) Ци и устремление потоков энергии в «центр» тела. Максимум Инь порождает свою противоположность – Ян. Эта переходная точка изменения направления и качества потока Ци является стрессовой для всего организма человека в целом.

## **3-я фаза Луны.**

**Продолжительность с 15 – 22 лунные сутки.**

После окончания фазы полнолуния – максимального удаления Луны от Солнца, Луна начинает процесс своего возвращения к светилу. Полностью освещенная поверхность лунного диска начинает уменьшаться, пока с левой стороны Луны не останется половина. К концу 3-й фазы, Луна занимает положение 90 градусов по отношению к Солнцу. В этой фазе гравитационные силы Луны и Солнца вновь объединяются, соединяя при этом водные оболочки Земли. Водные приливы уменьшаются, и

наблюдается постепенное нарастание процессов сжатия и соединения энергии. Активизируются все Ян процессы (Ян системы, органы и меридианы), при этом потоки Ци и жидкостные среды организма погружаются вглубь. В конце 3-й фазы Ян процессы достигают своего максимума, Инь процессы (системы) – минимальны.

#### **4-я фаза.**

##### **Продолжительность с 22 – 29 (30) лунные сутки.**

Начинается новый процесс возрастания энергии Инь, за счет увеличения совмещения сил гравитации (притяжения) Солнца и Луны в одном направлении (в сторону Солнца). Потоки энергии и жидкостных сред организма стремятся сначала к стопам, затем поднимаются к голове. В эту фазу особенно активизируются Инь системы (органы, меридианы) организма. Приближаясь к фазе новолуния, возрастают приливы и отливы мирового океана. Процессы расширения энергии (Инь) возрастают, процессы сжатия (Ян) – уменьшаются.

Курс терапии желательно заканчивать к концу лунного (синодического) месяца.

#### **Подведем основные итоги.**

##### **1-ая фаза Луны.**

Ян процессы, сжатие и концентрация энергии в глубине возрастают. Энергия и кровь устремляются вниз от головы к центру тела (пупок). Наблюдается рост физической активности человека. На 8-й день лунного месяца, организм находится в фазе максимального (концентрации ци) сжатия.

Максимальный Ян – порождает рост Инь энергии.

Энергия расходуется вовне тела в малых количествах, ввиду ее концентрированности внутри организма.

##### **2-ая фаза.**

Наблюдается постепенное уменьшение деятельности Ян процессов, и постепенное увеличение Инь процессов – расширение Ци. Рост физической и психической активности человека

продолжается. Потери энергии в этот период трудно восполнимы (для мужчин).

В полнолуние Инь процессы достигают своего пика активности. После наступления фазы полнолуния вновь начинается рост Ян энергии. Максимальный потенциал энергии Инь перешел в свою противоположность.

В полнолуние происходит энергетический «стресс» в организме, что обусловлено сменой направления потока космической энергии (между Солнцем и Луной с одной стороны и Земной гравитацией с другой) от растягивания к сжатию и сокращению.

### 3-я фаза.

Во время третьей фазы активизируются все Ян энергетические процессы и системы (меридианы, органы, точки и т.д.).

Все, что было раньше разделено, начинает приобретать тенденцию к сжатию.

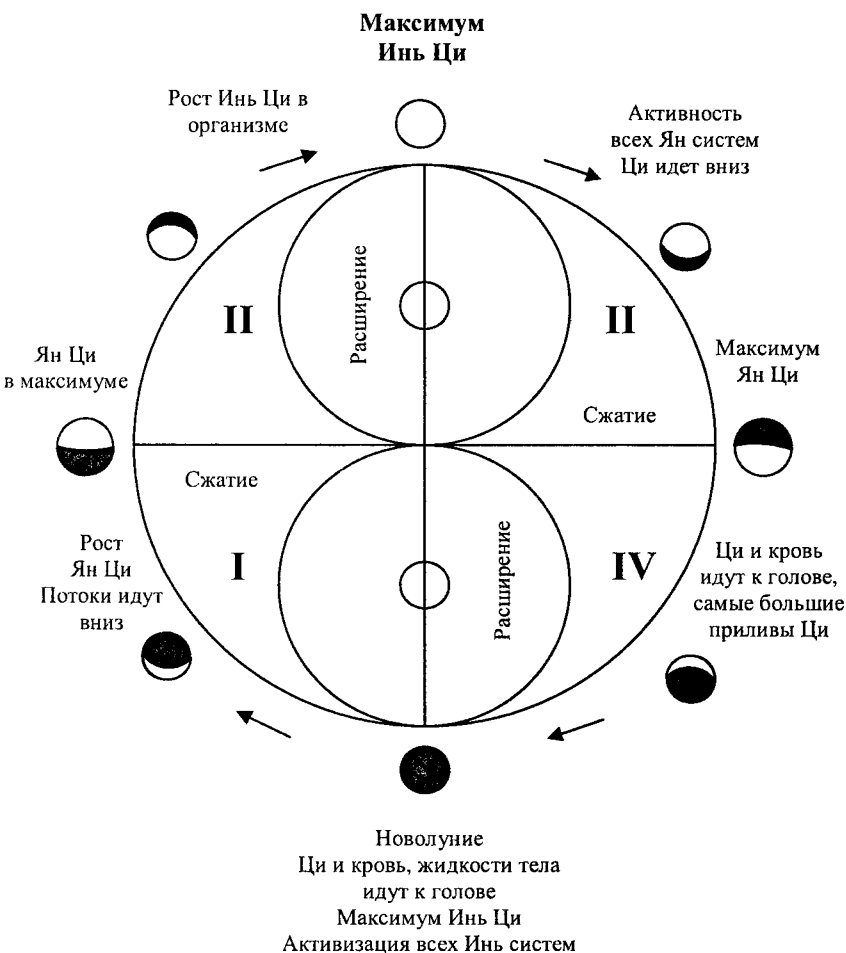
К концу 3-й фазы Ян достигает максимума, а Инь – своего минимума. Переходный день (22-й лунный день) от третьей к четвертой фазе также является стрессовым для организма.

### 4-ая фаза.

Начинается рост Инь энергии и усиление сил притяжения (гравитации) Луны и Солнца в одном направлении. Твердые и водные оболочки земли вытягиваются в одном направлении, в сторону Солнца.

Потоки Ци и крови (и других жидкостных сред организма) к концу этой фазы устремляются к голове. Активизируются все Инь процессы и системы (органы и меридианы). Это период нарастания пассивности и увеличения отечности в организме человека. Процессы расширения преобладают над процессами сжатия [21].

## Состояние Ян-инь энергий в зависимости от 4-х фаз синодического месяца





## 1.2. СИСТЕМА ЗАПРЕТОВ В ПРОВЕДЕНИИ ЧЖЭНЬ ЦЗЮ ТЕРАПИИ ПО ЛУННОМУ КАЛЕНДАРЮ

В какие суточные периоды времени по «Земным ветвям», на какие части тела локально **НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ** воздействовать методом Чжэнь Цзю терапии [14].

№	Время	Стража – «Земная ветвь».	Кит. Зодиак	Нельзя лечить соответствующие части тела
1	23 – 01.00	Цзы	Мышь	Глаза
2	01 – 03.00	Чоу	Вол	Уши
3	03 – 05.00	Инь	Тигр	Грудь
4	05 – 07.00	Мао	Заяц	Зубы
5	07 – 09.00	Чэнь	Дракон	Поясница
6	09 – 11.00	Сы	Змея	Руки
7	11 – 13.00	У	Лошадь	Сердце
8	13 – 15.00	Вэй	Овца	Ноги
9	15 – 17.00	Шэнь	Обезьяна	Голова
10	17 – 19.00	Ю	Петух	Колени
11	19 – 21.00	Сюй	Собака	Половые органы
12	21 – 23.00	Хай	Кабан	Горло

**Объединенная система противопоказаний по Чжэнь Цзю  
терапии в соответствии с днями Синодического месяца по  
«Инь и Ян» энергии**

Лунные дни	Пребывание Ци в различных частях тела человека
1, 11, 21	Мизинец руки, большой палец ноги, кончик носа
2, 12, 22	Наружная лодыжка
3, 13, 23	Внутренняя часть бедра, область печени, ноги, дёсна
4, 14, 24	Поясница, врата желудка, меридианы группы «Светлый Ян» (Желудок и Толстый кишечник)
5, 15, 25	Меридиан желудка (область ног), ротовая по- лость, вся поверхность тела (на уровне энергии «вэй ци»)
6, 16, 26	Ладони и грудная клетка по всему объему
7, 17, 27	Внутренняя лодыжка, колени, в системе дыха- тельных путей
8, 18, 28	Запястья, половые органы и бедра
9, 19, 29	Область копчика и крестца, в подколенке, голень и голеностопный сустав
10, 20, 30	Лопатки, поясница, внутренняя лодыжка, подъем стопы (в предплюснах)

**Примечание.**

Данная базовая таблица противопоказаний по проведению чжэнь цзю терапии широко используется в Китайской медицине [14].

## Специальная схема потока отраженной Ян энергии Солнца.

№ Лун. дня	На какие органы и части тела локально <b>не рекомендуется</b> проводить терапию	На какие органы и части тела <b>локально показано</b> проводить терапию
1	Голова, глаза, лицо	Селезенка
2	Рот, зубы, десна	Почки, надпочечники
3	Затылок, уши	Кожные покровы тела
4	Горло, шея	Аппендикс, толстая кишка
5	Пищевод	Верх. часть спины, лопатки
6	Бронхи, верхние дых. пути	Печень, желчный пузырь
7	Легкие	Тазобедрен. сустав, крестец
8	Желудок	Яичники, яички
9	Грудь	Наруж. полов. органы, анус
10	Грудная клетка	Уши
11	Грудной отдел позвоночника	Бедра, кожа
12	Сердце (перикард)	Голени, голеностоп
13	Поджелудочная железа	Глаза, голова, мозг, стопы
14	Тонкий кишечник	Прямая кишка, пальцы ног
15	Поджел. железа, диафрагма	Сердце (эпифиз), голова
16	Селезенка	Голова, глаза, лицо
17	Почки, надпочечники	Рот, зубы, десна
18	Кожные покровы тела	Затылок, уши
19	Аппендикс, толстая кишка	Горло, шея
20	Верх. часть спины, лопатки	Пищевод
21	Печень, желчный пузырь	Бронхи, верхние дыхат. пути
22	Тазобедрен. сустав, крестец	Легкие
23	Яичники, яички	Желудок
24	Наружные пол. органы, анус	Грудь
25	Уши	Грудная клетка
26	Бедра, кожа, колени	Грудной отдел позвоночника
27	Голени, голеностоп	Сердце (перикард)
28	Глаза, голова, мозг, стопы	Поджелудочная железа
29	Прямая кишка, пальцы ног	Тонкий кишечник
30	Сердце (эпифиз), голова	Поджел. железа, диафрагма

### Примечание.

Данная схема в основном применяется в Западных системах астромедицины.

## 12-ти летний календарь противопоказаний на проведение Чжэнь Цзю терапии по секторам тела

Годы жизни человека	Части тела, на которые <b>НЕ СЛЕДУЕТ</b> воздействовать в течение текущего года жизни
1 год 13 год	Область сердца
2 год 14 год	Область горла
3 год 15 год	Затылок и макушка головы
4 год 16 год	Плечи
5 год 17 год	Спина
6 год 18 год	Поясница
7 год 19 год	Брюшная полость
8 год 20 год	Шея
9 год 21 год	Ноги
10 год 22 год	Колени
11 год 23 год	Половые органы
12 год 24 год и т.д.	Бедра

Отсчет лет жизни ведется от даты рождения до следующей даты рождения. Каждые 12 лет этот круг повторяется [14].

### Запреты на кровопускание по меридианам в китайской чжэнь цзю терапии

№ Лунного месяца	Сезон года	Кит. «Земные ветви»	Обозначение месяца по Восточному Зодиаку	В какие дни по Восточному 60-ти фазному календарю
1-й	Весна	Инь	Тигр	Дни вола
2-й	Весна	Мао	Заяц	Дни тигра
3-й	Весна	Чэнь	Дракон	Дни зайца
4-й	Лето	Сы	Змея	Дни дракона
5-й	Лето	У	Лошадь	Дни змеи
6-й	Лето	Вэй	Овца	Дни лошади
7-й	Осень	Шэнь	Обезьяна	Дни овцы
8-й	Осень	Ю	Курица	Дни обезьяны
9-й	Осень	Сюй	Собака	Дни курицы
10-й	Зима	Хай	Кабан	Дни собаки
11-й	Зима	Цзы	Мышь	Дни кабана
12-й	Зима	Чоу	Вол	Дни мыши

Вычисление дней (по образам животных) в текущем лунном месяце производится по циклам 60-теричного Лунно-Солнечного календаря. Таких дней (по противопоказаниям) в каждом месяце может быть от 2 до 3.

**Астрологическая система Индии, Монголии и Тибета, показывающая поток «Инь» энергии.**

№ Лунного дня	Части тела
1	Большие пальцы ног
2	Лодыжки
3	Мышечный слой тела
4	Колено
5	Подколенная впадина
6	Бедро
7	Область таза
8	Область почек
9	Ребра
10	Лопатки
11	Предплечья
12	Ладони
13	Шея. Грудной отдел
14	Уши. Затылок
15	Все тело
16	Внутреннее ухо
17	Грудной отдел
18	Ладони
19	Предплечья
20	Лопатки
21	Ребра
22	Область почек
23	Грудной отдел
24	Бедро
25	Коленный сгиб
26	Колени
27	Мышечный слой тела
28	Лодыжки
29	Голени
30	Все тело (кожные покровы)

Лунные месяцы с учетом даты рождения (возраст до 30 лет).

Благоприятные месяцы – 2, 5, 10, 12



Неблагоприятные месяцы – 4, 6, 9, 11

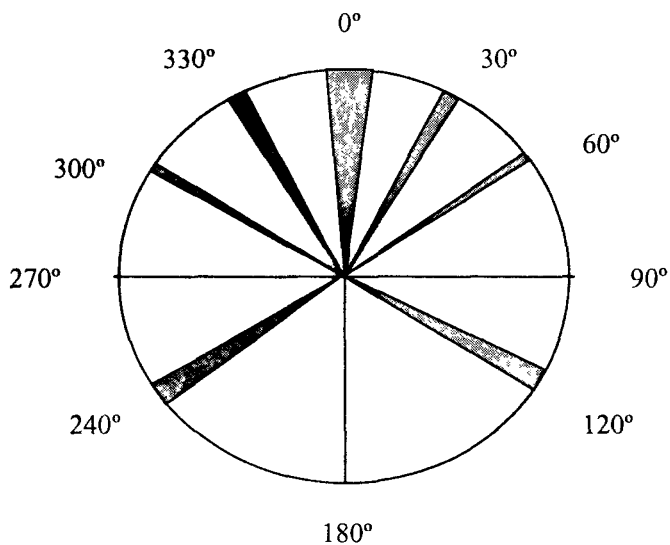
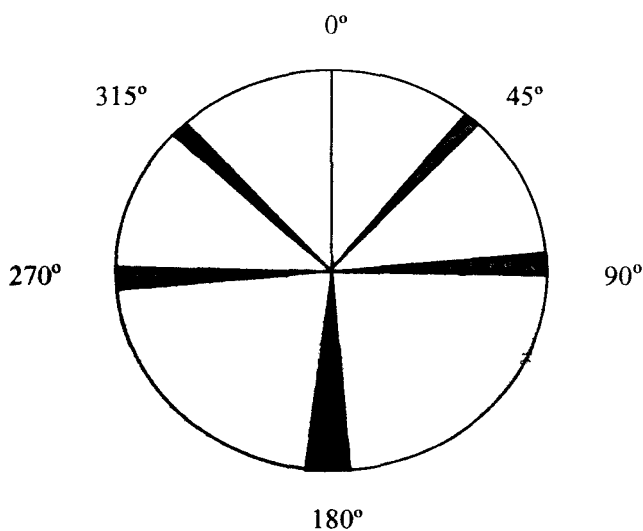


Нейтральные – 1, 3, 7, 8.

Благоприятные дни	Неблагоприятные дни
$0^{\circ} \pm 10^{\circ}$	$45^{\circ} \pm 5^{\circ}$
$30^{\circ} \pm 2^{\circ}$	$90^{\circ} \pm 8^{\circ}$
$60^{\circ} \pm 5^{\circ}$	$180^{\circ} \pm 8^{\circ}$
$120^{\circ} \pm 8^{\circ}$	$270^{\circ} \pm 8^{\circ}$
$300^{\circ} \pm 5^{\circ}$	$315^{\circ} \pm 5^{\circ}$
$330^{\circ} \pm 2^{\circ}$	

Ноль градусов – точка отсчета, являющаяся датой рождения личности по современному календарю.

Журнал «Наука и религия» № 8-11. 1991 г.

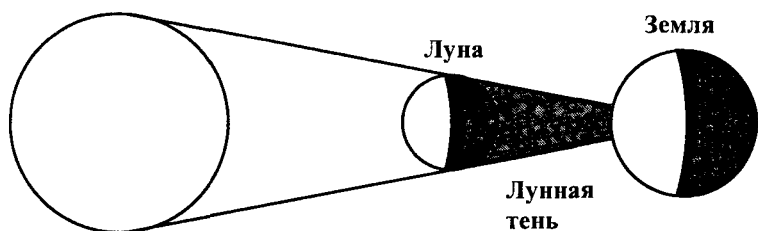
**Благоприятные периоды (дни) года****Неблагоприятные периоды (дни) года**

## Лунные затмения

Солнечный свет отражается от поверхности Луны, при этом видимые размеры их дисков кажутся нам одинаковыми. Размер Луны почти в четыре сотни раз меньше Солнца и практически во столько же раз она находится ближе к Земле. Поэтому их видимые размеры, которые мы наблюдаем на звездном небе кажутся одинаковыми.

Раз в 30 дней, когда Луна находится между Землей и Солнцем, т.е. в фазе новолуния, должно было бы произойти затмение (затемнение) Солнца – Луной. Этой регулярности затмений мешает небольшое отклонение в 5 град. между орбитой Луны и плоскостью эклиптики. В связи, с чем затмение может произойти только в том случае, когда Луна находится рядом с плоскостью эклиптики. С точки зрения астрономии – вблизи точек пересечения орбиты Луны и плоскости эклиптики. Три небесных тела: Солнце, Луна и Земля только раз в 18 лет находятся на одной прямой линии, и в результате этого явления происходит полное Солнечное затмение.

Во время Лунных и Солнечных затмений, лечебно-профилактическая деятельность **нежелательна**. Условия наступления Лунного затмения [18].См. Приложение 4.



Как известно, угол плоскости наклона лунной орбиты к плоскости эклиптики (геоцентрической орбиты Солнца) в среднем составляет  $5^{\circ} 9'$ . Точки пересечения с эклиптикой проекции лунной орбиты на небесную сферу получили название узлы лунной орбиты [15]. Узел, в котором Луна, перемещаясь по небесной сфере, справа налево, осуществляет переход из южной полусферы (по отношению к эклиптике) в северную часть, называют восходящим узлом. Прямо противоположный узел называют – нисходящим. Земная тень на расстоянии Луны больше



лунного диаметра в среднем в 2,7 раз. При этом наибольший видимый диаметр Луны –  $16^{\circ} 44'$ , а наименьший –  $14^{\circ} 41'$ , и то, что наибольшему диаметру соответствует наибольшее отношение диаметров – гень Земли/ Луна. В этом случае можно вычислить предельное расстояние Луны от узла «А», при которых возможно наступление полного или частного затмения [15]:

- если  $\Delta > 12^{\circ}$  – частного затмения не будет  
 $\Delta < 10^{\circ}$  – частное затмение произойдет  
 $\Delta > 5,6^{\circ}$  – полного затмения не будет  
 $\Delta < 4,4^{\circ}$  – будет полное затмение

### Лунные Затмения с 2009 - 2017 г.г.

Год	Календарная дата	Полное или частное
2009	9 февраля	Частное
	7 июля	Частное
	6 августа	Частное
	31 декабря	Частное
2010	26 июня	Частное
	21 декабря	Полное
2011	15 июня	Полное
	10 декабря	Полное
2012	4 июня	Частное
	28 ноября	Частное
2013	25 апреля	Частное
	25 мая	Частное
	19 октября	Частное
2014	15 апреля	Полное
	8 октября	Полное
2015	4 апреля	Полное
	28 сентября	Полное
2016	23 марта	Частное
	16 сентября	Частное
2017	11 февраля	Частное
	7 августа	Частное

## Лунные Затмения с 2018-2028 г.г.

Год	Календарная дата	Полное или частное
2018	31 января	Полное
	27 июля	Полное
2019	21 января	Полное
	17 июля	Частное
2020	10 января	Частное
	5 июня	Частное
	5 июля	Частное
	30 ноября	Частное
2021	26 мая	Полное
	19 ноября	Частное
2022	16 мая	Полное
	8 ноября	Полное
2023	5 мая	Частное
	28 октября	Частное
2024	25 марта	Частное
	18 сентября	Частное
2025	14 марта	Полное
	7 сентября	Полное
2026	3 марта	Полное
	28 августа	Частное
2027	28 февраля	Частное
	18 июля	Частное
	17 августа	Частное
2028	12 января	Частное
	6 июля	Частное
	31 декабря	Полное

### 1.3. СИДЕРИЧЕСКИЙ ЛУННЫЙ МЕСЯЦ

Наблюдая за движением Луны на ночном небе в течение нескольких вечеров можно заметить, что она перемещается с запада на восток со средней скоростью 13 град. в день. За один день Луна перемещается на 26 своих диаметров, а за час сдвигается более чем на величину своего видимого размера. Сделав полный оборот на небесной сфере, Луна через 27,32 дней возвращается к исходной точке (к той же звезде), откуда начала свое орбитальное движение. Данный период времени (месяц) принято называть в астрономии – сидерическим или звездным лунным месяцем. Совершая наблюдения за небесными телами, древнекитайские астрономы установили круг из 28-ми созвездий на подвижной карте звездного неба, вдоль которых Луна совершает свой орбитальный путь. При этом строился расчет деления окружности 360 град. на 4 сектора по 7 созвездий в каждом секторе (в среднем) звездного неба. Согласно древнекитайской астрономии 28 созвездий устанавливают границы космического пространства для нашей планеты:

Восточный сектор неба – 7 созвездий (Лазурный дракон).

Северный сектор – 7 созвездий (Черная черепаха).

Западный сектор – 7 созвездий (Белый тигр).

Южный сектор – 7 созвездий (Красная перепелка).

Центральный сектор – Ось времени (Желтый дракон). Стихия «Земля».

Каждое 7-ое созвездие древнекитайская астрономия и астрология соотносит с центральной частью «Небесной сферы». Вся эта группа созвездий вместе с созвездием Северного Ковша Большой Медведицы относится к стихии «Земля» («Почва»).

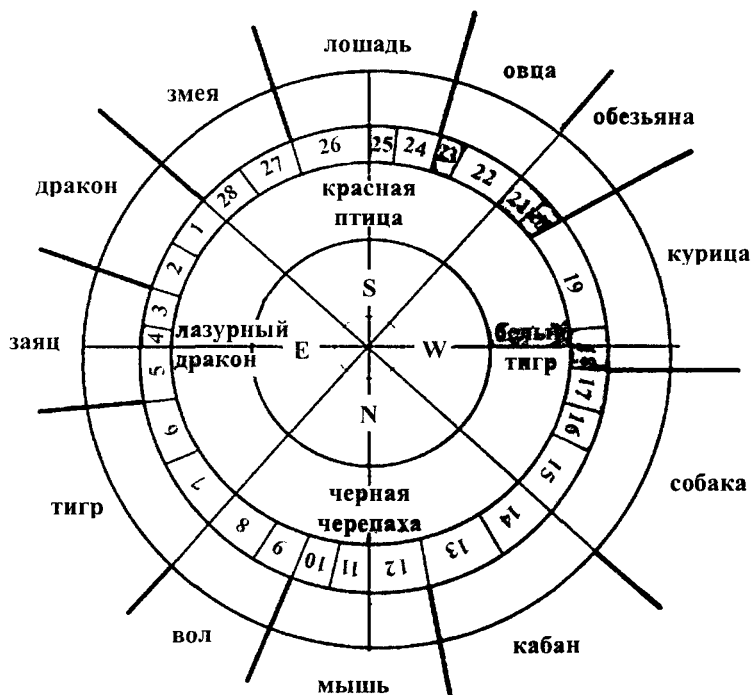
Рассмотрим границы 28 созвездий: так, 14 созвездий от «Фан» (Здание) до «Би» (Сеть) относят к субстанции энергии Ян, и они контролируют дневную часть суток. Другие 14 созвездий: от «Мао» (Плеяды) до «Синь» (Сердце-дух) – соотносят с субстанцией Инь, и эта группа созвездий управляет ночной частью суток. Сектор на звездном небе, на который указывает

ручка Северного Ковша Большой Медведицы, указывает направление движения потока «Небесной энергии».

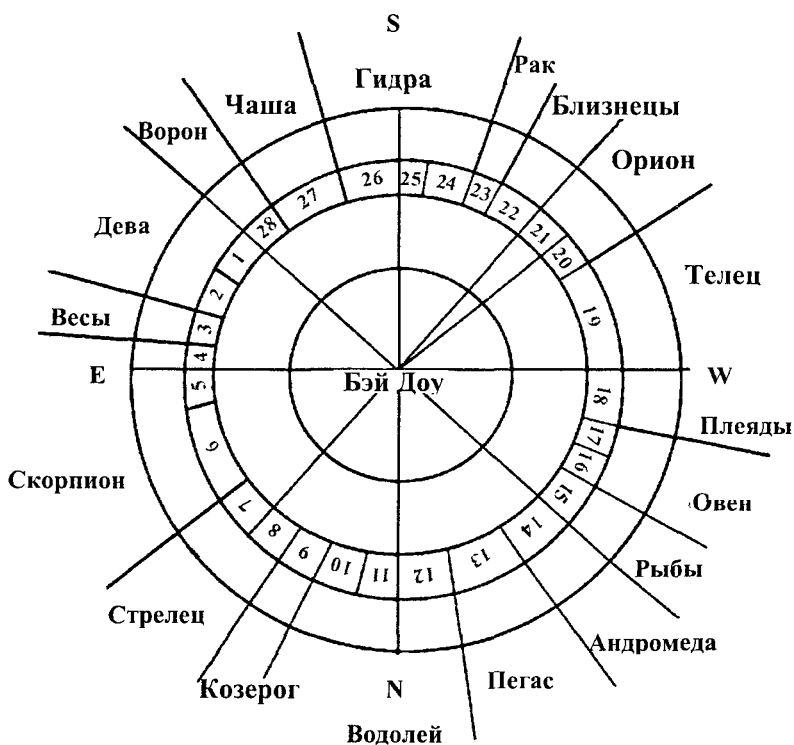
А также происходит установление границ начал 4-х времен года по Солнечному календарю, а также 4-х главных календарных дат: двух равноденствий и двух солнцестояний [34].

### Карта 28-ми созвездий

#### Китайского Лунно-Солнечного Зодиака



## Современное обозначение 28-ми созвездий



Центральное созвездие «Бэй Доу» в середине карты соответствует Северному Ковшу Большой Медведицы.

## 28 Созвездий Китайского Лунно-Солнечного Зодиака

№ созвездия	Сектор неба	Тотем сектора	Китайские названия созвездий	Образ	Созвездие
1	Восток	Зелёный дракон	Цзюэ	Рог	Дева
2			Кан	Шея	Дева
3			Ди	Корень	Весы
4			Фан	Дом	Скорпион
5			Синь	Сердце	Скорпион
6			Вэй	Хвост	Скорпион
7			Цзи	Сито	Стрелец
8	Север	Чёрная черепаха	Доу	Ковш	Стрелец
9			Ню	Бык	Козерог
10			Нюй	Дева	Водолей
11			Сюй	Пустота	Водолей
12			Кэй	Яма	Водолей
13			Ши	Палата	Пегас
14			Би	Стена	Андромеда
15	Запад	Белый тигр	Куй	Ноги	Рыбы
16			Лоу	Холм	Овен
17			Вэй	Желудок	Овен
18			Мао	Плеяды	Телец
19			Би	Сеть	Телец
20			Цяо	Клюв	Орион
21			Цянь	Орион	Орион
22	Юг	Красная птица	Цзин	Колодец	Близнецы
23			Гуй	Демон	Рак
24			Лю	Ива	Гидра
25			Син	Звезда	Гидра
26			Чжан	Лист	Гидра
27			И	Кр. лья	Чаша
28			Чжэнь	Телега	Ворон

## Соответствие 12-ти групп созвездий и 4-х двorcов времен года – 12-ти знакам Китайского Лунно-Солнечного Зодиака [34].

### Весенний Дворец года (7 созвездий)

Ши Му (2 созвездия) – Обработка дерева. Барс, Тигр (Инь)  
 Да Хо (3 созвездия) – Пламя. Кролик (Мао)  
 Шоу Син (2 созв.) – Звезда долголетия. Дракон (Чэнь)

### Летний Дворец года (7 созвездий)

Чунь Вэй (2 созвездия) – Голова перепелки. Змея (Сы)  
 Чунь Хо (3 созвездия) – Сердце перепелки. Лошадь (У)  
 Чунь Чоу (2 созвездия) – Хвост перепелки. Коза (Вэй)

### Осенний Дворец года (7)

Чэ Чжэнь (2 созвездия) – Воины соперники. Макака (Шэнь)  
 Да Лан (3 созвездия) – Возведение дамб. Курица (Ю)  
 Сян Лоу (2 созвездия) – Сбор урожая. Собака (Сюй)

### Зимний Дворец года (7)

Цзин Цзу (2 созвездия) – Созвездия Севера. Свинья (Хай)  
 Сюань Сяо (3 созвездия) – Пустота небес. Мышь (Цзы)  
 Син Цзи (2 созвездия) – Небесный проход. Буйвол (Чоу)

В Китайской астрологии, астрономический год начинается в день зимнего солнцестояния – 22 декабря. Цикл 12-ти месяцев года, с началом «Нового года» в созвездии «Сюй» (Водолей), осуществляется при помощи 12-ти знаков Китайского Зодиака. Карта 28-ми созвездий Лунного Зодиака относительно 8-ми сторон: группа из 14-ти созвездий: от «Фан» (Дом) до «Би» (Сеть) соотносятся с субстанцией «Ян» и контролируют светлое время дня (1-ое полугодие: с 23 декабря до 22 июня). Группа из 14-ти созвездий от «Мао» (Плеяды) до «Синь» (Сердце) – соотносятся с «Инь». Они управляют **ночной** частью суток (2-ое полугодие с 22 июня – 22 декабря) [34].

Дни запрета для начала курса чжэнь цзю терапии выделены. Курс не должен превышать 12-13-ти сеансов.

## Цикл 28-ми созвездий для времени начала проведения курса Чжэнь Цзю терапии

№ Соз.	Образ	Кит.	Зодиак	Показания к началу курса	Противодень к началу
1	Рог	Цзяо	Дева	благоприятно	15. Рыбы
2	<b>Шея</b>	<b>Кан</b>	Дева	<b>неблагопр-но</b>	16. Овен
3	Корень	Ди	Весы	благоприятно	17. Овен
4	Дом	Фан	Скорпион	благоприятно	18. Телец
5	<b>Сердце</b>	<b>Синь</b>	Скорпион	<b>неблагопр-но</b>	19. Телец
6	Хвост	Вэй	Скорпион	благоприятно	20. Орион
7	Сито	Цзи	Стрелец	благоприятно	21. Орион
8	Ковш	Доу	Стрелец	благоприятно	22. Близнецы
9	Вол	Ню	Козерог	благоприятно	23. Рак
10	Дева	Нюй	Водолей	благоприятно	24. Гидра
11	Пустота	Сюй	Водолей	благоприятно	25. Гидра
12	Яма	Вэй	Пегас	благоприятно	26. Гидра
13	Палата	Ши	Пегас	благоприятно	27. Чаша
14	Стена	Би	Андромеда	благоприятно	28. Ворон
15	Ноги	Куй	Рыбы	благоприятно	1. Дева
16	Холм	Лоу	Овен	благоприятно	2. Дева
17	Живот	Вэй	Овен	благоприятно	3. Весы
18	<b>Плеяды</b>	<b>Мао</b>	Телец	<b>неблагопр-но</b>	4. Скорпион
19	Сеть	Би	Телец	благоприятно	5. Скорпион
20	<b>Клюв</b>	<b>Цзуй</b>	Орион	<b>неблагопр-но</b>	6. Скорпион
21	Воин	Цянь	Орион	благоприятно	7. Стрелец
22	Водоем	Цзин	Близнецы	благоприятно	8. Стрелец
23	<b>Демон</b>	<b>Гуй</b>	Рак	<b>неблагопр-но</b>	9. Козерог
24	Ива	Лю	Гидра	благоприятно	10. Водолей
25	Звезда	Син	Гидра	благоприятно	11. Водолей
26	Лист	Чжан	Гидра	благоприятно	12. Пегас
27	Крылья	И	Чаша	благоприятно	13. Пегас
28	Телега	Чжэн	Ворон	благоприятно	14. Андромеда

Дни неблагоприятные для начала курса чжэнь цзю [14].

Созвездие	Причина Запрета на чжэнь цзю
Кан, Синь	Созвездия возникновения болезней
Мао, Цзуй	День опасен своей тяжестью и потерь близкиз
Гуй	День, когда возникают осложнения



## 28 Лунных стоянок (гворцов)

Разделение небосвода на 12 секторов «Солнечного» Зодиака и 28 (27) секторов «Лунного» Зодиака было принято у многих народов Востока. В древности считалось, что знать свой Лунный Зодиак не менее важно, чем знак (цикл) года, месяца, дня и часа рождения по 60-ти фазному циклу. В зависимости от местоположения Луны на небосводе (одной из 28-ми стоянок) в момент рождения человека, ему предназначалась определенная судьба [12]. 28 стоянок луны использовали и в прогнозировании определенных ситуаций (деловых, личных, хозяйственных и т.д.). В древности не начинали никаких дел, не изучив местоположение Луны на небосводе [34].

Приведенные ниже характеристики 28-ми дней Луны отражают «монгольский» вариант созвездий, которые могут значительно отличаться от индийских, китайских, арабских и других систем астрологии. Однако монгольская система 28-ми стоянок Луны восходит своими истоками к индийской системе, о чем говорят санскритские названия [12].

Для сравнения, также, приводится аналогичный китайский вариант названия созвездий. Номера созвездий даны по индийской астрономической системе.

### 1. ВЭЙ (кит.) БРАНИ (монг.) БХАРАНИ (инд.)

*День благоприятен для:* проповедей, наставлений; найма работников; начала лечения; купли-продажи; для занятий оформлением и дизайном.

*День неблагоприятен для:* совершения похоронных обрядов; сватовства; для всех дел, связанных с отдачей.

### 2. МАО (кит.) ГИРДИГ (монг.) КРИТТИКА (инд.)

Созвездие искусств, музыки, танцев.

*День благоприятен для:* работников умственного труда; учебы; торжеств, застолий; обмена; возведения храмов.

*День неблагоприятен для:* начала новых дел, отправления в дорогу; совершения обрядов, посвященных невестке и похоронам.

**3. БИ (кит.) НАРМА (монг.) РАХИНИ (инд.)**

Созвездие удачи, счастливого случая, богатства, изобилия.

*День благоприятен для:* любых начинаний; совершения обрядов для достижения долголетия и умножения богатств; изготовления лекарств, составления рецептов, для начала лечения.

*День неблагоприятен для:* встреч, занятий, праздников, соревнований, споров; исполнения обрядов по усопшим родственникам (женщинам).

**4. ЦЗУЙ (кит.) ГО (монг.) МРИЧАШИРША (инд.)**

*День благоприятен для:* освещения храмов, молитв; совершения поклонения и обрядов для достижения долголетия и умножения богатств; для проведения земледельческих, строительных и оформительских работ; наставничества.

*День неблагоприятен для:* путешествий; переводов к.-л. сочинений с одного языка на другой; начала нового строительства.

**5. ШЭНЬ (кит.) ЛАГ (монг.) АРДРА (инд.)**

Звезда путешественников.

*День благоприятен для:* поклонения и изучения духовных истин и знаний; для обучения различным искусствам и наукам, ремеслу; для проведения земледельческих работ, связанных со стихией Воды; совершения обрядов для достижения долголетия и богатства; для решения юридических вопросов.

*День неблагоприятен для:* поездок, переездов; кройки и шитья одежды; строительства.

**6. ЦЗИН (кит.) НАВСО (монг.) ПУНАРВАСА (инд.)**

Созвездие удачи и изобилия.

*День благоприятен для:* учебы, наставничества и проповедей; постижения духовных знаний для начала любых важных дел – заключения брака, строительства, путешествия и заключения сделок (купля-продажа).

*День неблагоприятен для:* затевания споров и переводов сочинений на другие языки.

**7. ГУЙ (кит.) ЖАД (монг.) ПУШЬЯ (инд.)**

Созвездие гармонии, медитации, творчества.

*День благоприятен для:* организации; строительства нового дома, устройства очагов, печей и каминов, а также, для изготовления шкафов; для начала лечения, что будет способствовать быстрому выздоровлению.

*День неблагоприятен для:* отдачи вещей (ценностей) из дома, полевых работ, переезда на новое место.

**8. ЛЮ (кит.) ГАГ (монг.) АШЛЕША (инд.)**

*День благоприятен для:* начала нового дела; состязаний, конкурсов, смотров, соревнований. Дел, связанных со строительством, куплей-продажей, юридических исков.

*День неблагоприятен для:* командировок, переезда на другое место жительства; для изготовления лекарств.

**9. СИН (кит.) ЧУ (монг.) МАКХА (инд.)**

День милосердия и добродетели.

*День благоприятен для:* благотворительности, учебы, строительства нового дома; стрижки волос.

*День неблагоприятен для:* путешествий, работы с землей; кройки одежды; вступления в брак, похорон.

**10. ЧЖАН (кит.) ДЭ (монг.) ПУРВА (инд.)**

Покровительствует духовным людям.

*День благоприятен для:* интимных отношений; служб и обрядов по достижению достатка и долголетия.

*День неблагоприятен для:* поездок; привода невестки в дом; похоронных обрядов.

**11. И (кит.) БО (монг.) УТТАРА (инд.)**

*День благоприятен для:* переезда на другое место жительства; изучения наук и передачи знаний и умений; интеллектуального труда и духовных исканий; для начала курса восстановительной терапии.

*День неблагоприятен для:* земледельческих работ; путешествий; похоронных обрядов и переделки одежды.

## **12. ЧЖЭНЬ (кит.) МЭШИ (монг.) ХАСТА (инд.)**

*День благоприятен для:* для «горящих» безотлагательных дел, требующих быстрого решения; для обучения, совершения добродетельных поступков и медитативных практик; в этот день благоприятно изготавливать лекарства и начинать курс восстановительных мероприятий.

*День неблагоприятен для:* путешествий, переездов и похоронных служб.

## **13. ЦЗЯО (кит.) НАГВА (монг.) ЧИТРА (инд.)**

Созвездие олицетворяет творчество, гармонию и искусство. Музыка, пение, танец, живопись, медицина, каллиграфия.

*День благоприятен для:* изготовления лекарств, возвращения долгов, лечебных мероприятий, приготовления кисломолочных продуктов.

*День неблагоприятен для:* медитативных практик; путешествий и переездов, отъезда далеко от дома; похоронных обрядов; вредно много читать.

## **14. КАН (кит.) САРИ (монг.) СВАТИ (инд.)**

*День благоприятен для:* обучения; изготовления лекарств; строительства; путешествий; купли-продажи. Торговых операций; земельных работ; налаживания новых контактов.

*День неблагоприятен для:* переезда на новое место жительства; похоронных обрядов.

## **15. ДИ (кит.) САГА (монг.) ВИСАКХА (инд.)**

*День благоприятен для:* проведения медитативных практик; строительных работ; земледелия; починки одежды; для живописи.

*День неблагоприятен для:* торговли; переездов и решения спорных ситуаций.

**16. ФАН (кит.) ЛХАМЦАМ (монг.) АНУРАДХА (инд.)**

*День благоприятен для:* путешествий; торговли; начала сельскохозяйственных работ; строительства; для встреч и новых деловых контактов. А также изготовления лекарств; лечебных мероприятий; медитативных практик; путешествий.

*День неблагоприятен для:* изменения обстановки в доме.

**17. СИНЬ (кит.) НРОН (монг.) ДЖАЙШТХА (инд.)**

*День благоприятен для:* служебных и общественных дел; исполнения обрядов и мероприятий, посвященных здоровью, долголетию и приумножению богатств. День необходимо посвящать медитации, созерцанию, психофизическому тренингу и обучению наукам.

*День неблагоприятен для:* приготовления лекарств; брачных и похоронных дел.

**18. ВЭЙ (кит.) НРУБ (монг.) МУЛА (инд.)**

*День благоприятен для:* практики внутреннего самосовершенствования; коммерческих мероприятий; переездов; уплаты долгов; купли-продажи, обменов.

*День неблагоприятен для:* начала путешествия; свадебных и похоронных мероприятий.

**19. ЦЗИ (кит.) ЧУДОД (монг.) ПУРВА (инд.)**

Созвездие достатка и богатства.

*День благоприятен для:* начала курса терапии, очистительных и восстановительных процедур; купли-продажи; путешествий; совершения любых добрых дел. Есть возможность в этот день найти клад.

*День неблагоприятен для:* похоронных и свадебных обрядов; для выноса вещей из дома.

**20. ДОУ (кит.) ЧУМАД (монг.) УТТАРИ (инд.)**

Созвездие творчества.

*День благоприятен для:* обучения, наставничества; строительства нового дома.

*День неблагоприятен для:* отправки в дорогу и отдачи вещей из дома.

## 21. НЮ (кит.) ДОШИН (монг.) АВЙЙЗ (инд.)

Созвездие искусства (пение, танцы).

*День благоприятен для:* коммерции; путешествий; покупки одежды. Благоприятно проводить работы, связанные с водой, заниматься приготовлением лекарств. Заниматься куплей-продажей, меновой торговлей. В этот день также хорошо освящать различные культовые предметы.

*День неблагоприятен для:* сватовства; знакомств с целью женитьбы; приглашения гостей на свадебные торжества.

## 22 НЮЙ (кит.) ЖИШИН (монг.) ШРАВНА (инд.)

*День благоприятен для:* поклонения богам и святым местам, а также для выполнения важных и неотложных дел; купли-продажи. День способствует выполнению упражнений для достижения долголетия.

*День неблагоприятен для:* одевания новых одежд, собрания людей, плохо много читать.

## 23. СЮЙ (кит.) МОНДЭ (монг.) ДЖАНИШТХА (инд.)

Созвездие путешественников. День созидания, познания нового, творчества.

*День благоприятен для:* изготовления лекарств; строительства нового дома; купли-продажи; путешествий; посева; кройки одежды; молитв.

*День неблагоприятен для:* переезда на новое место жительства; сватовства, свадеб, похорон.

## 24. ВЭЙ (кит.) МОНДУ (монг.) САТХА (инд.)

Созвездие богатства и достатка.

*День благоприятен для:* новых начинаний; строительства; землеройных работ.

*День неблагоприятен для:* путешествий; стрижки волос; свадеб и сватовства; кройки одежды.

**25. ШИ (кит.) ТУМДОД (монг.) ПУРВА (инд.)**

*День благоприятен для:* изготовления лекарств; продажи вещей и товаров; молитв; начала путешествия; начала новых дел и строительства.

*День неблагоприятен для:* свадеб; кройки одежды.

**26. БИ (кит.) ТУММАД (монг.) УТТАРА (инд.)**

Созвездие благоденствия.

*День благоприятен для:* путешествий; изготовления лекарств; строительства; купли-продажи. Почитание предков – к богатству и признанию.

*День неблагоприятен для:* шитья одежды.

**27. КУЙ (кит.) НАМДУ (монг.) РЕВАТИ (инд.)**

Созвездие творчества и созерцания.

*День благоприятен для:* изготовления лекарств; наставничества и обучения; медитаций.

*День неблагоприятен для:* начала ремонта или строительства; земляных работ.

**28. ЛОУ (кит.) ТАГИР (монг.) АШВИНИ (инд.)**

*День благоприятен для:* собраний, совещаний, встреч и воссоединения людей; строительства; для ирригационных работ; изготовления лекарств; сбора плодов труда (урожая); преодоления препятствий. **В этот день благоприятно начинать курс терапии по омоложению и долголетию.**

*День неблагоприятен для:* переезда; женитьбы.

**Таблица совмещения «карты 28 созвездий» в китайской и монголо-индийской астрологии**

Китайский вариант			Монголо-индийский вариант		
№ с.	Образ	Состав звезд и созвездий	№ с.	Название Монг./инд.	Состав звезд и созвездий
1	2	3	4	5	6
1	Цзяо	Спики	13	Нагва/Читра	Спики
2	Кан	Дева	14	Сари/Свати	Волопас
3	Ди	Весы	15	Сага/Висакха	Сев. корона
4	Фан	Скорпион	16	Лхамцам/ Анурадха	Скорпион
5	Синь	Скорпион	17	Нрон/Джайштха	Скорпион
6	Вэй	Скорпион	18	Нруб/Мула	Скорпион
7	Цзи	Стрелец	19	Чудод/ Пурва Ушадха	Стрелец
8	Доу	Стрелец	20	Чумад/ Уттари Ушадха	Стрелец
9	Ню	Козерог	21	Дошин/ Авийз	Козерог
10	Нюй	Водолей	22	Жишин/ Шривана	Козерог
11	Сюй	Водолей, Малый конь	23	Мондэ/ Джаништха	Водолей
12	Вэй	Водолей, Пегас	24	Монду/ Сатха Бхисаг	Водолей
13	Ши	Пегас	25	Тумдод/ Пурва Бхадрапада	Пегас
14	Би	Андромеда, Пегас	26	Туммад/ Уттара Бхадрапада	Пегас-Андромеда
15	Куй	Рыбы	27	Намду/Ревати	Рыбы
16	Лоу	Овен	28	Тагир/Ашвини	Овен
17	Вэй	Овен	1	Брани/Бхарани	Овен
18	Мао	Телец	2	Гирдиг/Криттика	Плеяды
19	Би	Гиady,	3	Нарма/Рахини	Телец
20	Цзуй	Орион	4	Го/Мричаширша	Орион
21	Шэнь	Орион	5	Ляг/Ардра	Ригель
22	Цзин	Близнецы	6	Насо/Пунарваса	Близнецы
23	Гуй	Рак	7	Жад/Пушья	Сириус, Рак
24	Лю	Гидра	8	Гаг/Ашлеша	Гидра
25	Син	Гидра	9	Чу/Магха	Гидра
26	Чжан	Гидра	10	Дэ/ПурваПхалгуни	Лев
27	И	Чаша, Кентавр	11	Бо/Уттара Пхалгуни	Лев
28	Чжэн	Ворон	12	Мэши/ Хаста	Чаша, Ворон



## Годовой и суточный цикл 28-ми созвездий

№ созв	Дата календаря	Сторона света	Время	Созв.	Зодиак [32]
1	23 апреля – 6 мая	В	13:10	Цзяо	Син. дракон
2	10 апреля – 22 апр.	В	14:01	Кан	Дракон
3	28 марта – 9 апр.	В	14:53	Ди	Барсук
4	15 марта – 27 март	С-В	15:44	Фан	Заяц
5	3 марта – 14 марта	С-В	16:36	Синь	Лиса
6	17 февраля – 2 март	С-В	17:27	Вэй	Тигр
7	5 февраля – 16 фев.	С-В	18:19	Цзи	Леопард
8	23 января – 4 фев.	С	19:10	Доу	Гриф
9	10 января – 22 янв.	С	20:01	Ню	Корова
10	29 декабря – 9 янв.	С	20:53	Нюй	Лет. мышь
11	16 декабря – 28 дек.	С	21:44	Сюй	Мышь
12	4 декабря – 15 дек.	С-З	22:36	Вэй	Ласточка
13	21 ноября – 2 дек.	С-З	23:27	Ши	Свинья
14	8 ноября – 20 нояб.	С-З	00:19	Би	Дикобраз
15	20 октября – 7 нояб.	С-З	01:10	Куй	Волк
16	13 октября – 25 окт.	З	02:01	Лоу	Собака
17	30 сентября – 12 окт.	З	02:53	Вэй	Фазан
18	17 сентября – 29 сент.	З	03:44	Мао	Курица
19	4 сентября – 16 сент.	Ю-З	04:36	Би	Ворона
20	21 августа – 3 сент.	Ю-З	05:27	Цзуй	Мартышка
21	9 августа – 20 авг.	Ю-З	06:19	Шэнь	Обезьяна
22	26 июля – 8 авг.	Ю	07:10	Цзин	Тапир
23	12 июля – 25 июля	Ю	08:01	Гуй	Баран
24	29 июня – 11 июля	Ю	08:53	Лю	Серна
25	15 июня – 28 июня	Ю	09:44	Син	Лошадь
26	2 июня – 14 июня	Ю-В	10:36	Чжан	Олень
27	20 мая – 1 июля	Ю-В	11:27	И	Змея
28	7 мая – 19 мая	Ю-В	12:19	Чжэн	Червяк

## 1.4. ТАБЛИЦЫ ЛУННОГО КАЛЕНДАРЯ (СИНОДИЧЕСКИЙ МЕСЯЦ) В ПЕРИОД С 2009 – 2011 Г.Г.

### Обзор и инструкция к применению

*Практическое применение Лунного календаря в лечебно-профилактической чжэнь цзю терапии (как области малой хирургии) состоит в том, что древними мудрецами были разработаны подробные рекомендации по запрету на проведение терапевтических сеансов в определенные дни Синодического Лунного месяца. Это начальные два дня лунного месяца (фаза новолуния), а также в 9-й, 19-й и 29-й лунные дни сеансы терапии не желательны (при условии 29 дней в месяце). В полнолуние согласно заветам древних врачей (т.е. 14-16 лунные сутки) проводить технику тонизации Ци крайне не желательно. Организм наполняется энергией естественным образом.*

*В полнолуние рекомендуется (с учетом терапевтической ситуации) проводить технику седатации («се»), или выпускания энергии Ци, в случае, если в этом есть терапевтическая необходимость.*

В дни новолуний (1-2, 29-30 дни синодического месяца) проводить технику седатации – выпускания Ци, также не рекомендуется, если в этом нет практической необходимости. Если же Вы работаете гармонизирующим методом терапии, то, в этом случае следует проявлять особую внимательность в указанные периоды Лунного месяца.

**Запрет на проведение лечения (чжэнь цзю, лечебный массаж и т.п.) относится к проведению этих сеансов в дни Лунных и Солнечных затмений.**

При соблюдении выше указанных правил, может заметно повыситься лечебно-профилактический эффект терапии. Врачеватели древности во все времена уделяли много времени изучению вопросов Космического влияния на организм человека. В связи чем, знанию «звездных дисциплин» (астрономии, астрологии, космологии) в древних школах врачевания уделялось первостепенное значение

Лечебно-профилактическая деятельность основывалась в первую очередь на знании влияния Небесных тел на организм человека. Учету хронологических параметров: времени года, времени суток на текущий момент времени и циклов влияния всех ближайших небесных тел придавалось важное прикладное значение.

## Инструкция к применению

1-ая слева вертикальная колонка – обозначает 4 фазы синодического лунного месяца. Лунный месяц в Китае – это промежуток времени между двумя последовательными новолуниями. Новолуние – местоположение Луны в соединении с Солнцем на одном радиусе по отношению к Земному наблюдателю. А также период времени, когда Луны не видно на звездном небе, т.е. первые два дня лунного месяца, и до появления узкого серпа Луны на третий день.

2-ая колонка – обозначает количество дней в синодическом месяце (от 1 до 30 дней). В лунном месяце Китайского календаря может быть 29 или 30 дней. Лунный месяц в 29 дней – обозначается «малым месяцем», если 30 дней – «большим месяцем». Каждые три Солнечных года, в Лунном году может быть 13 лунных месяцев. Дополнительный месяц будет вставляться в случае, когда между двумя зимними Солнцеворотами (22 декабря) в году насчитывается 13 новолуний. Данный месяц при этом дублирует предыдущий «параметр» (лунного месяца) и именуется словом «вставной». Лунные месяцы – это горизонтальные колонки, обладают собственной нумерацией. Кроме этого, они имеют названия по Китайскому 60-ти фазному Лунно-Солнечному календарю, который образован из сочетания трех циклов: 10-теричного Лунного, 12-теричного Солнечного и «12-ти животных сидерического круга Юпитера».

3-я колонка – обозначает месяц года по Восточному (Китайскому) календарю и включает в себя три подраздела:

- Календарная дата года по современному календарю.
- День недели.

• (№) **Номер** созвездия в одном сидерическом месяце (цикл 28-ми созвездий Лунно-Солнечного Зодиака).

Начальный (1-й) месяц в Китайском Лунном календаре всегда носил название «тигр» («барс»). Каждый год, Новый год по Восточному (Китайскому) календарю начинается с лунного месяца циклического знака «тигр». В течение 5-тилетнего цикла (или, 60 лунных синодических месяцев) будет меняться каждый новый год только «цвет тигра». От «красного тигра (цикл № 3), затем – желтый тигр (цикл № 15), белый тигр (цикл № 27), черный тигр (цикл № 39) и до синего тигра (цикл № 51)» и т.д.

Таблица «Знаки 5-ти тигров начинают новый год».

Год	Начало года	Цикл 10-ти (цвет)	Цикл 12-ти знаков	№ цикла месяца 1\60
2009	26 января	Красный	Тигр (барс)	№ 3
2010	14 февраля	Желтый	Тигр	№ 15
2011	3 февраля	Белый	Тигр	№ 27
2012	23 января	Черный	Тигр	№ 39
2013	10 февраля	Синий	Тигр	№ 51

**Пример 1: рассмотрим 1-й лунный месяц 2009 года.**

**Восточный Новый год** – 26 января по современному календарю (стилю).

Год «желтого вола» – год двойного влияния стихии «Земля» (зз). Цикл года по Восточному календарю № 26. Год «инь» (номер цикла года четный). Номера циклов лет смотрите в специальной таблице – 60-тилетний цикл Восточного календаря.

В первом месяце, месяце «красного тигра» (цикл месяца № 3) насчитывается 30 лунных дней – и носит название «большой» лунный месяц. Далее, две большие буквы «ОД» означают сочетание стихий в течение месяца – стихии «огня и дерева».

Данный месяц считается «Ян» (нечетным).

Месяц начинается 26 января 2009 года, день недели – понедельник (Пн).

№ созвездия дня – 26.

Месяц заканчивается в 30 лунный день – 24 февраля, день недели – вторник (Вт). № созвездия этого дня – 27.

**Пример 2: второй лунный месяц 2009 года.**

Следующий лунный месяц – месяц «красного зайца». Обозначается маленькими буквами «од». Они обозначают взаимодействие стихий «огня инь и дерева инь» в течение месяца.

Номер цикла месяца № 4, цикл четный – «инь».

Во 2-ом месяце 30 лунных дней – это «большой месяц».

Месяц начинается 25 февраля, день недели – среда (Ср), № созвездия дня – 28.

Месяц заканчивается – 26 марта, в 30-й лунный день 2-го лунного месяца, день недели – четверг (Чт), № созвездия – 1.

**Пример 3: 7-й лунный месяц 2009 года.**

Месяц «черной обезьяны» (ВМ). Содержит две большие буквы «ВМ». Образуется из сочетания стихий «металла и воды», которые взаимодействуют между собой в течение данного месяца. Цикл месяца № 9. Цикл «Ян» – нечетный.

Месяц «большой» – продолжительностью 30 дней.

Начало месяца – 20 августа 2009 года. Это первый лунный день 7-го лунного месяца, месяца «черной обезьяны» (ВМ, цикл № 9). День недели – Четверг (Чт), № созвездия дня – 8.

Месяц закончится в пятницу (Пт) – 18 сентября, № созвездия дня – 9.

В Китайском (Восточном) календаре «встречается» вставной 13-й месяц, который дублирует все параметры предыдущего лунного месяца. Ближайший год со вставным лунным месяцем – 2009 (5-й лунный вставной месяц, с 23 июня по 21 июля включительно, количество лунных дней в месяце – 29).

***Вставной(13-й) лунный месяц во многом идентичен предыдущему месяцу, за исключением 3-х параметров:***

- «вставной месяц» может насчитывать как 29, так и 30 лунных дней;
- отсчет номера цикла дня по 60-ти фазному циклу имеет отдельную нумерацию;
- календарные даты текущего месяца в нем различны.

### Дополнение.

В Китайской Лунно-Солнечно-Юпитерной календарной системе отсчет хронологических «параметров» осуществляется по 60-ти фазному циклу. Этот цикл измеряет и обозначает, следующие аспекты промежутков времени:

- цикл лет (60 лет);
- цикл 12-ти лунных месяцев (синодических, или месяц смены лунных фаз);
- цикл 12-ти Солнечных месяцев;
- цикл дней (суток);
- цикл 2-х часовых промежутков времени.

Основной 60-ти фазный цикл считается в Китае естественной энергетической календарной системой для выражения качества и направления потока (стороны горизонта) изначальной энергии Ци в любое заданное время. Для времяисчисления в Китае, в странах Дальнего Востока и Юго-Восточной Азии использовались восемь (ба гуа) символов. Четыре «Небесных Ствола» (из 10) в сочетании с четырьмя «Земными ветвями» (из 12) образовывали пары (биномы). Каждая пара состояла из двух символов: «Небесного ствола» (знака-иероглифа, стоящего впереди) и символа «Земной ветви» (второй параметр в паре).

«Полный набор гороскопа личности» состоял из 4-х пар совмещенных символов. Так, одна пара символов указывала год, другая месяц (лунный), третья – день, а четвертая пара символов - «стражу – чэнь», или промежуток времени равный 2-м часам европейской хронологии (в среднем).

Пятой парой считается – Солнечный месяц, который также имеет нумерацию по 60-ти фазному календарю (циклу), и отличается от бинома лунного месяца на два знака (отсчет ведется к началу цикла). Символы «Небесных стволов и Земных ветвей» в Китае обозначались иероглифами. В настоящее время, в отечественной литературе с целью удобства применения, эти символы «изменены» на литеры русского алфавита.


См. соответствующие темы книги: Восточный зодиак, цикл 10-ти и 12-ти знаков, Образование 60-ти фазного Лунно-Солнечного календаря.

## Лунный календарь на 2009 г.

С 26 января – 24 апреля

Год Желтого Вола (зз)

Новый год по восточному календарю начнется 26-го января


№ 	1 месяц красного тигра (ОД) № 3			2 месяц красного зайца (од) № 4			3 месяц жёлтого дракона (зз) № 5		
1	26 янв	Пн	26	25 фев	Ср	28	27 март	Пт	2
2	27	Вт	27	26	Чт	1	28	Сб	3
3	28	Ср	28	27	Пт	2	29	Вс	4
4	29	Чт	1	28 фев	Сб	3	30	Пн	5
5	30	Пт	2	1 март	Вс	4	31 март	Вт	6
6	31 янв	Сб	3	2	Пн	5	1 апр	Ср	7
7	1 фев	Вс	4	3	Вт	6	2	Чт	8
8	2	Пн	5	4	Ср	7	3	Пт	9
9	3	Вт	6	5	Чт	8	4	Сб	10
10	4	Ср	7	6	Пт	9	5	Вс	11
11	5	Чт	8	7	Сб	10	6	Пн	12
12	6	Пт	9	8	Вс	11	7	Вт	13
13	7	Сб	10	9	Пн	12	8	Ср	14
14	8	Вс	11	10	Вт	13	9	Чт	15
15	9	Пн	12	11	Ср	14	10	Пт	16
16	10	Вт	13	12	Чт	15	11	Сб	17
17	11	Ср	14	13	Пт	16	12	Вс	18
18	12	Чт	15	14	Сб	17	13	Пн	19
19	13	Пт	16	15	Вс	18	14	Вт	20
20	14	Сб	17	16	Пн	19	15	Ср	21
21	15	Вс	18	17	Вт	20	16	Чт	22
22	16	Пн	19	18	Ср	21	17	Пт	23
23	17	Вт	20	19	Чт	22	18	Сб	24
24	18	Ср	21	20	Пт	23	19	Вс	25
25	19	Чт	22	21	Сб	24	20	Пн	26
26	20	Пт	23	22	Вс	25	21	Вт	27
27	21	Сб	24	23	Пн	26	22	Ср	28
28	22	Вс	25	24	Вт	27	23	Чт	1
29	23	Пн	26	25	Ср	28	24 апр	Пт	2
30	24 фев	Вт	27	26 мар	Чт	1			

**Лунный календарь – 2009 г.  
с 25 апреля – 21 июля**

№ ●	4 месяц жёлтой змеи (зо) № 6			5 месяц белой лошади (МО) № 7			5 – вставной, белой лошади (МО) № 7		
1	<b>25 апр</b>	Сб	3	<b>24 май</b>	Вс	4	23 июнь	Вт	6
2	26	Вс	4	25	Пн	5	24	Ср	7
3	27	Пн	5	26	Вт	6	25	Чт	8
4	28	Вт	6	27	Ср	7	26	Пт	9
5	29	Ср	7	28	Чт	8	27	Сб	10
6	<b>30 апр</b>	Чт	8	29	Пт	9	28	Вс	11
7	<b>1 май</b>	Пт	9	30	Сб	10	29	Пн	12
8	2	Сб	10	<b>31 май</b>	Вс	11	30 июнь	Вт	13
9	3	Вс	11	<b>1 июнь</b>	Пн	12	<b>1 июль</b>	Ср	14
10	4	Пн	12	2	Вт	13	2	Чт	15
11	5	Вт	13	3	Ср	14	3	Пт	16
12	6	Ср	14	4	Чт	15	4	Сб	17
13	7	Чт	15	5	Пт	16	5	Вс	18
14	8	Пт	16	6	Сб	17	6	Пн	19
15	9	Сб	17	7	Вс	18	7	Вт	20
16	10	Вс	18	8	Пн	19	8	Ср	21
17	11	Пн	19	9	Вт	20	9	Чт	22
18	12	Вт	20	10	Ср	21	10	Пт	23
19	13	Ср	21	11	Чт	22	11	Сб	24
20	14	Чт	22	12	Пт	23	12	Вс	25
21	15	Пт	23	13	Сб	24	13	Пн	26
22	16	Сб	24	14	Вс	25	14	Вт	27
23	17	Вс	25	15	Пн	26	15	Ср	28
24	18	Пн	26	16	Вт	27	16	Чт	1
25	19	Вт	27	17	Ср	28	17	Пт	2
26	20	Ср	28	18	Чт	1	18	Сб	3
27	21	Чт	1	19	Пт	2	19	Вс	4
28	22	Пт	2	20	Сб	3	20	Пн	5
29	<b>23 май</b>	Сб	3	21	Вс	4	<b>21июль</b>	Вт	6
30				<b>22июнь</b>	Пн	5			



**Лунный календарь – 2009 г.  
с 22 июля – 18 сентября**

№ 	6 месяц белой овцы (мз) № 8			7 месяц чёрной обезьяны (вм) № 9		
1	<b>22 июль</b>	Ср	7	<b>20 авг</b>	Чт	8
2	23	Чт	8	21	Пт	9
3	24	Пт	9	22	Сб	10
4	25	Сб	10	23	Вс	11
5	26	Вс	11	24	Пн	12
6	27	Пн	12	25	Вт	13
7	28	Вт	13	26	Ср	14
8	29	Ср	14	27	Чт	15
9	30	Чт	15	28	Пт	16
10	<b>31 июля</b>	Пт	16	29	Сб	17
11	<b>1 авг</b>	Сб	17	30	Вс	18
12	2	Вс	18	<b>31 авг</b>	Пн	19
13	3	Пн	19	<b>1 сент</b>	Вт	20
14	4	Вт	20	2	Ср	21
15	5	Ср	21	3	Чт	22
16	6	Чт	22	4	Пт	23
17	7	Пт	23	5	Сб	24
18	8	Сб	24	6	Вс	25
19	9	Вс	25	7	Пн	26
20	10	Пн	26	8	Вт	27
21	11	Вт	27	9	Ср	28
22	12	Ср	28	10	Чт	1
23	13	Чт	1	11	Пт	2
24	14	Пт	2	12	Сб	3
25	15	Сб	3	13	Вс	4
26	16	Вс	4	14	Пн	5
27	17	Пн	5	15	Вт	6
28	18	Вт	6	16	Ср	7
29	<b>19 авг</b>	Ср	7	17	Чт	8
30				<b>18 сент</b>	Пт	9

**Лунный календарь – 2009 г.  
с 19 сентября – 16 ноября**

№ ●	8 месяц чёрного петуха (вм) № 10			9 месяц синей собаки (ДЗ) № 11		
1	<b>19 сен</b>	Сб	10	<b>18 окт</b>	Вс	11
2	20	Вс	11	19	Пн	12
3	21	Пн	12	20	Вт	13
4	22	Вт	13	21	Ср	14
5	23	Ср	14	22	Чт	15
6	24	Чт	15	23	Пт	16
7	25	Пт	16	24	Сб	17
8	26	Сб	17	25	Вс	18
9	27	Вс	18	26	Пн	19
10	28	Пн	19	27	Вт	20
11	29	Вт	20	28	Ср	21
12	<b>30 сен</b>	Ср	21	29	Чт	22
13	<b>1 окт</b>	Чт	22	30	Пт	23
14	2	Пт	23	<b>31 окт</b>	Сб	24
15	3	Сб	24	<b>1 ноя</b>	Вс	25
16	4	Вс	25	2	Пн	26
17	5	Пн	26	3	Вт	27
18	6	Вт	27	4	Ср	28
19	7	Ср	28	5	Чт	1
20	8	Чт	1	6	Пт	2
21	9	Пт	2	7	Сб	3
22	10	Сб	3	8	Вс	4
23	11	Вс	4	9	Пн	5
24	12	Пн	5	10	Вт	6
25	13	Вт	6	11	Ср	7
26	14	Ср	7	12	Чт	8
27	15	Чт	8	13	Пт	9
28	16	Пт	9	14	Сб	10
29	<b>17 окт</b>	Сб	10	15	Вс	11
30				<b>16 нояб</b>	Пн	12


**Лунный календарь – 2009 г.  
с 17 ноября – 13 февраля 2010 г.**

№ ●	10 месяц синего кабана (дв) № 12			11 месяц красной мыши (ОВ) № 13			12 месяц красного вола (оз) № 14		
1	<b>17 ноя</b>	Вт	13	<b>16 дек</b>	Ср	14	<b>15 янв</b>	Пт	16
2	18	Ср	14	17	Чт	15	16	Сб	17
3	19	Чт	15	18	Пт	16	17	Вс	18
4	20	Пт	16	19	Сб	17	18	Пн	19
5	21	Сб	17	20	Вс	18	19	Вт	20
6	22	Вс	18	21	Пн	19	20	Ср	21
7	23	Пн	19	22	Вт	20	21	Чт	22
8	24	Вт	20	23	Ср	21	22	Пт	23
9	25	Ср	21	24	Чт	22	23	Сб	24
10	26	Чт	22	25	Пт	23	24	Вс	25
11	27	Пт	23	26	Сб	24	25	Пн	26
12	28	Сб	24	27	Вс	25	26	Вт	27
13	29	Вс	25	28	Пн	26	27	Ср	28
14	<b>30 ноя</b>	Пн	26	29	Вт	27	28	Чт	1
15	<b>1 дек</b>	Вт	27	30	Ср	28	29	Пт	2
16	2	Ср	28	<b>31 дек</b>	Чт	1	30	Сб	3
17	3	Чт	1	<b>1 янв</b>	Пт	2	<b>31 янв</b>	Вс	4
18	4	Пт	2	2	Сб	3	<b>1 фев</b>	Пн	5
19	5	Сб	3	3	Вс	4	2	Вт	6
20	6	Вс	4	4	Пн	5	3	Ср	7
21	7	Пн	5	5	Вт	6	4	Чт	8
22	8	Вт	6	6	Ср	7	5	Пт	9
23	9	Ср	7	7	Чт	8	6	Сб	10
24	10	Чт	8	8	Пт	9	7	Вс	11
25	11	Пт	9	9	Сб	10	8	Пн	12
26	12	Сб	10	10	Вс	11	9	Вт	13
27	13	Вс	11	11	Пн	12	10	Ср	14
28	14	Пн	12	12	Вт	13	11	Чт	15
29	<b>15 дек</b>	Вт	13	13	Ср	14	12	Пт	16
30				<b>14 янв</b>	Чт	15	<b>13 фев</b>	Сб	17

## Лунный календарь – 2010 г. с 14 февраля – 13 мая

## Год Белого Тигра (МД)

## Новый год по восточному календарю – 14 февраля

№ 	1 месяц жёлтого тигра (ЗД) № 15			2 месяц жёлтого зайца (зд) № 16			3 месяц белого дракона (МЗ) № 17		
1	<b>14 фев</b>	Вс	18	<b>16 март</b>	Вт	20	<b>14 апр</b>	Ср	21
2	15	Пн	19	17	Ср	21	15	Чт	22
3	16	Вт	20	18	Чт	22	16	Пт	23
4	17	Ср	21	19	Пт	23	17	Сб	24
5	18	Чт	22	20	Сб	24	18	Вс	25
6	19	Пт	23	21	Вс	25	19	Пн	26
7	20	Сб	24	22	Пн	26	20	Вт	27
8	21	Вс	25	23	Вт	27	21	Ср	28
9	22	Пн	26	24	Ср	28	22	Чт	1
10	23	Вт	27	25	Чт	1	23	Пт	2
11	24	Ср	28	26	Пт	2	24	Сб	3
12	25	Чт	1	27	Сб	3	25	Вс	4
13	26	Пт	2	28	Вс	4	26	Пн	5
14	27	Сб	3	29	Пн	5	27	Вт	6
15	<b>28 фев</b>	Вс	4	30	Вт	6	28	Ср	7
16	<b>1 март</b>	Пн	5	<b>31 март</b>	Ср	7	29	Чт	8
17	2	Вт	6	<b>1 апр</b>	Чт	8	<b>30 апр</b>	Пт	9
18	3	Ср	7	2	Пт	9	<b>1 май</b>	Сб	10
19	4	Чт	8	3	Сб	10	2	Вс	11
20	5	Пт	9	4	Вс	11	3	Пн	12
21	6	Сб	10	5	Пн	12	4	Вт	13
22	7	Вс	11	6	Вт	13	5	Ср	14
23	8	Пн	12	7	Ср	14	6	Чт	15
24	9	Вт	13	8	Чт	15	7	Пт	16
25	10	Ср	14	9	Пт	16	8	Сб	17
26	11	Чт	15	10	Сб	17	9	Вс	18
27	12	Пт	16	11	Вс	18	10	Пн	19
28	13	Сб	17	12	Пн	19	11	Вт	20
29	14	Вс	18	<b>13 апр</b>	Вт	20	12	Ср	21
30	<b>15 март</b>	Пн	19				<b>13 май</b>	Чт	22

**Лунный календарь – 2010 г.  
с 14 мая – 9 августа**

№ ●	4 месяц белой змеи (мо) № 18			5 месяц чёрной лошади (ВО) № 19			6 месяц чёрной овцы (ВЗ) № 20		
1	14 май	Пт	23	12 июнь	Сб	24	12 июль	Пн	26
2	15	Сб	24	13	Вс	25	13	Вт	27
3	16	Вс	25	14	Пн	26	14	Ср	28
4	17	Пн	26	15	Вт	27	15	Чт	1
5	18	Вт	27	16	Ср	28	16	Пт	2
6	19	Ср	28	17	Чт	1	17	Сб	3
7	20	Чт	1	18	Пт	2	18	Вс	4
8	21	Пт	2	19	Сб	3	19	Пн	5
9	22	Сб	3	20	Вс	4	20	Вт	6
10	23	Вс	4	21	Пн	5	21	Ср	7
11	24	Пн	5	22	Вт	6	22	Чт	8
12	25	Вт	6	23	Ср	7	23	Пт	9
13	26	Ср	7	24	Чт	8	24	Сб	10
14	27	Чт	8	25	Пт	9	25	Вс	11
15	28	Пт	9	26	Сб	10	26	Пн	12
16	29	Сб	10	27	Вс	11	27	Вт	13
17	30	Вс	11	28	Пн	12	28	Ср	14
18	31 май	Пн	12	29	Вт	13	29	Чт	15
19	1 июнь	Вт	13	30 июнь	Ср	14	30	Пт	16
20	2	Ср	14	1 июль	Чт	15	31 июль	Сб	17
21	3	Чт	15	2	Пт	16	1 авг	Вс	18
22	4	Пт	16	3	Сб	17	2	Пн	19
23	5	Сб	17	4	Вс	18	3	Вт	20
24	6	Вс	18	5	Пн	19	4	Ср	21
25	7	Пн	19	6	Вт	20	5	Чт	22
26	8	Вт	20	7	Ср	21	6	Пт	23
27	9	Ср	21	8	Чт	22	7	Сб	24
28	10	Чт	22	9	Пт	23	8	Вс	25
29	11 июнь	Пт	23	10	Сб	24	9 авг	Пн	26
30				11 июль	Вс	25			


**Лунный календарь – 2010 г.  
с 10 августа – 5 ноября**

№ ●	7 месяц синей обезьяны (ДМ) № 21			8 месяц синего петуха (дм) № 22			9 месяц красной собаки (ОЗ) № 23		
1	<b>10 авг</b>	Вт	27	<b>8 сент</b>	Ср	28	<b>8 окт</b>	Пт	2
2	11	Ср	28	9	Чт	1	9	Сб	3
3	12	Чт	1	10	Пт	2	10	Вс	4
4	13	Пт	2	11	Сб	3	11	Пн	5
5	14	Сб	3	12	Вс	4	12	Вт	6
6	15	Вс	4	13	Пн	5	13	Ср	7
7	16	Пн	5	14	Вт	6	14	Чт	8
8	17	Вт	6	15	Ср	7	15	Пт	9
9	18	Ср	7	16	Чт	8	16	Сб	10
10	19	Чт	8	17	Пт	9	17	Вс	11
11	20	Пт	9	18	Сб	10	18	Пн	12
12	21	Сб	10	19	Вс	11	19	Вт	13
13	22	Вс	11	20	Пн	12	20	Ср	14
14	23	Пн	12	21	Вт	13	21	Чт	15
15	24	Вт	13	22	Ср	14	22	Пт	16
16	25	Ср	14	23	Чт	15	23	Сб	17
17	26	Чт	15	24	Пт	16	24	Вс	18
18	27	Пт	16	25	Сб	17	25	Пн	19
19	28	Сб	17	26	Вс	18	26	Вт	20
20	29	Вс	18	27	Пн	19	27	Ср	21
21	30	Пн	19	28	Вт	20	28	Чт	22
22	<b>31 авг</b>	Вт	20	29	Ср	21	29	Пт	23
23	<b>1 сент</b>	Ср	21	<b>30 сен</b>	Чт	22	30	Сб	24
24	2	Чт	22	<b>1 окт</b>	Пт	23	<b>31 окт</b>	Вс	25
25	3	Пт	23	2	Сб	24	<b>1 нояб</b>	Пн	26
26	4	Сб	24	3	Вс	25	2	Вт	27
27	5	Вс	25	4	Пн	26	3	Ср	28
28	6	Пн	26	5	Вт	27	4	Чт	1
29	<b>7 сент</b>	Вт	27	6	Ср	28	<b>5 нояб</b>	Пт	2
30				<b>7 окт</b>	Чт	1			

**Лунный календарь – 2010 г.  
с 6 ноября – до 2 февраля 2011 г.**

№ ●	10 месяц красного кабана (ов) № 24			11 месяц жёлтой мыши (ЗВ) № 25			12 месяц жёлтого вола (ЗЗ) № 26		
1	<b>6 нояб</b>	Сб	3	<b>6 дек</b>	Пн	5	<b>4 янв</b>	Вт	6
2	7	Вс	4	7	Вт	6	5	Ср	7
3	8	Пн	5	8	Ср	7	6	Чт	8
4	9	Вт	6	9	Чт	8	7	Пт	9
5	10	Ср	7	10	Пт	9	8	Сб	10
6	11	Чт	8	11	Сб	10	9	Вс	11
7	12	Пт	9	12	Вс	11	10	Пн	12
8	13	Сб	10	13	Пн	12	11	Вт	13
9	14	Вс	11	14	Вт	13	12	Ср	14
10	15	Пн	12	15	Ср	14	13	Чт	15
11	16	Вт	13	16	Чт	15	14	Пт	16
12	17	Ср	14	17	Пт	16	15	Сб	17
13	18	Чт	15	18	Сб	17	16	Вс	18
14	19	Пт	16	19	Вс	18	17	Пн	19
15	20	Сб	17	20	Пн	19	18	Вт	20
16	21	Вс	18	21	Вт	20	19	Ср	21
17	22	Пн	19	22	Ср	21	20	Чт	22
18	23	Вт	20	23	Чт	22	21	Пт	23
19	24	Ср	21	24	Пт	23	22	Сб	24
20	25	Чт	22	25	Сб	24	23	Вс	25
21	26	Пт	23	26	Вс	25	24	Пн	26
22	27	Сб	24	27	Пн	26	25	Вт	27
23	28	Вс	25	28	Вт	27	26	Ср	28
24	29	Пн	26	29	Ср	28	27	Чт	1
25	<b>30 нояб</b>	Вт	27	30	Чт	1	28	Пт	2
26	<b>1 дек</b>	Ср	28	<b>31 дек</b>	Пт	2	29	Сб	3
27	2	Чт	1	<b>1 янв</b>	Сб	3	30	Вс	4
28	3	Пт	2	2	Вс	4	<b>31 янв</b>	Пн	5
29	4	Сб	3	<b>3 янв</b>	Пн	5	<b>1 фев</b>	Вт	6
30	<b>5 дек</b>	Вс	4				<b>2 фев</b>	Ср	7

**Лунный календарь – 2011 г.**  
**Год белого зайца (мд) с 3 февраля – 2 мая.**

№ 	1 месяц белого тигра (МД) № 27			2 месяц белого зайца (мд) № 28			3 месяц черного дракона (ВЗ) № 29		
1	<b>3 фев</b>	Чт	8	<b>5 март</b>	Сб	10	<b>3 апр</b>	Вс	11
2	4	Пт	9	6	Вс	11	4	Пн	12
3	5	Сб	10	7	Пн	12	5	Вт	13
4	6	Вс	11	8	Вт	13	6	Ср	14
5	7	Пн	12	9	Ср	14	7	Чт	15
6	8	Вт	13	10	Чт	15	8	Пт	16
7	9	Ср	14	11	Пт	16	9	Сб	17
8	10	Чт	15	12	Сб	17	10	Вс	18
9	11	Пт	16	13	Вс	18	11	Пн	19
10	12	Сб	17	14	Пн	19	12	Вт	20
11	13	Вс	18	15 март	Вт	20	13	Ср	21
12	14	Пн	19	16	Ср	21	14	Чт	22
13	<b>15 фев</b>	Вт	20	17	Чт	22	<b>15 апр</b>	Пт	23
14	16	Ср	21	18	Пт	23	16	Сб	24
15	17	Чт	22	19	Сб	24	17	Вс	25
16	18	Пт	23	20	Вс	25	18	Пн	26
17	19	Сб	24	21	Пн	26	19	Вт	27
18	20	Вс	25	22	Вт	27	20	Ср	28
19	21	Пн	26	23	Ср	28	21	Чт	1
20	22	Вт	27	24	Чт	1	22	Пт	2
21	23	Ср	28	25	Пт	2	23	Сб	3
22	24	Чт	1	26	Сб	3	24	Вс	4
23	25	Пт	2	27	Вс	4	25	Пн	5
24	26	Сб	3	28	Пн	5	26	Вт	6
25	27	Вс	4	29	Вт	6	27	Ср	7
26	28	Пн	5	30	Ср	7	28	Чт	8
27	<b>1 марта</b>	Вт	6	31	Чт	8	29	Пт	9
28	2	Ср	7	<b>1 апр</b>	Пт	9	30	Сб	10
29	3	Чт	8	2	Сб	10	<b>1 мая</b>	Вс	11
30	<b>4 марта</b>	Пт	9				<b>2 мая</b>	Пн	12



**Лунный календарь – 2011 г.  
с 3 мая – 30 июля.**

№ ●	4 месяц черной змеи (во) № 30			5 месяц синей лошади (ДО) № 31			6 месяц синей овцы (ДЗ) № 32		
1	3 мая	Вт	13	2 июня	Ср	15	1 июля	Пт	16
2	4	Ср	14	3	Пт	16	2	Сб	17
3	5	Чт	15	4	Сб	17	3	Вс	18
4	6	Пт	16	5	Вс	18	4	Пн	19
5	7	Сб	17	6	Пн	19	5	Вт	20
6	8	Вс	18	7	Вт	20	6	Ср	21
7	9	Пн	19	8	Ср	21	7	Чт	22
8	10	Вт	20	9	Чт	22	8	Пт	23
9	11	Ср	21	10	Пт	23	9	Сб	24
10	12	Чт	22	11	Сб	24	10	Вс	25
11	13	Пт	23	12	Вс	25	11	Пн	26
12	14	Сб	24	13	Пн	26	12	Вт	27
13	15 мая	Вс	25	14	Вт	27	13	Ср	28
14	16	Пн	26	15 июнь	Ср	28	14	Чт	1
15	17	Вт	27	16	Чт	1	15 июля	Пт	2
16	18	Ср	28	17	Пт	2	16	Сб	3
17	19	Чт	1	18	Сб	3	17	Вс	4
18	20	Пт	2	19	Вс	4	18	Пн	5
19	21	Сб	3	20	Пн	5	19	Вт	6
20	22	Вс	4	21	Вт	6	20	Ср	7
21	23	Пн	5	22	Ср	7	21	Чт	8
22	24	Вт	6	23	Чт	8	22	Пт	9
23	25	Ср	7	24	Пт	9	23	Сб	10
24	26	Чт	8	25	Сб	10	24	Вс	11
25	27	Пт	9	26	Вс	11	25	Пн	12
26	28	Сб	10	27	Пн	12	26	Вт	13
27	29	Вс	11	28	Вт	13	27	Ср	14
28	30	Пн	12	29	Ср	14	28	Чт	15
29	31	Вт	13	30 июн	Чт	15	29	Пт	16
30	1 июня	Ср	14				30 июля	Сб	17

**Лунный календарь – 2011 г.  
с 31 июля – 26 октября**

№ ●	7 месяц красной обезьяны (ОМ) № 33			8 месяц красной курицы (ом) № 34			9 месяц желтой собаки (3Z) № 35		
1	<b>31 июля</b>	Вс	18	<b>29 авг</b>	Пн	19	<b>27 сент</b>	Вт	20
2	<b>1 авг</b>	Пн	19	30	Вт	20	28	Ср	21
3	2	Вт	20	31	Ср	21	29	Чт	22
4	3	Ср	21	<b>1 сент</b>	Чт	22	30	Пт	23
5	4	Чт	22	2	Пт	23	<b>1 окт</b>	Сб	24
6	5	Пт	23	3	Сб	24	2	Вс	25
7	6	Сб	24	4	Вс	25	3	Пн	26
8	7	Вс	25	5	Пн	26	4	Вт	27
9	8	Пн	26	6	Вт	27	5	Ср	28
10	9	Вт	27	7	Ср	28	6	Чт	1
11	10	Ср	28	8	Чт	1	7	Пт	2
12	11	Чт	1	9	Пт	2	8	Сб	3
13	12	Пт	2	10	Сб	3	9	Вс	4
14	13	Сб	3	11	Вс	4	10	Пн	5
15	14	Вс	4	12	Пн	5	11	Вт	6
16	15 авг	Пн	5	13	Вт	6	12	Ср	7
17	16	Вт	6	14	Ср	7	13	Чт	8
18	17	Ср	7	15 сент	Чт	8	14	Пт	9
19	18	Чт	8	16	Пт	9	15 окт	Сб	10
20	19	Пт	9	17	Сб	10	16	Вс	11
21	20	Сб	10	18	Вс	11	17	Пн	12
22	21	Вс	11	19	Пн	12	18	Вт	13
23	22	Пн	12	20	Вт	13	19	Ср	14
24	23	Вт	13	21	Ср	14	20	Чт	15
25	24	Ср	14	22	Чт	15	21	Пт	16
26	25	Чт	15	23	Пт	16	22	Сб	17
27	26	Пт	16	24	Сб	17	23	Вс	18
28	27	Сб	17	25	Вс	18	24	Пн	19
29	<b>28 авг</b>	Вс	18	<b>26 сент</b>	Пн	19	25	Вт	20
30							<b>26 окт</b>	Ср	21

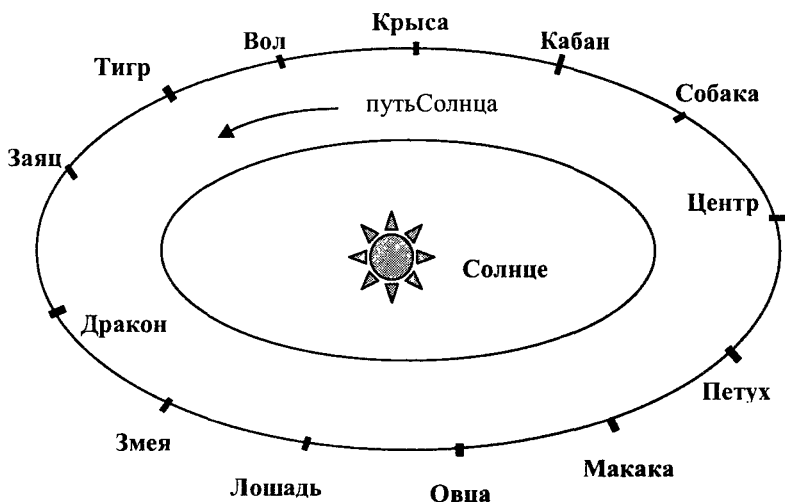
**Лунный календарь – 2011 г.  
с 27 октября – до 22 января 2012 г.**

№ ●	10 месяц желтого кабана (зв) № 36			11 месяц белой мыши (МВ) № 37			12 месяц белого вола (мз) № 38		
1	<b>27 окт</b>	Чт	22	<b>25 ноя</b>	Пт	23	<b>25 дек</b>	Вс	25
2	28	Пт	23	26	Сб	24	26	Пн	26
3	29	Сб	24	27	Вс	25	27	Вт	27
4	30	Вс	25	28	Пн	26	28	Ср	28
5	31	Пн	26	29	Вт	27	29	Чт	1
6	<b>1 нояб</b>	Вт	27	30	Ср	28	30	Пт	2
7	2	Ср	28	<b>1 дек</b>	Чт	1	31	Сб	3
8	3	Чт	1	2	Пт	2	<b>1 янв</b>	Вс	4
9	4	Пт	2	3	Сб	3	2	Пн	5
10	5	Сб	3	4	Вс	4	3	Вт	6
11	6	Вс	4	5	Пн	5	4	Ср	7
12	7	Пн	5	6	Вт	6	5	Чт	8
13	8	Вт	6	7	Ср	7	6	Пт	9
14	9	Ср	7	8	Чт	8	7	Сб	10
15	10	Чт	8	9	Пт	9	8	Вс	11
16	11	Пт	9	10	Сб	10	9	Пн	12
17	12	Сб	10	11	Вс	11	10	Вт	13
18	13	Вс	11	12	Пн	12	11	Ср	14
19	14	Пн	12	13	Вт	13	12	Чт	15
20	15	Вт	13	14	Ср	14	13	Пт	16
21	16	Ср	14	15	Чт	15	14	Сб	17
22	17	Чт	15	16	Пт	16	15	Вс	18
23	18	Пт	16	17	Сб	17	16	Пн	19
24	19	Сб	17	18	Вс	18	17	Вт	20
25	20	Вс	18	19	Пн	19	18	Ср	21
26	21	Пн	19	20	Вт	20	19	Чт	22
27	22	Вт	20	21	Ср	21	20	Пт	23
28	23	Ср	21	22	Чт	22	21	Сб	24
29	<b>24 нояб</b>	Чт	22	23	Пт	23	<b>22 янв</b>	Вс	25
30				<b>24 дек</b>	Сб	24			

## Глава 2

2.1. ВОСТОЧНЫЙ ЗОДИАК.  
ЦИКЛ 12-ТИ ЗНАКОВ. ОБЗОР

Древние китайцы, как и многие народы, выделяли 12 Зодиакальных знаков, которые находились на пути перемещения Солнца по небу. Годовой период обращения Луны (12 синодических месяцев) и Юпитера (период обращения на фоне звездного неба 11,86 лет) «кратны» 12. Астрономы Китая и Индии «разделили круг Юпитера» на 12 равных частей по 30 градусов, как и круг Солнца, и каждой из этих частей дали образ животного из живой природы. Календарь 12-тилетнего животного цикла Юпитера получил широкое распространение в странах Юго-Восточной Азии, во многом благодаря странствующим даосским монахам. Цикл 12-ти животных вначале относился к Солнечному календарю, по которому производились расчеты энергии Ци. Позднее, в 12-тилетний Солнечный цикл были введены лунные месяцы по 29 (малый) или 30 (большой) дней в каждом, и 12-тилетний календарь стал Лунно-Солнечным.



Подобное разделение цикла развития на 12 частей сочеталось с 12-ю месяцами Луны. А также, с 12-ю частями дня и 12-ю частями ночи, с 12-ю десятиричными циклами 5-ти первоэлементов даосской натурфилософии.

Позднее, они станут знаками 4-х сторон горизонта и времен года. Север – это зима и полночь, а юг – это лето и полдень. Следовательно, отсчет циклических знаков Восточного Зодиака начинался в полночь (в китайской традиции с 23.00), со знака «цзы – крыса» [34].

### Циклы и образы 12-ти знаков.

№ 1\12	Циклический знак «Земные ветви»	Образ циклического знака	Период года
1	Цзы (мышь)	колокол	Середина зимы
2	Чоу (вол)	когти	Конец зимы
3	Инь (тигр)	Острые стрелы	Начало весны
4	Мао (заяц)	дверь	Середина весны
5	Чэнь (дракон)	плуг	Конец весны
6	Сы (змея)	ребенок	Начало лета
7	У (лошадь)	бечевка	Середина лета
8	Вэй (овца)	колосок	Конец лета
9	Шэнь (обезьяна)	восстановление	Начало осени
10	Ю (петух)	чашка	Середина осени
11	Сюй (собака)	топор	Конец осени
12	Хай (кабан)	период покоя	Начало зимы

### Дополнение:

Отсчет Лунных месяцев в году начинается с циклического знака «Инь – Тигр». Этот период соответствовал: в годовом цикле – 4-5 февраля, а в суточном цикле – 3 часам утра.

**Цикл 12-ти знаков  
в течение года и в течение дня.**

№	Китайский Зодиак	Время в сутках	Время года	Название (образ) Лунного месяца и его №	Сезон
1	Цзы (мышь)	23-01.00	7-8 дек	11-й (месяц мы- ши)	Зима
2	Чоу (вол)	01-03.00	5-6 янв	12-й (месяц вола)	
3	<b>Инь (тигр)</b>	<b>03-05.00</b>	<b>4-5 фев</b>	<b>1-й (месяц тигра)</b>	Весна
4	Мао (заяц)	05-07.00	5-6 март	2-й (месяц зайца)	
5	Чэнь (дракон)	07-09.00	4-5 апр	3-й (мес. дракона)	
6	Сы (змея)	09-11.00	5-6 мая	4-й (месяц змеи)	Лето
7	У (лошадь)	11-13.00	5 июня	5-й (мес. лошади)	
8	Вэй (овца)	13-15.00	7 июля	6-й (месяц овцы)	
9	Шэнь (макака)	15-17.00	7-8 авг	7-й (мес. макаки)	Осень
10	Ю (петух)	17-19.00	7-8 сент	8-й (месяц петуха)	
11	Сюй (собака)	19-21.00	8-9 октя	9-й (мес. собаки)	
12	Хай (кабан)	21-23.00	7-8 нояб	10-й (мес. кабана)	Зима

**Примечание.**

В древнем написании знака «Шэнь» использовались разные образы: обезьяна, макака, лемур и др. Существует теория об «индийских корнях» системы 12-ти циклических знаков.

## Цикл 10-ти знаков

Купол Неба в древнем Китае был поделен на двенадцать секторов (лунных месяцев), что соответствовало делению года на двенадцать месяцев, представляющих 12 знаков Восточного Зодиака – круга Юпитера. Каждый из 12-ти секторов обозначался соответствующим ему циклическим знаком традиционной Китайской астрологии. Они располагаются вдоль окружности, которая олицетворяла собой небесную сферу. Космос (Вселенная) в Китае всегда изображался в виде круга, а Земля – в форме квадрата. Таким образом, Небо – определялось 12-теричной системой знаков, Земля, опираясь на 4 стороны горизонта и центр для определения границ проявления полярных сил (энергий) Ян и Инь, была представлена 10-теричной системой знаков. Однако, 12 циклических знаков для описания Неба именуют «Земными ветвями», а 10 знаков, связанных с изображением Земли, получили название «Небесных стволов» (реже, «Небесными пнями, корнями, столпами»). Эта, кажущаяся на первый взгляд, нелогичность вполне соответствует взаимозависимости и взаимному сочетанию этих циклов между собой. Каждый знак десятиричного ряда соответствует определенному значению и образу живой природы [34]. Этот образ связан с соответствующим временем года, а также с определенной частью тела человека.

### Весна

**Знак «Цзя» (1)** – символизирует энергию Ян, элемент «Дерево», образ: готовая к раскрытию почка, росток, который появляется из земли, начало нового цикла жизни. Анатомическая часть тела человека – плечо или спина.

**Знак «И» (2)** – второй символ весны, представляет энергию стихии «Дерево Инь», образ: росток, распускание почек и листьев на деревьях. Анатомическая часть тела – горло (шея).

## Лето

**Знак «Би» (3)** – представляет сильную энергию Ян (жар, тепло) в этом сезоне года, которое символизирует Огонь. Образ – горящее дерево (дрова в костре). Анатомическая часть тела человека – вся боковая поверхность торса.

**Знак «Дин» (4)** – представляет собой «малый» огонь (Инь огонь). Образ знака – пламя свечи, ночной лампы или фонаря. С данным временем года связан образ деревьев, имеющих колючки. Анатомическая часть тела – макушка головы.

## Конец лета (Центр, ось времени)

**Знак «У» (5)** – представляет энергию Ян. Символом этого времени года является Земля (почва), образ – гора, холм, заросший растительностью. Анатомическая часть тела человека – низ живота и желудок.

**Знак «Цзи» (6)** – представляет энергию Инь Земли (почвы), образ: равнина, плато, небольшая ямка в почве. Кроме этого, знак соответствует образу «центра», точки концентрации и сосредоточения. Анатомическая часть тела – колено (локоть).

## Осень

**Знак «Гэн» (7)** – представляет энергию Ян в данном времени года. Символом этого знака является Металл (оружие, инструменты плотника, кузнеца и т.п.). Кроме этого данный знак символизирует сбор урожая, подведение итогов и анализ плодов труда. Анатомическая часть тела человека – глотка.

**Знак «Синь» (8)** – представляет энергию Инь. Образ: котел, горшок для еды. Также этот знак означает «грусть и тоску», которая овладевает человеком с приближением зимних холодов. Анатомическая часть тела – ноги (бедро и голень).

## Зима

**Знак «Жэнь» (9)** – представляет энергию Ян, символом зимы является вода (река, озеро, водоем). Данный знак также олицетворяет скорое зарождение энергии Ян. Анатомическая часть тела человека – грудь.

**Знак «Гуй» (10)** – представляет энергию Инь. Образ этого знака связан с движением воды из глубины на поверхность зем-



ли. Зима у древних китайцев считалась благоприятным временем года для зачатия. Анатомическая часть тела – стопы.

**Таблица «10-ти Небесных стволов» [31].**

Китайское название (древний образ знака)	Литера	Стихия
1. Цзя (чешуя)	Д	Дерево Ян
2. И (кишки)	д	дерево инь
3. Бин (хвост)	О	Огонь Ян
4. Дин (голова)	о	огонь инь
5. У (секира)	З	Земля Ян
6. Цзи (стрела)	з	земля инь
7. Гэн (дубина)	М	Металл Ян
8. Синь (клеймо)	м	металл инь
9. Жэнь (наконечник)	В	Вода Ян
10. Гуй (алебарда)	в	вода инь

Первоначально знаки цикла 10-ти знаков обозначали номера «Небесных стволов» и имели прямое отношение синодическому Лунному месяцу.

Традиционно цифровые знаки 10-ти «Небесных стволов» отражают направления сторон горизонта:

**Таблица цикла 10-ти знаков – «Небесных стволов» (НС).**

Ствол №	Знак	Стихия знака	Направление горизонта
I	Цзя	Дерево Ян	Восток
II	И	Дерево Инь	Восток
III	Бин	Огонь Ян	Юг
IV	Дин	Огонь Инь	Юг
VII	Гэн	Металл Ян	Запад
VIII	Синь	Металл Инь	Запад
IX	Жэнь	Вода Ян	Север
X	Гуй	Вода Инь	Север
V	У	Земля Ян	Центр. Ось времени – полночь
VI	Цзи	Земля Инь	Центр. Ось времени – полдень

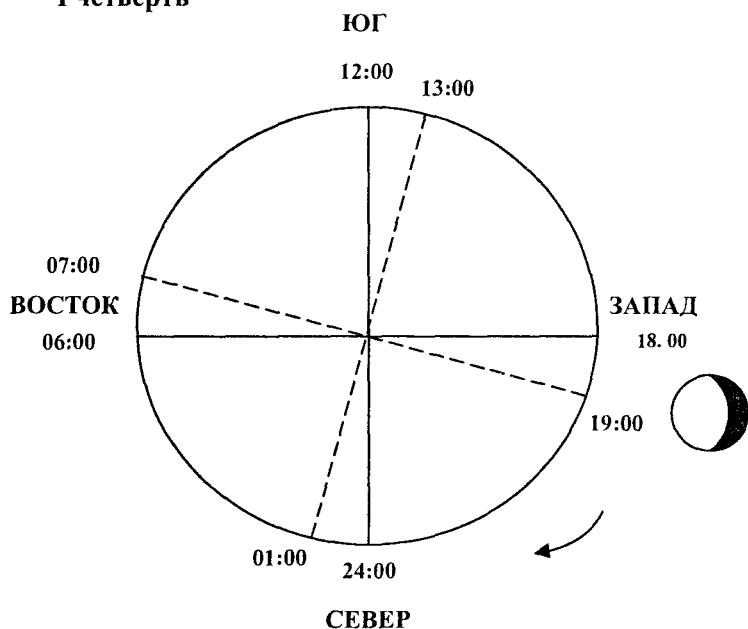
**Комментарий.**

Первые 3 дня лунного месяца молодой месяц появляется ранним вечером в западной части небосвода. Это положение соответствует небесному стволу «Гэн» (металл Ян). Вечером 8-го дня Луна появляется на Юге – что соответствует небесному стволу «Дин» (огонь Инь). Вечером 15-го дня (в полнолуние) Луна появляется на Востоке, и это соответствует небесному стволу «Цзя» (дерево Ян). Утром в 16-й день лунного месяца Луна появляется в западной части неба, что соответствует небесному стволу «Синь» (металл Инь). Утром в 23-й день Луна появляется в южной части неба, что соответствует небесному стволу «Бин» (огонь Ян). В последний день лунного месяца в ранние часы Луна находится в восточной части неба. Это положение соответствует небесному стволу «И» (дерево Инь). На закате последнего дня и на восходе первого дня формируется небесный ствол «У» (земля Ян). В полдень этого дня формируется небесный ствол «Цзи» (земля Инь).

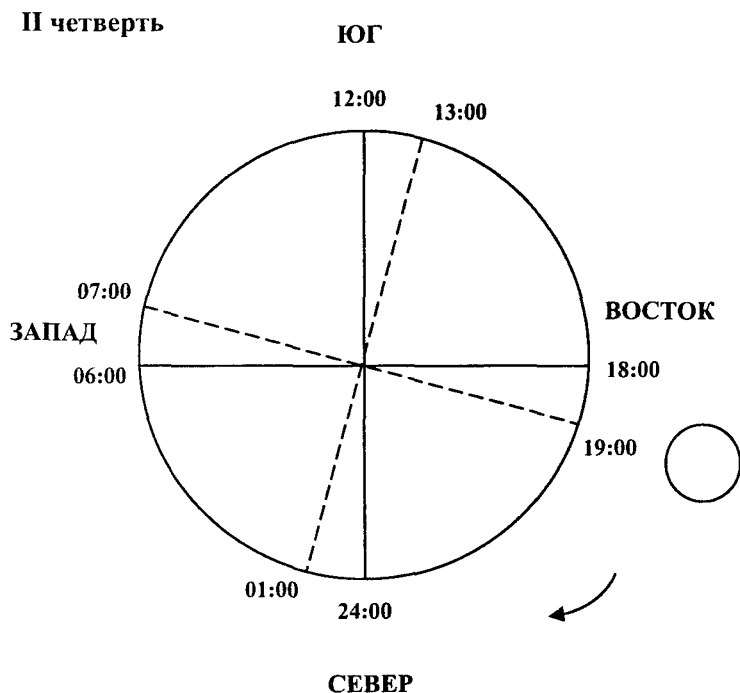
Периоды времени: полдень и полночь соответствуют небесным стволам «У» – «Цзи» (Земля – Центр).

В первую четверть до 8-го дня, Луна восходит над горизонтом в первой половине дня – от восхода Солнца до наступления полудня. В течение 2-ой четверти от 8-го до 15-го лунного дня восходит от второй половины солнечного дня, от времени полудня до заката Солнца. В дни полнолуния (14, 15, 16 лунные дни) восход Луны над горизонтом происходит в восточном секторе неба, и в то же время наблюдается заход Солнца. В 3-ей четверти Луна восходит с вечера до полуночи. В последней четверти Луна восходит после полуночи. Ранним утром можно наблюдать серп «уходящей» Луны совместно с восходящим Солнцем над горизонтом [13].

## I четверть

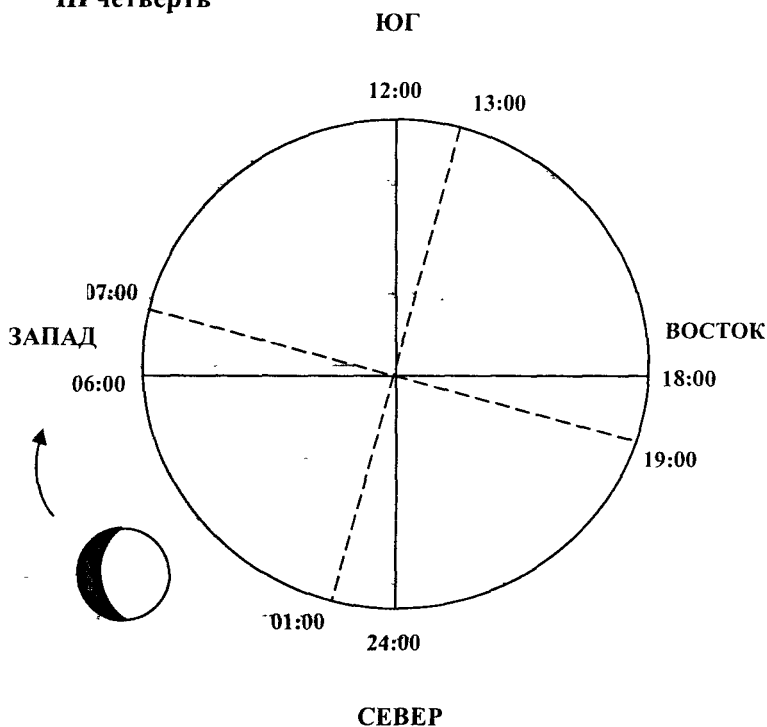


В ранне сумеречное время на 3-й день лунного месяца лунный серп появляется в западной части неба (1-й – 7-й лунные дни).

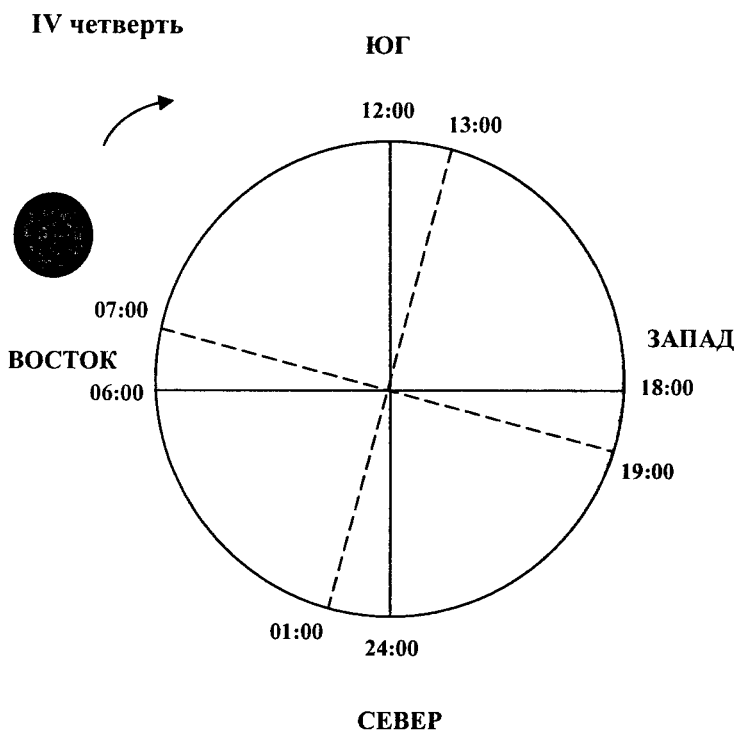


Вечером Луна появляется на Востоке и поздним вечером, ближе к полуночи, – на Севере (8-й – 15-й лунные дни).

## III четверть



Утром в 16-й лунный день Луна появляется на Западе, а в 23-й день утром – на Юге.



На 30-й день утром Луна находится в фазе новолуния, и располагается в восточной части неба.

## Образование 60-ти фазного Лунно-Солнечного календаря

Астрономы Поднебесной (древнее название Китая) открыли эклиптику Солнца задолго до новой эры, и четко различали на ней 12 созвездий. Каждое из 12-ти соответствовало перемещению Солнца по небесной сфере на 30 градусов.

Во время правления династии «Ся» (2205 – 1766 г.г. до н.э.) Солнечный год в Китае был поделен на 24 периода (или, разделители сезонов - «цзэ си») по 15 дней. «Параллельно существовала» также и система счета 12-ти солнечных месяцев по 30 дней в каждом.

Второй крупной и очень почитаемой «звездой» у древних китайцев был Юпитер с периодом обращения на фоне звезд около 12-ти лет (согласно современным данным - 11,86 лет).

Китайские астрономы (и астрологи) «условно поделили круг Юпитера» на 12 равных частей по 30 град, и каждому сектору дали образ определенного тотемного животного. Так был «образован совмещенный календарь Солнца и Юпитера» - т.е. календарь 12-тилетнего животного цикла», получившего широкое поле распространения в странах Юго-Восточной и Восточной Азии («совместно» с распространением учения Будды). Этот календарь был основан на годовых ритмах обращения Земли вокруг Солнца, по нему же и производились годовые расчеты изменения энергии «Янь – Инь» в природе, в космосе и соответственно в теле человека.

Круг Юпитера это и есть 12 образов животных (или, Китайский Зодиак). Существует версия о происхождении цикла 12-ти «Земных ветвей» из других смежных по границам с Китаем стран Среднеазиатского региона (Индия, Иран, Бактрия и др.).

Немного позже, в этот 12-ти летний Солнечный цикл были «вставлены» 12 месяцев Луны по 29 (или 30 дней) в каждом.

Таким образом, 12-тилетний календарь стал Лунно-Солнечно-Юпитерным. Подобное деление цикла развития энергии (Ци) на 12 равных частей сочеталось:

- с 12-ю лунными месяцами;
- 12 частями дня и 12 частями ночи (аналогично построена Египетская система счета дней – деканы);

- с 12-ю десятиричными циклами 5-ти первоэлементов Китайской философии (дерево, огонь, земля и т.д.).

Резюмируя вышесказанное можно сделать вывод - традиционный китайский календарь – представляет собой совмещение циклов движения по небесной сфере 3-х естественных небесных тел: Солнца, Луны и Юпитера.

Данный календарь широко используется в странах Восточной и Юго-восточной Азии и служит для обозначения (счета):

- лет,
- месяцев (лунных, солнечных),
- дней,
- часовых периодов (равных 2 часам по европейской хронологической системе).

Астрономический новый год в Китае всегда начинается с циклического знака «Земной ветви» - «Мышь» (цзы). В годовом цикле это соответствует дате – 22 декабря. В суточном цикле – 24.00 (12 часов ночи). Исключение составляет только обозначение **номеров циклов лунных месяцев**, которые всегда начинаются с циклического знака 3-й «Земной ветви» «Тигр». Это обстоятельство и является основным отличием Лунного календаря от календарных циклов Солнца и Юпитера.

Сочетание циклов 12-ти и 10-ти знаков между собой и образует 60-ти фазный цикл энергий Солнца и Луны.

Цикл 10-ти знаков – носит название «10 Небесных стволов», а цикл 12-ти знаков – «12 Земных ветвей».

Годы, дни и часы (в китайской системе хронологии - «стражи», равные 2 часам в европейской системе счисления) всегда начинаются с цикла под № 1.

Отсчет Лунных месяцев – начинается с цикла № 3 («Тигр»).

Отсчет Солнечных месяцев - с цикла № 1 («Мышь»).



## Образование 60-ти фазного цикла (Ци) Солнца и Луны.

Цикл 12-ти знаков	Цикл 10-ти знаков									
	Дерево		Огонь		Земля		Металл		Вода	
	Синий		Красный		Желтый		Белый		Черный	
	Ян	Инь	Ян	Инь	Ян	Инь	Ян	Инь	Ян	Инь
Мышь	1		13		25		37		49	
Вол		2		14		26		38		50
Тигр	51		3		15		27		39	
Заяц		52		4		16		28		40
Дракон	41		53		5		17		29	
Змея		42		54		6		18		30
Лошадь	31		43		55		7		19	
Овца		32		44		56		8		20
Обезьяна	21		33		45		57		9	
Петух		22		34		46		58		10
Собака	11		23		35		47		59	
Кабан		12		24		36		48		60

Китайский Новый год (по Лунному календарю) в странах Восточной и Юго-восточной Азии начинается в период, когда Солнце в своем годовом движении входит в созвездие Водолея (с 21 января – 19 февраля), Луна при этом находится в диаметрально противоположном зодиакальном знаке Девы.

Новый год по Солнечному календарю – 4\5 февраля (ежегодно).

Китай с 1911 года ввел в применение современный стиль календаря. Старая хронологическая система счета времени по 60-ти фазному циклу используется в быту и, по сей день.

Далее представлены две (№ 1-2) базовые таблицы образования 60-ти фазного Лунно-Солнечного календаря.

Нечетные номера циклов – выражают «Ян цикл энергии Ци».

Четные номера – «Инь цикл энергии» (или, фазу).

Обозначение «Инь-Ян» знаков 10-ти и 12-теричных циклов происходит аналогичным образом.

**Таблица 1.**  
**60-ти фазный ЛУННО-СОЛНЕЧНЫЙ**  
**календарь (с № 1 по 30 цикл)**

№ Цикл 1 \ 60	«Цвет Небесного ствола»	«Земная ветвь» (образ)	Сочетание Стихий в цикле
1	Синяя	Мышь	Дерево - Вода
2	Синий	Вол	дерево - земля
3	Красный	Тигр	Огонь – Дерево
4	Красный	Заяц	Огонь – дерево
5	Желтый	Дракон	Земля – Земля
6	Желтая	Змея	Земля – огонь
7	Белая	Лошадь	Металл – Огонь
8	Белая	Овца	металл – земля
9	Черная	Обезьяна	Вода – Металл
10	Черная	Курица	вода – металл
11	Синяя	Собака	Дерево – Земля
12	Синий	Кабан	дерево – вода
13	Красная	Мышь	Огонь – Вода
14	Красный	Вол	Огонь – земля
15	Желтый	Тигр	Земля – Дерево
16	Желтый	Заяц	Земля – дерево
17	Белый	Дракон	Металл – Земля
18	Белая	Змея	металл - огонь
19	Черная	Лошадь	Вода – Огонь
20	Черная	Овца	вода -земля
21	Синяя	Обезьяна	Дерево – Металл
22	Синяя	Курица	дерево - металл
23	Красная	Собака	Огонь – Земля
24	Красный	Кабан	Огонь – вода
25	Желтая	Мышь	Земля – Вода
26	Желтый	Вол	Земля - земля
27	Белый	Тигр	Металл – Дерево
28	Белый	Заяц	металл - дерево
29	Черный	Дракон	Вода – Земля
30	Черная	Змея	вода - огонь

**Таблица 2.**  
**60-ти фазный ЛУННО-СОЛНЕЧНЫЙ**  
**календарь (с № 31 по 60 цикл)**

№ Цикл 1\ 60	«Цвет Небесного ствола»	«Земная ветвь» (образ)	Сочетание Стихий в цикле
31	Синяя	Лошадь	Дерево – Огонь
32	Синяя	Овца	дерево – земля
33	Красная	Обезьяна	Огонь – Металл
34	Красная	Курица	Огонь – металл
35	Желтая	Собака	Земля – Земля
36	Желтый	Кабан	Земля – вода
37	Белая	Мышь	Металл – Вода
38	Белый	Вол	металл – земля
39	Черный	Тигр	Вода – Дерево
40	Черный	Заяц	вода – дерево
41	Синий	Дракон	Дерево – Земля
42	Синяя	Змея	дерево – огонь
43	Красная	Лошадь	Огонь – Огонь
44	Красная	Овца	Огонь – земля
45	Желтая	Обезьяна	Земля – Металл
46	Желтая	Курица	Земля – металл
47	Белая	Собака	Металл – Земля
48	Белый	Кабан	металл – вода
49	Черная	Мышь	Вода – Вода
50	Черный	Вол	вода – земля
51	Синий	Тигр	Дерево -Дерево
52	Синий	Заяц	дерево – дерево
53	Красный	Дракон	Огонь – Земля
54	Красная	Змея	Огонь - огонь
55	Желтая	Лошадь	Земля – Огонь
56	Желтая	Овца	Земля – земля
57	Белая	Обезьяна	Металл - Металл
58	Белая	Курица	металл - металл
59	Черная	Собака	Вода – Земля
60	Черный	Кабан	вода – вода

## 2.2. СОВМЕЩЕНИЕ СОВРЕМЕННОГО И ВОСТОЧНОГО КАЛЕНДАРЕЙ

Таблицы на 2009 – 2011 г.г.

В практическом применении (чжэнь цзю терапия, массаж, цигун терапия и т.п.), учитывая разные системы счисления времени, необходимо провести процедуру совмещения календарей. Основной и базовой системой счета времени «открытия элементных точек» (или, античных точек) является известный 60-ти фазный Лунно-Солнечный календарь, который образуется при сочетании 10-ти «Небесных стволов» и 12-ти «Земных ветвей». Цикл 60-ти фаз позволяет сопоставлять различные периоды времени (год, месяц и др.) в теоретико-практической деятельности специалистов различных медицинских направлений. В предлагаемых ниже таблицах совмещения Китайского и Григорианского календарей, Вы сможете проводить вычисление времени воздействия на акупунктурные точки в любой день современного календаря. Для лучшего понимания рассмотрим таблицу совмещения 2-х календарных систем между собой:

**Пример: 2009 год. Календарный месяц – Январь (с 1 по 9).**

Январь 2009.	
дата	№ цикла
1	43
2	44
3	45
4	46
5	47
6	48
7	49
8	50
9	51

В Китайском (Восточном) 60-ти фазном календаре основной системой счисления дней является 10-тиричный – десятидневный цикл. В первой вертикальной колонке указываются календарные дни (дата) месяца.

Во второй вертикальной колонке – номер цикла (60), который имеет ряд особенностей: дни в декадной системе счета дней (в современной литературе) принято обозначать латинскими литерами «S», которые имеют управляющие стихии (элементы) дня и расположены по циклу «порождения стихий».

**Таблица. «Небесные стволы» дней и соотетсвующие им активные 12 меридианов (управители дня).**

№ дня в декаде	Элемент дня (в декаде)	Ст.	Соответствующие им дни активности меридианов (органов).
S 1	Дерево Ян	Д	Желчного пузыря (VB)
S 2	Дерево Инь	д	Печени (F)
S 3	Огонь Ян	—О	Тонкого кишечника (IG)
S 4	Огонь Инь	о	Сердца (C)
S 5	Земля Ян	З	Желудка (E)
S 6	Земля Инь	з	Селезенки и ПЖЖ (RP)
S 7	Металл Ян	М	Толстого кишечника (GI)
S 8	Металл Инь	м	Легких (P)
S 9	Вода Ян	В	М.пуз. – 3-х частей тела (V -TR)
S 10	Вода Инь	в	Почек – Перикарда (R – MC)

**Определение (1\10) цикла дня в календаре 60-ти фаз.**

«Небесный ствол» дня (S)	Стихия Дня (управитель) дня	(№) Номера циклов декады	Лит.
S 1	Дерево Ян	1, 11, 21, 31, 41, 51	Д
S 2	Дерево Инь	2, 12, 22, 32, 42, 52	д
S 3	Огонь Ян	3, 13, 23, 33, 43, 53	О
S 4	Огонь Инь	4, 14, 24, 34, 44, 54	о
S 5	Земля Ян	5, 15, 25, 35, 45, 55	З
S 6	Земля Инь	6, 16, 26, 36, 46, 56	з
S 7	Металл Ян	7, 17, 27, 37, 47, 57	М
S 8	Металл Инь	8, 18, 28, 38, 48, 58	м
S 9	Вода Ян	9, 19, 29, 39, 49, 59	В
S 10	Вода Инь	10, 20, 30, 40, 50, 60	в

## Примеры.

**11 января 2009 года – цикл дня 1 \ 53.**

Первая цифра – 1, обозначает календарную дату дня года – 11 января. Вторая цифра – 53, обозначает номер цикла и управляющую стихию (первоэлемент) дня. «Днем управляет» стихия «Огонь Ян» (S 3). День – «Янский» (ствол дня – нечетный). «Небесный ствол» дня – S 3 (iG), день активности меридиана «Тонкого кишечника».

**27 апреля 2009 года – цикл дня 27 \ 39.**

Первая цифра – 27, обозначает календарную дату – 27 апреля. Вторая цифра – 39, обозначает цикл и управляющую стихию дня. «Днем управляет» стихия «Вода Ян». День – «Янский» (нечетный). «Небесный ствол» дня – S-9 (V-TR), это день совместной активности меридианов «Мочевого пузыря и Трёх частей тела».

**15 сентября 2009 года – цикл дня 15 \ 60.**

Первая цифра – 15, обозначает календарную дату – 15 сентября. Вторая цифра – 60, обозначает цикл и управляющую стихию дня. Днем управляет стихия «вода Инь». День – «иньский» (день нечетный). «Небесный ствол» дня – S-10 (R, MC), это день совместной активности меридианов «Перикарда и Почек».

**30 декабря 2009 года. Цикл дня – 30 \ 46.**

Первая цифра – 30, обозначает календарную дату 30 декабря. Вторая цифра – 46, обозначает номер цикла и управляющую стихию дня. Днем управляет стихия «Земля инь». День «Иньский» (четный). «Небесный ствол» дня – S 6 (RP), день активности меридиана «Селезенки».

## Дополнение.

При использовании таблиц совмещения Восточного и Григорианского календарей в своей работе, будьте точны и внимательны в расчетах «открытия античных точек» (ОТ) и точек ключей «чудесных меридианов» (ЧМ).

Таблицы совмещения календарей на 2009 год

Январь		Февраль		Март		Апрель	
дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл
1	43	1	14	1	42	1	13
2	44	2	15	2	43	2	14
3	45	3	16	3	44	3	15
4	46	4	17	4	45	4	16
5	47	5	18	5	46	5	17
6	48	6	19	6	47	6	18
7	49	7	20	7	48	7	19
8	50	8	21	8	49	8	20
9	51	9	22	9	50	9	21
10	52	10	23	10	51	10	22
11	53	11	24	11	52	11	23
12	54	12	25	12	53	12	24
13	55	13	26	13	54	13	25
14	56	14	27	14	55	14	26
15	57	15	28	15	56	15	27
16	58	16	29	16	57	16	28
17	59	17	30	17	58	17	29
18	60	18	31	18	59	18	30
19	1	19	32	19	60	19	31
20	2	20	33	20	1	20	32
21	3	21	34	21	2	21	33
22	4	22	35	22	3	22	34
23	5	23	36	23	4	23	35
24	6	24	37	24	5	24	36
25	7	25	38	25	6	25	37
26	8	26	39	26	7	26	38
27	9	27	40	27	8	27	39
28	10	28	41	28	9	28	40
29	11			29	10	29	41
30	12			30	11	30	42
31	13			31	12		

2009 год.

Май		Июнь		Июль		Август	
дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл
1	43	1	14	1	44	1	15
2	44	2	15	2	45	2	16
3	45	3	16	3	46	3	17
4	46	4	17	4	47	4	18
5	47	5	18	5	48	5	19
6	48	6	19	6	49	6	20
7	49	7	20	7	50	7	21
8	50	8	21	8	51	8	22
9	51	9	22	9	52	9	23
10	52	10	23	10	53	10	24
11	53	11	24	11	54	11	25
12	54	12	25	12	55	12	26
13	55	13	26	13	56	13	27
14	56	14	27	14	57	14	28
15	57	15	28	15	58	15	29
16	58	16	29	16	59	16	30
17	59	17	30	17	60	17	31
18	60	18	31	18	1	18	32
19	1	19	32	19	2	19	33
20	2	20	33	20	3	20	34
21	3	21	34	21	4	21	35
22	4	22	35	22	5	22	36
23	5	23	36	23	6	23	37
24	6	24	37	24	7	24	38
25	7	25	38	25	8	25	39
26	8	26	39	26	9	26	40
27	9	27	40	27	10	27	41
28	10	28	41	28	11	28	42
29	11	29	42	29	12	29	43
30	12	30	43	30	13	30	44
31	13			31	14	31	45



2009 год.

Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь	
дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл
1	46	1	16	1	47	1	17
2	47	2	17	2	48	2	18
3	48	3	18	3	49	3	19
4	49	4	19	4	50	4	20
5	50	5	20	5	51	5	21
6	51	6	21	6	52	6	22
7	52	7	22	7	53	7	23
8	53	8	23	8	54	8	24
9	54	9	24	9	55	9	25
10	55	10	25	10	56	10	26
11	56	11	26	11	57	11	27
12	57	12	27	12	58	12	28
13	58	13	28	13	59	13	29
14	59	14	29	14	60	14	30
15	60	15	30	15	1	15	31
16	1	16	31	16	2	16	32
17	2	17	32	17	3	17	33
18	3	18	33	18	4	18	34
19	4	19	34	19	5	19	35
20	5	20	35	20	6	20	36
21	6	21	36	21	7	21	37
22	7	22	37	22	8	22	38
23	8	23	38	23	9	23	39
24	9	24	39	24	10	24	40
25	10	25	40	25	11	25	41
26	11	26	41	26	12	26	42
27	12	27	42	27	13	27	43
28	13	28	43	28	14	28	44
29	14	29	44	29	15	29	45
30	15	30	45	30	16	30	46
		31	46			31	47

2010 год

Январь		Февраль		Март		Апрель	
дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл
1	48	1	19	1	47	1	18
2	49	2	20	2	48	2	19
3	50	3	21	3	49	3	20
4	51	4	22	4	50	4	21
5	52	5	23	5	51	5	22
6	53	6	24	6	52	6	23
7	54	7	25	7	53	7	24
8	55	8	26	8	54	8	25
9	56	9	27	9	55	9	26
10	57	10	28	10	56	10	27
11	58	11	29	11	57	11	28
12	59	12	30	12	58	12	29
13	60	13	31	13	59	13	30
14	1	14	32	14	60	14	31
15	2	15	33	15	1	15	32
16	3	16	34	16	2	16	33
17	4	17	35	17	3	17	34
18	5	18	36	18	4	18	35
19	6	19	37	19	5	19	36
20	7	20	38	20	6	20	37
21	8	21	39	21	7	21	38
22	9	22	40	22	8	22	39
23	10	23	41	23	9	23	40
24	11	24	42	24	10	24	41
25	12	25	43	25	11	25	42
26	13	26	44	26	12	26	43
27	14	27	45	27	13	27	44
28	15	28	46	28	14	28	45
29	16			29	15	29	46
30	17			30	16	30	47
31	18			31	17		

2010 год.

Май		Июнь		Июль		Август	
дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл
1	48	1	19	1	49	1	20
2	49	2	20	2	50	2	21
3	50	3	21	3	51	3	22
4	51	4	22	4	52	4	23
5	52	5	23	5	53	5	24
6	53	6	24	6	54	6	25
7	54	7	25	7	55	7	26
8	55	8	26	8	56	8	27
9	56	9	27	9	57	9	28
10	57	10	28	10	58	10	29
11	58	11	29	11	59	11	30
12	59	12	30	12	60	12	31
13	60	13	31	13	1	13	32
14	1	14	32	14	2	14	33
15	2	15	33	15	3	15	34
16	3	16	34	16	4	16	35
17	4	17	35	17	5	17	36
18	5	18	36	18	6	18	37
19	6	19	37	19	7	19	38
20	7	20	38	20	8	20	39
21	8	21	39	21	9	21	40
22	9	22	40	22	10	22	41
23	10	23	41	23	11	23	42
24	11	24	42	24	12	24	43
25	12	25	43	25	13	25	44
26	13	26	44	26	14	26	45
27	14	27	45	27	15	27	46
28	15	28	46	28	16	28	47
29	16	29	47	29	17	29	48
30	17	30	48	30	18	30	49
31	18			31	19	31	50

2010 год

Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь	
дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл
1	51	1	21	1	52	1	22
2	52	2	22	2	53	2	23
3	53	3	23	3	54	3	24
4	54	4	24	4	55	4	25
5	55	5	25	5	56	5	26
6	56	6	26	6	57	6	27
7	57	7	27	7	58	7	28
8	58	8	28	8	59	8	29
9	59	9	29	9	60	9	30
10	60	10	30	10	1	10	31
11	1	11	31	11	2	11	32
12	2	12	32	12	3	12	33
13	3	13	33	13	4	13	34
14	4	14	34	14	5	14	35
15	5	15	35	15	6	15	36
16	6	16	36	16	7	16	37
17	7	17	37	17	8	17	38
18	8	18	38	18	9	18	39
19	9	19	39	19	10	19	40
20	10	20	40	20	11	20	41
21	11	21	41	21	12	21	42
22	12	22	42	22	13	22	43
23	13	23	43	23	14	23	44
24	14	24	44	24	15	24	45
25	15	25	45	25	16	25	46
26	16	26	46	26	17	26	47
27	17	27	47	27	18	27	48
28	18	28	48	28	19	28	49
29	19	29	49	29	20	29	50
30	20	30	50	30	21	30	51
		31	51			31	52

2011 год

Январь		Февраль		Март		Апрель	
дата	№ ЦИКЛ	дата	№ ЦИКЛ	дата	№ ЦИКЛ	дата	№ ЦИКЛ
1	53	1	24	1	52	1	23
2	54	2	25	2	53	2	24
3	55	3	26	3	54	3	25
4	56	4	27	4	55	4	26
5	57	5	28	5	56	5	27
6	58	6	29	6	57	6	28
7	59	7	30	7	58	7	29
8	60	8	31	8	59	8	30
9	1	9	32	9	60	9	31
10	2	10	33	10	1	10	32
11	3	11	34	11	2	11	33
12	4	12	35	12	3	12	34
13	5	13	36	13	4	13	35
14	6	14	37	14	5	14	36
15	7	15	38	15	6	15	37
16	8	16	39	16	7	16	38
17	9	17	40	17	8	17	39
18	10	18	41	18	9	18	40
19	11	19	42	19	10	19	41
20	12	20	43	20	11	20	42
21	13	21	44	21	12	21	43
22	14	22	45	22	13	22	44
23	15	23	46	23	14	23	45
24	16	24	47	24	15	24	46
25	17	25	48	25	16	25	47
26	18	26	49	26	17	26	48
27	19	27	50	27	18	27	49
28	20	28	51	28	19	28	50
29	21			29	20	29	51
30	22			30	21	30	52
31	23			31	22		

2011 год.

Май		Июнь		Июль		Август	
дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл
1	53	1	24	1	54	1	25
2	54	2	25	2	55	2	26
3	55	3	26	3	56	3	27
4	56	4	27	4	57	4	28
5	57	5	28	5	58	5	29
6	58	6	29	6	59	6	30
7	59	7	30	7	60	7	31
8	60	8	31	8	1	8	32
9	1	9	32	9	2	9	33
10	2	10	33	10	3	10	34
11	3	11	34	11	4	11	35
12	4	12	35	12	5	12	36
13	5	13	36	13	6	13	37
14	6	14	37	14	7	14	38
15	7	15	38	15	8	15	39
16	8	16	39	16	9	16	40
17	9	17	40	17	10	17	41
18	10	18	41	18	11	18	42
19	11	19	42	19	12	19	43
20	12	20	43	20	13	20	44
21	13	21	44	21	14	21	45
22	14	22	45	22	15	22	46
23	15	23	46	23	16	23	47
24	16	24	47	24	17	24	48
25	17	25	48	25	18	25	49
26	18	26	49	26	19	26	50
27	19	27	50	27	20	27	51
28	20	28	51	28	21	28	52
29	21	29	52	29	22	29	53
30	22	30	53	30	23	30	54
31	23			31	24	31	55

2011 год

Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь	
дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл	дата	№ цикл
1	56	1	26	1	57	1	27
2	57	2	27	2	58	2	28
3	58	3	28	3	59	3	29
4	59	4	29	4	60	4	30
5	60	5	30	5	1	5	31
6	1	6	31	6	2	6	32
7	2	7	32	7	3	7	33
8	3	8	33	8	4	8	34
9	4	9	34	9	5	9	35
10	5	10	35	10	6	10	36
11	6	11	36	11	7	11	37
12	7	12	37	12	8	12	38
13	8	13	38	13	9	13	39
14	9	14	39	14	10	14	40
15	10	15	40	15	11	15	41
16	11	16	41	16	12	16	42
17	12	17	42	17	13	17	43
18	13	18	43	18	14	18	44
19	14	19	44	19	15	19	45
20	15	20	45	20	16	20	46
21	16	21	46	21	17	21	47
22	17	22	47	22	18	22	48
23	18	23	48	23	19	23	49
24	19	24	49	24	20	24	50
25	20	25	50	25	21	25	51
26	21	26	51	26	22	26	52
27	22	27	52	27	23	27	53
28	23	28	53	28	24	28	54
29	24	29	54	29	25	29	55
30	25	30	55	30	26	30	56
		31	56			31	57

## 2.3. МЕТОД КИТАЙСКОЙ ХРОНОАКУПУНКТУРЫ «ЦЗЫ У ЛЮ ЧЖУ»

### Метод лечебно-профилактический терапии хронических патологий

Данный метод классической чжэнь цзю определяет зависимость терапии от хронологических параметров: года, месяца, дня и часа. Метод «Цзы У лю чжу» – осуществляет регуляцию баланса циркуляции энергии Ци и крови во времени. Проводится на уровне «66-ти (72) античных точек» основных 12-ти стандартных меридианов. В трактате династии Хань (206 г. до н.э. – 220 г. н.э.) Хуан Ди Нэй Цзин Су Вэнь (Трактат по внутренней медицине Желтого Императора) проведению терапии с учетом хронологических параметров уделялось очень важное значение. В начале новой эры все эти знания были обобщены и четко организованы, что нашло отражение в трактатах того времени.

Лечебно-профилактический метод «Цзы У лю чжу» представляет собой универсальный и объемлющий характер философских и методологических принципов Традиционной Китайской медицины и в частности древнего искусства чжэнь цзю. Метод даёт возможность осуществлять выбор точек, а также, правильно подобрать технику воздействия на точку [31]. Соблюдение принципиальных положений данного метода позволяет существенно улучшить лечебно-профилактический эффект терапии и свести на минимум процент возможных ошибок. Метод построен на балансировании взаимосвязанных циркулирующих систем «энергии и крови» во времени. Это можно проводить как в течение одного дня, так и в течение одного «китайского часа» («ши чэнь», промежуток равный 2-м часам в европейской системе счета времени).

А именно:

1. Под циркуляцией «Ци и крови», в зависимости от хронологических параметров, подразумевается взаимное распределение Инь (крови) и Ян (Ци). Кругооборот Ци и крови, открытие и



закрытие античных (72-х) точек в зависимости от разных хронологических периодов.

2. Основой метода является воздействие на античные точки только в строго заданное время, однако это не снимает необходимости учитывать при лечении состояние (диагноз) пациента. Симптомы и признаки заболевания, а также основные терапевтические показания по использованию 5-ти точек первоэлементов, необходимо учитывать в первую очередь.

3. Терапевт также должен уметь проводить главные мануальные техники владения иглой: рассеивать избыток (техника «се» – седатация, торможение) и восполнять недостаток («бу» – тонизация) [30].

Терапия методами системы «Цзу-У» проводится с обязательным учётом диагностических показаний характера заболевания, а также выбором оптимального времени лечения для пациента. Для этого существуют специальные классические схемы лечебно-профилактической терапии:

В «Ян» дни и в «Ян» часы оказывают воздействие на точки меридианов субстанции Ян (точки Ян – меридианов, которые являются главными при составлении рецепта).

В «Инь» дни и в «Инь» часы (аналогично) – на точки меридианов субстанции Инь.

Согласно теории хронопунктуры:

В дни Ян – энергия Ци движется впереди, а кровь – движется позади.

В дни Инь – все происходит наоборот.

В случае, если удаётся провести воздействие во время, когда точка открыта – эффект будет максимальным.

В случае, когда нужная точка на выбранный момент времени закрыта, то, в этом случае крайне не желательно проводить воздействие в данную точку, т.к. это приведет к дополнительной растрате защитной энергии организма.

«Точки 5-ти первоэлементов» традиционной китайской чжэнь цзю терапии локализуются на Инь – Ян меридианах между коленом и пальцами ноги, между локтем и пальцами руки.

Являются симметричными, только в этих точках наиболее выражена «энергия 5-ти стихий природы».

Общее количество «элементных точек» с обеих сторон тела равно 132. Это 72 точки на «Ян меридианах и 60 точек на Инь меридианах» (с двух сторон тела).

Согласно китайским источникам [5, 29, 33] в течение одного дня, Ци и кровь проходят по всему телу, совершая 50 оборотов. Каждые 2 часа энергия Ци и кровь проходят через все 5 «элементных» точек системы античных точек.

### Точки «5-ти стихий» для «Инь» меридианов

Категория	Стихия точки	Сезон года	Энергия точки	Кит. термин
Исток	Дерево	Весна	Ветер	Цзин
Ручей	Огонь	Лето	Тепло-жар	Ин
Поток	Земля	М \ с	Влажность	Шу
Источник т. пособие	Земля	М \ с	Влажность	Юань Ло-пункт
Быстрина	Металл	Осень	Сухость	Цзин
Устье	Вода	Зима	Холод	Хэ

### Точки «5-ти стихий» для «Ян» меридианов

Категория	Стихия точки	Сезон года	Энергия точки	Кит. термин
Исток	Металл	Осень	Сухость	Цзин
Ручей	Вода	Зима	Холод	Ин
Поток	Дерево	Весна	Ветер	Шу
Источник Пособник	Дерево	Весна	Ветер	Юань
Быстрина	Огонь	Лето	Тепло-жар	Цзин
Устье	Земля	Межсезонье	Влажность	Хэ

В году насчитывается 4 периода межсезонья длительностью по 18 дней каждый. Они начинаются в следующие даты современного стиля: 4-5 февраля, 5-6 мая, 7-8 августа, 7-8 ноября.

Для определения точного дня и времени суток см. [16].

## ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ «Точек 5-ти первоэлементов» (стихий)

Перечислим категории этих точки:

1. Точка тонизации.
2. Точка седатации.
3. Стабилизирующий «Ло – пункт».
4. Точка пособник (Пс).
5. Начальная точка меридиана.
6. Конечная точка.
7. Точки «ключи Чудесных меридианов».
8. Элементная, точка содержащая «энергию стихии».

**1. Точка тонизации** локализуется на основном меридиане, оказывает стимулирующее действие на соответствующий орган (меридиан), при воздействии методом «бу» (добавлять Ци) или методом слабого раздражения.

Мери- дианы	VB – F	IG – C	TR – MC	E – RP	GI – P	V – R
<b>Ян</b>	VB 43	IG 3	TR 3	E 41	GI 11	V 67
<b>Стихия точки</b>	вода	дерево	дерево	огонь	земля	металл
<b>Инь</b>	F 8	C 9	MC 9	RP 2	P 9	R 7
<b>Стихия точки</b>	вода	дерево	дерево	огонь	земля	металл

**2. Точка седатации** – аналогично, методом «се» (отнять, выпустить), или методом сильного раздражения точки.

Мери- дианы	VB – F	IG – C	TR – MC	E – RP	GI – P	V – R
<b>Ян</b>	VB 38	IG 8	TR 10	E 45	GI 2	V 65
<b>Стихия точки</b>	огонь	земля	земля	металл	вода	дерево
<b>Инь</b>	F 2	C 7	MC 7	RP 5	P 5	R 1
<b>Стихия точки</b>	огонь	земля	земля	металл	вода	дерево

**3. Точка стабилизации** (Ло пункт) локализуется на основном меридиане и выполняет функцию выравнивания энергии в сопряженных меридианах принадлежащих одному элементу. Для Ян меридианов приводятся точки «Ло». Для Инь систем они также являются – точками «пособниками».

Меридианы	VB – F	IG – C	TR – MC	E – RP	GI – P	V – R
Ян	VB 37	IG 7	TR 5	E 40	GI 6	V 58
Инь	F 5	C 5	MC 6	RP 4	P 7	R 4
Стихия точки	земля	земля	земля	земля	земля	земля

**4. Точка пособник** располагается на основном меридиане, может оказывать как тонизирующее, так и успокаивающее воздействие. Все зависит от техники раздражения (седатации \ тонизации) на этом меридиане.

Меридианы	VB – F	IG – C	TR – MC	E – RP	GI – P	V – R
Ян	VB 40	IG 4	TR 4	E 42	GI 4	V 64
Стихия точки	дерево	дерево	дерево	дерево	дерево	дерево
Инь	F 3	C 7	MC 7	RP 3	P 9	R 3
Стихия точки	земля	земля	земля	земля	земля	земля

**5. Начальная точка меридиана** – это первая точка меридиана. Основное назначение: «встреча и проведение потока питательной энергии» (Ин Ци) по меридианам в течение дня.

Меридианы	VB – F	IG – C	TR – MC	E – RP	GI – P	V – R
Ян	VB 1	IG 1	TR 1	E 1	GI 1	V 1
Стихия точки		металл	металл		металл	
Инь	F 1	C 1	MC 1	RP 1	P 1	R 1
Стихия точки	дерево			дерево		дерево

**6. Конечная точка меридиана** – является последней точкой меридиана (не считая внутренних ходов меридиана). Основное назначение точки – «проведение потока питательной энергии (Ин Ци) в следующий меридиан без задержек».

Мери- дианы	VB – F	IG – C	TR – MC	E – RP	GI – P	V – R
Ян	VB 44	IG 19	TR 23	E 45	GI 20	V 67
Стихия точки	металл			металл		металл
Инь	F 14	C 9	MC 9	RP 21	P 11	R 27
Стихия точки		дерево	дерево		дерево	

**7. Точки – ключи (8 точек-ключей)** чудесных меридианов – локализируются на 8-ми основных меридианах. Все точки – ключи относятся к группе «элементных точек» (у шу).

Основной меридиан (цзин)	Ян \ Инь	ЧМ	№ ЧМ	Точка ключ	Связ. точка
Тонкого киш-ка	Ян	Ду май	1	IG 3	V 62
Мочевого пуз	Ян	Ян цзяо	2	V 62	IG 3
Желчного пуз	Ян	Дай май	3	VB 41	Tr 5
3-х Обогрев.	Ян	Ян вэй	4	TR 5	VB 41
Легких	Инь	Жэнь май	5	P 7	R 6
Почек	Инь	Инь цзяо	6	R 6	P 7
Перикарда	Инь	Инь вэй	7	MC 6	RP 4
Селезенки	Инь	Чун май	8	RP 4	MC 6

**8. Точка элементной энергии** – локализуется на основном меридиане и выполняет функцию концентрации «элементной энергии». Все ниже перечисленные точки относятся к точкам 5-ти первоэлементов.

№	Меридиан	Стихия меридиана	Акупункт. точка	Ян – Инь
1	Желчного пузыря	Дерево	VB 41	Ян
2	Печени	Дерево	F 1	Инь
3	Легких	Металл	P 8	Инь
4	Толстого кишечника	Металл	GI 1	Ян
5	Желудка	Земля	E 36	Ян
6	Селезенки	Земля	RP 3 (RP 4)	Инь
7	Сердца	Огонь	C 8	Инь
8	Тонкого кишечника	Огонь	IG 5	Ян
9	Мочевого пузыря	Вода	V 66	Ян
10	Почек	Вода	R 10	Инь
11	Перикарда	Огонь	MC 8	Инь
12	Трех обогревателей	Огонь	TR 6	Ян

## Точки 5-ти первоэлементов в терапии хронических заболеваний

Лечебно-профилактическую терапию проводят в течение одного курса, состоящего обычно из 10-ти дней. В котором, первые 5 дней посвящены восстановлению Ян меридианов (в «Ян» дни и часы «Ян»), и 5 дней – Инь меридианов (в «Инь» дни и часы).

В «дни и часы субстанции Ян» (т.е. нечетные номера «Небесных стволов и Земных ветвей»), при сеансе чжэнь (иглотерапия), иглу следует слегка вращать и подкручивать слегка влево. Тем самым будет оказываться воздействие на энергию Ци и на состояние «Фу» органов.

В «дни и часы субстанции Инь» (или четные номера «Небесных стволов и Земных ветвей»), иглу следует слегка вращать вправо. Тем самым оказывается воздействие на «субстанцию крови». При этом происходит в основном восстановление «цзан» органов. Особое место в практической терапии и диагностике по методу «порождения стихий» занимает понятие энергии Инь-Ян. Хорошее самочувствие человека – это, прежде всего, уравновешенное состояние динамического баланса двух противоположностей.

Выделим основные варианты дисбаланса по количественному соотношению энергии «Инь (холод) – Ян (тепло)»:

- мало Ян и много Инь (хронические состояния);
- мало Инь и много Ян (острые состояния);
- мало Инь и мало Ян (давняя хроника, старость);
- много Ян и много Инь (молодость, острые состояния).

Состояние дисбаланса по качественному признаку субстанций Инь – женщина и Ян – мужчина:

- только женские (Инь) патологии («полнота Инь»);
- женские патологии (Инь) плюс Ян заболевания;
- только мужские (Ян) патологии («полнота Ян»);
- мужские патологии (Ян) плюс Инь заболевания [23].

Метод «взаимного порождения 5-ти стихий» показан практически при многих хронических заболеваниях. Это обстоятельство в свою очередь требует достаточно хорошего знания и понимания теории Традиционной Китайской медицины от терапевта. В первую очередь это касается запущенных хронических и острых, в том числе, состояний. В начале процесса изучения и освоения метода, рекомендуется использовать гармонизирующую технику иглоукалывания и прогревания.

Терапевт должен прочувствовать их энергетическое воздействие на себе. И набрать определенный «личный сенсорный опыт», с целью лучшего понимания воздействия «открытых точек на организм».

Количество «открытых точек» при начальных сеансах терапии обычно не превышает 1 – 2.

Время экспозиции игл может составлять от 1 до 20 минут.

Терапия давних и непростых хронических заболеваний требует большего времени экспозиции игл от 20 мин до 1,5 часов, т.е. за это время можно установить от 2-х до 6-ти точек (с одной стороны тела). Постановка игл или полынных конусов (моксы), осуществляется поочередно, по времени открытия точек, и составляет одну точку через каждые 24 минуты в среднем. В другом варианте – ставиться от 2 до 5 (6) точек поочередно («по списку») и все сразу, со здоровой стороны тела. По мере приобретения в первую очередь индивидуального опыта работы, Вы сможете «увеличить» диапазон применения методов терапии, применяемых в традиционной китайской хронопунктуре.



## Назначение группы точек меридианов перикарда и 3-х обогревателей (МС-TR)

Системы МС и TR, являются особыми системами управления и контроля над остальными 10-ю основными меридианами. Эти меридианы содержат резервный запас энергии организма, который используется при различных заболеваниях «энергии Ци и крови» в системах других меридианов. Эта система может оказывать «сильное и активное» воздействие на существующие органические нарушения. Энергетическую коррекцию всех Инь-Ян систем рекомендуется проводить на завершающих сеансах терапии.

### ВНИМАНИЕ

Перед началом курса терапии по методам открытых точек «Цзы-У» необходимо провести адекватную комплексную диагностику состояния пациента, с тем, чтобы убедиться в том, что во всех системах «Цзан-Фу» органов отсутствует ярко выраженная Ян (избыток) патология.

Распределение энергии в организме происходит – посредством меридиана 3-х обогревателей (TR). Распределение крови в организме происходит – посредством меридиана перикарда (МС). Меридиан 3-х обогревателей является управителем жизненной Ян – энергии организма. Энергия «Ян Ци» организма собирается и распределяется в этом меридиане. Меридиан перикарда является управителем энергии Инь и крови. Энергия «Инь Ци» и кровь собираются и распределяются в этом меридиане [20, 23].

## 2.4. РЕГУЛЯЦИЯ БАЛАНСА ЭНЕРГИИ В ЦЗАН – ФУ ОРГАНАХ ПО МЕТОДУ КИТАЙСКОЙ ХРОНОПУНКТУРЫ «ЦЗЫ У ЛЮ ЧЖУ»

Цзан-фу органы – это обозначение основных внутренних органов человека. Данное понятие включает в свой состав 5 плотных органов, накапливающих и собирающих Ци и кровь, принадлежащих к Инь субстанции, а также 6 полых органов субстанции Ян, выполняющих функцию распределения питательных веществ и органов выделения.

### **Ян органы:**

- желчный пузырь (первозлемент «дерево»);
- тонкий кишечник (первозлемент «огонь»);
- желудок (первозлемент «земля»);
- толстый кишечник (первозлемент «металл»);
- мочевой пузырь (первозлемент «вода»);
- три обогревателя (первозлемент «огонь»).

### **Инь органы:**

- печень (первозлемент «дерево»);
- сердце и перикард (первозлемент «огонь»);
- селезенка и поджелудочная железа («земля»);
- легкие (первозлемент «металл»);
- почки (первозлемент «вода»).

Кроме этого существуют в Китайской медицине еще и 6 «необычных» органов:

- головной мозг;
- кровеносные сосуды;
- кости;
- костный мозг;
- желчный пузырь;
- матка.

В Китайской медицине под термином «орган» обозначается цельная функциональная система (структура).

Система, включающая в себя физические (анатомические), психические (эмоциональные) и ментальные проявления человеческого организма.

## Метод «взаимного созидания стихий»

### Первоисточники метода и условия его применения

В период правления Китайских династий Цинь и Хань (III до н.э. – III н.э.) в медицинской литературе того времени впервые появляется описание метода «Цзы У лю чжу». До нашей эры, в медицинских трактатах, хронологическим соотношениям проведения терапии и профилактики в искусстве иглоукалывания придавалось особое значение. Так, в одном из самых древних трактатов по медицине «Хуан Ди нэй цзин Су Вэнь» (Трактат по внутренней медицине) в главе «Су вэнь» указывается, на что нужно обращать внимание во время проведения лечения: на движение Солнца, Луны, звезд, созвездий, а также на влияние энергии сезона. Таким образом, метод «Цзы У лю чжу» (система временной зависимости движения и покоя потоков энергии Ци и крови в системе циклических знаков «Земных ветвей – Цзы-У») был систематизирован на высоком уровне более двух тысяч лет назад. Метод «Цзы У лю чжу» широко использовали такие известные врачи: Чжан Чжун Цзин (III н.э.) – автор трактата «Шань хань лун» (Трактат о лихорадках), Сунь Сымао (VII н.э.) – автор трактата «Цянь цзинь фан» (1000 золотых рецептов), монгольский врач Цинь Били (XIV н.э.) – автор трактата «Цзинь лань сюнь цзин» (Канон золотой орхидеи). В период правления династии Мин (XIV – XVII н.э.), в 1530 г. известный врач Ван Цзи написал трактат «Чжэнь цю вэнь дуй» (Вопросы и ответы о чжэнь цю). И в 1537 г. в трактате «Чжэнь цю ин фа хуэй» (Объединение достижений в области Чжэнь Цю), в которых он описывает закономерности циркуляции Ци и крови от циклического знака «Небесного ствола Земной ветви» в 66-ти (72) точках.

Ван Цзи в XVI в. писал следующее: «циркуляция Ян энергии начинается свое движение в день дерева Ян и в час «суй» [20], в промежуток времени с 19-21.00 (11-ая «земная ветвь», час «собаки») дня **S-1 (дерево Ян)** энергия начинает свое движение из точки – «колодец» меридиана Желчного Пузыря – цзу-цяо-инь (VB 44). Далее Ци направляется к точке – «ручей» меридиана Тонкого Кишечника – цянь-гу (IG 2), энергия проходит через «точку-поток» меридиана Желудка – сянь-гу (E43), и «точку-источник» меридиана Желчного Пузыря, в точку цю-суй (VB 40). Затем направляется к «точке – река» меридиана Толстого Кишечника – ян-си (GI 5). Далее, достигает «точки – море» меридиана Мочевых Пузырей – вэй-чжун (V 40)». Ввиду того, что **Ствол S-1 принадлежит первоэлементу Дерево (Ян)**, энергия восходит из меридиана первоэлемента Дерево – Желчного Пузыря, его точки – колодец – цзу-цяо-инь (VB 44). Дерево порождает Огонь – цянь-гу (IG2). Огонь порождает Землю – сянь-гу (E 43), после того, как будет пройдена точка-источник меридиана Желчного пузыря – цю-суй (VB 40), Земля порождает Металл – ян-си (GI 5), а Металл порождает Воду – вэй-чжун (V 40). Описанные выше изменения происходят не только во временной промежуток с 19.00 – 21.00, а каждый раз, **когда в течение дня встречается Ствол S-1**. Подобные же изменения происходят и во временной промежуток с 23.00 – 01.00 (1-ая «земная ветвь», «Янский» час, час мыши) дня **S-1**.

Когда наступит временной промежуток с 15.00 до 17.00 (9-я «земная ветвь», Ян, час обезьяны) дня **S-2 (дерево Инь)**, жизненная энергия пройдет вдоль 6-ти точек «шу» меридиана Тройного Обогревателя: гуань чун (TR 1), е-мэнь (TR 2), чжун чжу (TR 3), ян-чи (TR 4), чжи-гоу (TR 6), тянь-цзин (TR 10).

**В день S-2** во временной промежуток с 17.00 до 19.00 (10-я «земная ветвь», Инь, час курицы), энергия восходит из «точки-колодец» – да-дунь (F1) меридиана Печени, поскольку **Ствол S-2 принадлежит Дереву Инь**. Дерево порождает Огонь, т.е. энергия переходит в точку – шао-фу (C 8), Огонь порождает Землю – тай-бай (RP3). Земля порождает Металл – цзин-цюй (P8), Металл порождает Воду – точка инь-гу (R 10).

Когда наступит временной промежуток с 13.00 до 15.00 (8-ая «земная ветвь», Инь, час овцы) дня **S-3**, энергия протекает вдоль 6-ти точек меридиана Перикарда. Описанные выше изме-

нения происходят не только во временной промежуток с 17.00 до 19.00 дня S-2, но всякий раз, когда встречается Ствол S-2, принадлежащий первоэлементу (стихии) Дерево (Инь) в течение дня.

### Дополнение.

Энергия в «открытых точках Ян меридианов» циркулирует, в основном, в «Ян» часы (нечетные «Земные ветви»). Применять эти точки следует в соответствующее им время.

«Инь открытые точки» желательнее использовать в «Инь» часы (или, четные номера «Земных ветвей»). В соответствии с теорией китайской хронопунктуры, укалывание «открытых точек» желательнее производить в соответствующее им время. В то же время можно использовать и другие точки, применение которых строго не зависит от времени воздействия. Совместное применение этих точек заметно увеличит терапевтический эффект. В этом случае необходимо определить «основную античную точку рецепта», которая имеет главное функционально-энергетическое влияние на терапию данного заболевания. С учетом суточного круга циркуляции энергии в меридианах строится поочередное укалывание выбранных точек «рецепта».

Стандартное (книжное значение) с учетом 2-х часовой активности меридианов по времени начала циркуляции энергии в 12-ти классических меридианах, также вполне применимо. Однако в этом случае качество терапии будет несколько ниже.

Описание метода «открытых точек» («Цзы У лю чжу») представлено в следующих ниже 10-ти таблицах [20]. В таблицы также введены небольшие полезные дополнения.

1. Обозначение номеров циклов согласно восточному традиционному 60-тичному Лунно-Солнечному календарю.

2. «сочетания стихий часа» в буквенном обозначении:

Д, д – дерево (ветер);

О, о – огонь (жар, тепло);

З, з, Z, z – земля (влажность, сырость);

М, м – металл (сухость);

В, в – вода (холод).

Заглавные буквы (в 3-й колонке) обозначают – «Ян цикл», прописные – «Инь цикл».

# ОТКРЫТИЕ ТОЧЕК ПО ДНЯМ В СООТВЕТСТВИИ С МЕТОДОМ «ВЗАИМОСОЗИДАНИЯ СТИХИЙ»

Точки, открытые в День S – 1 (Дерево Ян).

День активности меридиана Желчного пузыря (VB).

Открытие точек по минутам			0-24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
1	23-1	ДВ	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
2	1-3	дз	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
3	3-5	Од	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
4	5-7	од	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
5	7-9	ЗЗ	TR1	TR2	TR3(TR4)	TR6	TR10
6	9-11	зо	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
7	11-13	МО	GI 1	V66	VB41(GI4)	IG5	E36
8	13-15	МЗ	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9
9	15-17	ВМ	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
10	17-19	ВМ	MC9	MC8	MC7-MC6	MC5	MC3
11	19-21	ДЗ	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
12	21-23	ДВ	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10

**Точки, открытые в День S – 2 (Дерево Инь).**

**День активности меридиана Печени (F).**

Открытие точек по минутам			0-24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
13	23-1	ОВ	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
14	1-3	оз	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
15	3-5	ЗД	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
16	5-7	зд	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
17	7-9	МЗ	GI 1	V66	VB41(GI4)	IG5	E36
18	9-11	мо	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9
19	11-13	BO	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
20	13-15	BZ	R1	F2	C7(R3)	RP5	P5
21	15-17	ДМ	TR1	TR2	TR3(TR4)	TR6	TR10
22	17-19	дм	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
23	19-21	OZ	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
24	21-23	ов	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8

**Точки, открытые в День S – 3 (Огня Ян).**

**День активности меридиана Тонкого кишечника (IG).**

Открытие точек по минутам			0-24	25 -48	49 -72	73 -96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
25	23-1	ЗВ	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
26	1-3	ЗЗ	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
27	3-5	МД	GI 1	V66	VB41(GI4)	IG5	E36
28	5-7	мд	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9
29	7-9	B3	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
30	9-11	во	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5
31	11-13	ДО	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
32	13-15	дз	MC9	MC8	MC7 – MC6	MC5	MC3
33	15-17	ОМ	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
34	17-19	ом	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
35	19-21	ЗЗ	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
36	21-23	ЗВ	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3



**Точки, открытые в День S – 4 (Огонь Инь).**

**День активности меридианов Сердца (С).**

Открытие точек по минутам			0 -24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
37	23-1	MB	GI 1	V66	VB41(GI4)	IG5	E36
38	1-3	MЗ	MC9	MC8	MC7	MC5	MC3
39	3-5	ВД	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
40	5-7	вд	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5
41	7-9	ДЗ	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
42	9-11	до	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
43	11-13	OO	TR1	TR2	TR3(TR4)	TR6	TR10
44	13-15	oz	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
45	15-17	ЗМ	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
46	17-19	ЗМ	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
47	19-21	MZ	GI 1	V66	VB41(GI4)	IG5	E36
48	21-23	MB	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9

**Точки, открытые в День S – 5 (Земля Ян).**

**День активности меридиана Желудка (Е).**

Открытие точек по минутам			0 -24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
49	23-1	ВВ	V67	VB43	IG3 (TR4)	E41	GI 11
50	1-3	ВЗ	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5
51	3-5	ДД	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
52	5-7	дд	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
53	7-9	ОЗ	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
54	9-11	оо	MC9	MC8	MC7 – MC6	MC5	MC3
55	11-13	ЗО	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
56	13-15	ЗЗ	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
57	15-17	ММ	GI 1	V66	VB41(GI 4)	IG5	E36
58	17-19	мм	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9
59	19-21	BZ	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
60	21-23	ВВ	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5

## Точки, открытые в День S – 6 (земля Инь).

## День активности меридиана Селезёнки и ПЖЖ (RP).

Открытие точек по минутам			0-24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
1	23-1	ДВ	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
2	1-3	дз	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
3	3-5	Од	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
4	5-7	од	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
5	7-9	ЗЗ	TR1	TR2	TR3(TR4)	TR6	TR10
6	9-11	зо	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
7	11-13	МО	GI 1	V66	VB41(GI 4)	IG5	E36
8	13-15	МЗ	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9
9	15-17	ВМ	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
10	17-19	ВМ	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5
11	19-21	ДЗ	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
12	21-23	ДВ	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10

**Точки, открытые в День S – 7 (Металл Ян).****День активности меридиана Толстого кишечника (GI).**

Открытие точек по минутам			0 -24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
13	23-1	OB	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
14	1-3	оз	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
15	3-5	ЗД	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
16	5-7	зд	MC9	MC8	MC7-MC 6	MC5	MC3
17	7-9	M3	GI 1	V66	VB41(GI4)	IG5	E36
18	9-11	мо	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9
19	11-13	BO	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
20	13-15	BZ	R1	F2	C7(R3)	RP5	P5
21	15-17	ДМ	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
22	17-19	дм	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
23	19-21	OZ	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
24	21-23	ов	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8

**Точки, открытые в День S – 8 (металл Инь).**

**День активности меридиана лёгких (Р).**

Открытие точек по минутам			0 -24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
25	23-1	ЗВ	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
26	1-3	ЗЗ	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
27	3-5	МД	TR1	TR2	TR3(TR4)	TR6	TR10
28	5-7	мд	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9
29	7-9	B3	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
30	9-11	во	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5
31	11-13	ДО	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
32	13-15	дз	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
33	15-17	ОМ	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
34	17-19	ом	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
35	19-21	ЗЗ	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
36	21-23	ЗВ	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3

**Точки, открытые в День S – 9 (Вода Ян).**

**День активности меридианов Мочевого пузыря  
и 3-х обогревателей (V-TR).**

Открытие точек по минутам			0 -24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
37	23-1	MB	GI 1	V66	VB41(GI4)	IG5	E36
38	1-3	мз	MC9	MC8	MC7– MC6	MC5	MC3
39	3-5	ВД	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
40	5-7	вд	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5
41	7-9	ДЗ	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
42	9-11	до	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
43	11-13	ОО	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
44	13-15	oz	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
45	15-17	ЗМ	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
46	17-19	зм	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
47	19-21	MZ	GI 1	V66	VB41(GI 4)	IG5	E36
48	21-23	мв	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9

**Точки, открытые в День S – 10 (вода Инь).**

**День активности меридианов Почек и Перикарда  
(R – MC).**

Открытие точек по минутам			0 -24	25-48	49-72	73-96	97-120
№ цикла	Часы в сутках	Литера					
49	23-1	ВВ	TR1	TR2	TR3(TR4)	TR6	TR10
50	1-3	ВЗ	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5
51	3-5	ДД	VB44	IG2	E43(VB40)	GI 5	V40
52	5-7	дд	F1	C8	RP3(F3)	P8	R10
53	7-9	ОЗ	IG1	E44	GI 3(IG4)	V60	VB34
54	9-11	оо	C9	RP2	P9(C7)	R7	F8
55	11-13	ЗО	E45	GI 2	V65(E42)	VB38	IG8
56	13-15	ЗЗ	RP1	P10	R3(RP3)	F4	C3
57	15-17	ММ	GI 1	V66	VB41(GI 4)	IG5	E36
58	17-19	мм	P11	R2	F3(P9)	C4	RP9
59	19-21	BZ	V67	VB43	IG3(TR4)	E41	GI 11
60	21-23	ВВ	R1	F2	C7(MC7)	RP5	P5

### **Дополнения к методу «созидания стихий» (или, метод «взаимного порождения»)**

В дни Ян и часы Ян – можно использовать всю группу точек Янских меридианов (до 6-ти точек), в дни Инь и часы Инь – можно укалывать выборочно или последовательно также все точки Иньских меридианов (5 или 6 точек, с одной стороны тела).

В дни Ян и часы Инь, а также в дни Инь и часы Ян – первая точка в системе «открытых точек» считается «закрытой». В этом случае применять первую точку не рекомендуется.

В течение одного дня происходит 5 взаимных порождений между парами меридианов (по правилу «внешнее – внутреннее»). Пять первоэлементов взаимно порождают и стимулируют друг друга и тем самым создают один энергетический цикл, как в рамках одного года, так и в рамках одних суток. В течение 10-ти дней (один цикл 10-ти «Небесных стволов») первоэлемент «Дерсво» дважды претерпевает изменения в день S-1 (Дерево Ян) и в день S-6 (Земля Инь). Подобная картина происходит через пять «Небесных стволов» и с другими первоэлементами в соответствующие дни в течение одного 10-ти дневного цикла (одной декады дней). С временного промежутка «10-й Земной ветви» (с 17 – 19.00) дня S-1 (Дерево Ян) до временного промежутка «1-ой Земной ветви» (с 23 – 01.00) дня S-10 (Вода Инь), меридианы Перикарда и 3-х частей тела претерпевают пять взаимных изменений. В целом, можно сказать то, что один десятидневный цикл состоит из двух пятидневных циклов, которые разительно отличаются друг от друга.



## Правило «МАТЬ-СЫН» (тонизация – седатация)

Данное правило вытекает из порядка цикла «У Син» – т.е. из порядка взаимного порождения стихий, первоэлементов традиционной китайской натурфилософии. Правило включает в себя два цикла взаимодействия первоэлементов:

- цикл взаимного порождения стихий (тонизация);
- цикл подавления стихий (мать подавляет сына).

«Мать»	Пораженный меридиан – орган	«Сын»
Дерево (VB; F)	Огонь (C; MC; IG; TR)	Почва (RP; E)
Огонь (C; MC; IG; TR)	Почва (RP; E)	Металл (GI; P)
Почва (RP; E)	Металл (GI; P)	Вода (R; V)
Металл (GI; P)	Вода (R; V)	Дерево (VB; F)
Вода (R; V)	Дерево (VB; F)	Огонь (C; MC; IG; TR)

Точка «мать» – точка тонизации, «сын» – точка седатации.

**ПРИМЕР 1:** Рассмотрим меридиан печени (F) и выведем его тонизирующую и седативную точки: меридиан печени – элемент «дерево» согласно циклу «У Син», элемент, порождающий печень – «вода», будет источником энергии для печени, или его тонизирующей точкой. Элемент, идущий после «дерева» – забирающий элемент, – «огонь» – является седативной точкой. **Мать** – (т. Воды – F8, цюй цюань). **Сын** – (т. Огня – F2, син цзянь). Точка элемент в элементе – т. Дерева F1. Правило «мать-сын» применимо не только к отдельно взятому меридиану, но и применительно между меридианами, что по-своему также «усиливает терапию».

**ПРИМЕР 2:** Чтобы усилить «ослабевший орган», т.е. провести тонизацию, предыдущий меридиан по циклу «У Син» необходимо активировать в его тонизирующей точке, слабую печень усиливают в тонизирующей точке меридиана почек R 7 (фу

лю) и, при этом, тормозят седативную точку на меридиане сердца или перикарда С 7 и МС 7 (шэнь мэнь, да лин).

В случае гиперактивности поступают следующим образом – тормозим «мать», укалываем седативную точку меридиана почек R 1 (юн цюань) и тонизируем точку «сына» – т.е. меридиан сердца и перикарда в точках их тонизации С 9 (шао чун) и МС 9 (чжун чун). (Пример приведен при гиперактивности печени).

### Дополнение.

«Ян меридианы сочетаются только с Ян меридианами; Инь меридианы – только с Инь». Особое значение имеет точка «элемент в элементе», она является основной точкой расчетов для всех правил чжэнь цзю терапии!

### Правило «мать-сын» для отдельно взятого меридиана.

№	Цзин	Лит	т. Мать	т. Элем. в элементе	т. Сын	Юань т. Пс
			т. тон		т. сед	
1	Легких	P	P 9(П)	R 8(М)	P 5(В)	P 7/P 9
2	Толстого киш-ка	GI	GI 11(П)	GI 1(М)	GI 2(В)	GI 4
3	Желудка	E	E 41(П)	E 36(П)	E 45(М)	E 42
4	Селезенки и ПЖЖ	RP	RP 2(О)	RP 3(П)	RP 5(М)	RP 3/ RP 4
5	Сердца	C	C 9(Д)	C 8(О)	C 7(П)	C 5/C 7
6	Тонкого киш-ка	IG	IG 3(Д)	IG 5(О)	IG 8(П)	IG 4
7	Мочевового пузыря	V	V 67(М)	V 66(В)	V 65(Д)	V 64
8	Почек	R	R 7(М)	R 10(В)	R 1(Д)	R 3/R 4
9	Перикард	MC	MC 9(Д)	MC 8(О)	MC 7(П)	MC 6/MC 7
10	3-х частей тела	TR	TR 3(Д)	TR 6(О)	TR 10(П)	TR 4
11	Желчного пузыря	VB	VB 43(В)	VB 42(Д)	VB 38(О)	VB 40
12	Печени	F	F 8(В)	F 1(Д)	F 2(О)	F 3/F 5

**Качества 5-ти стихии:**

Д – дерево (ветер) – приводит в движение соки тела (Ци).

О – огонь (тепло) – теплорегуляция, эмоциональный фон.

П – почва (сырость, влажность) – способствует увеличению объема и массы человека (жирность и отечность тела).

М – металл, (сухость) – увядание, обезвоживание организма.

В – вода (охлаждение) – способствует застою Ци и крови.

Точки пособники («Юань») – точки генетической энергии.

Тонизация – восполняет недостаток энергии и крови.

Седатация – выпускает избыток энергии и крови.

Таким образом, можно плавно регулировать увеличение и уменьшение Ци и крови в Цзан-Фу органах и в меридианах Цзин-Ло.

**Правило «ПОЛДЕНЬ – ПОЛНОЧЬ»**

Данное правило основано на циркуляции суточного потока Ци, или, также можно сказать, на фазах максимума и минимума энергии в меридианах в разные промежутки времени суток. С точки зрения профилактической чжэнь цзю терапии, с учетом помесечного лечения, данное правило может отражать круг годовой циркуляции Ци в течение 12 месяцев года. В этом случае основная сложность заключается в точном выборе дня и времени суток, когда будет проводиться профилактическая чжэнь цзю терапия. Максимум Ци в Печени – тогда минимум в меридиане Тонкого кишечника. Минимум Ци в печени – тогда максимум в меридиане Тонкого кишечника. Если седатировать Печень в 01 – 03.00 ночи, мы тем самым усилим Ци в IG. Если тормозить Тонкий кишечник в 13-15.00, усилится Ци в печени.

**ПРИМЕР:**

Ночное недержание мочи у детей: пустота Ян (в V и R) и полнота Инь, там же. Избыток холода и недостаток тепла, а также повышенная работа Мочевового пузыря не в свое время, – после 2-х часов ночи до 6-ти часов утра.

Используя данное правило, нам необходимо «тормозить» Мочевой пузырь и провести тонизацию меридиан Легких. Лучшее время 15.00 – 17.00.

• седатация меридиана мочевого пузыря в точке «сын» – V 65 (шу гу);

• тонизация на м. легких в точке «мать» – Р 9 (тай юань);

• можно использовать и точки пособники на соответствующих меридианах или V 64 (цзин гу); плюс Р 7 (ле цюэ).

Точки выбираются параллельно с обеих сторон тела.

Седатация точек «холода» на меридиане почек (мочевого пузыря) – R 10, V 66.

### Дополнение.

Система открытых точек также вполне применима, как баланс на уровне всех Инь и Ян меридианов.

## Правило «МУЖ – ЖЕНА» (мужчина – женщина)

Смысл данного правила заключается в определенной функциональной взаимосвязи между органами (меридианами), которые определяются по пульсам левой и правой рук.

### Тонизация органов-меридианов.

Действие	Стихия	Действие	Стихия
Тонизация	Огонь	Тормозит, замедляет, успокаивает, подавляет	Металл
	Почва	----- " -----	Воду
	Металл	----- " -----	Дерево
	Вода	----- " -----	Огонь
	Дерево	----- " -----	Почву

### Седатация органов-меридианов.

Действие	Стихия	Действие	Стихия
Седатация	Огня	Усилит (тонизация)	Металл
	Почвы	----- " -----	Воду
	Металла	----- " -----	Дерево
	Воды	----- " -----	Огонь
	Деревя	----- " -----	Почву

При этом седатацию или тонизацию проводят в соответствующих точках седатации и тонизации выбранных меридианов. Данное правило упоминается в трактате Желтого Дракона (Хуан Лун чжэнь цзю цюань, XII века). Согласно этому трактату существует 12-тиричная система определения специальных пар точек «выбранных согласно этому правилу», которое строится по принципу 10-ти стволов и 12-ти ветвей, плюс два цикла «объединенной энергии Инь-Ян». Итого получается система  $12 \times 12 = 144$  повторяющихся точек. Таким образом, получается календарь «открытых точек» для 12-ти дневного цикла.

Обозначим пары этих точек:

<b>GI 4</b>	–	<b>F 6</b>	<b>E 42</b>	–	<b>R 5</b>
<b>IG 4</b>	–	<b>P 7</b>	<b>V 64</b>	–	<b>C 5</b>
<b>VB 40</b>	–	<b>RP 4</b>	<b>TR 4</b>	–	<b>MC 6</b>

## Глава 3

### 3.1. ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА ЧЕЛОВЕКА (Краткий обзор)

Регуляцию всех жизненно важных функций организма человека обеспечивают эндокринная и нервная системы. Ни один биоэнергетический процесс в организме не совершается без их непосредственного участия. Эндокринная и нервная системы неразрывно связаны между собой. При нарушении их функций происходят ярко выраженные нарушения в человеческом организме. Основу эндокринной системы составляют железы внутренней секреции. Их характерной особенностью является отсутствие выводящих протоков. Поэтому все выделяемые ими вещества (гормоны) напрямую «вливаются» в кровяное русло, а также и в сосуды лимфатической системы. Состав эндокринной системы представлен следующими железами:

1. Гипоталамус (ведущая часть нервной системы).
2. Гипофиз.
3. Эпифиз (шишковидное тело).
4. Щитовидные железы.
5. Паращитовидные железы.
6. Поджелудочная железа.
7. Надпочечники.
8. Вилочковая железа (тимус).
9. Половые железы (гонады).

Общим критерием для желез внутренней секреции является выделение гормонов. Поступая в кровь и в лимфу, гормоны распространяются с потоком крови по всему организму. Воздействуя при этом на все органы и ткани человеческого организма, синхронизируют и контролируют их многочисленные функции. Гормоны имеют достаточно широкий диапазон биоэнергетического воздействия, а именно участвуют:

- в процессе деления клеток;
- в процессах обмена веществ;
- в создании и поддержании защитных систем;

- в процессах роста и развития организма и внутренних органов;
- в процессах регенерации органов и тканей;
- в процессах физического развития организма;
- в процессах умственного и интеллектуального развития человека и т.д.

Все перечисленные выше процессы целиком и полностью зависят от качественного и количественного состава гормонов. Нарушение нормального функционирования работы желез внутренней секреции приводит к серьезным (патологическим) изменениям в организме человека. Особое место в эндокринной системе занимает гипоталамус и гипофиз, которые в первую очередь являются «стартовыми» по отношению к другим железам внутренней секреции. Эндокринная система одна из самых важных регулирующих систем человека [26].

В различное время года и время суток (с учетом возраста человека) преобладает тот или иной состав гормонов в кровяном русле. Нарушение функции одной железы внутри системы приводит к изменениям во всех остальных железах эндокринной системы. Поэтому восстановление нормальной работы эндокринной системы необходимо проводить комплексно, с учетом использования максимального числа методов и систем терапии, например таких как:

- правильное (раздельное) питание;
- фитотерапия;
- иглотерапия (чжэнь цзю);
- восточные массажные техники;
- терапия дыханием (Цигун);
- гимнастические комплексы (Тайцзи цюань, Даоинь и др.);
- психотерапия;
- музыкальная терапия;
- светотерапия и т.д. и т.п.

## Железы внутренней секреции человека

**Гипоталамус** – является частью головного мозга и тесно связан с функциями гипофиза. Выделяет гормонально-активные вещества – рилизинг-гормоны, которые влияют на гипофиз и контролируют выделение других гормонов. Кроме этого в гипоталамусе выделяются гормоны, ограничивающие выработку гормонов гипофизом. Гормоны гипоталамуса выделяются нервными клетками, собранными в группы (ядра гипоталамуса) – вазопрессин и окситоцин, участвующие в регуляции водно-солевого обмена и в поддержании тонуса сосудов всего организма.

Гипоталамус состоит из 32-х пар ядер. Каждая пара имеет очень важное функциональное значение – осуществляет регуляцию желез внутренней секреции через тропные гормоны гипофиза:

- тиреотропный гормон – стимулирует щитовидную железу;
- адrenoкортикотропный гормон – стимулирует кору надпочечников;
- гонадотропный гормон – стимулирует половые железы.

Старение организма человека в основном зависит от функционального (количественного) состояния отдельных ядер гипоталамуса. К 50-ти годам у человека возрастает производство гормона гонадотропина в 5-8 раз. Перенасыщение организма половыми гормонами приводит к росту патологических процессов и серьезному нарушению основных функций жизнедеятельности организма. Организм человека «изнашивается» и стареет гораздо раньше своего биологического предела жизни.

**Гипофиз** – железа, которая влияет на рост, обмен веществ и репродуктивную функцию человека. Располагается у основания черепа, за носовой полостью. Размер железы – величиной с горошину. Гипофиз является одной из основных желез внутренней секреции. Спектр воздействия гипофиза на организм человека широк и многогранен. Гипофиз состоит из 3-х долей и весит 1,5 грамма. Каждая из долей вырабатывает свои гормоны.

- Передняя доля контролирует процесс роста человека, ожирение, атрофию половых органов, нарушение сроков беременности.



- Средняя доля контролирует выработку пигментного гормона.
- Задняя доля регулирует деятельность работы почек, выделяет гормоны, стимулирующие мышцы матки во время беременности и после родов, а также вырабатывает лактогенный гормон. Эти гормоны вызывают непроизвольные сокращения мышц и работают как антидиуретики. Разбалансировка этой доли приводит к несахарному диабету, нарушениям артериального давления (АД) и ухудшению тонуса гладкой мускулатуры.

**Эпифиз** – имеет схожие размеры с гипофизом и расположен под мозжечком в задней части черепа. Основной функцией эпифиза является выработка мелатонина, влияющего на внутренние биоритмы человека. Эта железа регулирует также режим (ритмичность) сна и определяющим образом влияет на эмоциональный статус (настроение) человека.

**Щитовидная железа** – состоит из двух долей, которые располагаются по обе стороны от трахеи, немного ниже уровня гортани. Две доли соединены между собой перешейком. Железа регулирует состояние одного из своих гормонов – тироксина, за счет содержания и продуцирования (поступления с пищей) йода. Гормоны щитовидной железы воздействуют на обмен веществ практически во всех тканях организма и влияют на активность более чем 100 ферментов. Они также регулируют скорость поглощения кислорода клетками, способствуют формированию и восстановлению тканей и внутренних органов. Гормоны щитовидной железы участвуют и в поддержании нормальной работы головного мозга. При дисбалансе функций щитовидной железы замедляется обмен веществ и процесс образования новых клеток, возникают нарушения умственного развития человека.

**Паращитовидная железа** – это четыре небольшие по размерам железы, которые расположены с тыльной стороны каждой из долей щитовидной железы. За счет выделения гормона – парагормона, осуществляется регуляция баланса обмена кальция и фосфора в организме. Снижение функциональности паращитовидных желез проявляется обычно в виде следующих за-

болеваний: артритов, артрозов, остеопороза, остеохондроза, судорог и спазмов мышц.

**Вилочковая железа (тимус)** – расположена в грудной полости, непосредственно за костями грудины, перед сердцем и между легкими. Состоит в основном из лимфоидной ткани, вырабатывает более 10-ти гормонов. Основная функция вилочковой железы – стимуляция иммунной системы человека и контроль гормона роста. Т-лимфоциты, вырабатываемые вилочковой железой, надежно обеспечивают противовирусную и противоопухолевую защиту организма.

**Селезенка** – расположена в левом подреберье и заключена в плотную капсулу. Селезенка – орган кровеносной системы и выполняет кроветворную функцию. Выполняет также функцию фильтра – очищая кровь от бактерий, токсинов, тромбоцитов и т.п.

**Поджелудочная железа** – расположена позади желудка, ее вес составляет около 80-ти грамм. Данная железа выполняет двоякую функцию:

- Выработка гормона инсулина – понижающего уровень содержания сахара в крови. Недостаток инсулина способствует появлению заболевания – сахарного диабета. Инсулин способствует тому, чтобы клетки организма поглощали только определенное количество глюкозы из крови. Избыток глюкозы должен поглощаться и храниться в печени.

- Железистые клетки вырабатывают панкреатические соки, которые, попадая в 12-ти перстную кишку, помогают расщеплять белки, жиры и углеводы.

**Надпочечники** – парные железы, которые расположены над почками. Состоят из мозгового вещества (внутренний покров железы) и коры (наружный покров). Мозговое вещество вырабатывает гормоны – адреналин и норадреналин, которые выполняют особо важную роль в регуляции функционирования сердечно-сосудистой системы, а также влияют на обмен веществ человека во время стрессовых состояний. Кора надпочечников вырабатывает стероидные гормоны, влияющие на состояние ко-

стной и кожной систем организма (артриты, астма, аллергические реакции на внешние раздражители и т.п.). Недостаточная работа надпочечников приводит к росту волос на лице у женщин и к повышению тембра голоса у мужчин, а также к отсутствию либидо.

**Половые железы** – вырабатывают достаточно солидный комплекс гормонов, от которых зависит самочувствие и внешний вид человека. Старение – процесс, который начинается в половых железах при непосредственном участии гипоталамуса. Восстановление этих 3-х желез внутренней секреции приведет организм к омоложению.

**Яичники (матка)** – расположены в нижней части брюшной полости и являются основным репродуктивным органом организма женщины. Как и яички у мужчин, яичники выполняют две функции:

- в них развиваются женские половые клетки – яйцеклетки;
- яичники вырабатывают гормоны – эстрогены и другие гормоны, которые обеспечивают нормальное развитие женских половых органов и вторичных половых признаков и обуславливают цикличность менструации и нормальное протекание беременности.

**Яички** – парные мужские половые железы, локализуются в мошонке под брюшной полостью. Яички вырабатывают мужские половые гормоны – андрогены, наиболее важный из них тестостерон. Они также вырабатывают небольшое количество женского полового гормона – эстрогена.

Функциональность яичек контролируется гипоталамусом и передней долей гипофиза [26].

**Сводные таблицы точек акупунктуры  
14-ти классических меридианов, влияющих на регуляцию  
функций эндокринной системы человека**

**Меридиан Желчного пузыря**

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	VB 4 (Хань Янь)
2	Гипофиз	VB 20 (Фэн Чи), VB21 (ЦзяньЦзинь)
3	Эпифиз	VB 20 (Фэн Чи)
4	Вилочковая железа	VB 34 (Ян Лин Цюань)
5	Селезенка	VB 40 (Цзю Сюй)
6	Поджелудочная ж.	VB 40 (Цзю Сюй)
7	Щитовидная ж.	VB 22 (Юань Е), VB 38 (Ян Фу)
8	Паращитовидная ж.	VB 30 (Хуан Тяо)
9	Надпочечники	VB 16 (Му Чуан)
10	Молочные железы	VB 24 (Жи Юэ)
11	Половые ж. (матка)	VB 26 (Дай Май)
12	Стимул. иммунитета	VB 41 (Цзу Лин Ци)

**Меридиан Печени**

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	
2	Гипофиз	F 3 (Тай Чун), F 8 (Цюй Цюань), F 14 (Ци Мэнь)
3	Эпифиз	F 2 (Син цзянь), F 8 (Цюй Цюань)
4	Вилочковая железа	
5	Селезенка	F 1 (Да Дунь), F 2 (Син Цзянь)
6	Поджелудочная ж.	F 1 (Да Дунь), F 2 (Син Цзянь)
7	Щитовидная ж.	
8	Паращитовидная ж.	F 3 (Тай Чун)
9	Надпочечники	F 4 (Чжун Фэн)
10	Молочные железы	F 3 (Тай Чун)
11	Половые ж. (матка)	F 1 (Да Дунь), F 3, F 4 (Чжун Фэн), F 5 (Ли Гоу), F 11 (Инь Лянь)
12	Стимул. иммунитета	F 13 (Чжан Мэнь)

## Меридиан Легких

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	P 5 (Чи Цзэ)
2	Гипофиз	P 9 (Тай Юань)
3	Эпифиз	P 5 (Чи Цзэ)
4	Вилочковая железа	P 7 (Ле Цюэ)
5	Селезенка	
6	Поджелудочная ж.	
7	Щитовидная ж.	P 10 (Юй цзи), P 9 (Тай Юань)
8	Паращитовидная ж.	P 9 (Тай Юань)
9	Надпочечники	P 9 (Тай Юань)
10	Молочные железы	
11	Половые ж. (матка)	P 9 (Тай Юань)
12	Стимул. иммунитета	P 7 (Ле Цюэ)

## Меридиан Толстого кишечника

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	
2	Гипофиз	GI 4 (Хэ Гу), GI 20 (Ин Сян)
3	Эпифиз	
4	Вилочковая железа	
5	Селезенка	
6	Поджелудочная ж.	
7	Щитовидная ж.	GI 20 (Ин Сян)
8	Паращитовидная ж.	
9	Надпочечники	
10	Молочные железы	
11	Половые ж. (матка)	GI 4 (Хэ Гу)
12	Стимул. иммунитета	GI 10 (Шоу Сань Ли), GI 11 (Цюй Чи), GI 17 (Тянь Дин), GI 18 (Фу Ту)

## Меридиан Желудка

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	
2	Гипофиз	Е 5 (Да Ин), Е 7 (Ся Гуань), Е 18 (Жу Гэнь), Е 27 (Да Цзюй)
3	Эпифиз	Е 8 (Тоу Вэй), Е 36, Е 45 (Ли Дуй)
4	Вилочковая железа	Е 11 (Ци Шэ)
5	Селезенка	Е 30 (Ци Чун), Е 40 (Фэн Лун)
6	Поджелудочная ж.	Е 12 (Цюэ Пэнь), Е 33 (Инь Ши)
7	Щитовидная ж.	Е 2 (Сы Бай), Е 6 (Цзя Чэ), Е 10
8	Паращитовидная ж.	Е 9 (Жэнь Ин)
9	Надпочечники	Е 14 (Ку Фан)
10	Молочные железы	Е 15 (У-И), Е 16 (Ин Чуан), Е 18 (Жу Гэнь), Е 34 (Лян Цю)
11	Половые ж. (матка)	Е 25 (Тянь Шу), Е 28 (Шуй Дао), Е 29 (Гуй Лай), Е 30 (Ци Чун)
12	Стимул. иммунитета	Е 36 (Цзу Сань Ли)

## Меридиан Селезенки и Поджелудочной железы

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	
2	Гипофиз	RP2( Да Ду), RP5 (Шан Цю), RP18
3	Эпифиз	
4	Вилочковая железа	RP 2 (Да Ду)
5	Селезенка	RP 1 (Инь Бай– справа), RP 2 (Да Ду – слева), RP 3 (Тай Бай– слева), RP 12 (Чун Мэнь), RP 13 (Фу Ин)
6	Поджелудочная ж.	RP 1 (Инь Бай– слева), RP2 (Да Ду – справа), RP 3 (Тай Бай), RP 6
7	Щитовидная ж.	
8	Паращитовидная ж.	
9	Надпочечники	RP 6 (Сань Инь Цзяо)
10	Молочные железы	RP 2 (Да Ду), RP 18 (Тянь Си)
11	Половые ж. (матка)	RP6,RP7 (Лоу Гу), RP8, RP 9, RP10, RP 13 (Фу Ин), RP 18 (Тянь Си)
12	Стимул. иммунитета	RP 1 (Инь Бай)

## Меридиан Сердца

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	С 4 (Лин Дао)
2	Гипофиз	С 7 (Шэнь Мэнь), С 8 (Шао Фу)
3	Эпифиз	С 7 (Шэнь Мэнь)
4	Вилочковая железа	
5	Селезенка	
6	Поджелудочная ж.	
7	Щитовидная ж.	С 3 (Шао Хай), С 5 (Тун Ли), С 7, С 8, С 9.
8	Паращитовидная ж.	
9	Надпочечники	С 7 – С 8.
10	Молочные железы	
11	Половые ж. (матка)	С 7 (Шэнь Мэнь), С 8 (Шао Фу)
12	Стимул. иммунитета	С 9 (Шао Чун)

## Меридиан Тонкого кишечника

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	IG 3 (Хоу Си)
2	Гипофиз	IG 11 (Тянь Цзун), IG 15 (Цзянь Чжун), IG16 (Тянь Чуан)
3	Эпифиз	IG 3 (Хоу Си)
4	Вилочковая железа	
5	Селезенка	IG 14 (Цзянь Вэй Шу)
6	Поджелудочная ж.	IG 14
7	Щитовидная ж.	
8	Паращитовидная ж.	IG 5 (Ян Гу), IG 8 (Сяо Хай)
9	Надпочечники	
10	Молочные железы	IG 11 (Тянь Цзун)
11	Половые ж. (матка)	IG 5 (Ян Гу)
12	Стимул. иммунитета	IG 3 (Хоу Си), IG 4 (Вань Гу), IG 5 (Ян Гу)

## Меридиан Мочевого пузыря

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	V 1 (Цин Мин)
2	Гипофиз	V 2 (Цуань Шу), V 11 (Да Чжу), V 15 (Синь Шу), V 60, V 66, V 67
3	Эпифиз	V 7 (Тун Тянь), V 8, V 58 (Фэй Ян)
4	Вилочковая железа	V 11 (Да Чжу)
5	Селезенка	V 21 (Вэй Шу)
6	Поджелудочная ж.	V 21 (Вэй Шу)
7	Щитовидная ж.	V 16 (Ду Шу)
8	Паращитовидная ж.	V 57 (Чэнь Шань), V 63.
9	Надпочечники	V25 (Да Чан), V47 (Хун Мэн), V57
10	Молочные железы	V20 (Пи Шу), V 23 (Шэнь Шу)
11	Половые ж. (матка)	V25 (Да Чан), V26 (Гуань Юань Шу), V28 (Пан Гуан), V52, V 67 .
11	Стимул. иммунитета	V 1 (Цин Мин), V 54 (Чжи Бянь)

## Меридиан Почек

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	R 1 (Юн Цюань)
2	Гипофиз	R 3 (Тай Си), R 6 (Чжао Хай), R 7 (Фу Лю), R 10, R 13 (Ци Сюэ)
3	Эпифиз	R 1 (Юн Цюань), R 25(Шэнь Цан)
4	Вилочковая железа	R 6 (Чжао Хай)
5	Селезенка	R 7 (Фу Лю)
6	Поджелудочная ж.	R 2 (Жань Гу), R 3 (Тай Си), R 7
7	Щитовидная ж.	R 7
8	Паращитовидная ж.	R 6
9	Надпочечники	R 2 (Жань Гу), R 4 (Да Чжун), R 6 (Чжао Хай), R 7, R 18
10	Молочные железы	R 6 , R 7, R 23 (Шэнь Фэн), R 24 (Лин Сюй)
11	Половые ж. (матка)	R 2 (Жань Гу), R 3, R 4, R 6, R 7, R 10 (Инь Гу), R 11 (Хэн Гу), R 12 (Да Хэ), R 15 (Чжун Чжу)
12	Стимул. иммунитета	R 4 (Да Чжун), R 6, R 7 (Фу Лю)



## Меридиан Перикарда

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	МС 2 (ТяньЦюань), МС 5, МС 7
2	Гипофиз	МС 1 (Тянь Чи), МС 3 (Цюй Цзэ), МС 6, МС 8
3	Эпифиз	МС 4 (Си Мэнь), МС 6 (Нэй Гуань)
4	Вилочковая железа	МС 3 (Цюй Цзэ)
5	Селезенка	МС 7 (Да Лин), МС 6 (Нэй Гуань)
6	Поджелудочная ж.	МС 7
7	Щитовидная ж.	МС 8 (ЛАО Гун)
8	Паращитовидная ж.	МС 6 (Нэй Гуань)
9	Надпочечники	МС 5 (Цзянь Ши), МС 7 (Да Лин)
10	Молочные железы	МС 1 (Тянь Чи), МС 2 (Тянь Цюань)
11	Половые ж. (матка)	МС 5 – МС 9 (Чжун Чун)
12	Стимул. иммунитета	МС 6 – МС 7 (Да Лин)

## Меридиан Трех обогревателей

№	Железа внутренней секреции	Акупунктурные точки меридиана
1	Гипоталамус	TR 4 (Ян Чи), TR 15 (Тянь Ляо), TR 20 (Цзяо Сунь)
2	Гипофиз	TR 3 (Чжун Чжу), TR 4 (Ян Чи), TR 6 (Чжи Гоу), TR 16 (Тянь Ю), TR 23 (Сяо Чжу Кун)
3	Эпифиз	TR 3 (Чжун Чжу), TR 10 (Тянь Цзин)
4	Вилочковая железа	TR 2 (Е Мэнь)
5	Селезенка	TR 4 (Ян Чи), TR 5 (Вай Гуань)
6	Поджелудочная ж.	TR 4 (Ян Чи), TR 5 (Вай Гуань)
7	Щитовидная ж.	TR 2 (Е Мэнь), TR 13 (Нао Хуэй), TR 17 (И Фэн), TR 20 (Цзяо Сунь)
8	Паращитовидная ж.	TR 2 (Е Мэнь), TR 17 (И Фэн)
9	Надпочечники	TR 1 (Гуань Чун), TR 12 (Сяо Лэ)
10	Молочные железы	TR 6 (Чжи Гоу)
11	Половые ж. (матка)	TR 1 (Гуань Чун), TR 5 (Вай Гуань)
12	Стимул. иммунитета	TR 5 (Вай Гуань), TR 6 (Чжи Гоу).

**Меридиан Ду Май (Заднесрединный)**

<b>№</b>	<b>Железа внутренней секреции</b>	<b>Акупунктурные точки меридиана</b>
1	Гипоталамус	VG 20 (Бай Хуэй), VG 11 (Шэнь Дао), VG 24 (Шэнь Тин)
2	Гипофиз	VG 2 (Яо Шу), VG 16 (Фэн Фу), VG 17 (Нао Ху), VG 19, VG 20
3	Эпифиз	VG 1 (Чан Цянь), VG 12, VG 15
4	Вилочковая железа	VG 11 (Шэнь Да), VG 12 (Шэнь Чжу)
5	Селезенка	VG 26 (Жэнь Чжун), VG 27
6	Поджелудочная ж.	VG 26 (Жэнь Чжун), VG 27
7	Щитовидная ж.	VG 14 (Да Чжуй)
8	Паращитовидная ж.	VG 14 (Да Чжуй), VG 16
9	Надпочечники	VG 10 (Лин Бай), VG 16, VG 19
10	Молочные железы	VG 11 (Шэнь Дао), VG 12
11	Половые ж. (матка)	VG 1 – VG 4, VG 25 (Су Ляо)
12	Стимул. иммунитета	VG 4 (Мин Мэнь), VG 14, VG 20

**Меридиан Жэнь Май (Переднесрединный)**

<b>№</b>	<b>Железа внутренней сек- реции</b>	<b>Акупунктурные точки меридиана</b>
1	Гипоталамус	VC 6 (Ци Хай)
2	Гипофиз	VC 3, VC 7 (Инь Цзяо), VC 8 (пупок)
3	Эпифиз	VC 15 (Цзю Вэй)
4	Вилочковая железа	VC 17 (Тань Чжун)
5	Селезенка	VC 24 (Чэн Цзинь)
6	Поджелудочная ж.	VC 24 (Чэн Цзинь)
7	Щитовидная ж.	VC 6 (Ци Хай), VC 21 (Сюань Цзи) VC 22 (Тянь Ту), VC 23
8	Паращитовидная ж.	VC 15 (Цзю Вэй)
9	Надпочечники	VC 4, VC 5 (Ши Мэнь)
10	Молочные железы	VC 8 (Шэнь Цюэ), VC 13 (Шан вань), VC 19 (Цзы Гун)
11	Половые ж. (матка)	VC 1 (Хуэй Инь), VC 3 (Чжун Цзи), VC 4 (Гуань Юань), VC 17
12	Стимул. иммунитета	VC 2 (Цюй Гу), VC 4 (Гуань Юань) VC 6 (Ци Хай), VC 12 (Чжун Вань)

### 3.2. ТОЧКИ КЛЮЧИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ ДЛЯ МЕТОДА «ЛЮ ЧЖУ»

В искусстве чжэнь цзю терапии для регуляции энергетического потенциала человека существуют методы, где используется малое количество точек. Ключ к регуляции баланса эндокринной системы осуществляется на уровне одной акупунктурной точки. Существующие методы «одной открытой точки» несколько отличны по своему содержанию. Это объясняется, прежде всего, тем, что эти методы построены на регуляции разных энергосистем организма.

Метод «Лю Чжу» является классическим, построенным на зависимости циркуляции энергии и крови от времени, в рамках циклических знаков «Земных ветвей» («Цзы у») согласно циклу порождения стихий теории 5-ти элементов («У Син»). В 10-ти таблицах метода «Лю Чжу», состоящего из двух 5-ти дневных циклов по 60 «страж» (2-х часовых периодов) в каждом, приведено открытие «точек ключей эндокринной системы» меридианов перикарда и трех обогревателей по времени.

*Восстановление баланса эндокринной системы рекомендуется начинать с метода «взаимосозидания стихий», курс терапии проводится в течение 10 дней. Далее, в зависимости от самочувствия пациента (с учетом возраста соответственно) после курса терапии показано применение метода «открытых точек для эндокринной системы» (курс 10 -12 дней).*

## Метод «Лю чжу» в китайском 60-ти фазном Лунно-Солнечном календаре

**Точки, открытые в день S-1 (Дерево Ян)**

**День активности меридиана Желчного пузыря (VB).**

Цикл (фаза) часов	Неб. ствол цвет	Земная ветвь (образ)	Кит. сим. стволов и ветвей	Ак. точка управитель фазы Ци
1 (23-01.00)	Синяя	Мышь	Цзя Цзы	TR 1
2 (01-03.00)	Синий	Вол	И Чоу	MC 3
3 (03-05.00)	Красный	Тигр	Бин Инь	TR 10
4 (05-07.00)	Красный	Заяц	Дин Мао	MC5(MC 7)
5 (07-09.00)	Желтый	Дракон	У Чэнь	TR 6
6 (09-11.00)	Желтая	Змея	Цзи Сы	MC 7
7 (11-13.00)	Белая	Лошадь	Гэн У	TR 3
8 (13-15.00)	Белая	Овца	Синь Вэй	MC 8
9 (15-17.00)	Черная	Обезьяна	Жэнь Шэнь	TR 2
10 (17-19.00)	Черная	Курица	Гуй Ю	MC 9
11 (19-21.00)	Синяя	Собака	Цзя Сюй	TR 4
12 (21-23.00)	Синий	Кабан	И Хай	MC 9(MC 6)

**Точки, открытые в день S-2 (Дерево Инь)**

**День активности меридиана Печени (F).**

Цикл (фаза) часов	Неб. ствол цвет	Земная ветвь (образ)	Кит. сим. стволов и ветвей	Ак. точка управитель фазы Ци
13 (23-01.00)	Красная	Мышь	Бин Цзи	TR 1
14 (01-03.00)	Красный	Вол	Дин Чоу	MC 3
15 (03-05.00)	Желтый	Тигр	У Инь	TR 10
16 (05-07.00)	Желтый	Заяц	Цзи Мао	MC 5(MC 7)
17 (07-09.00)	Белый	Дракон	Гэн Чэнь	TR 6
18 (09-11.00)	Белая	Змея	Синь Сы	MC 7
19 (11-13.00)	Черная	Лошадь	Жэнь У	TR 3
20 (13-15.00)	Черная	Овца	Гуй Вэй	MC 8
21 (15-17.00)	Синяя	Обезьяна	Цзя Шэнь	TR 2
22 (17-19.00)	Синяя	Курица	И Ю	MC 9
23 (19-21.00)	Красная	Собака	Бин Сюй	TR 4
24 (21-23.00)	Красный	Кабан	Дин Хай	MC 9 (MC 6)

**Точки, открытые в день S-3 (Огонь Ян)**  
**День активности меридиана Тонкого кишечника (IG)**

Цикл (фаза) часов	Неб. ствол цвет	Земная ветвь (образ)	Кит. сим. стволов и ветвей	Ак. точка управитель фазы Ци
25 (23-01.00)	Желтая	Мышь	У Цзи	TR 1
26 (01-03.00)	Желтый	Вол	Цзи Чоу	MC 3
27 (03-05.00)	Белый	Тигр	Гэн Инь	TR 10
28 (05-07.00)	Белый	Заяц	Синь Мао	MC 5 (MC 7)
29 (07-09.00)	Черный	Дракон	Жэнь Чэн	TR 6
30 (09-11.00)	<i>Черная</i>	Змея	Гуй Сы	MC 7
31 (11-13.00)	Синяя	Лошадь	Цзя У	TR 3
32 (13-15.00)	Синяя	Овца	И Вэй	MC 8
33 (15-17.00)	Красная	Обезьяна	Бинь Шэнь	TR 2
34 (17-19.00)	Красная	Курица	Дин Ю	MC 9
35 (19-21.00)	Желтая	Собака	У Сюй	TR 4
36 (21-23.00)	Желтый	Кабан	Цзи Хай	MC 9 (MC 6)

**Точки, открытые в день S-4 (Огонь Инь)**  
**День активности меридиана Сердца (C)**

Цикл (фаза) часов	Неб. ствол цвет	Земная ветвь (образ)	Кит. сим. стволов и ветвей	Ак. точка управитель фазы Ци
37 (23-01.00)	Белая	Мышь	Гэн Цзы	TR 1
38 (01-03.00)	Белый	Вол	Синь Чоу	MC 3
39 (03-05.00)	Черный	Тигр	Жэнь Инь	TR 10
40 (05-07.00)	Черный	Заяц	Гуй Мао	MC 5 (MC 7)
41 (07-09.00)	Синий	Дракон	Цзя Чэнь	TR 6
42 (09-11.00)	Синяя	Змея	И Сы	MC 7
43 (11-13.00)	Красная	Лошадь	Бин У	TR 3
44 (13-15.00)	Красная	Овца	Дин Вэй	MC 8
45 (15-17.00)	Желтая	Обезьяна	У Шэнь	TR 2
46 (17-19.00)	Желтая	Курица	Цзи Ю	MC 9
47 (19-21.00)	Белая	Собака	Гэнь Сюй	TR 4
48 (21-23.00)	Белый	Кабан	Синь Хай	MC 9 (MC 6)

**Точки, открытые в день S-5 (Земля Ян)**  
**День активности меридиана Желудка (Е)**

Цикл (фаза) часов	Неб. ствол цвет	Земная ветвь (образ)	Кит. сим. стволов и ветвей	Ак. точка управитель фазы Ци
49 (23-01.00)	Черная	Мышь	Жэнь Цзы	TR 1
50 (01-03.00)	Черный	Вол	Гуй Чоу	MC 3
51 (03-05.00)	Синий	Тигр	Цзя Инь	TR 10
52 (05-07.00)	Синий	Заяц	И Мао	MC 5 (MC 7)
53 (07-09.00)	Красный	Дракон	Бин Чэнь	TR 6
54 (09-11.00)	Красная	Змея	Дин Сы	MC 7
55 (11-13.00)	Желтая	Лошадь	У У	TR 3
56 (13-15.00)	Желтая	Овца	Цзи Вэй	MC 8
57 (15-17.00)	Белая	Обезьяна	Гэн Шэнь	TR 2
58 (17-19.00)	Белая	Курица	Синь Ю	MC 9
59 (19-21.00)	Черная	Собака	Жэн Сюй	TR 4
60 (21-23.00)	Черный	Кабан	Гуй Хай	MC 9 (MC 6)

**Точки, открытые в день S-6 (Земля Инь)**  
**День активности меридиана Селезенки (RP)**

Цикл (фаза) часов	Неб. ствол цвет	Земная ветвь (образ)	Кит. сим. стволов и ветвей	Ак. точка управитель фазы Ци
1 (23-01.00)	Синяя	Мышь	Цзя Цзы	TR 1
2 (01-03.00)	Синий	Вол	И Чоу	MC 3
3 (03-05.00)	Красный	Тигр	Бин Инь	TR 10
4 (05-07.00)	Красный	Заяц	Дин Мао	MC 5 (MC 7)
5 (07-09.00)	Желтый	Дракон	У Чэнь	TR 6
6 (09-11.00)	Желтая	Змея	Цзи Сы	MC 7
7 (11-13.00)	Белая	Лошадь	Гэн У	TR 3
8 (13-15.00)	Белая	Овца	Синь Вэй	MC 8
9 (15-17.00)	Черная	Обезьяна	Жэнь Шэн	TR 2
10 (17-19.00)	Черная	Курица	Гуй Ю	MC 9
11 (19-21.00)	Синяя	Собака	Цзя Сюй	TR 4
12 (21-23.00)	Синий	Кабан	И Хай	MC 9 (MC 6)

**Точки, открытые в день S-7 (Металл Ян)****День активности меридиана Толстого кишечника (GI)**

Цикл (фаза) часов	Неб. ствол цвет	Земная ветвь (образ)	Кит. сим. стволов и ветвей	Ак. точка управитель фазы Ци
13 (23-01.00)	Красная	Мышь	Бин Цзи	TR 1
14 (01-03.00)	Красный	Вол	Дин Чоу	MC 3
15 (03-05.00)	Желтый	Тигр	У Инь	TR 10
16 (05-07.00)	Желтый	Заяц	Цзи Мао	MC 5(MC 7)
17 (07-09.00)	Белый	Дракон	Гэн Чэнь	TR 6
18 (09-11.00)	Белая	Змея	Синь Сы	MC 7
19 (11-13.00)	Черная	Лошадь	Жэнь У	TR 3
20 (13-15.00)	Черная	Овца	Гуй Вэй	MC 8
21 (15-17.00)	Синяя	Обезьяна	Цзя Шэнь	TR 2
22 (17-19.00)	Синяя	Курица	И Ю	MC 9
23 (19-21.00)	Красная	Собака	Бин Сюй	TR 4
24 (21-23.00)	Красный	Кабан	Дин Хай	MC 9 (MC 6)

**Точки, открытые в день S-8 (Металл Инь)****День активности меридиана Легких (P)**

Цикл (фаза) часов	Неб. ствол цвет	Земная ветвь (образ)	Кит. сим. стволов и ветвей	Ак. точка управитель фазы Ци
25 (23-01.00)	Желтая	Мышь	У Цзи	TR 1
26 (01-03.00)	Желтый	Вол	Цзи Чоу	MC 3
27 (03-05.00)	Белый	Тигр	Гэн Инь	TR 10
28 (05-07.00)	Белый	Заяц	Синь Мао	MC 5(MC 7)
29 (07-09.00)	Черный	Дракон	Жэнь Чэн	TR 6
30 (09-11.00)	Черная	Змея	Гуй Сы	MC 7
31 (11-13.00)	Синяя	Лошадь	Цзя У	TR 3
32 (13-15.00)	Синяя	Овца	И Вэй	MC 8
33 (15-17.00)	Красная	Обезьяна	БиньШэн	TR 2
34 (17-19.00)	Красная	Курица	Дин Ю	MC 9
35 (19-21.00)	Желтая	Собака	У Сюй	TR 4
36 (21-23.00)	Желтый	Кабан	Цзи Хай	MC 9 (MC 6)

**Точки, открытые в день S-9 (Вода Ян)**  
**День активности меридианов Мочевого пузыря (V) и**  
**Трех обогревателей (TR).**

<b>Цикл (фаза) часов</b>	<b>Неб. ствол цвет</b>	<b>Земная ветвь (образ)</b>	<b>Кит. сим. стволов и ветвей</b>	<b>Ак. точка управитель фазы Ци</b>
37 (23-01.00)	Белая	Мышь	Гэн Цзы	TR 1
38 (01-03.00)	Белый	Вол	Синь Чоу	MC 3
39 (03-05.00)	Черный	Тигр	Жэнь Инь	TR 10
40 (05-07.00)	Черный	Заяц	Гуй Мао	MC 5(MC 7)
41 (07-09.00)	Синий	Дракон	Цзя Чэнь	TR 6
42 (09-11.00)	Синяя	Змея	И Сы	MC 7
43 (11-13.00)	Красная	Лошадь	Бин У	TR 3
44 (13-15.00)	Красная	Овца	Дин Вэй	MC 8
45 (15-17.00)	Желтая	Обезьяна	У Шэнь	TR 2
46 (17-19.00)	Желтая	Курица	Цзи Ю	MC 9
47 (19-21.00)	Белая	Собака	Гэнь Сюй	TR 4
48 (21-23.00)	Белый	Кабан	Синь Хай	MC 9 (MC 6)

**Точки, открытые в день S-10 (Вода Инь)**  
**День активности меридианов Почек (R) и Перикарда (MC).**

<b>Цикл (фаза) часов</b>	<b>Неб. ствол цвет</b>	<b>Земная ветвь (образ)</b>	<b>Кит. сим. стволов и ветвей</b>	<b>Ак. точка управитель фазы Ци</b>
49 (23-01.00)	Черная	Мышь	Жэнь Цзы	TR 1
50 (01-03.00)	Черный	Вол	Гуй Чоу	MC 3
51 (03-05.00)	Синий	Тигр	Цзя Инь	TR 10
52 (05-07.00)	Синий	Заяц	И Мао	MC 5(MC 7)
53 (07-09.00)	Красный	Дракон	Бин Чэнь	TR 6
54 (09-11.00)	Красная	Змея	Дин Сы	MC 7
55 (11-13.00)	Желтая	Лошадь	У У	TR 3
56 (13-15.00)	Желтая	Овца	Цзи Вэй	MC 8
57 (15-17.00)	Белая	Обезьяна	Гэн Шэнь	TR 2
58 (17-19.00)	Белая	Курица	Синь Ю	MC 9
59 (19-21.00)	Черная	Собака	Жэн Сюй	TR 4
60 (21-23.00)	Черный	Кабан	Гуй Хай	MC 9 (MC 6)



### Комментарии к 10-ти таблицам метода «Одной открытой точки» – «Лю Чжу».

Метод «одной открытой точки» также имеет и второе название – метод «выбора точек по небесному стволу дня» (с S -1 по S -10). В течение 10-ти дней («Небесные стволы» с 1– 10) проходят два 60-теричных цикла (или 120 фаз Ци), в течение 5-ти дней каждый.

Первый 60-теричный цикл начинается (первая пятидневка) с «Небесного ствола» S -1 и продолжается до «Небесного ствола» S -5. Второй (или вторая пятидневка) – с «Небесного ствола» S -6 до «Небесного ствола» S -10.

#### Таблица определения.

«Небесный ствол дня» (НС) (S 1-10)	Циклы часов «Земных ветвей» (ЗВ) в одном дне.
S-1 Дерево Ян (Цзя)	<b>Первые 12 циклов-фаз Ци</b>
S-2 Дерево Инь ( И )	С 13 по 24 цикл-фазу
S-3 Огонь Ян (Бин)	С 25 по 36 цикл-фазу
S-4 Огонь Инь (Дин)	С 37 по 48 цикл-фазу
S-5 Земля Ян ( У )	С 49 по 60 цикл-фазу
S-6 Земля Инь (Цзи)	<b>С 1 по 12 цикл-фазу Ци</b>
S-7 Металл Ян (Гэнь)	С 13 по 24 цикл-фазу
S-8 Металл Инь (Синь)	С 25 по 36 цикл-фазу
S-9 Вода Ян (Жэнь)	С 37 по 48 цикл-фазу
S-10 Вода Инь (Гуй)	С 49 по 60 цикл-фазу

В методе «одной открытой точки для эндокринной системы» («Лю Чжу») используются 12 античных точек 12-ти меридианов (или сумма 6-ти точек меридиана 3-х обогревателей и 6-ти точек меридиана Перикарда).

**Открытие точек по времени определяется по сл. таблице:**

S-1	S-2	S-3	S-4	S-5	«Земная ветвь»	Время дня
S-6	S-7	S-8	S-9	S-10		
1	13	25	37	49	Мышь (Цзы)	23-01.00
2	14	26	38	50	Вол (Чоу)	01-03.00
3	15	27	39	51	Тигр (Инь)	03-05.00
4	16	28	40	52	Заяц (Мао)	05-07.00
5	17	29	41	53	Дракон (Чэнь)	07-09.00
6	18	30	42	54	Змея (Сы)	09-11.00
7	19	31	43	55	Лошадь (У)	11-13.00
8	20	32	44	56	Овца (Вэй)	13-15.00
9	21	33	45	57	Макака (Шэн)	15-17.00
10	22	34	46	58	Петух (Ю)	17-19.00
11	23	35	47	59	Собака (Сюй)	19-21.00
12	24	36	48	60	Кабан (Хай)	21-23.00

По таблицам сочетания Григорианского и Восточного календарей определяете «Небесный ствол» текущего дня, по времени дня определяете «земную ветвь» часа открытия античных точек. Метод позволяет минимальным числом игл (1-2) добиваться регуляции (выхода на управление) определенных функций желез внутренней секреции (с обязательным учетом терапевтических и диагностических показаний).

### **Терапевтические примеры метода «Лю Чжу» для эндокринной системы**

1. В день S 4 (Дин, Огонь Инь) и во временной промежуток с 11.00. – 13.00 (час «у», цикл № 43) укалыванием точки Чжун Чжу (TR 3) Сяо лэ (TR 12) можно успешно лечить шум в ушах. Можно восполнить, также, потенциал энергии надпочечников, которые влияют на состояние слуха.

2. В день S 3 (Бин, Огонь Ян) и во временной промежуток с 19.00 – 21.00 (час «сюй», цикл № 35) укалыванием точек меридиана желудка Нэй Тин (Е 44) и точки Жэнь Ин (Е 9) можно уменьшить избыток энергии в парашитовидных железах.

3. В день S 7 (Гэн, Металл Ян) в период времени с 15.00 – 17.00 (час «шэнь», цикл № 21), используя античную точку Хэ гу (GI 4), можно восполнить недостаток энергии в яичках.

## Практическое применение метода «Лю Чжу»

По таблицам совмещения современного и Восточного календарей определяете номер цикла текущего дня. Далее, определяете «Небесный ствол» дня (в верхней части таблицы) – S. Определив «Небесный ствол» (S 1-10) дня сопоставляете с нужным часом проведения терапии («Земной ветвью часа-стражи»). Смысл метода заключается в том, что с его помощью можно проводить адекватную коррекцию баланса эндокринной системы энергий «Инь-Ян». Метод имеет самостоятельное применение, и в то же время, его можно совмещать и с другими методами хрономедицины («Вай нэй», «Фу ци» и другие).

Метод показан для совместного применения с целью увеличения лечебно-профилактического эффекта, с использованием гармонизирующего метода воздействия.

**Пример: 16 февраля 2009 года.**

**Время терапии с 19 -21.00.**

Цикл (фаза) дня № 29 (день «черного дракона»).

День нечетный (29) – день «янский» (S-9, Вода Ян) – день активности меридиана мочевого пузыря.

Взаимодействие стихий этого дня – «вода-земля» Ян.

В период времени с 19 – 21.00 (цикл часа № 47) «управителем организма» является точка TR 4 (Ян Чи) меридиана Трех обогревателей. Точка относится к категории «дерево». Кроме этого, точка TR 4 является тонизирующей точкой меридиана и точкой пособником «юань». В случае терапевтической необходимости, данная точка позволяет производить необходимую энергетическую коррекцию состояния организма (эндокринного фона) в целом на данный момент времени. Далее, производите воздействие (чжэнь цзю, массаж и т.п.) на 1-2 точки Ян меридианов для восстановления одной необходимой функции желез внутренней секреции.

Производить балансировку по Ян меридианам желательно только в «янские периоды времени – стражи» (с учетом местного времени). Напоминаем, это следующие 6 (Ян – «стражи») периодов времени суток:

«час мыши» с 23 – 01.00;

«час тигра» с 03 – 05.00;

«час дракона» с 07 – 09.00;  
«час лошади» с 11 – 13.00;  
«час обезьяны» с 15 – 17.00;  
«час собаки» с 19 – 21.00.

**Пример: 19 июня 2009 года.**

**Время терапии с 13 – 15.00.**

Цикл (фаза) дня № 32 (день «синей овцы»).

День четный (32) – день «иньский» (S-2, Дерево Инь), день активности меридиана печени.

Взаимодействие стихий этого дня «дерево-земля» Инь.

В период времени с 13 – 15.00 (цикл часа № 20) «управителем организма» является точка МС 8 (Лао Гун) меридиана Перикарда. Точка относится к категории «огонь», является точкой «элемент в элементе» и регулирует «элементную энергию тепла» (жары) меридиана Перикарда и всего организма в целом. Точка МС 8 имеет достаточно широкий спектр показаний. Кроме этого точка участвует в корректировке баланса «крови» и обмена веществ (совместно с меридианом печени). Восстановление баланса эндокринной системы по Инь меридианам производится аналогично системе субстанции Ян.

Выравнивание организма по Инь меридианам желательно проводить в «иньские» промежутки времени (с учетом местного времени). Напоминаем, это следующие 6 (Инь – «стражи») промежутков времени суток:

«час буйвола» с 01 – 03.00;  
«час зайца» с 05 – 07.00;  
«час змеи» с 09 – 11.00;  
«час овцы» с 13 – 15.00;  
«час петуха» с 17 – 19.00;  
«час кабана» с 21 – 23.00.

В «системе» лет и месяцев (лунных), «метод одной открытой точки для эндокринной системы» также вполне применим.

*Однако это требует знаний и особого состояния сознания терапевта, для составления специальных рецептов, которые могут сбалансировать потенциалы «Инь-Ян» энергии человека в «широком диапазоне времени» (год, месяц, день, час, сезон).*

**ЦЗИН – ЛО  
и  
14 МЕРИДИАНОВ**

**АТЛАС ТОЧЕК  
ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ  
ЧЕЛОВЕКА**

### 3.3. АНТИЧНЫЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ ДЛЯ ИНЬ МЕРИДИАНОВ.

[7, 8, 25, 31]

#### МЕРИДИАН ЛЕГКИХ

##### ШАО ШАН (Р 11)

Шао – мелкий, маленький, молодой.

Шан – торговля, обмен, 5-ое из 28-ми Лунных созвездий, вечернее время.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется на лучевом крае большого пальца руки, на 1 фэнь (3 мм) кнаружи от основания ногтя.

Меридиан легких, проходя через это место, образует точку «исток» (цзин), которая относится к первоэлементу (стихии) «дерево». Точка показана при «повреждении организма энергией жара и тепла».

*Точка также влияет на регуляцию энергетического состояния предстательной железы.*

##### ЮЙ ЦЗИ (Р 10)

Юй – рыба, кожа морского животного, точка тенара.

Цзи – граница, край, условный знак, знак отличия.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализована на вене возвышения 1-го пальца (большого) руки, позади концевой фаланги 1-го пальца.

Это точка «ручей» (ин), меридиана легких, относится к первоэлементу «огонь».

*Осуществляет регуляцию состояния щитовидной железы.*

## ТАЙ ЮАНЬ (Р 9)

**Тай** – монарх, великий, высочайший, большой.

**Юань** – углубление, хранилище, обиталище, скопление.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в месте пересечения борозды лучевой артерии с лучезапястной складкой. Данная точка является «энергетическим накопителем» меридиана легких. Энергия меридиана легких в этом месте сравнивается с образом «воды в озере». Точка Тай Юань обладает способностью увлажнять и обеспечивать энергией (Инь) весь организм.

Меридиан легких, проходя в этом месте, образует точку «поток» (шу), которая относится к первоэлементу «земля». Используется при синдромах нарушения потока циркуляции энергии в легких. Эта точка также обладает функциями точки «пособника и сочувственной точки» меридиана легких.

*Регулирует энергетическое состояние щитовидной железы и задней доли гипофиза.*

## ЦЗИН ЦЮЙ (Р 8)

**Цзин** – меридиан, энергия, пройти сквозь, цикл, постоянство.

**Цюй** – выводящий канал, ров, канава.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется на 1 цунь выше лучезапястной складки, в бороздке у лучевой артерии на внутренней стороне нижней головки лучевой кости.

Меридиан легких в этом месте образует точку «быстрина» (цзин), которая относится к первоэлементу «металл».

*Точка контролирует «элементную энергию» меридиана и влияет на состояние легочной ткани в целом.*

## ЧИ ЦЗЭ (Р 5)

**Чи** – мера длины, локтевая часть, обозначение 3-й точки пульса на запястье.

**Цзэ** – ямка, озеро, водоем, пруд, осадки, пот.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется в центре поперечной складки локтевого сгиба, возле артерии, у наружного края сухожилия двуглавой мышцы плеча.

Точка Чи Цзе является точкой «море» (хэ) меридиана легких. Принадлежит к первоэлементу «воды». При синдроме полноты легких, в этой точке следует проводить седатацию (применять технику «се») или выпускание избыточной энергии меридиана.

*Точка влияет на регуляцию функций эпифиза и гипоталамуса.*

## ЛЭ ЦЮЭ (Р 7)

**Лэ** – ряд, шеренга, расколотый, ввести что-либо в расщелину.

**Цюэ** – промежуток, изъяз, дефект, расщелина.

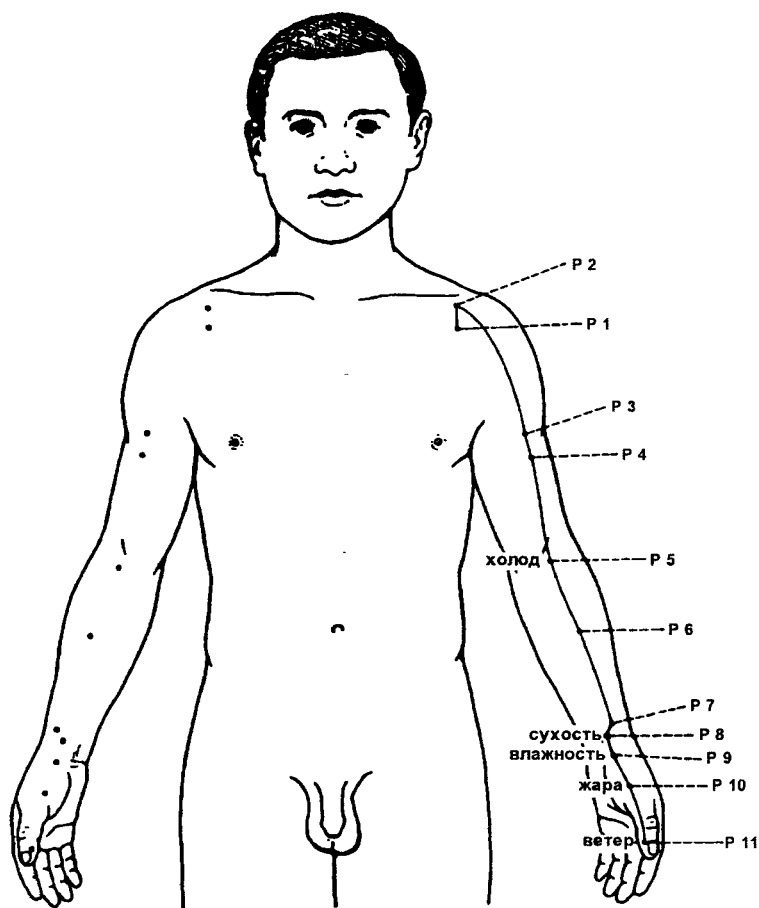
*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется у лучевого края лучевой кости, выше шиловидного отростка и на 1,5 цуня выше лучезапястной складки. В месте перехода нижней головки лучевой кости в её тело и на 1,5 цуня выше лучезапястного сустава.

Меридиан легких, проходя в этом месте, образует стабилизирующую точку Ло (ответвление). Точка Ле-Цюэ также является пунктом сопряжения переднесрединного меридиана Жэньмай с меридианом легких.

*Ле Цюэ является одной из основных акупунктурных точек (тонизации) стимуляции иммунитета и состояния вилочковой железы.*





# МЕРИДИАН ЛЕГКИХ (Р)

## МЕРИДИАН СЕЛЕЗЁНКИ И ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

### ИНЬ БАЙ (RP 1)

**Инь** – маленький, сокровенный, мышление, работа мозга.

**Бай** – белый цвет, ясный, светлый.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется на концевой фаланге 1-го пальца ноги, на внутренней стороне 1-го пальца стопы. От корня ногтя на 1 фэнь (3 мм). На границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы.

Когда меридиан селезенки проходит через данную точку, он образует точку «исток» (цзин), которой соответствует стихия «дерево». Согласно теории пяти первоэлементов («У Син»), «земля» порождает «металл», а меридиан селезенки и поджелудочной железы принадлежит к первоэлементу «земля». Эта начальная точка на меридиане селезенки — поджелудочной железы великой инь на ноге. Образ точки – «металлическая энергия» (ци), сокрытая в «земле».

Точка «принимает» энергию меридиана желудка и используется совместно с точкой Ли Дуй при заболеваниях, вызванных воздействием патогенной энергии тепла, сопровождающихся чувством тяжести, вялости во всем теле и чувством «тепла и жара» в толстом кишечнике. Широко используется в терапии детских заболеваний.

*Данная точка оказывает стимулирующее действие на иммунитет клеток. Регулирует состояние (точка с правой стороны тела) поджелудочной железы, способствует образованию белковых ферментов и влияет на процессы белкового обмена в организме.*

*Точка Инь Бай расположенная слева, влияет на функциональное состояние селезенки.*

**ДА ДУ (RP 2)**

**Да** – большой, обильный, богатый, основной, главный, первый в ряду.

**Ду** – город, столица, склад, пруд, амбар, бассейн.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется кпереди от внутреннего края плюснефалангового сустава большого пальца ноги в выемке, на границе перехода тыльной и подошвенной поверхностей стопы. На уровне перехода заднего конца в тело 1-й фаланги большого пальца.

Когда меридиан селезенки проходит через это место, он образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «огонь». Применяется для снижения температуры (совместно с точкой Инь Бай). Управляет и контролирует функцию потоотделения организма. Это тонизирующая точка меридиана, которая является накопителем «обильной энергии (ци) земли». При синдроме пустоты селезенки следует восполнять (проводить технику «бу») данную точку.

*Точка Да Ду влияет на состояние вилочковой железы, передней доли гипофиза, а также способствует росту и развитию конституции тела, молочных желез (в течение первых 19 лет жизни).*

*Точка, расположенная справа на меридиане селезенки и ПЖЖ, регулирует состояние поджелудочной железы.*

*Точка расположенная слева влияет на состояние функции белой пульпы селезенки.*

**ТАЙ БАЙ (RP 3)**

**Тай** – большой, высокий, просторный, широкий.

**Бай** – белый, ясный, светлый.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется во впадине на внутренней поверхности стопы, книзу и кзади от головки первой плюсневой кости. На границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы на уровне перехода переднего конца 1-й плюсневой кости в её тело.

Когда меридиан селезенки проходит через данное место, он образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «земля». Это точка-поскобник меридиана. Точка контролирует «энергию влажности» организма.

*Данная точка влияет на функциональное состояние поджелудочной железы в целом. Точка, расположенная справа, в основном влияет на образование углеводных ферментов, инсулина, амилазы.*

*Точка, расположенная на меридиане слева, оказывает влияние на функциональное состояние селезенки (красной пульпы).*

## ГУН СУНЬ (RP 4)

Гун – пожилой человек, дед, справедливый, честный, уважаемый человек.

Сунь – впуск, прямой потомок по мужской линии, молодые ростки.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется на расстоянии 1 цунь сзади за 1-й фалангой от основного сустава большого пальца ноги, перед медиальной (внутренней) лодыжкой. На границе тыльной и подошвенной поверхностей на внутреннем крае стопы. В месте перехода задней части в тело 1-й плюсневой кости.

Меридиан селезенки, проходя через это место, образует стабилизирующую точку Ло (ответвление), откуда берет свое начало ответвление меридиана великой инь на ноге, которое соединяется с меридианом желудка.

Точка относится к первоэлементу «земля». Точка управляет функцией «устранение застоев Ци», вследствие воздействия на организм патогенной энергии ветра.

*Точка, расположенная на меридиане справа, влияет на состояние жирового обмена организма, на фермент липазу и энергетическое состояние яичек.*

*Точка Гун Сунь слева, контролирует сетчатую структуру селезенки.*

## ШАН ЦЮ (RP 5)

Шан – торговля, обмен, 5-ое из 28-ми Лунных созвездий, вечернее время.

Цю – холм, курган, собрание, совещание, старший, главный.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в ямке спереди и снизу под медиальной (внутренней) лодыжкой. В углублении, образуемом сухожилием задней большеберцовой мышцы под внутренней лодыжкой, вплотную к щели таранно-пяточно-ладьевидного сустава.

Впереди от нее находится точка меридиана печени – Чжун-Фэн, а позади точка меридиана почек – Чжао-Хай. Точка Шан-Цю находится на середине отрезка между этими двумя точками.

Когда меридиан селезенки проходит через данное место, он образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл».

Это седативная точка меридиана. Точка «способна» контролировать (выводить) патогенную энергию ветра. При синдроме полноты меридиана селезенки данную точку следует опорожнять (проводить технику «се»).

*Точка оказывает воздействие на контроль и регуляцию выделения инсулина, применяется в терапии сахарного диабета.*

**ИНЬ ЛИН ЦЮАНЬ (RP 9)**

**Инь** – женское начало, зима, холод, женские половые органы, половая слабость и недомогание, 4-й месяц по Лунному календарю.

**Лин** – холм, проекция, приходит в упадок, возвышенность.

**Цюань** – родник, источник, период весны, ключ, фонтан.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на нижнем внутреннем крае колена, в углублении под большеберцовой костью. В месте пересечения углубления за заднsvнутренним краем верхней головки большеберцовой кости.

Это точка «море» меридиана селезенки, принадлежит к первоэлементу «вода».

*Используется в терапии заболеваний, локализующихся, как в верхних, так и в нижних частях тела, вследствие нарушения циркуляции Инь энергии тела.*

*Точка также показана при лечении и восстановлении репродуктивной системы человека.*

## ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ МЕРИДИАНА СЕЛЕЗЕНКИ И ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

**Лоу Гу (поток в долине) RP 7** – используется в терапии репродуктивной системы человека (при одностороннем увеличении яичек и яичников).

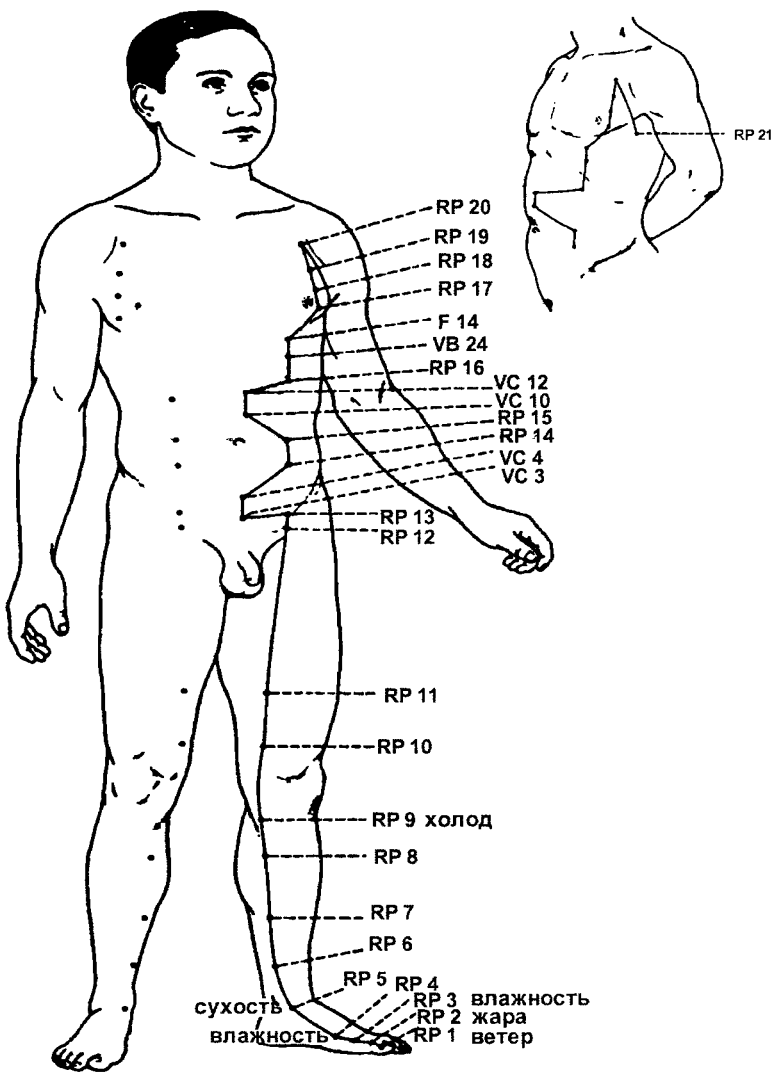
**Сюэ Хай (море крови) RP 10** – осуществляет контроль и регуляцию за состоянием поджелудочной железы и половых органов.

**Цзи Мэнь (седьмые врата) RP 11** – точка оказывает регулирующее действие на состояние яичек и яичников, а также применяется при лечении диабета.

**Чун Мэнь (врата действия и движения) RP 12** – точка регулирует энергетическую связь между печенью и селезенкой и используется при расстройствах обмена веществ.

**Фу Шэ (место для жилья) RP 13** – точка используется при нарушениях функции тела матки и при увеличении размеров селезенки.

**Тянь Си (поток Небесной энергии) RP 18** – точка влияет на энергетическое состояние (наполнение) половых органов и гипофиза в целом.



**МЕРИДИАН СЕЛЕЗЕНКИ  
и ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ (RP)**

## МЕРИДИАН СЕРДЦА

### ШАО ЧУН (С 9)

**Шао** – мелкий, маленький, молодой.

**Чун** – проходить сквозь преграды и препятствия, центр связей, стратегический пункт.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на внутренней стороне концевой фаланги мизинца, на расстоянии 1 фэнь (3 мм) от угла ногтевого ложа с лучевой стороны.

Меридиан сердца, проходя через это место, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «дерево».

При синдроме пустоты сердца следует тонизировать (техника «бу») данную точку. Является пунктом связи, в этом месте энергия меридиана сердца обновляется. Это «специальная точка» для выведения патогенного ветра из организма (интерметтирующая температура).

*Точка показана в терапии невралгии и тахикардии, вследствие избыточной функции щитовидной железы. Кроме этого, данная точка является точкой стимуляции защитных сил организма.*

### ШАО ФУ (С 8)

**Шао** – мелкий, маленький, молодой.

**Фу** – особняк, дворец, запасы ресурсов, собрание, грудь.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется за 1-й фалангой 5-го пальца, в углублении между 4-й и 5-й пястными костями, на поперечной складке ладони. На уровне точки Лао-Гун меридиана перикарда. Меридиан сердца, проходя через данное место, образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «огонь». Эта точка содержит и контролирует «элементную энергию» меридиана.

*Точка Шао-Фу обладает свойством концентрировать-хранить дух и разум человека. Используется также при лечении болей в коленных суставах, вследствие «атаки» патогенного ветра, а также при нарушениях менструального цикла.*



## ШЭНЬ МЭНЬ (С 7)

**Шэнь** – разум, дух, энергия Ян организма, сознание, облик, манеры, живость.

**Мэнь** – вход, врата, двери, проход.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется за кистью, в ямке на конце гороховидной кости. Возле локтевого края проксимальной лучезапястной складки, у сухожилия локтевого сгибателя пальца. В углублении между гороховидной и локтевой костями. Меридиан сердца, проходя через данное место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «земля». Это седативная (успокаивающая) точка меридиана сердца. При синдроме полноты сердца следует делать опорожнение (техника «се») этой точки. Применяется в лечении заболеваний, обусловленных воздействием патогенной энергии «тепла и жары» на организм (обморочные состояния).

*Точка влияет на контроль состояния (при недостатке) сердечной и почечной энергии (например – послеродовые кровотечения). Применяется в терапии интеллектуальных нарушений, в частности при ослаблении и снижении памяти. Влияет на функциональное состояние гипофиза и эпифиза.*

## ТУН ЛИ (С 5)

**Тун** – свободный, связывать, устанавливать связь, весь, цельный, итоги. А также – удача, успех, конечная сумма.

**Ли** – внутренний, спрятанный, укромный.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в углублении на расстоянии 1-го цуня выше запястья. Позади лучезапястной складки, в углублении между сухожилиями локтевого сгибателя запястья и поверхностного сгибателя пальцев. На расстоянии 1 цунь над точкой Шэнь Мэнь.

Данная точка является стабилизирующим Ло пунктом (ответвлением) меридиана сердца. Точка соотносится с первоэлементом «земля».

Эта точка осуществляет внутреннюю связь меридиана сердца и меридиана великого ян на руке — тонкого кишечника. От-

ветвление от этой точки проникает глубоко внутрь брюшной полости непосредственно к тонкому кишечнику.

*Точка способна восполнять недостаток энергии в меридиане и оказывать регулирующее воздействие при дисфункциях щитовидной железы.*

## ЛИН ДАО (С 4)

Лин – божество, душа, благотворное действие, целительный (о лекарстве).

Дао – путь, дорога, курс, канал, искусство, техника.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется выше лучезапястной складки на расстоянии 1,5 цуня, в углублении между сухожилиями локтевого сгибателя запястья и сгибателя пальцев, и находится на расстоянии 1,5 цуня от точки Шэнь Мень в сторону локтевого сустава. Меридиан сердца, проходя через данное место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл».

*Эта точка своего рода дорога, ведущая к нормальной эмоциональной деятельности, и используется преимущественно в лечении психозов (вследствие нарушения регулирующей функции гипоталамуса).*

## ШАО ХАЙ (С 3)

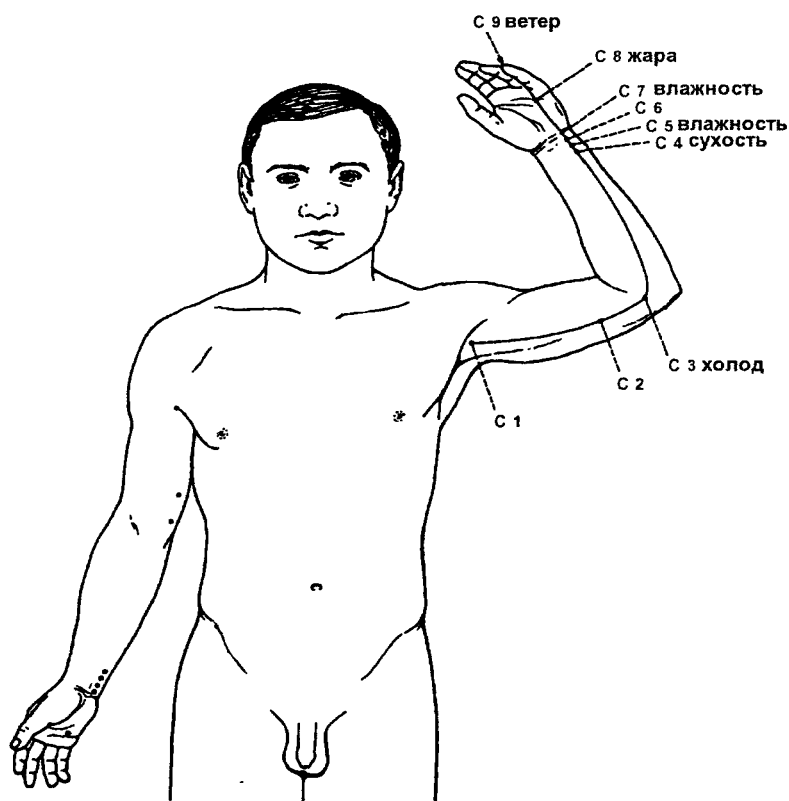
Шао – мелкий, маленький, молодой.

Хай – море, водоем, емкость, резервуар.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется на внутреннем крае локтя, на наружной стороне плечевой кости. В складке локтевого сгиба, у локтевого края, спереди от внутреннего надмыщелка плечевой кости, на расстоянии 0,5 цуня от локтевого сустава. Точка отыскивается при слегка согнутой в локтевом суставе руке, обращенной ладонью вверх. Меридиан сердца, проходя данное место, образует точку «море» (хэ), которой соответствует первоэлемент «вода».

*Точка показана в терапии гиперфункции щитовидной железы, а также используется в лечении депрессивных состояний.*



### МЕРИДИАН СЕРДЦА (С)

## МЕРИДИАН ПОЧЕК

### ЮН ЦЮАНЬ (R 1)

**Юн** – бурлить, изливаться.

**Цюань** – источник, родник, фонтан, ключ.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется в центре подошвенной поверхности, в углублении, которое образуется, если слегка согнуть ногу и поджать пальцы стопы. На расстоянии  $2\frac{1}{5}$  от конца 2-го пальца стопы до середины заднего края пятки.

Меридиан почек, проходя через данное место, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «дерево».

Это седативная точка меридиана. При синдроме полноты данную точку следует опорожнять (проводить технику «се»). Энергия меридиана выходит из точки, словно вода, изливающаяся из источника.

*Используется при болях в почках и при болях в теменной области головы.*

*Точка «напрямую связана» с функциональным состоянием эпифиза.*

### ЖАНЬ ГУ (R 2)

**Жань** – устанавливать согласие, вникнуть в суть дела.

**Гу** – долина, ложбина, пропасть, русло горной реки.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется под большой костью стопы, на внутренней поверхности стопы. Вплотную к середине нижнего края ладьевидной кости, на границе подошвенной и тыльной поверхностей стопы. Местонахождение точки определяется ниже передней лодыжки на 1 цунь.

Когда меридиан почек проходит через данное место, он образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «огонь».

*Используется в лечении воспалительных процессов в мочеполовой сфере (при избытке энергии холода в яичниках и яичках).*

*Точка входит в рецептурные прописи при лечении сахарного диабета.*

*Точка способствует укреплению и поднятию волевых устремлений человека.*

### ТАЙ СИ (R 3)

**Тай** – монарх, великий, высочайший, большой.

**Си** – горный поток, ручей.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется позади внутренней лодыжки на расстоянии 0,5 цуня, выше бугорка пяточной кости, в углублении, в месте, где проходит артерия. Между вершиной внутренней лодыжки и внутренним краем пяточного сухожилия.

Меридиан почек, проходя через данное место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «земля».

Это точка пособник меридиана почек.

Точка находится в ложбине между внутренней лодыжкой и пяточной костью. Это одна из наиболее важных точек человеческого тела, так как она является «энергетической базой» почек. Точка также является источником энергии 12-ти меридианов.

*Весной противопоказано кровопускание.*

*Точка имеет «прямую» энергетическую связь с поджелудочной железой.*

### ДА ЧЖУН (R 4)

**Да** – большой, обильный, богатый, основной, главный, первый в ряду.

**Чжун** – чашка без ручки, пятка, концентрировать внимание, колокол.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется позади пятки, над большой костью, между сухожилиями. Перед местом прикрепления ахиллова сухожилия к пяточной кости. В углу, образованном внутренним краем пяточного сухожилия и верхним внутренним краем пяточной кости.

Это стабилизирующая точка Ло (ответвление), в которой соединяются меридианы почек и мочевого пузыря. Точка относится к первоэлементу «земля».

Форма большой пяточной кости напоминает колокольчик или винную чашу. Поток энергии почек вливается в эту точку, как в чашу, и хранится там.

*Точка применяется в лечении избытка энергии холода в почках.*

## ФУ ЛЮ (R 7)

Фу – повторный цикл, восстанавливать, сохранять, сберегать, накапливать.

Лю – течь, движение наружу и вовнутрь.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на 2 цуня выше внутренней лодыжки, в углублении на месте перехода икроножной мышцы в ахиллово сухожилие. Прямо над точкой Тай Си на расстоянии 2-х цуней. Сзади от сухожилия располагается точка Цзяо-Синь, а спереди от него точка Фу-Лю.

Меридиан почек, проходя через данное место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл».

Это тонизирующая точка меридиана почек. При синдроме пустоты почек данную точку следует восполнять (проводить технику «бу»). Основной функцией точки Фу Лю является «углубление водных» меридианов, поддержание и восстановление нормальной циркуляции воды в организме. Она может как поддерживать поток воды (например, при лечении отеков, затрудненном мочеиспускании и выделении пота), так и контролировать его (например, при лечении недостаточных выделений, ночной потливости и при чрезмерном потоотделении).

*Точка используется в лечении сахарного диабета, дисфункциях щитовидной железы, при недостатке энергии Ян в надпочечниках и яичниках (яичках). Регулирует и создает условия для зачатия и для обеспечения жизнеспособности плода (терапию проводят до зачатия).*

**ИНЬ ГУ (внутренняя долина) R 10**

**Инь** – внутренняя и срединная сторона чего-либо.

**Гу** – долина, ложбина, пропасть, русло горной реки.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется у внутреннего конца подколенной складки. За внутренним мышелком большеберцовой кости, между большим и малым сухожилием. Если надавить на это место, то почувствуется боль. Точка отыскивается при согнутой ноге в коленном суставе.

Меридиан почек, проходя через данное место, образует точку «море» (хэ), которой соответствует первоэлемент «вода». Данная точка содержит и хранит «элементную энергию» меридиана.

*Используется при лечении воспалительных процессов в мочеполовой системе, обусловленных внедрением в организм патогенных энергий «ветра и холода».*

*Точка широко применяется при нарушениях в мочеполовой сфере мужчин и женщин (обусловленных «психофизическими нарушениями»).*

## ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ МЕРИДИАНА ПОЧЕК

**Хэн Гу (горизонтальная кость) R 11** – точка способна восполнить недостаток энергии в яичках.

**Да Хэ (блеск величия) R 12** – точка оказывает регулирующее действие на функциональность яичников.

**Чжун Чжу (течение посредине реки) R 15** – точка восстанавливает энергетический потенциал половых органов.

**Ши Гуань (каменная граница) R 18** – точка способна регулировать (успокаивать) эмоциональные напряжения и является ведущей точкой гармонизации организма. Точка также применяется для регуляции функции надпочечников.

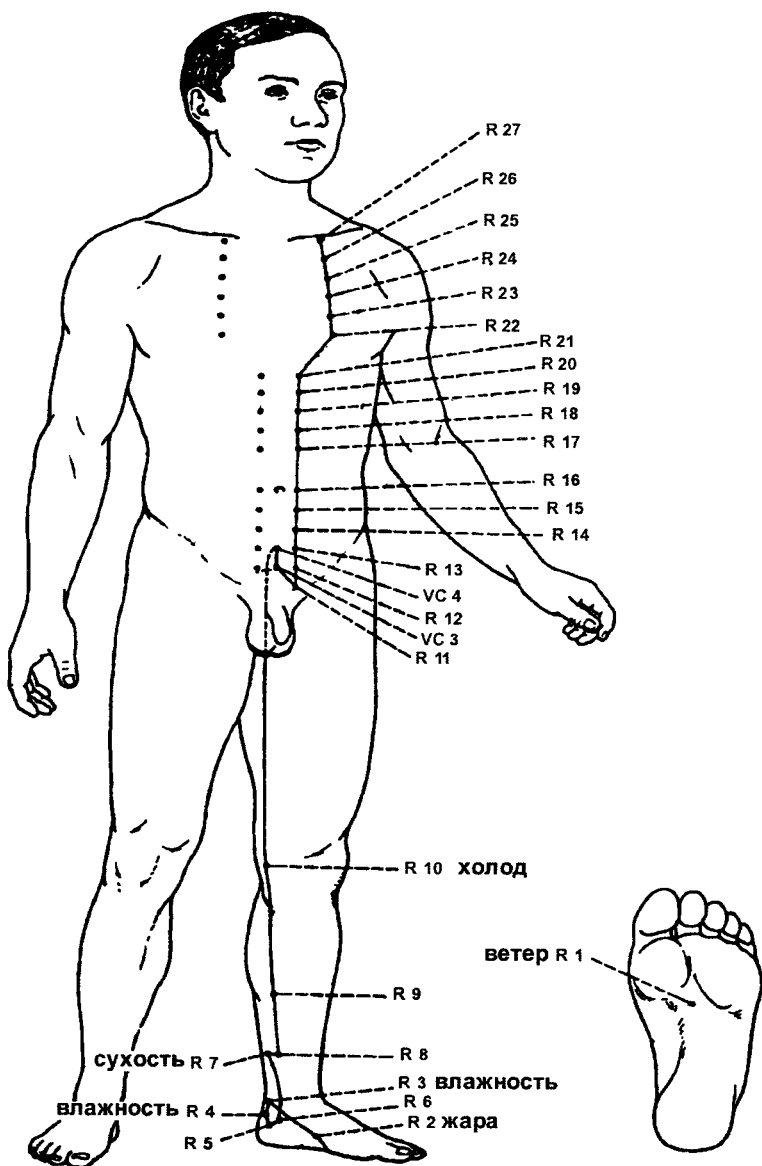
**Шэнь Фэнь (граница души) R 23.**

**Лин Сюй (божественный холм) R 24.**

Это две точки меридиана почек, которые применяются в терапии и профилактике мастопатии.

**Шэнь Цан (хранилище духа) R 25** – данная точка применяется при психических нарушениях, обусловленных недостатком энергии Ян.





### МЕРИДИАН ПОЧЕК (R)

## МЕРИДИАН ПЕРИКАРДА

### ЧЖУН ЧУН (МС 9)

**Чжун** – средний палец, центр, посередине.

**Чун** – проходить сквозь преграды и препятствия, центр связей, стратегический пункт.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на конце среднего пальца руки, в центре кончика 3-го пальца руки, примерно на расстоянии 1 фэнь от корневого ложа ногтя.

Меридиан перикарда, проходя через данную точку, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «дерево».

Это тонизирующая точка меридиана. При синдроме пустоты перикарда данную точку следует восполнять (проводить технику «бу»). Используется при лечении острых заболеваний (высокая температура), обусловленных внедрением в организм патогенной энергии ветра (совместно с точкой меридиана трех обогревателей Чжун Чжу).

*Точка Чжун Чун является точкой регуляции «входа и поступления потока энергии Инь» в организм человека.*

### ЛАО ГУН (МС 8)

**Лао** – труд, усердие, работа, утомление.

**Гун** – дворец, покон, чертоги, стороны света, точка зенита.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в центре ладони в том месте, где прощупывается биение артерии. На поперечной складке ладони, в месте, где находится щель между 3-м и 4-м пальцами сомкнутой в кулак ладони.

Меридиан перикарда, проходя через данное место, образует точку «фучей» (ин), которой соответствует первоэлемент «огонь».

Точка Лао Гун содержит и концентрирует в себе «элементную энергию» меридиана. Основным функциональным назначе-

нием точки является то, что, находясь в центре ладони, она влияет на основную двигательную активность и тактильную чувствительность рук.

*Точка Лао Гун влияет на энергетическую регуляцию состояния щитовидной железы и гипотиза.*

## ДА ЛИН (МС 7)

Да – большой, обильный, богатый, основной, главный, первый в ряду.

Лин – холм, насыпь, восходить, перемещаться ввысь, переступать.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется посредине лучезапястной складки, в углублении между двумя сухожилиями выше кисти руки. На лучезапястной складке, между сухожилиями длинной ладонной и короткой ладонной мышц.

Меридиан перикарда, проходя через данное место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «земля».

Это седативная точка меридиана перикарда. Кроме этого, точка Да Лин является точкой «пособник» (юань) меридиана перикарда, на которую можно воздействовать, как при синдроме полноты, так и при синдроме пустоты меридиана.

*Точка применяется в терапии для регуляции функции надпочечников (устраняет избыток ци) и функций поджелудочной железы. Кроме этого данная точка влияет на функциональное состояние гипоталамуса.*

## НЭЙ ГУАНЬ (МС 6)

Нэй – внутренняя сторона руки (в данном случае), возле диафрагмы.

Гуань – застава, рубеж, предел, забор, проход, узел, сочленение.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на расстоянии 2-х цуней выше складки лучезапястного сустава, между двумя сухожилиями.

Точка находится напротив точки Вай Гуань меридиана трех обогревателей и является важным местом, связывающим меридиан перикарда с меридианом тройного обогревателя малого ян на руке. Кроме того, точка является стабилизирующим Лопунктом, который управляет и защищает сердце. В точке Нэй Гуань проходит соединение с меридианом сердца малой инь на руке. Основным функциональным назначением точки является лечение болезней «блокировки и застоя энергии в диафрагме», таких, как тошнота, икота и др. Точка относится к первоэлементу «земля».

*Точка широко используется для регуляции недостатка энергии в паращитовидной железе, а также имеет «энергетическое воздействие» на функциональное состояние гипофиза и эпифиза.*

### **ЦЗЯНЬ ШИ (МС 5)**

**Цзянь** – идти на убыль, улучшающееся самочувствие.

**Ши** – поручить, назначить, направить, позволять.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется выше лучезапястной складки на 3 цуня, в углублении между двумя сухожилиями — длинной ладонной мышцы и лучевого сгибателя кисти.

Меридиан перикарда, проходя через данное место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл».

*Точка Цзянь Ши влияет на функциональное состояние гипоталамуса и надпочечников.*

### **ЦЮЙ ЦЗЭ (МС 3)**

**Цюй** – изгиб, потайное место, крюк.

**Цзэ** – ямка, озеро, водоем, пруд, осадки, пот.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется во впадине, на внутренней стороне локтевой складки, находящейся у локтевого края сухожилия двуглавой мышцы плеча, в месте, где проходит артерия.

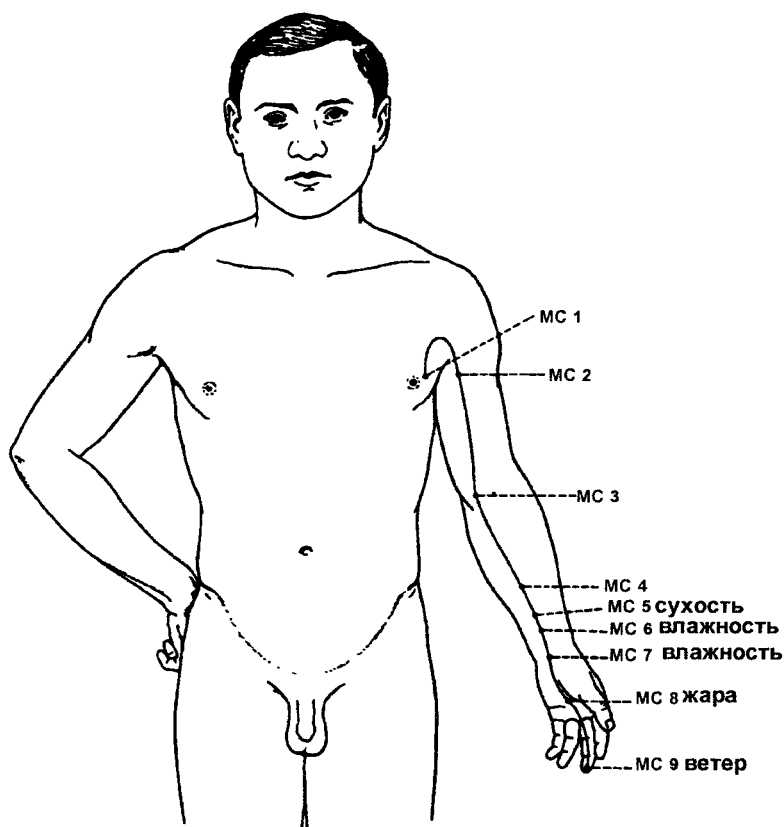
Меридиан перикарда, проходя через данное место, образует точку «море» (хэ) или точку «слияние потоков», которой соответствует первоэлемент «вода».

*Точка позволяет регулировать функцию вилочковой железы.*

## ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ МЕРИДИАНА ПЕРИКАРДА

**Тянь Цюань (фонтан Небесной энергии) МС 2** – точка применяется при лечении мастита и имеет функционально энергетическую связь с гипоталамусом.

**Тянь Чи (Небесный водоем) МС 1** – точка применяется при болях в сосках, при гиполактин. Имеет функционально энергетическую связь с гипофизом.



### МЕРИДИАН ПЕРИКАРДА (МС)

## МЕРИДИАН ПЕЧЕНИ

### ДА ДУНЬ (F 1)

Да – большой, богатый, обильный.

Дунь – насыпь, холм, толстый, укреплять, беречь, ценить.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на конце 1-го пальца стопы, на наружной стороне последней фаланги большого пальца ноги, на расстоянии 2-х фэней от основания ногтевого ложа.

Меридиан печени, проходя через это место, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «дерево». Да Дунь – «элементная» («дерево») точка меридиана печени противостоит «земле» и сдерживает ее.

Данная точка используется для лечения заболеваний, вызванных воздействием избыточной патогенной энергии «влажности» («застойный» процессов).

*Кроме этого точка применяется при лечении сахарного диабета, а также при заболеваниях половых органов.*

### СИН ЦЗЯНЬ (F 2)

Син – идти, ходить, применять по назначению.

Цзянь – щель, отрезок времени, покой, перерыв.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на тыльной стороне стопы в начале межпальцевой складки между 1-м и 2-м пальцами стопы, в углублении спереди от 1-го и 2-го плюснефаланговых суставов.

Точка играет важную роль в движение стоп при ходьбе. Меридиан печени, проходя через данное место, образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «огонь».

Это седативная точка меридиана печени.

При синдроме полноты печени данную точку следует опорожнять (проводить технику «се»).

*Точка также используется при лечении сахарного диабета и заболеваний поджелудочной железы. Имеет функционально энергетическую связь с эпифизом.*

**ТАЙ ЧУН (F 3)**

**Тай** – монарх, великий, высочайший, большой.

**Чун** – проходить сквозь преграды и препятствия, центр связей, стратегический пункт.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется за фалангой 1-го пальца стопы, в углубление между 1-м и 2-м плюснефаланговыми суставами, выше этих суставов на 5 фэней. На расстоянии 2-х цуней от точки Син Цзянь.

Меридиан печени недостаточной инь на ноге, проходя через данное место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «земля».

Точка применяется для выведения из организма энергии патогенного ветра.

*Точка Тай Чун используется для выведения избытка патогенной энергии из яичников (яичек) и для стимуляции Ци в паращитовидной железе.*

**ЛИ ГОУ (F 5)**

**Ли** – раковина, скорлупа, разделять, пронзать.

**Гоу** – ров, арык, лощина, борозда, желобок.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется выше центра медиальной (внутренней) лодыжки на 5 цуней, у заднего края большеберцовой кости. Точка Ли-Гоу является стабилизирующим Ло-пунктом меридиана печени, откуда он соединяется с меридианом желчного пузыря на ноге.

Точка относится к первоэлементу «земля».

*Точка способна регулировать энергетическое состояние печени, желчного пузыря, половых органов, яичек, яичников и тела матки.*



**ЧЖУН ФЭН (F 4)**

**Чжун** – дух, разум, настроение, база-основа-корень энергии человека.

**Фэн** – хранить, изобилие, богатство.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на 1 цунь спереди от медиальной лодыжки. Возле переднего края сухожилия передней большеберцовой кости, на тыльной поверхности первой клиновидной кости, выше бугорка ладьевидной кости. В углублении у внутреннего края сухожилия. Точка определяется посредством приподнимания переднего края стопы вверх, вытягивания и подворачивания стопы слегка внутрь, во впадине, которая образуется в результате этого движения.

Меридиан печени, проходя через данное место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл». Чжун-Фэн — это сила, которая хранится и концентрируется в печени.

Точка является основным центром собирания и сохранения энергии меридиана печени. Применяется для выведения энергии «холода» из организма, устраняет застойные явления в диафрагме.

*Точка также регуляторно влияет на состояние надпочечников.*

**ЦЮЙ ЦЮАНЬ (F 8)**

**Цюй** – изгиб, крюк, потаенное место, излучина.

**Цюань** – весна, источник.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется под медиальным мышцелком бедренной кости. В углублении над большим и под малым сухожилиями, у конца подколенной складки, возле переднего конца полуперепончатой мышцы. Точка отыскивается при согнутой в колене ноге под прямым углом, тогда она находится в конце подколенной складки.

Меридиан печени, проходя через данное место, образует точку «море» (хэ), которая соотносится с первоэлементом «вода».

Точка регулирует (контролирует) энергию «тепла и жара» в организме. Это тонизирующая точка меридиана печени. При синдроме пустоты печени данную точку следует восполнять (проводить технику «бу»).

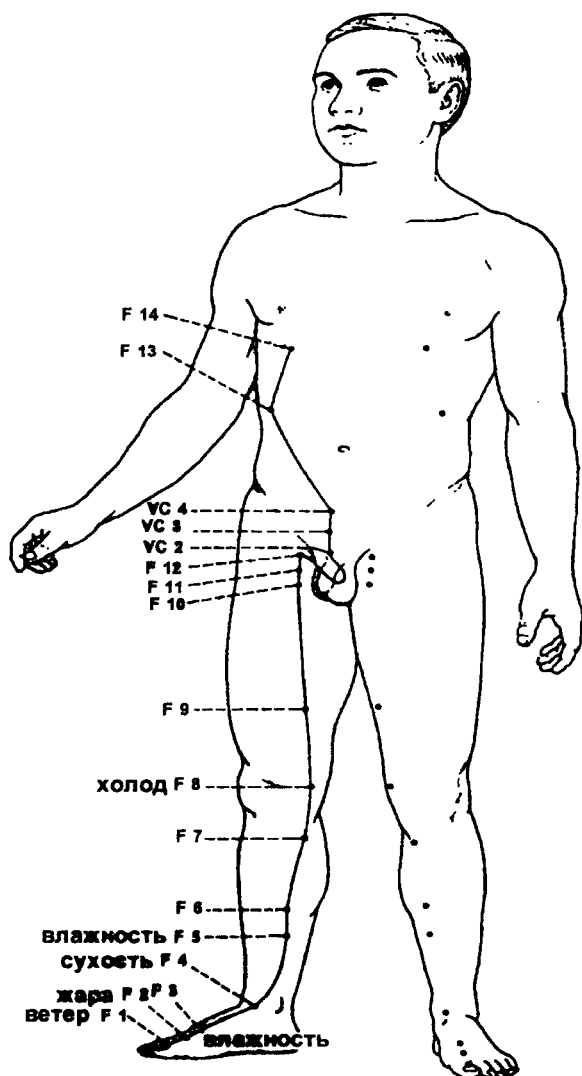
*Точка является источником энергии печени и имеет функционально энергетическую связь с эпифизом и задней долей гипофиза.*

## ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ МЕРИДИАНА ПЕЧЕНИ

**Инь Лянь** (место сосредоточения Инь) F 11 – точка применяется в терапии заболеваний половых органов.

**Чжан Мэнь** (врата внутренних органов) F 13 – данная точка используется для стимуляции защитных сил организма.

**Ци Мэнь** (врата пространства и времени) F 14 – точка имеет широкий спектр показаний в терапии внутренних органов и имеет функционально энергетическую связь с гипофизом (в основном с задней долей).



МЕРИДИАН ПЕЧЕНИ (F)

## ПЕРЕДНЕСРЕДИННЫЙ МЕРИДИАН ЖЭНЬ-МАЙ

**Хуэй Инь (соединение, объединение, сосредоточение Инь энергии) VC 1** – точка имеет широкий спектр показаний и в основном применяется в терапии заболеваний нижней части тела и половых органов.

**Цюй Гу (согнутая кость) VC 2** – точка применяется для стимуляции защитных сил организма при истощении организма (большом недостатке Ци в организме).

**Чжун Цзи (средняя точка вершины холма) VC 3** – используется для выведения избытка патогенной Ци и регуляции функции половых органов.

**Гуань Юань (застава изначальной энергии человека) VC 4** – точка имеет широкий спектр показаний в терапии, регуляции, восстановлении энергетического баланса человека. Точка также применяется в лечении заболеваний половых органов.

**Ци Хай (море сосредоточения энергии) VC 6** – точка используется при недостаточности функции щитовидной железы. Точка также влияет на контроль состояния гипоталамуса.

**Шэнь Цюэ (пупочный центр, точка концентрации) VC 8** – точка влияет на энергетическое состояние гипофиза. Точка контролирует состояние молочных желез, мочеполовой сферы, функциональное состояние желудочно-кишечного тракта.

**Шуй Фэнь (распределитель воды) VC 9** – точка осуществляет водный (жидкостный) баланс организма.

**Чжун Вань (средний центр контроля) VC 12** – точка контролирует баланс защитных сил организма (состояние энергии «вэй Ци»).

**Шань Вань (верхний центр контроля) VC 13** – точка контролирует состояние грудных желез.

**Цзю Вэй (оперение хвоста птицы) VC 15** – точка используется при недостатке Ци в парашитовидной железе и имеет функциональную связь с эпифизом.

**Тань Чжун (центральное место груди) VC 17** – точка контролирует функциональное состояние внутренних органов груди, малого таза и состояние вилочковой железы.

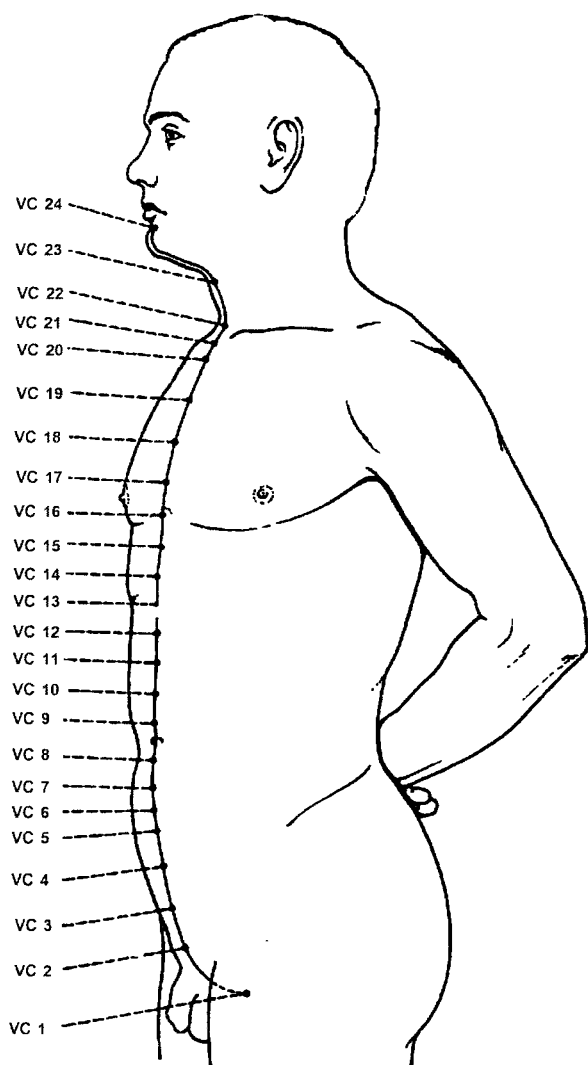
**Цзы Гун (дворец бордового цвета) VC 19** – точка контролирует функцию молочных желез и легочной системы.

**Сюань Цзи (подвижный хрящ) VC 21** – применяется при заболеваниях щитовидной железы.

**Тянь Ту (выступ неба) VC 22** – применяется при заболеваниях щитовидной железы (вследствие недостатка Ци).

**Лянь Цюань (основание языка) VC 23** – применяется при заболеваниях щитовидной железы.

**Чэнь Цзянь (место сосредоточения слюны) VC 24** – точка применяется в лечении сахарного диабета и при нарушении функции подъязычной железы.



## МЕРИДИАН ЖЭНЬ-МАЙ

### 3.4. АНТИЧНЫЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ ДЛЯ ЯН МЕРИДИАНОВ

[7, 8, 25, 27]

#### МЕРИДИАН ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА

##### ХЭ ГУ (GI 4)

**Хэ** – сложение вместе, быть вблизи, гармонизировать, соединять, закрывать.

**Гу** – долина, ложбина, русло горного потока, обрыв, пропасть.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на тыльной стороне кисти, в углублении между костями большого и указательного пальцев. Между проксимальными концами 1-й и 2-й пястных костей, в ложбинке вблизи от 2-й пястной кости. Если развести в стороны большой и указательные пальцы руки, точка обозначится в образовавшемся углублении.

Меридиан толстого кишечника, проходя через данное место, образует точку «пособник» (юань). На данную точку можно воздействовать как в случае синдрома полноты, так и синдрома пустоты меридиана. Точка также принадлежит первоэлементу «дерево».

*Обладает широким спектром показаний, ввиду её большой («объемной») многофункциональной особенности. В частности, точка Хэ Гу способна восполнить недостаток энергии в яичках.*

##### ЯН СИ (GI 5)

**Ян** – тыльная сторона руки, солнечная сторона вещей, 10-й месяц луны.

**Си** – поток, горный ручей.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в углублении на запястье, между сухожилиями. На дне анатомической табакерки, на лучевой стороне тыль-

ной поверхности кисти между сухожилиями короткого разгибателя большого пальца и длинного разгибателя большого пальца. Точка находится в углублении, на дне которой прощупывается шиловидный отросток лучевой кости.

Меридиан толстого кишечника, проходя через данное место, образует точку «быстрина» (цзин), которая соответствует первому элементу «огонь».

Точка обладает функцией контроля и регуляции над «энергией тепла».

*Используется при лечении кожных заболеваний, обусловленных «атакой» патогенными энергиями «тепла и жара» (зуд, крапивница, экзема и др.).*

## ЦЮЙ ЧИ (GI 11)

Цюй – крюк, изгиб, излучина, зигзаг, потаенное место.

Чи – пруд, омут, водоем, чаша, впадина.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется в углублении, напоминающем ямку (озеро, пруд). В углублении у внешнего конца локтевой складки, которая четко обозначается при согнутом локте. Правило нахождения точки: при согнутой под прямым углом в локтевом суставе руке, обращенной лучевой стороной кверху, точка находится в конце поперечной локтевой складки.

Меридиан толстого кишечника, проходя в этом месте, образует точку «море» (хэ), которой соответствует первоэлемент «земля».

*Это тонизирующая точка меридиана, способная стимулировать и регулировать подъем энергии для увеличения защитных сил организма.*



## ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА

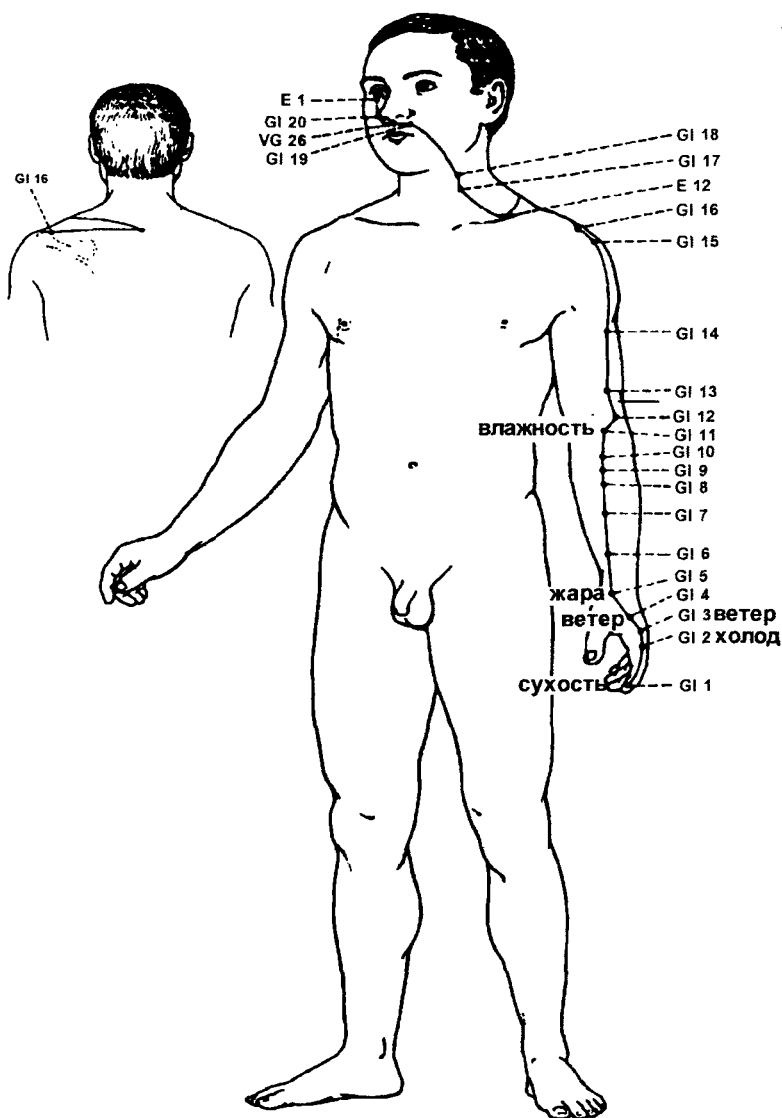
**Шоу Сань Ли (три промежутка на руке) GI 10**

**Тянь Дин (Небесный водоем) GI 17**

**Фу Ту (приподнятая выпуклость) GI 18**

Перечисленные выше точки – способствуют стимуляции защитных сил организма.

**Ин Сян (место приема ароматов) GI 20** – восстанавливает недостаток энергии в щитовидной железе.



## МЕРИДИАН ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА (GI)

## МЕРИДИАН ЖЕЛУДКА

### ЛИ ДУЙ (Е 45)

Ли – вид ветра, полосы одежды, положение Луны в юго-восточной части неба, страдать, быстрый (о ветре).

Дуй – отверстие, вход в органы чувств, выправлять, обменивать.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализована на 1 фэнь (3 мм) кнаружи от корня ногтя на конце 2-го пальца стопы (со стороны 5-го пальца).

Меридиан желудка, проходя через данную точку, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл». Это седативная точка меридиана желудка.

Применяется для лечения болезней, вызванных ветром. В дополнение к вышесказанному, одна из основных функций точки – это передача «тепла» нижним частям тела. Обеспечивает «спуск энергии тепла» из верхних частей тела вниз. Применяется при лечении заболеваний, вызванных воздействием патогенной энергии тепла.

*Используется: при воспалительных состояниях печени и желчного пузыря (избыток тепла), при паротите с редуцированным слюноотделением, при психических расстройствах обусловленных избыточным состоянием «энергии тепла». Влияет на функциональное состояние эпифиза.*

### НЭЙ ТИН (Е 44)

Нэй – внутренний, внутри, глубинная часть, шип.

Тин – внутренний двор, зал, место, домашний очаг.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется под кожным покровом в углублении между (сухожилиями) 2-м и 3-м пальцами ноги, во впадине спереди от 2-го и 3-го плюснефаланговых суставов.

Меридиан желудка, проходя через это место, образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «вода».

*Точка обладает функцией контроля и ограничения «энергии жары» (воспалительные процессы, крапивница, опухоли).*

**СЯНЬ ГУ (Е 43)**

Сянь – канава, тонуть, задержка ядов в организме, переход от более низкого места к высокому месту или от малого к большому.

Гу – долина, ложбина, русло горного потока, обрыв, пропасть.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в межкостной щели между 2-й и 3-й костями плюсны, кзади от плюснефалангового сустава. На расстоянии 2-х цуней от точки Нэй-Тин.

Меридиан желудка, проходя через это место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «дерево».

Энергия меридиана в этой точке подобна воде, которая спускается вниз в долину.

*Точка широко используется при лечении отеков.*

**ЧУН ЯН (Е 42)**

Чун – центр соединения, импульс, пробиваться сквозь преграды вперед, сильный, полный, крепкий.

Ян – тыльная поверхность руки, качества философской категории «Ян».

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется на тыле стопы, выше предплюсны на расстоянии 5-ти цуней и на расстоянии 3-х цуней за точкой Сянь-Гу (в месте пульсации артерии). В наиболее высоком месте свода стопы, между суставами 2-й и 3-й клиновидных и 2-й и 3-й плюсневых костей. На прямой линии, соединяющей точки Цзе-Си и Нэй-Тин.

Меридиан желудка, проходя через данное место, образует точку «пособник» (юань), на которую можно воздействовать как при синдроме пустоты, так и при синдроме полноты желудка. Точка принадлежит к первоэлементу «дерево».

*На уровне эндокринной системы данная точка осуществляет контроль баланса за состоянием Инь энергии всего организма – за состоянием желез внутренней секреции. При укалывании данной точки, крайне не желательно допускать кровотечения.*

**ЦЗЭ СИ (Е 41)**

**Цзэ** – углубление, щель, отпускать, выйти с потом, расслабление.

**Си** – поток, долина.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется под кожным покровом, позади точки Чун-Ян на расстоянии 1,5 цуня, в углублении на предплюсне. На тыльном сгибе стопы в месте, где прощупывается углубление между сухожилиями длинного разгибателя большого пальца и передней большеберцовой мышцы.

Меридиан желудка, проходя это место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «огонь». Это тонизирующая точка меридиана.

При синдроме пустоты желудка следует восполнять («бу») данную точку; она также широко используется и при лечении вялости голеностопного сустава.

*Точка широко используется при поражении организма патогенными энергиями «ветра и влажности» (ревматизм).*

**ЦЗУ САНЬ ЛИ (Е 36)**

**Цзу** – нога, обладать, насыщаться, восполнить до нормы.

**Сань** – число три, кратное трем и т.п.

**Ли** – мера длины в Китае (около 0,5 км), двор, жилище, прятать, скрывать.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализована ниже нижнего края коленной чашечки на 3 цуня, у наружного края передней большеберцовой мышцы, между двумя сухожилиями. Точка отыскивается при согнутой в колене ноге. Следует надавить на точку, тогда прекратится биевание пульса в артерии на предплюсне ноги.

Человеческое тело «делится» на три уровня:

- верхний (Небо), голова, шея, плечи, руки, легкие и сердце;
- средний (Человек), желудок и селезенка (поджелудочная железа);
- и нижний уровень (Земля), органы брюшной полости, нижние конечности.

Эта точка оказывает воздействие на все три уровня.

Меридиан желудка, проходя через это место, образует точку «море» (хэ) (слияние потоков), которая соотносится с первоэлементом «земля».

Точка содержит и контролирует «элементную энергию» меридиана.

*Диапазон применения точки Цзу Сань Ли достаточно широк и многогранен. Данная точка обладает высокой способностью стимуляции защитных сил организма.*

## ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ МЕРИДИАНА ЖЕЛУДКА

**Инь Ши** (место скопления Инь) **Е 33** – применяется в терапии сахарного диабета.

**Ци Чун** («высокое» энергетическое воздействие) **Е 30** – применяется при расстройствах питания (аппетита), а также для стимуляции функции половых желез.

**Гуй Лай** (возвращение души) **Е 29** – влияет на общее состояние всех желез внутренней секреции. Обладает специфическим влиянием на половые железы.

**Шуй Дао** («Путь движения Воды») **Е 28** – точка влияет на регуляцию водно-солевого обмена, а также применяется при дисфункции яичников.

**Тянь Шу** («Ось Неба») **Е 25** – также применяется для регуляции функции яичников.

**Тай И** (Великий И) **Е 23**

**Жу Гэнь** (основание молочной железы) **Е 18**

**Жу Чжун** (центр молочной железы) **Е 17**

**Ин Чуан** («окно груди») **Е 16**

**У–И** (верхнее перекрытие комнаты) **Е 15**

Выше перечисленные точки используются в терапии молочных желез.

**Ку Фан (хранилище сокровенного знания) Е 14** – точка влияет на функцию надпочечников.

**Цюэ Пэнь (впадина над ключицей) Е 12** – специальная точка, влияющая на обмен веществ, применяется при расстройствах пищеварения (питания).

**Ци Шэ (место хранения энергии) Е 11**

**Шуй Ту (водоворот, вращающийся поток воды) Е 10**

Две точки (Е 10-11) влияющие на состояние щитовидной железы.

**Жэнь Ин (встреча с гуманным человеком) Е 9** – данная точка используется при избытке энергии в паращитовидной железе.

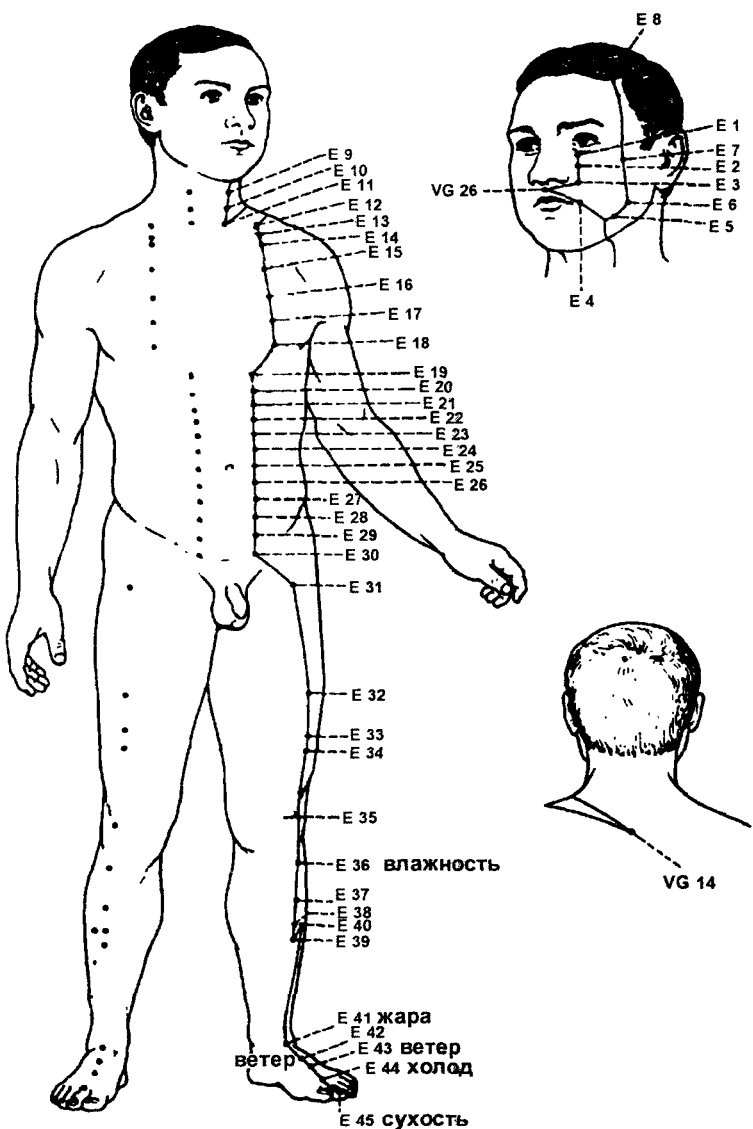
**Тоу Вэй (угол роста волос головы) Е 8** – точка влияет на состояние эпифиза (шишковидной железы).

**Ся Гуань (нижняя граница) Е 7** – точка способна регулировать зрение (неясное и нечеткое видение предметов), влияет на состояние гипофиза.

**Цзя Чэ (жевательный механизм челюсти) Е 6** – применяется при гиперфункциях щитовидной железы.

**Цзюй Ляо (большая расщелина) Е 3** – точка регулирует функцию выработки слюнного секрета.

**Сы Бай (четырежды блеск глаз) Е 2** – применяется при избытке энергии в щитовидной железе. А также, данная точка может изменять цвет радужной оболочки глаза.



МЕРИДИАН ЖЕЛУДКА (Е)



## МЕРИДИАН ТОНКОГО КИШЕЧНИКА

### ШАО ЦЗЭ (IG 1)

**Шао** – молодой, маленький, не большой.

**Цзэ** – блеск, лоск, глянец, влага, испарина, пруд, озеро, водоем.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на конце 5-го пальца кисти в углублении на расстоянии 2-х фэней от наружного угла ногтевого ложа. На границе тыльной и ладонной поверхностей 5-го пальца кисти с внутренней стороны.

Меридиан тонкого кишечника великого ян на руке, проходя через данное место, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл». Это «входные ворота энергии» меридиана.

*Применяется в лечении острых состояний, вызванных внедрением патогенного ветра в организм (головные боли, нарушение зрения, ангины, воспаление горла и др.).*

### ЦЯНЬ ГУ (IG 2)

**Цянь** – передний, фасад здания, движение вперед.

**Гу** – долина, ложбина, русло горного потока, обрыв, пропасть.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется в углублении перед 1-й фалангой 5-го пальца с наружной стороны. Спереди от локтевого края пястно-фалангового сочленения мизинца. На границе ладонной и тыльной поверхностей на внутренней стороне 5-го пальца. В самом начале складки у пястно-фалангового сустава.

Меридиан тонкого кишечника, проходя через это место, образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «вода».

*Применяется в терапии заболеваний коленного сустава.*

**ХОУ СИ (IG 3)**

**Хоу** – тыльная сторона, позади, будущее.

**Си** – долина, ущелье, ложбина.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется в углублении за 1-й фалангой 5-го пальца с наружной стороны. На границе ладонной и тыльной поверхностей 5-го пальца с внутренней стороны, на уровне окончания поперечной ладонной складки. Нахождение точки производится при собранной в кулак кисти.

Меридиан тонкого кишечника, проходя через данное место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «дерево». Это тонизирующая точка меридиана.

При синдроме пустоты тонкого кишечника следует производить восполнение (техника «бу») данной точки.

*Используется в терапии «непростых» заболеваний (малярия, глухота, эпилепсия). Точка Хоу Си является одной из главных точек-систем осуществляющих регуляцию всех желез внутренней секреции.*

**ВАНЬ ГУ (IG 4)**

**Вань** – рука, запястье, предплечье, искусство, мастерство.

**Гу** – кость, костный, характер, основа, каркас.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется на наружной стороне руки в углублении на локтевом возвышении запястья. По локтевому краю между основанием 5-й пястной кости и трехгранной костью. На границе ладонной и тыльной поверхностей внутреннего края ладони.

Меридиан тонкого кишечника, проходя через это место, образует точку «пособник» (юань), которая также принадлежит к первоэлементу «дерево».

При синдромах пустоты и полноты тонкого кишечника следует воздействовать на данную точку. Часто применяется в терапии в сочетании с точкой Цзин Гу (V 64).

По некоторым аспектам аналогична по действию с точками Хоу Си и Ян Гу.

## ЯН ГУ (IG 5)

**Ян** – энергия Ян, меридиан.

**Гу** – долина, ложбина, русло горного потока, обрыв, пропасть.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в середине запястья, в углублении на конце локтевой кости, на наружной стороне кисти. На локтевом крас лучезапястного сустава, вплотную между шиловидным отростком и трехгранной костью в ямке.

Меридиан тонкого кишечника, проходя через данное место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «огонь». Это «энергетическая база» меридиана тонкого кишечника содержащая и контролирующая «элементную энергию».

*Точка принадлежит к субстанции Ян на янском меридиане, а ее основная функция состоит в том, чтобы обеспечивать сексуальную потенцию организма. Точка показана в терапии заболеваний паращитовидной железы, обусловленных недостатком энергии.*

## СЯО ХАЙ (IG 8)

**Сяо** – маленький, малый.

**Хай** – море, водоем.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в углублении на внешней стороне локтя, в локтевой бороздке между внутренним мыщелком плечевой кости и отростком локтевой кости, во впадине на расстоянии 0,5 цуня от конца локтевой кости. Точка отыскивается при максимально согнутой в локтевом суставе руке и находится в месте, где возникает ощущение ломоты.

Когда меридиан тонкого кишечника проходит через это место, он образует точку «море» (хэ), которой соответствует первоэлемент «земля». Это седативная точка меридиана.

При синдроме полноты тонкого кишечника в этой точке следует делать опорожнение (техника «се»). Образ этой точки «обозначает» маленький водоем (море), в котором скапливается энергия меридиана тонкого кишечника.

*Точка показана в терапии функциональных нарушений паращитовидной железы.*

## **ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ МЕРИДИАНА ТОНКОГО КИШЕЧНИКА**

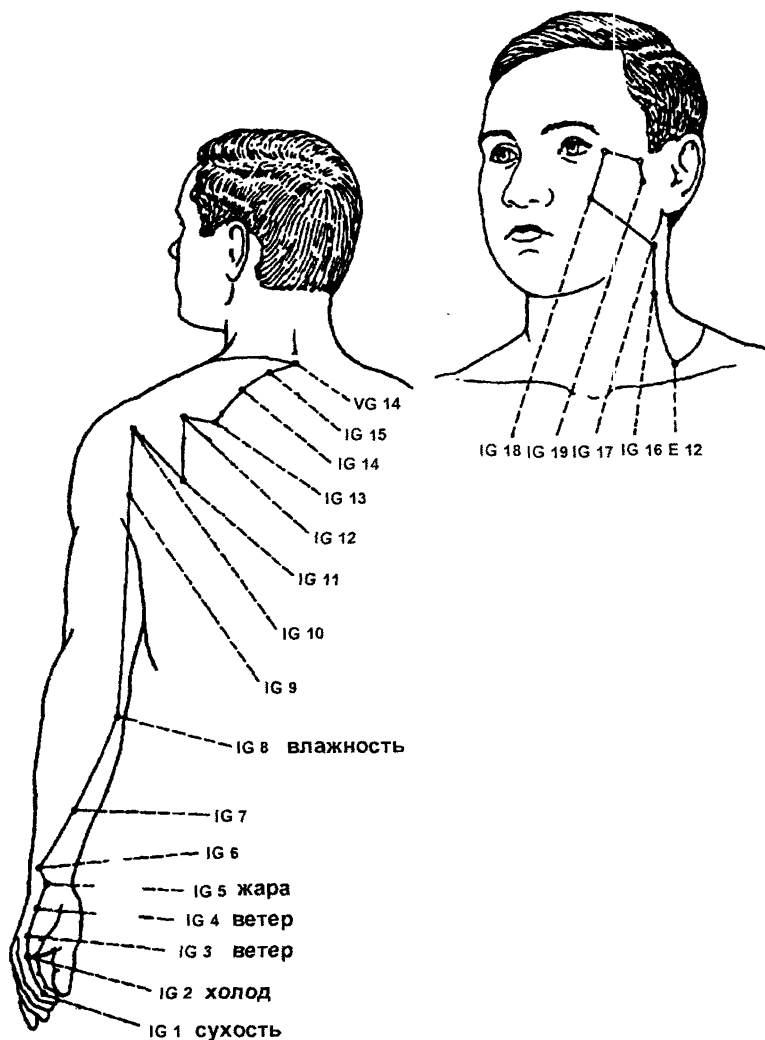
**Тянь Цзун (наблюдать с Небес) IG 11** – точка регуляторно влияет на состояние гипофиза, а также применяется при гиполактии.

**Цзянь Вэй Шу (точка на внешней стороне плеча) IG14** – данная точка используется в лечение диабета.

**Цзянь Чжун Шу (точка в средней части плеча) IG15**

**Тянь Чуан («окно в Небо») IG 16**

Данные две точки меридиана тонкого кишечника влияют на регуляцию функции гипофиза.



## МЕРИДИАН ТОНКОГО КИШЕЧНИКА (IG)

## МЕРИДИАН МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ

### ЧЖИ ИНЬ (V 67)

**Чжи** – крайний, ближний, доводить до совершенства, развитие до предела, фаза Солнцестояния в Китайском Традиционном календаре.

**Инь** – земля, почка, меридиан Инь на ноге (меридиан почек и связь с ним).

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на наружном крае 5-го пальца стопы. В углублении перед плюснефаланговым суставом. В углублении на границе подошвенной и тыльной поверхностей стопы. На расстоянии 2-х фэней кнаружи от наружного угла корня ногтевого ложа 5-го пальца стопы. На уровне наружного конца складки в месте плюснефалангового сустава 5-го пальца.

Меридиан мочевого пузыря, проходя через это место, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл». Это тонирующая точка меридиана. При синдроме пустоты мочевого пузыря данную точку следует восполнять (техника «бу»). Точка Чжи-инь – это «конечный пункт» субстанции Инь. Когда меридиан мочевого пузыря достигает этого места, его Ян ослабевает, и меридиан начинает свой поворот к субстанции Инь. Далее, меридиан мочевого пузыря осуществляет вход в меридиан почек. Траектория меридиана мочевого пузыря завершается в стопе, а стопа находится в соприкосновении с землей, которая по своему «характеру» является проявлением субстанции Инь.

*Применяется в терапии гинекологических и урологических патологий (воспалительных и деструктивных заболеваний в яичниках и яичках), обусловленных недостатком энергии Инь и Ян.*

**ЦЗУ ТУН ГУ (V 66)**

**Цзу** – нога, обладать, насыщаться, восполнить до нормы.

**Тун** – беспрепятственное действие, углубление.

**Гу** – зерно, долина, ложбина, русло горного потока, обрыв.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на наружном крае 5-го пальца ноги, в углублении спереди от 5-го плюснефалангового сустава. На уровне наружного конца складки в месте плюснефалангового сустава 5-го пальца стопы.

Меридиан мочевого пузыря, проходя через данное место, образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «вода».

*Точка содержит и контролирует «элементную энергию» (энергию холода) меридиана. Влияет на энергетическое состояние гипофиза в целом.*

**ШУ ГУ (V 65)**

**Шу** – скреплять, связывать, контролировать.

**Гу** – кость, костный.

*Расположение точки.*

Локализуется на наружном крае 5-го пальца стопы, сзади и снаружи от головки 5-й плюсневой кости, в углублении, на границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы.

Меридиан мочевого пузыря, проходя через данное место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «дерево». Это седативная точка меридиана.

При синдроме полноты мочевого пузыря данную точку следует опорожнять (техника «се»). Как следует из описания расположения точки, она находится на кости 5-го пальца стопы.

*Основное функциональное назначение точки состоит в скреплении костей, чтобы они были сильнее. Используется при лечении болей в пояснице (в области почек), обусловленных избытком энергии холода.*

## ЦЗИН ГУ (V 64)

**Цзин гу** – это название 5-й плюсневой кости, места где находится данная точка возле кости.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется под большой костью с наружной стороны стопы, сзади и снизу от бугорка 5-й плюсневой кости, во впадине на границе кожи розового и белого цвета. На уровне перехода тела 5-й плюсневой кости в задний конец.

Когда меридиан мочевого пузыря проходит через это место, он образует точку «пособник» (юань). Относится к первоэлементу «дерево».

При синдроме полноты или пустоты меридиана мочевого пузыря следует воздействовать на данную точку.

*Точка используется в терапии гинекологических и урологических заболеваний.*

## КУНЬ ЛУНЬ (V 60)

**Кунь Лунь** – горная вершина-хребет в Китае (Тибете).

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется за латеральной лодыжкой, в углублении над пяточной костью. На расстоянии 5-ти фэней сзади от центра латеральной лодыжки, над пяточной костью. В углублении между вершиной внешней лодыжки и наружным краем ахиллова сухожилия. В данной точке рукой прощупывается легкое биение пульса.

Меридиан мочевого пузыря, проходя через данное место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «огонь».

*Точка показана в терапии костных болей, вследствие слабости (недостаточности) Инь энергии организма. Влияет на функциональное состояние гипофиза (преимущественно на заднюю долю).*



**ВЭЙ ЧЖУН (V 40)**

**Вэй** – сгибаться, гнуться, застывать.

**Чжун** – центр, середина.

*Расположение и характеристика.*

Точка локализуется в центре средней подколенной складки, на задней поверхности коленного сустава, во впадине, образованной соединением мышц. На середине прямой, соединяющей наружный и внутренний углы подколенной ямки, в месте, где находится артерия. Укалывание точки производится при расслабленном состоянии мышц ног, в горизонтальном положении пациента на животе. Меридиан мочевого пузыря, проходя через данное место, образует точку «море» (хэ), которой соответствует первоэлемент «земля».

*Применяется в терапии заболеваний, вызванных внедрением патогенного ветра и холода в организм (кровопускание). Весной вызывать кровотечение точки – крайне не желательно.*

## **ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ**

**Цзянь Мэнь (золотые ворота) V 63** – точка влияет на регуляцию функции паращитовидной железы.

**Чэн Шань (основание горы) V 57** – данная точка влияет на состояние надпочечников и паращитовидной железы.

**Чжи Ши (место сосредоточения воли) V 52** – эта точка также влияет на состояние надпочечников и половых желез в целом.

**Вэй Цан (хранилище желудка) V 50** – точка, влияющая на состояние тела матки.

**Хунь Мэнь (врата души Хунь) V 47** – данная точка используется для регуляции функции надпочечников (обычно при избытке энергии).

**Пан Гуань Шу (сочувственная точка мочевого пузыря) V 28** – точка влияет на функцию половых желез, а также используется в терапии и профилактике несахарного диабета.

**Гуань Юань Шу (точка предела возникновения изначальной энергии «юань» человека) V 26** – данная точка восстанавливает энергетический потенциал половых органов.

**Да Чан Шу (сочувственная точка меридиана толстого кишечника) V 25** – точка влияет на «энергетическое наполнение» яичников, яичек и надпочечников.

**Вэй Шу (сочувственная точка меридиана желудка) V 21** – используется при нарушениях обмена веществ и при заболеваниях поджелудочной железы.

**Ду Шу (точка согласия энергий) V 16** – данная точка обеспечивает и контролирует энергетическую связь сердца и щитовидной железы.

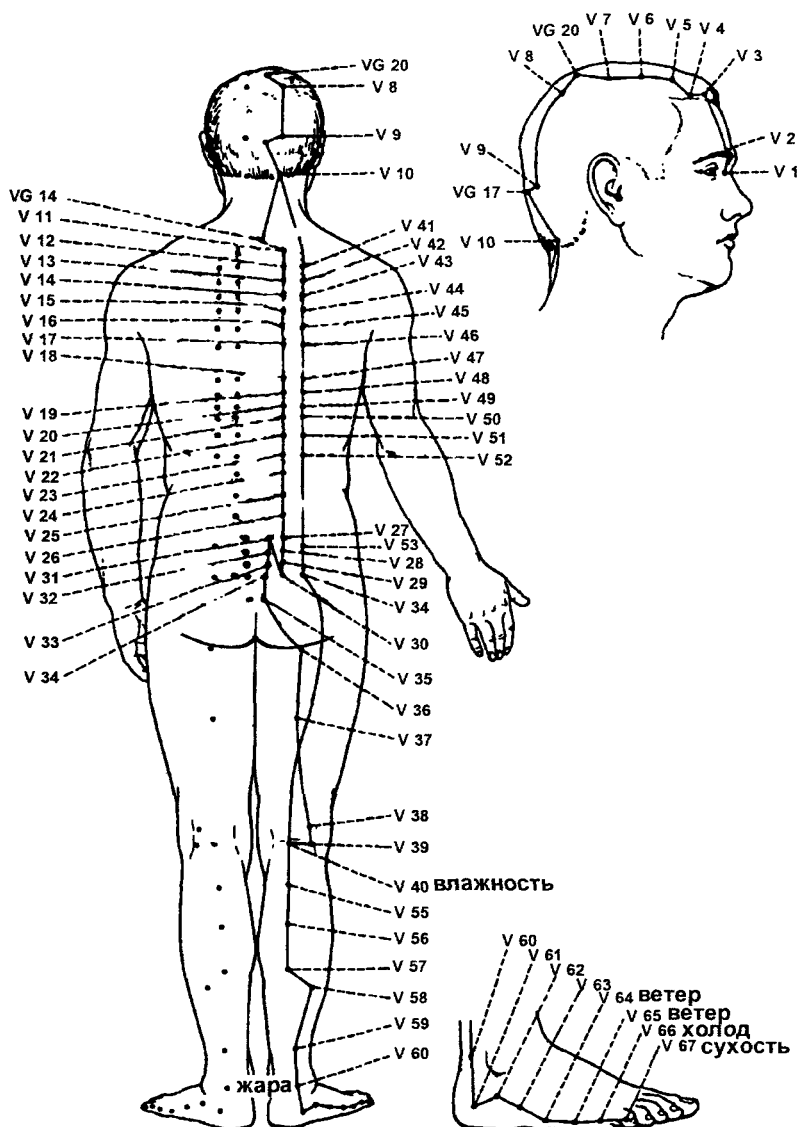
**Синь Шу (сочувственная точка меридиана сердца) V 15** – точка помогает регулировать уровень гормона роста и умственного развития у детей.

**Да Чжу (большой челнок) V 11** – точка способствует регулированию функций вилочковой железы и гипофиза (передней доли).

**Тун Тянь (достижение высоты неба) V 7** – влияет на регуляцию функционального состояния эпифиза.

**Мэй Чун (соединение бровей) V 3** – точка имеет определенное воздействие на функциональное состояние гипофиза.

**Цин Мин (сияние глаз) V 1** – данная точка способствует усилению защитных сил организма, а также является местом соединения восьми «чудесных меридианов».



## МЕРИДИАН МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ (V)

## МЕРИДИАН ТРЁХ ОБОГРЕВАТЕЛЕЙ

### ГУАНЬ ЧУН (TR 1)

Гуань – кривой, изогнутый, застава, граница, край.

Чун – центр связи, стратегический пункт.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на конце безымянного пальца со стороны мизинца. На расстоянии 1 фэнь (3 мм) снаружи от угла корневого ложа ногтя 4-го пальца руки.

Меридиан трех обогревателей, проходя через данное место, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл». Используется для снижения повышенной температуры тела, вследствие избытка Ян или Инь энергий в организме.

*Данная точка положительно влияет на функциональное состояние надпочечников и половых желез.*

### Е МЭНЬ (TR 2)

Е – жидкость, влага, смачивать, подмышечные впадины.

Мэнь – врата, проход, вход, двери.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется во впадине между безымянным пальцем и мизинцем. В углублении между пястно-фаланговыми суставами 4-го и 5-го пальцев руки. Точка отыскивается при сомкнутой в кулак кисти.

Меридиан трех обогревателей, проходя через данное место, образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «вода».

*Основное функциональное назначение точки состоит в том, что она в основном используется для лечения заболеваний связанных с нарушением (дисбалансом) водно-солевого обмена организма. Кроме этого, данная точка влияет на состояние щитовидной, паращитовидной и вилочковой желез.*

**ЧЖУН ЧЖУ (TR 3)**

**Чжун** – разум, настроение, корень и база энергии.

**Чжу** – маленький кусок земли или почвы, отмель, островок.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется во впадине над пястно-фаланговым суставом безымянного пальца со стороны мизинца. В передней части межкостного промежутка, между 4-й и 5-й пястными костями, сзади от головки 4-й пястной кости, и на 1 цунь выше точки Е Мэнь.

Меридиан трех обогревателей, проходя через данное место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «дерево». Это тонизирующая точка меридиана.

При синдроме пустоты трех обогревателей следует использовать данную точку. Энергия сознания и настроения, а также жизненная энергия человеческого организма собраны здесь, как маленький островок, окруженный водой.

*Эта точка помогает при лечении болезней «сознания» и перемены настроения. Точка регуляторно влияет на функциональное состояние гипофиза и эпифиза.*

**ЯН ЧИ (TR 4)**

**Ян** – обратная сторона руки, категория Ян, меридиан Ян на руке.

**Чи** – пруд, омут, водоем, чаша, впадина.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется во впадине на тыльной стороне запястья. В складке на тыльной поверхности лучезапястного сустава, возле лучевого сухожилия общего разгибателя кисти.

Меридиан трех обогревателей, проходя через данное место, образует точку «пособник» (юань). Точка относится к первоэлементу «дерево».

При синдроме пустоты и полноты меридиана следует воздействовать на данную точку. Точка Ян Чи — это резервуар энергии Ян.

*Точка используется в рецептуре лечения сахарного диабета.*

## ЧЖИ ГОУ (TR 6)

**Чжи** – поддерживать, конечность, подпорка, ветвь, ответвление.

**Гоу** – канава, ров, арык, канал, желобок.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на тыльной поверхности предплечья, выше лучезапястной складки на расстоянии 3 цуня. В углублении, между лучевой и локтевой костями.

Меридиан трех обогревателей, проходя через это место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «огонь».

Эта точка содержит и концентрирует «элементную энергию» меридиана.

*Используется при острых респираторных заболеваниях (грипп). Точка влияет на «состояние» гипофиза в целом.*

## ТЯНЬ ЦЗИН (TR 10)

**Тянь** – небо, небесный чертог, верхние конечности.

**Цзин** – колодец, источник.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется выше локтевого отростка на 1 цунь, в маленькой впадине, которая соответствует трехглавой мышце плеча. Точка отыскивается, когда рука сгибается в локте до уровня грудной клетки.

Меридиан трех обогревателей, проходя через данное место, образует точку «море» (хэ), которой соответствует первоэлемент «земля». Это седативная точка меридиана.

В случаях синдрома полноты трех обогревателей данную точку следует опорожнять (проводить технику «се»). Точка Тянь Цзин — это «колодец для собирания Небесной Ци», а также название созвездия. Меридиональная энергия верхних конечностей ясная и чистая, как вода из источника. Точка, располагаясь над локтем, имеет углубленный центр и по форме похожа на колодец.

*Используется в лечении заболеваний верхних частей тела (глухота, мигрени, шум в ушах, зоб и др.) ввиду «энергетической связи» с эпифизом.*

## ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ «ТРЕХ ОБОГРЕВАТЕЛЕЙ»

**Вай Гуань (внешняя граница тела) TR 5** – точка используется в лечении сахарного диабета, а также при различных заболеваниях обусловленных изменениями погоды.

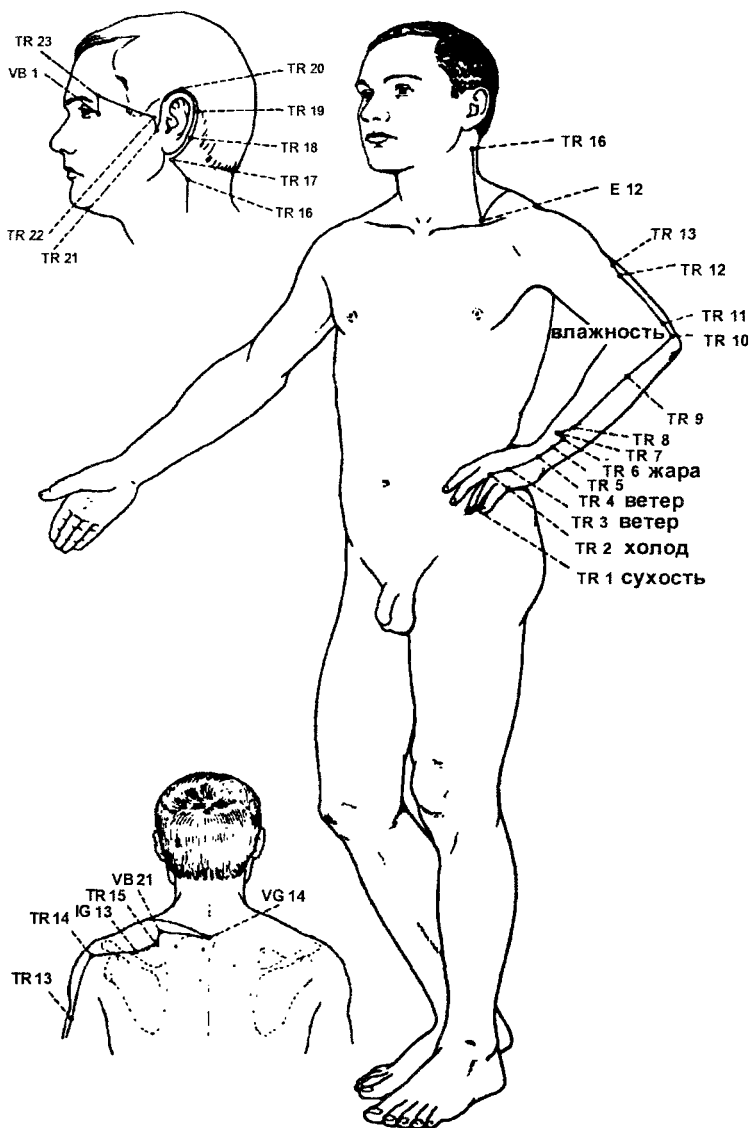
**Сяо Лэ (восполнить недостаток воды) TR 12** – восполняет потенциал энергии надпочечников.

**Нао Хуэй (точка соединения плеча) TR 13** – точка используется в терапии при дисбалансе энергии (избыток Ци) в щитовидной железе.

**И Фэн (защита от атаки ветра) TR 16** – точка используется при нарушениях циркуляции лимфатической системы в шейной и подмышечной областях тела, а также при избытке Ци в щитовидной железе.

**Цзяо Сунь (угловой канал) TR 20** – точка также применяется при избытке Ци в щитовидной железе.

**Сы Чжу Кун (узкое отверстие) TR 23** – точка имеет определенное функциональное воздействие на состояние гипофиза.



## МЕРИДИАН ТРЕХ ОБОГРЕВАТЕЛЕЙ (TR)



## МЕРИДИАН ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

### ЦЗУ ЦЯО ИНЬ (VB 44)

**Цзу** – нога, ножной сектор тела, нижняя конечность.

**Цяо** – отверстие, выход, отверстия органов чувств на голове.

**Инь** – энергия 5-ти органов Цзан.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на конце 4-го пальца со стороны 5-го пальца стопы. Снаружи от корневого ложа ногтя концевой фаланги 4-го пальца стопы, на 1 фэнь. На границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы.

Меридиан желчного пузыря, проходя через данное место, образует точку «исток» (цзин), которой соответствует первоэлемент «металл».

*Циркуляция энергии Ян начинается с этой точки, в день 1-го (S-1) «Небесного ствола» (Дерево Ян) в период прохождения циклического знака «Земной ветви» – «Сюй» (Земля Ян), с 19–21.00.*

Используется при «застое» энергии в меридиане.

### СЯ СИ (VB 43)

**Ся** – зажим, помощь.

**Си** – поток, горный ручей.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в углублении межпальцевой складки между 4-м и 5-м пальцами стопы с тыльной стороны. Меридиан желчного пузыря, проходя через данное место, образует точку «ручей» (ин), которой соответствует первоэлемент «вода». Это тонизирующая точка меридиана.

При синдроме полноты желчного пузыря данную точку следует опорожнять (проводить технику «се»). А при синдроме пустоты меридиана – восполнять (проводить технику «бу»).

*Применяется при холодных конечностях, вследствие «замедления» циркуляции энергии в меридиане.*

**ЦЗУ ЛИНЬ ЦИ (VB 41)**

**Цзу** – нога, ножной сектор тела.

**Линь** – управлять, руководить, достигать, пребывать, оплакивать.

**Ци** – лить слезы, плакать.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется за 1-й фалангой 4-го пальца, со стороны 5-го пальца. В межфаланговом промежутке, во впадине между 4-ми и 5-ми плюсневыми костями. На расстоянии 1,5 цуня от точки Ся Си.

Меридиан желчного пузыря, проходя через данное место, образует точку «поток» (шу), которой соответствует первоэлемент «дерево».

Данная точка содержит и концентрирует элементную энергию меридиана. Основная функция данной точки заключается в применении её преимущественно при лечении глазных заболеваний, таких, как слезотечение в покое и на ветру, головокружение, помутнение роговицы глаза и т.д. Применяется для выведения патогенной энергии ветра из верхней части тела.

*Точка применяется для стимуляции защитных сил организма.*

**ЦЮ СЮЙ (VB 40)**

**Цю** – холм, сопка, курган, старший, главный.

**Сюй** – впадина, основание холма, разрушать.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется в углублении перед латеральной лодыжкой, между точками Цзу Линь Ци и точкой Шэнь Май. Под латеральной лодыжкой, в углублении кпереди от неё, на расстоянии 3-х цуней от точки Цзу Линь Ци. От точки Ся-Си вверх и до нижнего края латеральной лодыжки – 5 цуней.

Меридиан желчного пузыря, проходя через данное место, образует точку «пособник» (юань). Точка относится к первоэлементу «дерево».

При синдроме пустоты или полноты меридиана желчного пузыря следует воздействовать на эту точку.

*С помощью точки Цю Сюй (с учетом комплексной рецептуры, учитывающей сезон года и гороскоп пациента) – можно успешно лечить ожирение.*

## **ЯН ФУ (VB 38)**

**Ян** – боковая сторона голени.

**Фу** – помогать, поддерживать, малая берцовая кость.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется на 4 цуня выше центра латеральной лодыжки, на передней стороне малоберцовой кости.

Меридиан желчного пузыря, проходя через данное место, образует точку «быстрина» (цзин), которой соответствует первоэлемент «огонь». Это седативная точка меридиана.

При синдроме полноты желчного пузыря данную точку следует опорожнять (проводить технику «се»). Данная точка, находясь в передней части малоберцовой кости, на боковой поверхности голени, имеет образное название «поддержка и опора голени».

*Точка показана в терапии при избытке энергии в щитовидной железе.*

## **ЯН ЛИН ЦЮАНЬ (VB 34)**

**Ян** – боковая сторона тела.

**Лин** – выступ, край, холм, возвышенность.

**Цюань** – источник, родник, весна, фонтан.

*Расположение и характеристика.*

Локализуется под коленной чашечкой на расстоянии 1-го цуня, в углублении у переднего края головки малоберцовой кости, в месте перехода верхней головки в её тело. Точка определяется в положении сидя на корточках.

Меридиан желчного пузыря, проходя через данное место, образует точку «море» (хэ), которой соответствует первоэлемент «земля». Это точка источник энергии Ян «на солнечной стороне холма», является противоположностью точке Инь Лин Цюань – источнику энергии Инь «на теневой стороне холма».

Функциональное назначение точки – точка управляет сухожилиями всего тела.

*Кроме этого, управляет и контролирует энергии «тепла и холода» (Инь-Ян) и способствует выведению патогенных биоклиматических энергий из глубины тела на поверхность. Точка также способна регулировать функциональное состояние вилочковой железы.*

## **ДРУГИЕ ТОЧКИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ**

**Гуань Мин (видеть яркий свет) VB 37** – точка имеет функциональную связь с передней долей гипофиза.

**Хуан Тяо (прыжок во вращении) VB 30** – используется для выведения избытка энергии в парашитовидной железе.

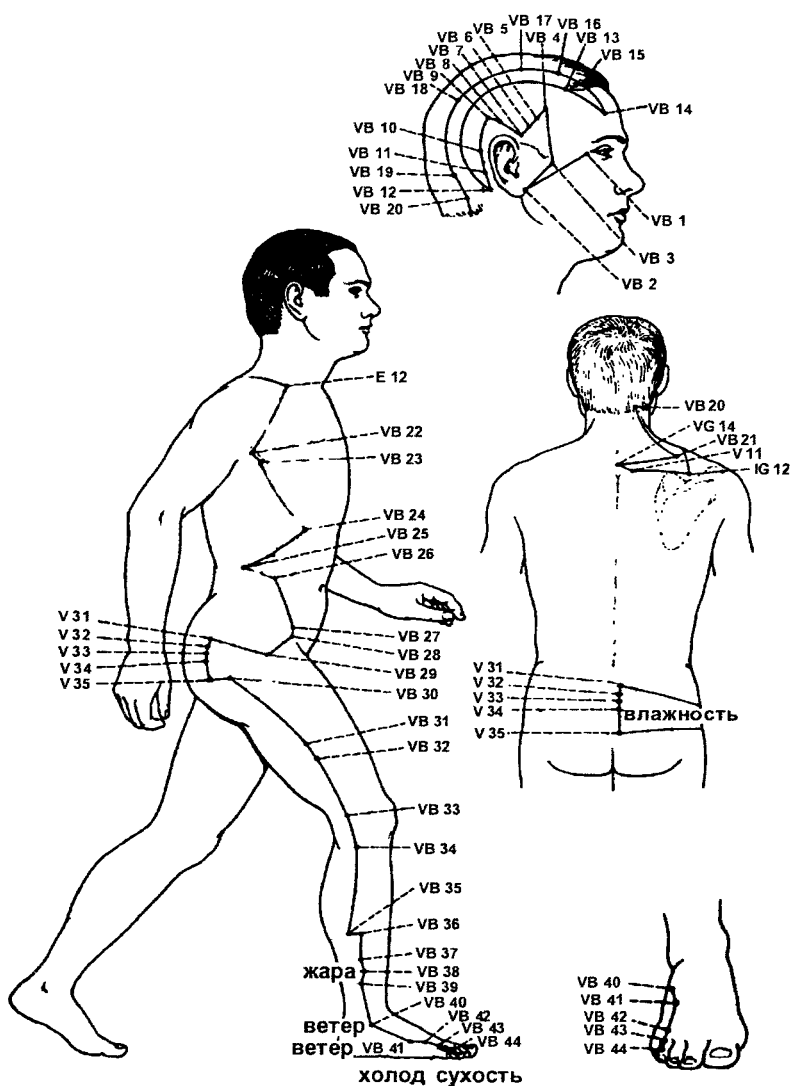
**Дай Май (меридиан вокруг пояса) VB 26** – точка применяется при энергетических нарушениях в половой сфере.

**Жи Юэ (соединение Солнца и Луны) VB 24** – точка способна сбалансировать Инь-Ян энергии, в средне-нижней частях тела.

**Юань Е (водоворот в глубине) VB 22** – точка применяется при нарушениях в щитовидной железе (избыток Ци в горле).

**Цзянь Цзин (источник энергии на плече) VB 21** – точка применяется в лечении сахарного диабета, ввиду наличия функциональной связи с гипофизом.

**Му Чуан (окно глаз) VB 16** – точка используется при недостатке энергии в надпочечниках.



## МЕРИДИАН ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ (VB)

## ЗАДНЕСРЕДИННЫЙ МЕРИДИАН – ДУ МАЙ

**Чан Цянь (продолжительная сила) VG 1** – точка регулирует Ян энергию организма, посредством функциональной связи с эпифизом.

**Яо Шу (точка контроля поясницы) VG 2** – имеет функционально энергетическую связь с задней долей гипофиза.

**Мин Мэнь (врата жизни и света) VG 4** – точка стимуляции и контроля защитных и адаптационных сил организма.

**Лин Тай (арена духа) VG 10** – точка контролирует состояние надпочечников.

**Шэнь Дао (путь духа) VG 11** – точка влияет на функциональное состояние гипофиза (преимущественно на заднюю долю) и гипоталамуса.

**Да Чжуй (большой позвонок) VG 14** – точка влияет на общее состояние организма, имея при этом выраженный успокаивающий эффект. Кроме этого точка используется для снятия избыточной энергии в щитовидной железе.

**Я Мэнь (врата тишины) VG 15** – точка влияет на функциональное состояние эпифиза.

**Фэн Фу (место сосредоточения энергии ветра) VG 16** – точка осуществляет регуляторную деятельность надпочечников и гипофиза в целом, а также контролирует потоки энергии поступающие в голову (мозг).

**Нао Ху («окно в мозг») VG 17** – данная точка также контролирует направление потоков Ци в голову (мозг) и функционально связана с задней долей гипофиза.

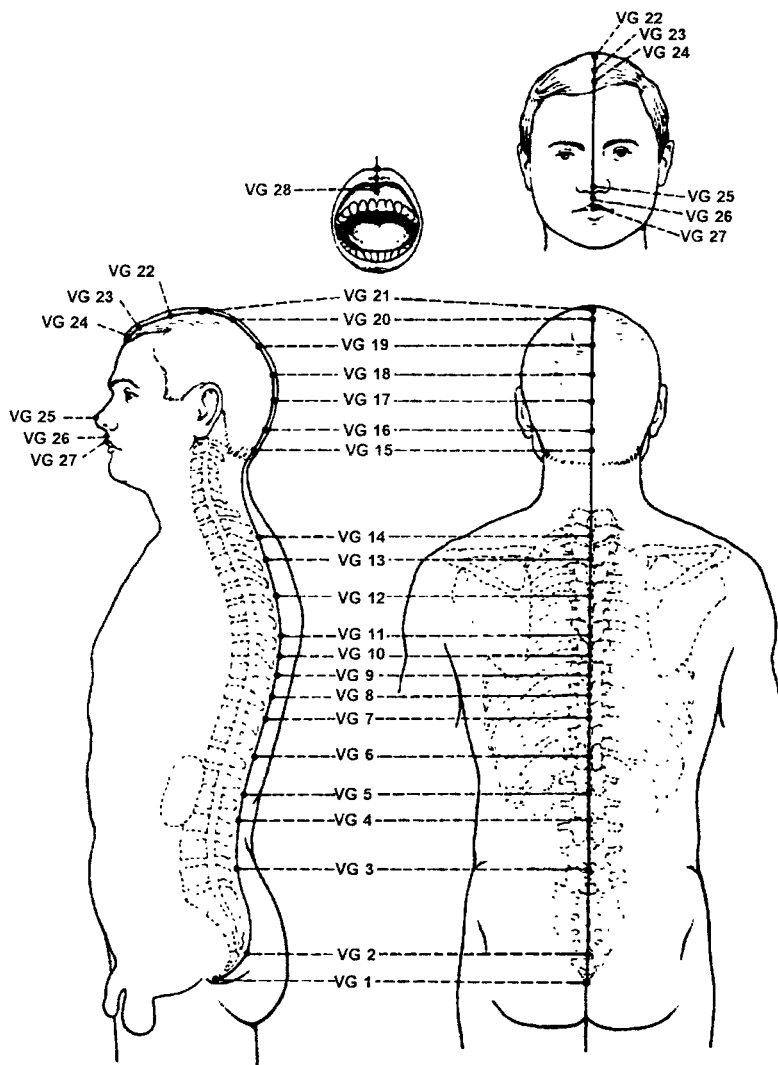
**Хоу Дин (холм головы) VG 19** – точка регулирует функциональное состояние надпочечников.

**Бай Хуэй (стократный сбор) VG 20** – центр (пик) сосредоточения энергии Ян организма, точка имеет «прямую» функциональную связь с гипофизом, эпифизом и гипоталамусом.

**Жэнь Чжун (центр человека) VG 26.**

**Дуй Дуань (верхний край губы) VG 27.**

Данные две точки широко применяются в терапии сахарного диабета.



## МЕРИДИАН ДУ МАЙ



### 3.5. ПЕРИОДЫ ГОДОВОЙ И СУТОЧНОЙ АКТИВНОСТИ 12-ТИ ОСНОВНЫХ МЕРИДИАНОВ

Приведенные ниже таблицы, отображающие годовую и суточную активность 12-ти основных меридианов, позволяют прицельно и избирательно воздействовать на терапевтически необходимые точки. При этом можно воздействовать на меридианы как в фазе повышения активности (с 1-5 фазы потока энергии Ци), в фазе повышения пассивности (с 6-10 фазы), а также в фазе равновесия Инь – Ян энергий в меридиане (11-12 фазы). Рассмотрим следующий пример.

#### Пример для меридиана Печени в суточном цикле

Циклический знак	И	Фаза активности, пассивности или равновесия энергий Инь-Ян
Небесный ствол	S – 2	
Цзин – Ло (меридиан)	F	
Элемент (стихия)	Дерево	
1. Рождение Ци	11 – 13.00	Повышение активности Ци в меридиане
2. Начало роста	09 – 11.00	
3. Развитие Ци	07 – 09.00	
4. Расцвет Ци	05 – 07.00	
5. Пик расцвета	03 – 05.00	
6. Увядание	01 – 03.00	Повышение пассивности Ци в меридиане
7. Ослабление Ци	23 – 01.00	
8. Уменьшение	21 – 23.00	
9. Сохранение	19 – 21.00	
10. Замедление Ци	17 – 19.00	
11. Начало потока	15 – 17.00	Уравновешенное состояние Ци
12. Возрождение	13 – 15.00	

## Пример для меридиана Печени в годовом цикле

Циклический знак	<b>И</b>	Фаза активности,
Небесный ствол	<b>S – 2</b>	пассивности
Цзин – Ло (меридиан)	<b>F</b>	или равновесия
Элемент (стихия)	<b>Дерево</b>	энергий Инь-Ян
1. Рождение Ци	7 июня – 7 июля	Повышение <b>активности Ци</b> в меридиане
2. Начало роста	6 мая – 7 июня	
3. Развитие Ци	5 апреля – 5 мая	
4. Расцвет Ци	5 марта – 5 апреля	
5. Пик расцвета	5 февраля – 5 марта	
6. Увядание	5 января – 5 февраля	Повышение <b>пассивности</b> Ци в меридиане
7. Ослабление Ци	7 декабря – 5 января	
8. Уменьшение	8 ноября – 7 декабря	
9. Сохранение	8 октября – 8 ноября	
10. Замедление Ци	7 сентября – 8 октября	
11. Начало потока	7 августа – 7 сентября	<b>Уравновешенное</b> состояние Ци
12. Возрождение	7 июля – 7 августа	

**Таблицы годовой и суточной активности  
меридианов субстанции Инь**

**Базовая таблица 60-ти фаз Ци суточной активности  
для меридианов субстанции Инь**

Циклический знак	И	Дин	Цзи	Синь	Гуй
Небесный ствол	S-2	S-4	S-6	S-8	S-10
Цзин-ло	F	C	RP	P	R-MC
Элемент	Дерево	Огонь	Земля	Металл	Вода
Рождение Ци	11 – 13	17 – 19	17 – 19	23 – 01	05 – 07
Начало роста	09 – 11	15 – 17	15 – 17	21 – 23	03 – 05
Развитие Ци	07 – 09	13 – 15	13 – 15	19 – 21	01 – 03
Расцвет Ци	05 – 07	11 – 13	11 – 13	17 – 19	23 – 01
Пик расцвета	03 – 05	09 – 11	09 – 11	15 – 17	21 – 23
Увядание	01 – 03	07 – 09	07 – 09	13 – 15	19 – 21
Ослабление Ци	23 – 01	05 – 07	05 – 07	11 – 13	17 – 19
Уменьшение	21 – 23	03 – 05	03 – 05	09 – 11	15 – 17
Сохранение	19 – 21	01 – 03	01 – 03	07 – 09	13 – 15
Замедление Ци	17 – 19	23 – 01	23 – 01	05 – 07	11 – 13
Начало потока	15 – 17	21 – 23	21 – 23	03 – 05	09 – 11
Возрождение	13 – 15	19 – 21	19 – 21	01 – 03	07 – 09

**Таблица 60-ти фаз Ци годовой активности  
для меридианов субстанции Инь [6]**

Циклический знак	И	Дин	Цзи	Синь	Гуй
Небесный ствол	S-2	S-4	S-6	S-8	S-10
Цзин-ло	F	C	RP	P	R-MC
Элемент	Дерево	Огонь	Земля	Металл	Вода
Рождение Ци	7 июня - 7 июля	7 сентября - 8 октября	7 сентября - 8 октября	7 декабря - 5 января	5 марта - 5 апреля
Начало роста	6 мая - 7 июня	7 августа - 7 сентября	7 августа - 7 сентября	8 ноября - 7 декабря	5 февраля - 5 марта
Развитие Ци	5 апреля - 5 мая	7 июля - 7 августа	7 июля - 7 августа	8 октября - 8 ноября	5 января - 5 февраля
Расцвет Ци	5 марта - 5 апреля	7 июня - 7 июля	7 июня - 7 июля	7 сентября - 8 октября	7 декабря - 5 января
Пик расцвета	5 февраля - 5 марта	6 мая - 7 июня	6 мая - 7 июня	7 августа - 7 сентября	8 ноября - 7 декабря
Увядание	5 января - 5 февраля	5 апреля - 5 мая	5 апреля - 5 мая	7 июля - 7 августа	8 октября - 8 ноября
Ослабление Ци	7 декабря - 5 января	5 марта - 5 апреля	5 марта - 5 апреля	7 июня - 7 июля	7 сентября - 8 октября
Уменьшение	8 ноября - 7 декабря	5 февраля - 5 марта	5 февраля - 5 марта	6 мая - 7 июня	7 августа - 7 сентября
Сохранение	8 октября - 8 нояб	5 января - 5 февраля	5 января - 5 февраля	5 апреля - 5 мая	7 июля - 7 августа
Замедление Ци	7 сентября - 8 октября	7 декабря - 5 января	7 декабря - 5 января	5 марта - 5 апреля	7 июня - 7 июля
Начало потока	7 августа - 7 сентября	8 ноября - 7 декабря	8 ноября - 7 декабря	5 февраля - 5 марта	6 мая - 7 июня
Возрождение	7 июля - 7 августа	8 октября - 8 ноября	8 октября - 8 ноября	5 января - 5 февраля	5 апреля - 5 мая

### 1. Периоды активности и пассивности меридиана Легких (Р).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	8 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
3	Развитие Ци	8 окт – 8 нояб	19 – 21.00	
4	Начало расцвета	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
5	Пик расцвета Ци	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	
6	Увядание Ци	7 июль – 7 авг	13 – 15.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	7 июнь – 7 июль	11 – 13.00	
8	Уменьшение Ци	6 мая – 7 июнь	09 – 11.00	
9	Сохранение Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	
10	Замедление Ци	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	
11	Начало потока	5 фев – 5 марта	03 – 05.00	Период равно-весия
12	Возрождение Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	

### 2. Периоды активности и пассивности меридиана Селезенки и поджелудочной железы (РР).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	
3	Развитие Ци	7 июль – 7 авг	13 – 15.00	
4	Начало расцвета	7 июнь – 7 июль	11 – 13.00	
5	Пик расцвета Ци	6 мая – 7 июнь	09 – 11.00	
6	Увядание Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	
8	Уменьшение Ци	5 фев – 5 март	03 – 05.00	
9	Сохранение Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	
10	Замедление Ци	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
11	Начало движения	8 нояб – 7 дек	21 – 23.00	Период равно-весия
12	Возрождение Ци	8 окт – 8 нояб	19 – 21.00	

### 3. Периоды активности и пассивности меридиана Сердца (С).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	
3	Развитие Ци	7 июль – 7 авг	13 – 15.00	
4	Начало расцвета	7 июнь – 7 июль	11 – 13.00	
5	Пик расцвета Ци	6 мая – 7 июнь	09 – 11.00	
6	Увядание Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	
8	Уменьшение Ци	5 фев – 5 март	03 – 05.00	
9	Сохранение Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	
10	Замедление Ци	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
11	Начало движения	8 нояб – 7 дек	21 – 23.00	Период равно-весия
12	Возрождение Ци	8 окт – 8 нояб	19 – 21.00	

### 4. Периоды активности и пассивности меридиана Почек (Р).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	5 март – 5 апр	05 – 07.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	5 фев – 5 март	03 – 05.00	
3	Развитие Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	
4	Начало расцвета	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
5	Пик расцвета Ци	8 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
6	Увядание Ци	8 окт – 8 нояб	19 – 21.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
8	Уменьшение Ци	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	
9	Сохранение Ци	7 июль – 7 авг	13 – 15.00	
10	Замедление Ци	7 июнь – 7 июль	11 – 13.00	
11	Начало движения	6 мая – 7 июнь	09 – 11.00	Период равно-весия
12	Возрождение Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	

### 5. Периоды активности и пассивности меридиана Перикарда (MC).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	5 март – 5 апр	05 – 07.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	5 фев – 5 марта	03 – 05.00	
3	Развитие Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	
4	Начало расцвета	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
5	Пик расцвета Ци	8 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
6	Увядание Ци	8 окт – 8 нояб	19 – 21.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
8	Уменьшение Ци	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	
9	Сохранение Ци	7 июль – 7 авг	13 – 15.00	
10	Замедление Ци	7 июнь – 7 июль	11 – 13.00	
11	Начало движения	6 мая – 7 июнь	09 – 11.00	Период равно-весия
12	Возрождение Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	

### 6. Периоды активности и пассивности меридиана Печени (F).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	7 июнь – 7 июль	11 – 13.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	6 мая – 7 июнь	09 – 11.00	
3	Развитие Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	
4	Начало расцвета	5 март – 5 апр	05 – 07.00	
5	Пик расцвета Ци	5 фев – 5 март	03 – 05.00	
6	Увядание Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
8	Уменьшение Ци	8 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
9	Сохранение Ци	8 окт – 8 нояб	19 – 21.00	
10	Замедление Ци	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
11	Начало движения	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	Период равно-весия
12	Возрождение Ци	7 июль – 7 авг	13 – 15.00	

### 3.6. ТАБЛИЦЫ ГОДОВОЙ И СУТОЧНОЙ АКТИВНОСТИ МЕРИДИАНОВ СУБСТАНЦИИ ЯН

**Базовая таблица 60-ти фаз Ци суточной активности  
для меридианов субстанции Ян**

Циклический знак	Цзя	Бин	У	Гэнь	Жэнь
Небесный ствол	S-1	S-3	S-5	S-7	S-9
Цзин-ло	VB	IG	E	GI	V-TR
Элемент	Дерево	Огонь	Земля	Металл	Вода
Рождение Ци	21 – 23	03 – 05	03 – 05	09 – 11	15 – 17
Начало роста	23 – 01	05 – 07	05 – 07	11 – 13	17 – 19
Развитие Ци	01 – 03	07 – 09	07 – 09	13 – 15	19 – 21
Расцвет Ци	03 – 05	09 – 11	09 – 11	15 – 17	21 – 23
Пик расцвета	05 – 07	11 – 13	11 – 13	17 – 19	23 – 01
Увядание	07 – 09	13 – 15	13 – 15	19 – 21	01 – 03
Ослабление Ци	09 – 11	15 – 17	15 – 17	21 – 23	03 – 05
Уменьшение	11 – 13	17 – 19	17 – 19	23 – 01	05 – 07
Сохранение	13 – 15	19 – 21	19 – 21	01 – 03	07 – 09
Замедление Ци	15 – 17	21 – 23	21 – 23	03 – 05	09 – 11
Начало потока	17 – 19	23 – 01	23 – 01	05 – 07	11 – 13
Возрождение	19 – 21	01 – 03	01 – 03	07 – 09	13 – 15



**Таблица 60-ти фаз Ци годовой активности  
для меридианов субстанции Ян [6]**

Циклический знак	Цзя	Бин	У	Гэнь	Жэнь
Небесный ствол	S-1	S-3	S-5	S-7	S-9
Цзин-ло	VB	IG	E	GI	V-TR
Элемент	Дерево	Огонь	Земля	Металл	Вода
Рождение Ци	7 ноября – 7 декабря	5 февраля – 5 марта	5 февраля – 5 марта	5 мая – 6 июня	7 августа – 7 сентября
Начало роста	7 декабря – 5 января	5 марта – 5 апреля	5 марта – 5 апреля	6 июня – 6 июля	7 сентября – 8 октября
Развитие Ци	5 января – 5 февраля	5 апреля – 5 мая	5 апреля – 5 мая	7 июля – 7 августа	8 октября – 7 ноября
Расцвет Ци	5 февраля – 5 марта	5 мая – 6 июня	5 мая – 6 июня	7 августа – 7 сентября	7 ноября – 7 декабря
Пик расцвета	5 марта – 5 апреля	6 июня – 6 июля	6 июня – 6 июля	7 сентября – 8 октября	7 декабря – 5 января
Увядание	5 апреля – 5 мая	7 июля – 7 августа	7 июля – 7 августа	8 октября – 7 ноября	5 января – 5 февраля
Ослабление Ци	5 мая – 6 июня	7 августа – 7 сентября	7 августа – 7 сентября	7 ноября – 7 декабря	5 февраля – 5 марта
Уменьшение	6 июня – 6 июля	7 сентября – 8 октября	7 сентября – 8 октября	7 декабря – 5 января	5 марта – 5 апреля
Сохранение	7 июля – 7 августа	8 октября – 7 ноября	8 октября – 7 ноября	5 января – 5 февраля	5 апреля – 5 мая
Замедление Ци	7 августа – 7 сентября	7 ноября – 7 декабря	7 ноября – 7 декабря	5 февраля – 5 марта	5 мая – 6 июня
Начало потока	7 сентября – 8 октября	7 декабря – 5 января	7 декабря – 5 января	5 марта – 5 апреля	6 июня – 6 июля
Возрождение	8 октября – 7 ноября	5 января – 5 февраля	5 января – 5 февраля	5 апреля – 5 мая	7 июля – 7 августа

# 1. Периоды активности и пассивности меридиана Толстого кишечника (GI).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	5 мая – 6 июня	09 – 11.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	6 июня – 6 июля	11 – 13.00	
3	Развитие Ци	7 июля – 7 авг	13 – 15.00	
4	Начало расцвета	7авг – 7 сент	15 – 17.00	
5	Пик расцвета Ци	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
6	Увядание Ци	8 окт – 7 нояб	19 – 21.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	7 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
8	Уменьшение Ци	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
9	Сохранение Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	
10	Замедление Ци	5 фев – 5 марта	03 – 05.00	
11	Начало потока	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	Период равно-веса
12	Возрождение Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	

# 2. Периоды активности и пассивности меридиана Желудка (E).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	5 фев – 5 марта	03 – 05.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	
3	Развитие Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	
4	Начало расцвета	5 мая – 6 июня	09 – 11.00	
5	Пик расцвета Ци	6 июня – 6 июля	11 – 13.00	
6	Увядание Ци	7 июля – 7 авг	13 – 15.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	7авг – 7 сент	15 – 17.00	
8	Уменьшение Ци	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
9	Сохранение Ци	8 окт – 7 нояб	19 – 21.00	
10	Замедление Ци	7 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
11	Начало потока	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	Период равно-веса
12	Возрождение Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	

### 3. Периоды активности и пассивности меридиана Тонкого кишечника (IG).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	5 фев – 5 марта	03 – 05.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	
3	Развитие Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	
4	Начало расцвета	5 мая – 6 июня	09 – 11.00	
5	Пик расцвета Ци	6 июня – 6 июля	11 – 13.00	
6	Увядание Ци	7 июля – 7 авг	13 – 15.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	
8	Уменьшение Ци	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
9	Сохранение Ци	8 окт – 7 нояб	19 – 21.00	
10	Замедление Ци	7 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
11	Начало потока	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	Период равно-весия
12	Возрождение Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	

### 4. Периоды активности и пассивности меридиана Мочевого пузыря (V).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
3	Развитие Ци	8 окт – 7 нояб	19 – 21.00	
4	Начало расцвета	7 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
5	Пик расцвета Ци	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
6	Увядание Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	5 фев – 5 марта	03 – 05.00	
8	Уменьшение Ци	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	
9	Сохранение Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	
10	Замедление Ци	5 мая – 6 июня	09 – 11.00	
11	Начало потока	6 июня – 6 июля	11 – 13.00	Период равно-весия
12	Возрождение Ци	7 июля – 7 авг	13 – 15.00	

### 5. Периоды активности и пассивности меридиана Трех обогревателей (TR).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	
3	Развитие Ци	8 окт – 7 нояб	19 – 21.00	
4	Начало расцвета	7 нояб – 7 дек	21 – 23.00	
5	Пик расцвета Ци	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
6	Увядание Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	5 фев – 5 марта	03 – 05.00	
8	Уменьшение Ци	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	
9	Сохранение Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	
10	Замедление Ци	5 мая – 6 июня	09 – 11.00	
11	Начало потока	6 июня – 6 июля	11 – 13.00	Период равно-веса
12	Возрождение Ци	7 июля – 7 авг	13 – 15.00	

### 6. Периоды активности и пассивности меридиана Желчного пузыря (VB).

№	Состояние энергии	Период года	Период в сутках	Доп.
1	Рождение Ци	7 нояб – 7 дек	21 – 23.00	Активная фаза Ци
2	Начало развития	7 дек – 5 янв	23 – 01.00	
3	Развитие Ци	5 янв – 5 фев	01 – 03.00	
4	Начало расцвета	5 фев – 5 марта	03 – 05.00	
5	Пик расцвета Ци	5 марта – 5 апр	05 – 07.00	
6	Увядание Ци	5 апр – 5 мая	07 – 09.00	Ослабление функции Ци
7	Ослабление Ци	5 мая – 6 июня	09 – 11.00	
8	Уменьшение Ци	6 июня – 6 июля	11 – 13.00	
9	Сохранение Ци	7 июля – 7 авг	13 – 15.00	
10	Замедление Ци	7 авг – 7 сент	15 – 17.00	
11	Начало потока	7 сент – 8 окт	17 – 19.00	Период равно-веса
12	Возрождение Ци	8 окт – 7 нояб	19 – 21.00	

## Глава 4

### 4.1. ПИТАНИЕ ПО СОЛНЕЧНОМУ КАЛЕНДАРЮ

Данный материал отражает важность и необходимость питания для человека с учетом личных «характеристик» гороскопа. Правильность сбалансированного питания во многом определяет состояние здоровья. От того, чем и как мы питаемся, зависит наше физическое и психическое состояние. До 90% заболеваний можно существенно уменьшить за счет правильно подобранных продуктов питания. Солнечный календарь питания рекомендует, какие продукты наиболее показаны для каждого отдельно взятого знака Зодиака. В следующей же главе (4.2) будет представлена информация о том, что не желательно использовать в пищу в определенные лунные месяцы года и почему. «Солнечный Зодиак» – это 12 характеров, 12 физических конституций, а самое главное – 12 типов обмена веществ. В результате многовековых наблюдений, древними были сформулированы «каноны» питания, т.е. наиболее предпочтительный рацион питания для каждого знака Солнечного Зодиака [11]:

#### Овен (21.03-20.04)

Необходимы витамины А, В и С. Кофе, черный чай и алкоголь исключить. Мясные блюда заменить рыбой. Животный жир необходимо заменить растительным маслом. Благоприятны каши на воде – ячмень, пшено, гречка и пшеница. Овощи – картофель, свекла, морковь, репа, редис, горох, фасоль, петрушка. Фрукты: яблоки, бананы, изюм, цитрусовые. Травяные чаи: барбарис, облепиха, шиповник, черника и боярышник. Энергетическая соль «Овна» фосфат калия. Источники содержания: помидоры, орехи, земляника, сельдерей, шпинат.

**Телец (21.04-21.05)**

Необходимые витамины – А и Е. Ограничить потребление: кофе, мучных и крахмалистых продуктов. Овощи – огурцы, лук, шпинат, цветная капуста, тыква, картофель, морковь, свекла. Фрукты – сливы, абрикосы, айва, персики, лимоны. Чай из трав – ромашка, шалфей, щавель, бузина, брусничные и смородиновые листья. Энергетическая соль «Тельца» – сульфат натрия (глауберова соль). Основные источники: сыр, овёс, цикорий, лук, малина, земляника, минеральные воды. Из мясных блюд – говядина.

**Близнецы (22.05-21.06)**

Группа витаминов – В, С, Е и Д. Пирожное, конфеты и подобная пища не желательна. Кислое молоко, минеральная вода и соки – лучшие напитки этого знака. Показаны каши из бобовых и гороховых продуктов. Избегать очень жирных и очень сладких продуктов. Лучшая пища этого знака – сыр, орехи, яйца (желток). Овощи – капуста, кабачки, картофель, баклажаны. Фрукты – инжир, яблоки. Растительные чаи: крапива, хвощ полевой, горец птичий (спорыш). Энергетическая соль – хлористый калий. Основные источники: арахис, кабачки, виноград, груши, сливы и баклажаны.

**Рак (22.06-23.07)**

Необходимые витамины – В, С и Е. Жареной пищи употреблять как можно меньше. Основное внимание уделяется потреблению рыбы, злаков и кисломолочных продуктов. Эти продукты принимать отдельно. Показаны также овощные супы. Энергетическая соль – фтористый кальций. Основные источники: морепродукты, лимон, изюм.

**Лев (24.07-23.08)**

Группа витаминов – С и Е. Необходимо избегать жирной пищи, тёмных сортов мяса, алкоголя и кондитерских изделий. Овощи: картофель, баклажаны, кукуруза. Фрукты: цитрусовые, сливы, яблоки. Растительные чаи: можжевельник, укроп, петрушка, рута душистая. Энергетическая соль – фосфат магния. Основные источники: гречка, овсянка, пшено. А также – соя, фасоль, горох, ржаной хлеб, рыба, яйца (желток).

**Дева (24.08-23.09)**

Для этого знака очень полезно вегетарианство. Особенно важны витамины группы В. Овощи любые, предпочтительно в слегка варёном и тушёном виде. Необходимо использовать в пищевом рационе – растительное масло, оливковое и подсолнечное и т.п. Лекарственные травы и специи: цикорий, тмин, корица, мята, летний чабер. Энергетическая соль: Сульфат калия. Основные источники – фундук, овёс, гречка, проросшая пшеница. А также – кабачки, яблоки, пивные дрожжи.

**Весы (24.09-23.10)**

Постоянная потребность в витаминах групп А и Е. В рацион питания необходимо включать кисломолочные продукты. Показано – растительное масло. Овощи: редис, свекла, чёрная смородина, клубника, клюква, лебеда. Фрукты – сливы, персики, абрикосы, инжир, урюк. Травы: чабрец, фиалка, полынь. Энергетическая соль – фосфат калия и натрия. Основные источники: орехи, гречка, пшено, земляника, злаки, люцерна.

**Скорпион (24.10 – 22.11)**

Необходимо соблюдать умеренность в еде и питье, избегать жирной и острой пищи, а также алкоголя. Необходимые витамины: В, С и Е. Показано использование в пищу птичьего мяса и печёнки. Травяной чай: полынь, базилик, шалфей, розмарин, крапива. Фрукты и овощи – любые на выбор. Энергетическая соль – Сульфат кальция. Основные источники: спаржа, редис, слива, сок свеклы с яблоками и лимоном.

**Стрелец (23.11-21.12)**

Витамины группы С и Е. Основной упор делать на бобовые, зелень, салаты. Ограничивать потребление животной пищи, соли, сахара. Травяные чаи: мята, базилик, крапива, мать и мачеха, красный клевер, спорыш. Энергетическая соль: Двуокись кремния и Хлористый калий. Основные источники: петрушка, пастернак, морковь, проросшее зерно, огурцы, спаржа. А также – капуста, крапива и минеральная вода.

**Козерог (22.12– 20.01)**

Особое внимание уделять кальциевому обмену, ввиду predispositionности этого знака к отложению солей и камнеобразованию. Необходимо раздельное питание. Витамины: А, С и Е. Показаны кисломолочные продукты. Пища должна быть преимущественно диетическая. Исключить: жареную пищу, консервы и копчености. Фрукты – черешня, вишня, клубника, ежевика, слива. Овощи – любые, но только свежие. Растительные травы: коровяк, сельдерей, петрушка. Энергетическая соль этого знака: – фосфорнокислый кальций. Основные источники: яичная скорлупа, чечевица, цитрусы, капуста брокколи и т.п.

**Водолей (21.01 – 18.02)**

Особенно нужно заботиться о чистоте и регуляции крови. Этому способствует вегетарианство. Этому знаку принимать пищу после 18.00 не рекомендуется, ввиду слабости желчного пузыря и склонности к болезням пищеварения. Сливочное масло необходимо заменить растительными маслами. Показаны витамины группы С и Е. Фрукты: гранаты, яблоки, лимоны. Травяные чаи – пижма, ботва репы, окопник, свекла, зверобой. Энергетическая соль: Фосфат магния. Основные источники: какао, соя, гречка, фасоль, арахис, мед, свекла.

**Рыбы (19.02 – 20.03)**

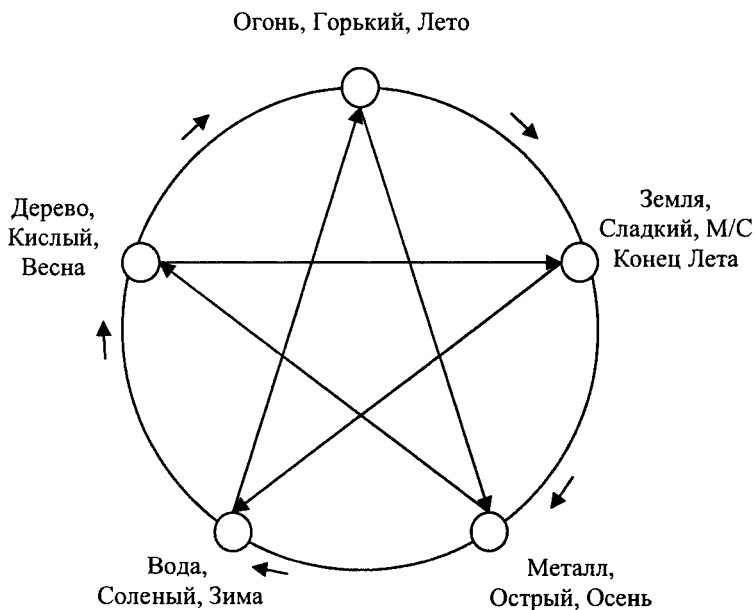
Необходимы витамины группы В, Д и С. Жаренные продукты желательно исключить из рациона. Из мясных блюд наиболее полезна говяжья печень. Овощи: редис, огурцы, помидоры, кабачки. Фрукты: яблоки, виноград, орехи, гранат. Настой из трав: огуречник аптечный, чернوبыльник, пижма, шиповник, боярышник. Кроме этого в рацион питания необходимо включать морские продукты (в первую очередь водоросли). Энергетическая соль знака: сульфат калия и фосфат железа. Основные источники: айва, гречка, шиповник, бобы. А также – миндаль и фундук (лесной орех).



Правильно подобранная «диета» во многом поможет Вам укрепить и сохранить здоровье, сгармонизировать свою жизнь и сохранить высокую работоспособность на долгие годы. Астрологическая диетология имеет исключительно лечебно-профилактические цели. В организме каждого из нас имеются «слабые места» от рождения. Задача астрологической диеты — «поддержать» эти слабые места, с тем, чтобы возможное нарушение какой-либо функции не перешло в острое или хроническое заболевание. Несколько слов о так называемых «энергетических солях». Это простые неорганические соединения, очень нужные для нормального обмена внутри клеток, основных «строительных кирпичиков» нашего организма. Потребность в этих неорганических солях невелика, при хорошо сбалансированной диете они в достаточном количестве поступают в наш организм с натуральной пищей. Наиболее полным источником солей является минеральная вода. Старайтесь использовать в своём «питьевом» рационе минеральные воды различного микроэлементного состава.

Данный перечень рекомендаций по «зодиакальной диете» является далеко не полным. Однако основные «нормы» питания для каждого знака Зодиака здесь указаны. При совмещении «Календарей питания Солнца и Луны» Вы обнаружите то, что по значимости Лунный важнее. Соблюдение Лунного календаря позволит избежать и предупредить многие заболевания. Солнечный календарь — это прекрасное общеукрепляющее средство. Только при совмещении двух календарей можно добиться стойкого оздоровительного эффекта. На фоне лечебного голодания эта система /питания/ увеличивает свой положительный эффект в несколько раз. При использовании методики раздельного питания оздоровительный потенциал организма возрастает на целый порядок.

## Китайское учение о 5-ти вкусах пищи по временам года



**Цикл порождения: дерево-огонь-земля-металл-вода-дерево.**

**Цикл контроля: дерево-земля-вода-огонь-металл-дерево.**

МС – это 4 периода межсезонья в одном календарном году.

## Китайская лечебно-профилактическая система питания по временам года (по Солнечному календарю)

Время года	Период	Показания
<b>Весна</b>	с 4 февраля по 17 апреля	больше сладкого и меньше кислого
<b>Лето</b>	с 5 мая по 20 июля	больше острого и соленого, меньше горького
<b>Осень</b>	с 7 августа по 20 октября	больше кислого и меньше острого
<b>Зима</b>	с 7 ноября по 17 января	больше горького (попынь) и меньше соленого
<b>Межсезонье или сезон «Долгое лето»</b>	с 18 апреля до 5 мая <b>с 21 июля по 7 августа</b> с 21 октября по 7 ноября с 17 января по 4 февраля	больше соленого и меньше сладкого

### Примечание:

В восточной системе питания под вкусами пищи подразумевается их естественность и натуральность. В следующих странах – Индии, Тибете, Монголии – преобладает индийская система питания. Система, основанная на трех «дошах» – субстанциях, система, которая заметно отличается от теории питания ряда других стран Восточной и Юго-Восточной Азии (Китай, Корея, Вьетнам, Лаос и т.д.). И, в то же время, в каждой из стран имеются свои особенности питания, обусловленные географическими и ландшафтно-климатическими условиями, национальными и религиозными традициями. В индийской системе питания каждый продукт имеет не менее 3-4 энергетических качеств, что обусловлено наличием многоцелевого подхода к организму человека и философской системы мироустройства вещей и явлений.

## 4.2. ГОДОВОЙ ЦИКЛ ПИТАНИЯ И ЛЕЧЕБНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПО ЛУННОМУ КАЛЕНДАРЮ

### Инструкция по применению лечебно-профилактических упражнений (от Автора)

Данный комплекс психофизических упражнений является неотъемлемой частью традиционной китайской медицины (ТКМ) и обладает достаточно широким спектром терапевтического воздействия на основные функции организма. В нашем пособии приводится только половина комплекса. В начале курса желательно выполнять следующие предписания:

- внимательно и вдумчиво изучите текст соответствующего упражнения (без спешки, не торопясь, скрупулезно);
- на начальных этапах освоения достаточно выбрать 1-2 упражнения соответствующих текущему моменту времени – сезону (по лунному календарю);
- количество повторений упражнения не должно превышать половины указанных в тексте; через 2-4 недели ежедневных занятий (в зависимости от вашего самочувствия) количество повторений можно довести до указанной нормы;
- не напрягайтесь, не спешите и не ускоряйте события – это может дискомфортно отразиться на вашем самочувствии;
- при возникновении неприятных ощущений следует прекратить занятия, или уменьшить количество повторений;
- для улучшения терапевтического эффекта рекомендуется включить в комплекс одно упражнение, предшествующее по времени года.

Пример: время года – 5-й месяц Луны, в комплекс упражнений включается движение-упражнение для 4-го месяца (если есть возможность – всех предыдущих упражнений с 1-го по 4-ое, но с малым числом повторений).

- после каждого упражнения необходимо вдохнуть-выдохнуть, мягко постучать зубами 5-9 раз, разделить скопившийся объем слюны на 3 порции и поочередно проглотить, мысленно сопровождая их до области под пупком – 7 см (в энергетический центр);

- каждое упражнение способствует «прочистке» двух и более меридианов;

- первоочередное значение имеет ваш мысленный настрой на гармонизацию **вашего** тела и сознания;

- все «расширяющие» движения соответствуют вдоху, «собирающие» – выдоху;

- дыхание осуществляется медленно, на начальных этапах работы 4-5 сек. вдох и столько же – выдох. В дальнейшем фазы вдоха-выдоха доводятся до 8-12 сек. (каждая фаза дыхательного акта), что и является показателем выздоровления.

### Примечание автора.

- **Начинайте всегда с малых по времени фаз вдоха и выдоха. Не спешите! Делайте все упражнения медленно, внимательно и вдумчиво!**

- **Не забывайте о назначении упражнений. Каждое упражнение является продолжением предыдущего, что требует, в свою очередь, внимательности и контроля со стороны вашего тела и сознания.**

Полный курс (цикл 24-х упражнений по сезонам года) упражнений можно найти в книге Воробьева А.Н. [6].

**Годовой цикл питания и лечебных упражнений  
по Лунному календарю**  
(основной текст цитируется по Виноградскому Б.Б.)  
(из даосской энциклопедии «Юнь цзи ци Цянь»)

**Первый месяц весны, или Мэнь-чунь.** Соотносится с фигурой Прорывание – Тай, составленной символами «Земли и Неба», из «Канона превращений». Северный Ковш ориентирован в сектор неба под знаком «Инь» (тигр), которым обозначается данный месяц. В это время Небо и Земля вместе порождают всё живое. Это называется развитием ян энергии (сознания). Здесь Небо и Земля начинают свое действие в годичном цикле, десять тысяч сущностей трансформируются и рождаются. Ложись поздно ночью (21 – 22.00 прим. автора), вставай рано (05 -7.00), пусть Ваше тело и сознание движется плавно для того, чтобы рождались положительные эмоции и желания. В своих действиях и поступках следует создавать, а не подавлять, давать, а не отбирать. Мудрец крепко удерживает свою внутреннюю энергию Цзин ци, стараясь не рассеивать её вовне.

Из органов этому времени соответствует печень, которая соотносится с движением дерева на востоке.

Из планет – Юпитер.

В трех лунных месяцах весны действует Чжэнь – гуа, символом которой является Гром.

В музыке это реализуется как гусли – сэ.

Из божественных владык – это Лин-вэй

по прозванию Сила духа.

На девяти небесах в это время правит Синий дракон или Цан-лун, а девять областей Земли подчиняются

Белому тигру или Бай-ху.

Из живых существ – это рыба.

Из домашних животных – это собака.

Из злаков – это пшеница. Из плодов – это слива.

Из овощей – это лук. Из вкусов – кислый вкус.

Из запахов – запах сырого мяса. Из цветов – синий.

Из эмоций – гнев. Из жидкостей организма – слезы.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 1-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



*На рассвете сесть прямо, положить руки на колени и сделать в каждую сторону 5 раз по 3 надавливания. Мужчины начинают надавливание с левой стороны, женщины – с правой стороны. Потом повернуться туловищем налево и направо, одновременно поднимая шею вверх. Затем мягко постучать зубами, накопившийся объём слюны, разделив на три порции, проглотить. Это упражнение помогает от «зимнего застоя энергии», способствует терапии следующих заболеваний: спины, области плечевого сустава, головных болей.*

**\*На вдохе – поворот тела вправо, а также все собирающие, подтягивающие к себе движения. На выдохе – поворот тела влево, а также все движения от себя или вытягивающие наружу.**

**Второй месяц весны, или чжун-чунь.** Соотносится с фигурой Великая сила **Да Чжуан**, которая составлена символами «Грома и Неба». Средний месяц весны имеет название – насыщенный солнцем. Северный Ковш ориентирован на сектор неба под знаком «Мао» (заяц). В это время следует приводить в гармонию свои эмоциональные устремления (желания). Не допускайте переохлаждения, перегревания тела, а также раздражительности и вспыльчивости в поведении. Не следует, есть овощи с желтыми цветами, а также соленые овощи. Если, проснувшись, будешь делать резкие движения, это приведет к возникновению заболеваний печени. Нельзя в это время есть чеснок, так как это приводит к нарушениям циркуляции энергии в печени. Не следует, есть гречиху и куриные яйца, так как в результате возникает застой энергии в организме. Не употребляйте в пищу мясо кролика, с тем, чтобы не нарушить работу сердца и печени.

В этот месяц энергия Ци почек ослаблена, а печень, наоборот, находится в фазе максимального усиления. Нужно сохранять чистоту мыслей, для чего следует удалять мокроту из лёгких. В шестой и в восьмой дни этого месяца следует совершать очищение организма и соблюдать все заповеди и запреты. Тогда будет обеспечена поддержка небес, а во всех ситуациях будет удача.

В четырнадцатый день следует воздержаться от дальних походов по суше. Путешествия по воде также неблагоприятны.

В девятый день не следует, есть рыбу и другие морепродукты.

В 20-й день следует заняться самосовершенствованием.



## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 2-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



Каждое утро, на рассвете, поворачивать туловище, вытягивая руки в одну сторону, а голову поворачивать в противоположную сторону. Повторить повороты 7 раз по 6 движений в каждую сторону. Затем мягко постучать зубами, накопившийся объём слюны, разделив на три порции, проглотить. Это упражнение помогает раскрытию энергетических каналов в плечах и в спине, удалению избыточного тепла из организма, а также способствует терапии следующих заболеваний:

- груди;
- диафрагмы;
- плечевого пояса;
- спины, шеи и затылка.

Применяется также при зубной боли и при опухании шеи.

**Третий месяц весны, или цзи – чунь.** Соотносится фигурой Прорыв – Гуай, составленной символами «Водоема и Неба». Северный Ковш ориентирован на сектор неба со знаком «Чэнь» (дракон). Последний месяц весны — это время, когда происходит завершение установления порядка Ян ци. Небо и Земля вместе порождают ян энергию, а инь энергию следует сохранять. Ложиться и вставать следует рано.

Не нужно допускать сильного выделения пота, так как эта жидкость в организме питает энергию внутренних органов (инь), играющих роль хранилищ жизненной силы. В это время не нужно есть лук, чтобы не обострить хронические заболевания. Нельзя есть конину, так как нарушается нормальная работа сердца и печени. Нельзя есть мясо кабарги и оленя, что также нарушает энергообеспечение организма. В этот месяц энергия печени постепенно погружается внутрь, а энергия ци сердца, которая соотносится с движением огня, начинает усиливаться. В это время следует питать печень и укреплять почки, которые соотносятся с энергией инь, тонизирующей энергию печени. Таким образом, будешь соотносываться с характеристиками сезона года. Нужно строго соблюдать заповеди воздержания и размышлять о духовных истинах.

В 16-й день воздержитесь от поездок на дальние расстояния, как по суше, так и по воде.

В 27-й день следует заняться очищением и омовением. В этот месяц движение огня находится в фазе восхождения, а движение воды характеризуется фазой уменьшения.

В этом месяце не следует идти против северо-западного ветра. Нельзя обнаженным стоять под звездами, чтобы не навлечь на себя неблагоприятные ситуации в будущем.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 3-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



*На рассвете, сесть ровно и спокойно. Корпус поворачивать поочередно влево и вправо, словно стреляешь из тугого лука. Выполняется 8 раз по 7 движений в каждую сторону. Затем мягко постучать зубами 3 раза, накопившийся объём слюны, разделив на три порции, проглотить. Упражнение улучшает работу почек и ЖКТ. Способствует терапии следующих болезненных состояний:*

- чувство жара в ушах;
- боязнь холода;
- нарушения слуха;
- боли в горле и в области тыльной стороны шеи.

*Укрепляет плечевой, локтевой и запястный суставы. Способствует укреплению поясницы и спины.*

**Первый месяц лета, или мэн-ся.** Соотносится с фигурой Цянь-гуа, составленной двумя символами «Неба». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком «Сы» (змея). Первый месяц лета называется временем колошения посеянного. Небо и Земля начинают соединяться. Десять тысяч вещей начинают превращаться в плоды. Нужно поздно ложиться и рано вставать. Нельзя допускать раздражения в помыслах. Нельзя сильно потеть.

Лето – это огонь, ему соответствует юг.

Из органов – это сердце. Из планет – это Ин Хо (Марс).

Это четвертая, пятая и шестая луны года. Шестой лунный месяц соотносится с движением почвы, которая в наибольшей степени усиливается в этом месяце.

Из музыкальных инструментов – это свирель – юй.

Из небесных божеств – это Чи Бяону или  
Лик красного пламени.

Из духов секторов неба – это Красная птица.

На девяти землях правит Черный воин.

Из животных – это феникс.

Из домашних животных – это баран.

Из злаков – это рис.

Из плодов – это абрикос.

Из овощей – это гречишник.

Из вкусов – это горький.

Из запахов – это запах гари.

Из цветов – это красный и алый.

Из звуков – это выдох.

Из жидкостей организма – это пот.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 4-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



*Каждый день на рассвете, одну руку вытягивать вверх, вывернув ладонь к небу, а другую вытягивать вниз, обратив ладонь к земле. В каждую сторону сделать 5 раз по 3 движения, затем щелкнуть зубами, проглотить слюну тремя глотками. Это упражнение улучшает работу легких и способствует устранению застойных явлений в груди, ребрах, диафрагме. Оказывает терапевтический эффект при сердечных нарушениях, покраснении и пожелтении склер. Снимает чувство жара во внутренних органах. Устраняет чувство подавленности и тоски.*

**Второй месяц лета, или чжун-ся.** Соотносится с фигурой Встреча – Гоу, составленной символами «Неба и Дерева». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком «У» (лошадь). Во время среднего месяца лета происходит завершение процесса рождения и трансформации десяти тысяч сущностей в пространстве Неба и Земли.

Не следует допускать чрезмерного воздействия жара. Нельзя, сильно вспотев, выходить навстречу ветру. Нельзя обнаженным находиться под светом звезд, так как могут возникнуть серьезные заболевания. Не рекомендуется, есть куриное мясо, так как оно может способствовать образованию чирьев и фурункулов и других кожных заболеваний. Нельзя есть мясо змей, так как нанесешь вред своему здоровью и долголетию.

В этом месяце из-за избытка энергии тепла, не действует должным образом печень. Сила же энергии огня постепенно возрастает. Энергия воды, наоборот, постепенно ослабевает. Поэтому нужно помогать почкам и тонизировать легкие.

Следует приводить в гармоничное состояние энергию ци желудка, чтобы тем самым соотноситься с характеристиками данного периода времени года.

В восьмой день этого месяца следует воздержаться от дальних поездок, как по воде, так и по суше. Следует успокаивать сердце и приводить в порядок мысли, соблюдать правила очищения, поста и воздержания, и тогда во всех делах тебе будет сопутствовать удача.

В этот месяц нужно постараться избежать воздействия не своевременного северо-западного ветра. В противном случае патогенная энергия влажности нанесет вред организму. Нарушится циркуляция крови и энергии в конечностях и не будет силы в суставах (мышцах) рук.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 5-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



Выполняется в утренние часы – с 3:00 до 7:00. Исходное положение ровное и прямое. Запрокинуть голову и направить взгляд вверх. Поднимать обе руки через стороны вверх. Повторить 36 раз. Мягко щелкнуть зубами, вдохнуть – выдохнуть, проглотить слюну 3-мя глотками. Упражнение регулирует функцию почек и поясничного отдела позвоночника.

Применяется:

- для стимуляции иммунитета, при болях в горле и сердце.
- при истощении организма, при упадке сил,
- при болях в горле и сердце.

Для снятия патологической привычки много есть и пить. Устраняет болевые синдромы в ногах и в области поясницы.

Используется также, для терапии сложных заболеваний.

- при диабете, хроническом кашле, депрессии.

- головных болях, при покраснении лица и шеи,
- устраняет жар и желтизну в глазах.

**Третий месяц лета, или цзи-ся.** Соотносится с фигурой Уход – Дунь, составленной символами «Неба и Горы». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком Вэй (овца). Последний месяц лета связан с тяжелым осадком энергии Земли, которая питает все четыре времени года. Десять тысяч вещей достигают фазы расцвета.

Нельзя принимать в пищу свежую баранину, что способствует нарушению нормальной работы сердца и печени, в результате чего возникает забывчивость. Нельзя есть свежий подсолнечник (семена), так как это приведет к образованию водянистых отеков во внутренних органах.

В это время энергия ци почек ослаблена. Селезенка – одна правит в организме, поэтому следует питаться слегка солеными продуктами, с тем, чтобы поддержать энергию ци почек и укрепить сухожилия и кости. Тогда в организм не смогут проникнуть патогенные энергии жары и влажности.

В 6-й день месяца следует заняться очищением организма и воздержанием от пищи. 24-го числа не следует отправляться в далекие поездки, как по воде, так и по суше.

В течение этого месяца крайне не желательно перегружать желудок и селезенку кулинарной пищей. Не следует кричать и повышать голос. Также нужно избегать воздействия энергии тепла (жары).

Не желательно после очищения-омовения подвергаться воздействию ветра.



## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 6-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



На рассвете сесть на пол, подвернув под себя одну ногу, а руками опереться на землю сзади. Перенести вес тела на одну ногу. Другую ногу, приподняв, вытянуть вперед пяткой. Выполнить 5 раз по 3 движения, щелкнуть зубами, проглотить слюну тремя глотками. Упражнение способствует оздоровлению поясницы и ног, а также устраняет и выводит вредоносное воздействие Ветра и Влажности из суставов ног и поясницы. Имеет широкий терапевтический спектр показаний:

- сухость во рту, кашель, одышка,
- боли и вздутие низа живота, судороги рук.

Способствует стимуляции защитных сил.

Дополнительное применение:

- чувство рассеянности, забывчивости, астма,
- онемение верхних и нижних конечностей,
- уменьшает действие вредных привычек.

**Первый месяц осени, или мэн – цю.** Соотносится с фигурой Застой – **Пи**, составленной символами «Неба и Земли». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком «Шэнь» (обезьяна). О первом месяце осени говорят как о времени, наводящем порядок в потоках ци Неба и Земли, так как именно в этот период происходит выпрямление и стабилизация энергии ци. Нужно рано вставать и рано ложиться. Пробуждаться следует с пением птиц, тогда состояние нервной системы станет стабильным и уравновешенным, а тело будет теплым, что приведет к накоплению энергии в сердце.

Осень – это движение металла.

Из сторон света – это запад.

Из планет – это Венера.

По времени – это 7, 8, 9-й лунные месяцы.

Это образ триграммы Дуй-гуа (водоём).

Из музыкальных инструментов – это литофон.

Владыка осени – Шао Хао.

На девяти области Небес правит Белый тигр, тогда как на девяти областях Земли главный – это Синий дракон.

Из животных – это тигр.

Из домашних животных – это петух (фазан).

Из злаков – это просо.

Из плодов – это персик.

Из овощей – это дудчатый лук.

Из вкусов – острый.

Из запахов – это запах пота.

Цвет – белый.

Из модуляций голоса – это плач.

Из жидкостей организма – это слюна.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 7-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



*Рано утром сесть на пол, подвернуть под себя ноги, упереться в землю, задержать дыхание. Поднимая верхнюю часть тела вверх, сделать несильный рывок, не отрывая рук от земли.*

*Выполняется 56 (28) раз. Затем постучать зубами, вдохнуть-выдохнуть и проглотить слюну тремя глотками. Это упражнение подзаряжает энергией почки, помогает восполнить энергию в организме и восстанавливает потоки Ци в легких и меридиане почек. Выравнивает психическое состояние человека. Способствует терапии:*

- *головных и сердечных болей,*
  - *при болях в области глаз, подбородка, шеи, подмышек.*
- Снимает жар в области стоп, лодыжек.*

**Второй месяц осени, или чжун-цю.** Соотносится с фигурой Созерцание – Гуань, составленной символами «Дерева и Земли». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком Ю (курица). Средний месяц осени — это время, когда получают большие выгоды от сбора урожая.

В это время должно быть состояние спокойной торжественности и здоровой эмоциональной устойчивости. В данный период позитивные природные свойства характера накаплиются, сохраняются и сберегаются.

Нужно больше употреблять пищу с кислым привкусом (лимон) и уменьшать потребление соленой пищи, чтобы тем самым усиливать энергию ци печени. Нельзя переедать, так как это приводит к непрохождению по каналам энергии ци. Нельзя есть свежий мед, чтобы не было серьезного нарушения обмена веществ в будущем. Не следует, есть куриное мясо, чтобы не было излишнего расхода энергии тепла. Нельзя есть косточки из свежих плодов, иначе появятся язвы на теле.

В этом месяце ощущается недостаток энергии ци печени, легкие же пребывают в фазе максимального усиления. Потому следует помогать энергии ци печени, подпитывая селезенку и желудок, укреплять сухожилия.

В 7-й день этого месяца следует заняться самоанализом и очищением организма, поститься и соблюдать обеты и заветы, тогда будет счастье.

29-го числа нельзя отправляться в далекие путешествия по суше и по воде.

Следует соблюдать ритм движения и покоя. Нельзя попадать под воздействие патогенных ветров. Воздержаться от жирного и сырого – соленого мяса, в противном случае, возникнет сильное расстройство кишечника и будет нарушена циркуляция энергии Ян ци.

В этот месяц следует молиться о благополучии и просить счастья, тем самым, можно искупить и устранить прошлые ошибки и просчеты.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 8-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



Утром сесть на пол в позу лотоса. Закрыть уши ладонями. Делать наклоны тела влево и вправо по 35 раз. Затем постучать зубами и собравшуюся слюну проглотить тремя глотками. Это упражнение способствует улучшению проходимости энергетических каналов ног, устраняет застойные явления в боках, бедрах, пояснице.

**Третий месяц осени, или цзи – цю.** Соотносится с фигурой – гуа «Лишение» – **Бо**, составленной символами «Горы и Земли». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком «Сюй» (собака).

В последний месяц осени увядают травы, и облетает листва с деревьев. Все существа погружаются в спячку. Энергия ци становится чистой и прохладной. Сильные ветры приносят свежесть и ясность.

В это время не следует стоять на прохладном ветру. Нужно ограничить сырую и холодную пищу, чтобы избежать расстройств кишечника и сильных поносов. Нельзя есть имбирь, чтобы избежать хронических заболеваний. Не следует, есть чеснок, так как он наносит вред работе сердца и уменьшает срок жизни. Нельзя есть семена горца перечного, так как он наносит вред состоянию нервной системы и нормальной циркуляции энергии в организме. Не следует, есть свиную печеньку вместе со сладкими продуктами. Так как в результате этого, к Зимнему солнцестоянию возникнет сильный кашель, который потом не пройдет в течение многих лет.

В этом месяце состояние энергии ци печени становится слабой, так как глубокой осенью правит металл (легкие), который подавляет энергию дерева (печень). Потому нужно уменьшать употребление острого и увеличивать количество кислого вкуса (лимон в сыром виде), чтобы тем самым укреплять энергию печени и тонизировать (подпитывать микроэлементами и витаминами) кровь. Также не следует, есть мясо утки, так как будет нанесен вред работе сердца.

Нельзя есть курятину, так как будет нарушаться работа печени и легких, что приведет к потере энергии в них.

18-го числа следует воздержаться от поездок на дальние расстояния.

20-го числа следует поститься, воздерживаться, очищаться и молиться, в результате чего все дела будут складываться удачно, и постоянно будешь чувствовать покровительство небес.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 9-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



Утром сесть ровно и, вытянув руки вперед, обхватить стопы и с силой развести их в стороны. После вернуться в исходное положение. Выполняется 24-36 раз. Затем постучать зубами, вдохнуть-выдохнуть и проглотить слюну тремя глотками.

Это упражнение способствует лечению ревматизма, улучшает подвижность поясницы, лечит мочеиспускание кровью, дизурию, похолодание ног, геморрой. А также, оказывает общеукрепляющее действие на скелет и мускулатуру тела.

**Первый месяц зимы или Мэн – Дун.** Соотносится с фигурой **Кунь-гуа** исполнение, составленной двумя символами «Земли». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком «Хай» (кабан). Первый месяц зимы характеризуется как время сохранения в укрытии накопленного (Ян энергии). Вода замерзает, земля трескается. Нужно рано ложиться и поздно вставать, когда небо уже светлеет. В результате будешь ощущать тепло и комфорт. Однако нельзя допускать, чтобы выделялось много пота. Нельзя перебарывать ощущение холода, замерзания, так как тепло питает энергию всего организма. И если будешь сохранять тепло, тогда внешние патогенные факторы погоды не смогут проникнуть в организм.

Зиме соответствует движение и развитие энергии воды.

Из сторон света – это север. Из планет – Меркурий.

На это время выпадают 10, 11 и 12 лунные месяцы.

Она соотносится с Кань-гуа.

Из музыкальных инструментов – это флейта – сяо.

Владыка зимы зовется Сэ гуань цзи или «порядок, гармонизирующий свет».

Из духов – это Сюань – мин, или Таинственный мрак.

На девяти Небесах в это время правит Черный воин, а на девяти Землях владычествует Красная птица.

Из земноводных – это черепаха.

Из домашних животных – это поросенок.

Из злаков – это бобы. Из плодов – это груша.

Из овощей – это гороховая ботва.

Это соленый вкус. Это запах гнили. Это черный цвет.

Из модуляций голоса – это стон.

Из жидкостей организма – это слюна.



## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 10-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



*Сесть прямо, положить одну руку на колено, а другую поднести к локтю и сильно его растереть. После чего 18 раз с силой повернуться туловищем влево и 18 раз – вправо (тоже с усилием), меняя руки. Постучать зубами, вдохнуть-выдохнуть, проглотить слюну тремя глотками.*

*Это упражнение способствует терапии ревматизма и застоя Ци в области локтей. У женщин снимает отеки в нижней части живота. У мужчин устраняет грыжи и опухоли яичек. Данное упражнение регулирует и стимулирует энергию в органах брюшной полости и в суставах ног.*

**Второй месяц зимы, или чжун – дун.** Соотносится с фигурой – гуа Восстановление – **Фу**, составленной символами «Земли и Грома». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком «Цзы» (мышь).

В это время энергия ци холода становится максимально сильной. Нельзя допускать, чтобы мороз наносил вред, поэтому следует около огня согревать живот и спину. Не нужно есть вяленое мясо. Следует уменьшить потребление соленых продуктов и увеличить потребление горьких, тем самым поможешь работе сердца и энергии ци.

Не нужно будить то, что погрузилось в сон, и тогда будешь соответствовать характеру зимнего времени. Нельзя есть мясо мелких крабов, так как это нанесет вред работе сердца и печени. Нельзя есть улиток, моллюсков, крабов и черепах, так как в результате этого появляются болезни крови. Нельзя часто есть летнее просо с сушеным и вяленым мясом. Если будешь употреблять в пищу эти продукты, то возникнут отеки.

В это время основным правителем является энергия воды, энергия Инь достигает максимума. А сердце и легкие ослаблены, так что следует помогать легким, укреплять и подпитывать сердце. Подпитывать и упорядочивать селезенку и желудок, чтобы не противоречить характеристикам сезона.

3-го числа этого месяца следует поститься, соблюдать воздержание и очищать мысли от суеты, чтобы достичь состояния целостности тела и духа.

20-го числа не нужно отправляться в дальние путешествия. Нельзя подвергать себя слишком сильному воздействию тепла в теплых помещениях.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 11-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



*Выполняется по утрам, ежедневно в течение всего сезона. Сесть ровно на пол, поднять одну ногу, наклониться к ней и коснуться кулаками колен. Затем повторить упражнение для второй ноги в другую сторону. Руки при этом располагаются на коленях попеременно. Повторить для каждой ноги 15 раз. Вдохнуть-выдохнуть, постучать зубами, проглотить слюну тремя глотками. Упражнение способствует наполнению конечностей энергией Ян, выводу холода из конечностей тела.*

**Устраняет:**

- кашель, ощущение холода в пояснице,
- жар в области стоп, пупочные боли, понос, озноб,
- боли в левом боку, в нижней части спины,
- боли в плечах и в тазобедренном суставе,
- онемение ног и при хронически холодных конечностях.

**Третий месяц зимы, или цзи – дун.** Соотносится с фигурой – гуа Перспектива – **Линь**, составленной символами «Земли и Водоема». Северный Ковш в это время ориентирован на сектор неба со знаком «Чоу» (буйвол).

В последний месяц зимы между Небом и Землей замедляется циркуляция Ян ци. Ян – сознание (энергия) погружена вглубь, а Инь сознание (энергия) действует на поверхности.

Мир живых существ затаивается в укрытиях, прячась от холода в поисках тепла. В этот период не следует допускать обильного потовыделения, так как это наносит вред энергии ци желудка. Нельзя перегреваться в тёплых помещениях.

Не следует находиться на улице во время сильного снегопада. Не нужно есть свинину и бобовые растения (фасоль, горох, соя), так как это вредит работе сердца. Нельзя есть плоды, которые были покрыты инеем, так как это испортит цвет лица, работу желудка и селезенки. Не следует, есть свежий лук, так как это приводит к образованию мокроты в организме, в результате чего возникают болезни, связанные с ощущением жажды.

Нельзя есть медвежье мясо, так как это наносит вред нормальной работе сердца и печени. Нельзя есть свежий стручковый перец, так как это вредит крови и кровеносным сосудам.

7-го числа не нужно отправляться в дальние путешествия по суше и по воде, так как они закончатся неудачно.

Первое число месяца следует посвятить очищению и омоложению. В этот месяц энергия Ян в организме скрыта в глубине и начинает возрастать.

Почки же находятся в фазе расцвета, максимальной силы. Нужно есть меньше соленого и больше горького (полынь), тем самым будешь подпитывать свое сердце, постепенно продвигаясь в своей внутренней работе к мастерству и совершенству.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ 12-ГО ЛУННОГО МЕСЯЦА



Утром сесть прямо, одной рукой обхватить стопу, другую руку с силой вытянуть вверх (ладонью вверх). Поочередно менять положение. При выполнении этого упражнения голову попеременно потягивают-вытягивают. Повторить по 15 раз для каждой стороны. Вдохнуть-выдохнуть, мягко постучать зубами, прополоскать рот слюной и проглотить трема порциями. Это упражнение способствует сохранению баланса защитной энергии (вэй ци). Применяется: для лечения тошноты и рвоты, возникающие после приема пищи, при болях в желудке. Устраняет вздутие брюшной полости, жажду, несусвоение пищи, состояние печали и плохого настроения. Способствует увеличению веса тела. Убирает желтизну лица и сухость во рту. Оказывает определенный терапевтический эффект при желтухе, камнях в печени, засорении желудка, при затрудненном мочеиспускании, запорах, сердечных заболеваниях, улучшает работу органов пищеварения.

## Приложение 1

## СОЛНЕЧНЫЙ КАЛЕНДАРЬ ВРЕМЕН ГОДА

Наша планета обращается по эллиптической орбите вокруг Солнца. При этом расстояние от Земли до Солнца в первой 5-ти дневке января является самым минимальным, а скорость движения при этом по орбите является максимальной. Вследствие этой астрономической особенности, продолжительность времен года на Земле различна. В Северном полушарии Земли величина сезонов года составляет:

- Весна – 92 \ 93 дня
- Лето – 94 дня
- Осень – 90 дней
- Зима – 89 дней.

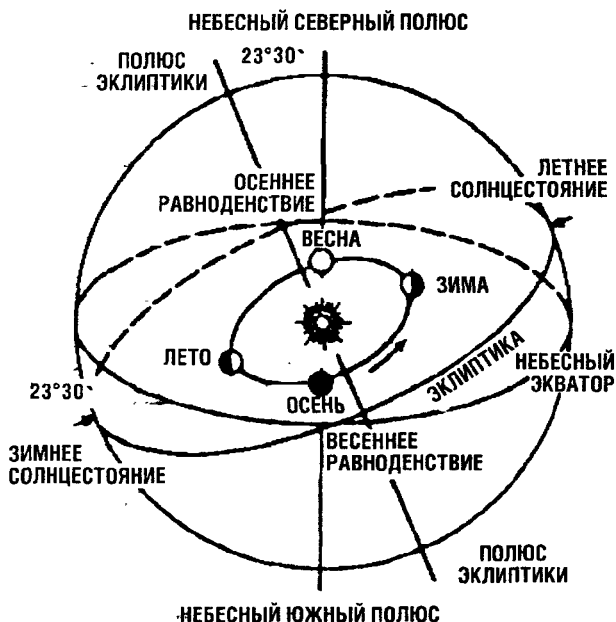


Схема календаря 4-х времен года [18].

## Круг Зодиакальных созвездий

Видимое с Земли годовое движение Солнца происходит не по небесному экватору, а по большому кругу, называемому эклипкой, которая в двух диаметрально противоположных точках пересекается с небесным экватором под углом 23 град. 27 минут. В точке весеннего равноденствия 21 марта (созвездие Овна) и в точке осеннего равноденствия 23 сентября (созвездие Весы). Под таким же углом земной экватор наклонен к плоскости земной орбиты – путь Земли вокруг Солнца [15].

*Солнце перемещается по эклипке навстречу видимому суточному вращению небесной сферы с Запада на Восток (движение светила происходит против часовой стрелки).*

С 21 марта по 23 сентября, Солнце перемещается по эклипке в Северном полушарии Неба, а с 23 сентября по 21 марта в Южном полушарии Неба. Перемещаясь по эклипке, Солнце за год проходит по 12 (13) знакам Зодиака: Овен, Телец, Близнецы, Рак, Лев, Дева, Весы, Скорпион, (Змееносец), Стрелец, Козерог, Водолей, Рыбы.

Продолжительность пребывания Солнца в зодиакальных созвездиях в современную эпоху по Григорианскому календарю различна, см. следующую таблицу.

Периоды пребывания Солнца в знаках Зодиака в наши дни.

Созвездие Зодиака	Даты современного календаря
Водолей	С 16 февраля – 12 марта
Рыбы	С 12 марта – 18 апреля
Овен	С 18 апреля – 14 мая
Телец	С 14 мая – 21 июня
Близнецы	С 21 июня – 20 июля
Рак	С 20 июля – 11 августа
Лев	С 11 августа – 17 сентября
Дева	С 17 сентября – 31 октября
Весы	С 31 октября – 22 ноября
Скорпион	С 22 ноября – 30 ноября
Змееносец	С 30 ноября – 18 декабря
Стрелец	С 18 декабря – 19 января
Козерог	С 19 января – 16 февраля

Точка весеннего равноденствия со скоростью 0 град. 50 мин. в год перемещается по эклиптике навстречу годовому движению Солнца. Это явление было открыто во 2-м веке до новой эры древнегреческим ученым Гиппархом и было названо – прецессией (предварение равноденствий). За 72 года точка весеннего равноденствия сдвигается по эклиптике на 1 градус, а за 2200 лет на дугу в 30 градусов.

Около 3 тыс. лет назад точка весеннего равноденствия (20-21 марта) находилась в созвездии Тельца. Летнее солнцестояние наступало в момент прохождения Солнца через созвездие Льва. Более 3 тыс. лет назад для удобства в отсчете местоположения Солнца эклиптика была разделена на 12 секторов по 30 град. каждый. Каждый сектор было принято обозначать знаком определенного созвездия, в котором находилось Солнце в тот или иной месяц года. За начало отсчета была принята точка весеннего равноденствия. В начале новой эры эта точка находилась в созвездии Овна. В наши дни, за счет прецессии, точка весеннего равноденствия сместилась на 30 град. и переместилась в созвездие Рыб [15]. Задолго до новой эры древнекитайские астрономы установили круг 28-ми созвездий на подвижной карте звездного неба. Исходя из расчета по 7 созвездий на один из 4-х секторов звездного неба. 28 созвездий определяют границы пространства: Восточный сектор неба – *7 созвездий (Лазурный дракон)*

Северный сектор – *7 созвездий (Черная черепаха)*

Западный сектор – *7 созвездий (Белый тигр)*

Южный сектор – *7 созвездий (Красная птица)*

Центральный сектор – *Ось времени (Желтый дракон)*

Каждое 7-ое созвездие китайская астрономия относит к центральной части Небесного купола, и эти созвездия также относятся к стихии «Земли». 14 созвездий от «Фан» (Здание) до «Би» (Сеть) соотносятся с субстанцией Ян. Они управляют дневной частью суток. Группа 14-ти созвездий от «Мао» (Плеяды) до «Синь» (Сердце) – соотносят с субстанцией Инь. Они управляют ночной частью суток [34].



# Астрологический перечень 28-ми созвездий Китайского Лунно-Солнечного Зодиака [32].

№	Сектор	Духи хранители	Кит. Созв.	Образ	Созвездие	Кит. Зодиак
1	Восток	Зелёный дракон Цан Луи	Цзюэ	Рог	Дева	Дракон
2			Кан	Шея	Дева	Дракон
3			Ди	Корень	Весы	Заяц
4			Фан	Дом	Скорпион	Заяц
5			Синь	Сердце	Скорпион	Заяц
6			Вэй	Хвост	Скорпион	Тигр
7			Цзи	Сиг	Стрелец	Тигр
8	Север	Чёрная черепаха Сюань У	Доу	Ковш	Стрелец	Вол
9			Ню	Бык	Козерог	Вол
10			Нюй	Дева	Водолей	Мышь
11			Сюй	Пустота	Водолей	Мышь
12			Кэй	Яма	Водолей	Мышь
13			Ши	Палата	Пегас	Кабан
14			Би	Стена	Андромеда	Кабан
15	Запад	Белый тигр Бай Ху	Куй	Ноги	Рыбы	Собака
16			Лоу	Холм	Овен	Собака
17			Вэй	Желудок	Овен	Курица
18			Мао	Плеяды	Телец	Курица
19			Би	Сеть	Телец	Курица
20			Цяо	Клюв	Орион	Обезьяна
21			Цянь	Орион	Орион	Обезьяна
22	Юг	Красная птица Чжу Цюэ	Цзин	Колодец	Близнецы	Овца
23			Гуй	Демон	Рак	Овца
24			Лю	Ива	Гидра	Лошадь
25			Син	Звезда	Гидра	Лошадь
26			Чжан	Лист	Гидра	Лошадь
27			И	Крылья	Чаша	Змея
28			Чжэнь	Телега	Ворон	Змея

**Совмещенная таблица 28-ми созвездий  
Лунно-Солнечного Зодиака**

Созвездие на эклипти- ке	Кит. знак	Образ	12 групп созв.	Кит. знак созв.	Образ	№ лун. созв.
Водолей	Цзы	Мышь	Сюан сяо	Кэй	Яма	12
				Сюй	Пустота	11
				Нюй	Дева	10
Рыбы	Чоу	Буйвол	Син цзи	Ню	Вол	9
				Доу	Ковш	8
Овен	Инь	Тигр	Ши му	Цзи	Сито	7
				Вэй	Хвост	6
Телец	Мао	Заяц	Да хо	Синь	Сердце	5
				Фан	Дом	4
				Ди	Корень	3
Близнецы	Чэнь	Дракон	Чоу син	Кан	Шея	2
				Цзяо	Рог	1
Рак	Сы	Змея	Чунь вэй	Чжэнь	Телега	28
				И	Крылья	27
Лев	У	Лошадь	Чунь хо	Чжан	Лист	26
				Син	Звезда	25
				Лю	Ива	24
Дева	Вэй	Овца	Чунь чоу	Гуй	Демон	23
				Цзин	Колодец	22
Весы	Шэн	Макака	Чэ чжэнь	Цянь	Орион	21
				Цяо	Клюв	20
Скорпион	Ю	Петух	Да лан	Би	Сеть	19
				Мао	Плеяды	18
				Вэй	Желудок	17
Стрелец	Сюй	Собака	Сян лоу	Лоу	Холм	16
				Куй	Ноги	15
Козерог	Хай	Кабан	Цзин цзу	Би	Стена	14
				Ши	Палата	13

### Пояснение.

Приблизительно с 2300 года до новой эры, Лунный Зодиак заменяется на Лунно-Солнечный. Спустя некоторое время, вплоть до сегодняшних дней, отправной точкой начала астрономического года фиксируется созвездие Суй (Водолей) – в день зимнего солнцестояния (22 декабря). Новая нумерация периодов времени осуществляется при помощи 12-ти знаков – составляющих и определяющих двенадцатеричный цикл. Движение Солнца в течение дня и в течение года позволяло разделить год (круг в 360 град.) на 12 секторов, в соответствии с 12-ю месяцами и установить 12-тилетнюю цикличность, соизмеряя ее при этом с годовым оборотом Юпитера вокруг Солнца. Разделение звездного неба на 12 секторов давало возможность фиксировать годовое орбитальное движение Юпитера в 12-ти точках [15].

Таким образом, цикл развития согласовался:

- с 12-ю десятиеричными циклами (цикл 120 фаз Ци, или 60 Инь и 60 Ян фаз);
- с 12-ю Солнечными и Лунными (синодический месяц) месяцами;
- с 12-ю двухчасовыми промежутками времени суток (в китайской традиции они получили название – «стражи».

Отсчет циклических знаков начинается в «китайскую полночь», с циклического знака «Цзы» (Мышь) в 23.00, в день зимнего солнцестояния (22 декабря).

В современном календаре это соответствует периоду времени – 6-7 декабря и времени суток – 11-ти часам ночи местного времени.

Отсчет лунных месяцев при этом ведется со знака «Инь» (Тигр) в начале года цикла Юпитера, на границе двух созвездий «Доу (Ковш) – Ци (Сито)».

В современном календаре это соответствует периоду времени – 4-5 февраля и времени суток – 3 часам утра местного времени.

### **Запреты на проведение Чжэнь Цзю терапии по временам года [24].**

Весной и осенью – не рекомендуется проводить чжэнь цзю терапию (иглоукалывание и прижигание) на боковых поверхностях тела.

Зимой и летом – на пояснице и в области пупка.

*Рекомендации даны по Солнечному календарю.*

### **Сектора тела человека, где не рекомендуется проводить Чжэнь Цзю терапию в 4 сезона года по Солнечному календарю (для мужчин) [14].**

Весной, с 5 февраля по 5 мая – Ян меридианы левой ноги.

Летом, с 6 мая по 7 августа – Ян меридианы правой ноги.

Осенью, с 8 августа по 7 ноября – Инь меридианы правой ноги.

Зимой, с 8 ноября по 4 февраля – Инь меридианы левой ноги.

### **Примечание.**

Для женщин, в аналогичные периоды времени года выбираются диаметрально противоположные характеристики сторон и частей тела.

**В какие дни Восточного календаря, какие области тела локально НЕ ЖЕЛАТЕЛЬНО подвергать Чжэнь Цзю терапии [5].**

Весна Дерево		Лето Огонь		Межсезо- нье Земля		Осень Металл		Зима Вода	
S-1	S-2	S-3	S-4	S-5	S-6	S-7	S-8	S-9	S-10
VB	F	IG	C	E	RP	GI	P	V/T R	R/M C
Голова	Горло, шея	Плечи и руки	Сердце	Живот, желудок, брюшная полость		Поясница	Колени, бёдра	Голени	Стопы

### Комментарии от автора.

Проведение чжэнь цзю терапии по временам года, или по 4 сезонам (первые две рекомендации) допускается в указанные периоды времени и сектора тела человека при условии очень мягкого и внимательного отношения к пациенту.

Третья рекомендация (в виде таблицы) указывает на запрет по применению чжэнь цзю терапии в указанные части тела, чтобы не вызвать осложнений.

## Приложение 2

### АСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТЕРМИНЫ

**Аномалистический месяц** – (27,5545 суток) это промежуток времени пути движения Луны между двумя последовательными прохождением светила точки перигея.

**Апогей** – наиболее удаленная точка орбиты Луны от Земли.

**Год** – В астрономии год – это период обращения Земли вокруг Солнца, почти по эллиптической орбите. В зависимости от точки отсчета различают тропический год и сидерический год. Год – это единица времени, которая приблизительно равна тропическому году.

**Дворцы Луны (звездные стоянки)** – 28 участков эклиптики, каждый по 12,85 градусов. Имеют особое значение в китайской астрономии и астрологии.

**День** – период полного обращения Земли вокруг своей оси. Термин средние солнечные сутки – промежуток времени между двумя последовательными одноименными кульминациями среднего Солнца (верхними и нижними).

**Драконический месяц** – (27,2122 суток) это период времени, при котором путь Луны на небе пересекается с эклиптикой в точках, которые называются узлами орбиты Луны.

**Затмения** – солнечные происходят в новолуние в том случае, когда Луна и Солнце **«соединяются»** вблизи от одного из узлов Луны. Лунные затмения происходят в полнолуние в том случае, когда Солнце и Луна **«противостоят»** друг другу около лунных узлов.

**Календарь** – система единиц счисления периодов времени для практического применения в повседневной деятельности чело-

века. Основными единицами времени являются год, месяц, день, час. Для лучшего понимания материала данной книги необходимо ввести несколько основных астрономических терминов.

**Кульминация** – пересечение светилом (Солнцем) небесного меридиана. Когда светило пересекает верхнюю часть меридиана, это называется верхней кульминацией (полдень). Когда же светило пересекает нижнюю часть небесного меридиана – это нижняя кульминация (полночь).

**Либрационное движение Луны** – циклическое изменение ориентации оси вращения Луны.

**Линия узлов** – это линия, проходящая через центр Земли и соединяющая узлы лунной орбиты.

**Лунная ночь** – от нижней кульминации (полуночи) до восхода луны. В I и IV четвертях заходит вечером и ночью, и практически совпадает с Солнечной ночью. Во II четверти Луна заходит утром, лунная ночь приходится на солнечный день. В разные части лунных суток энергия пространства и времени (Ци-сюэ) проявляется не одинаково. Лунная ночь и вечер негативно влияют после захода луны, особенно в неблагоприятные дни луны: 9, 15, 23, 29 (при условии, что в данном лунном месяце 29 дней).

**Лунное утро** – от времени восхода Луны до верхней кульминации луны в полдень, может совпадать с началом солнечного дня в первые дни лунного месяца, в II и III четвертях оно наступает гораздо позже, в IV четверти – ночью.

### Лунные месяцы

- синодический – период смены лунных фаз, равный 29,5305 суткам.
- сидерический – период обращения луны на фоне звезд, равный 27,3216 суткам (принято округлять до 28-ми дней).
- драконический – период времени, когда Луна пересекает на небе плоскость эклиптики в двух точках (см. восходящий и нисходящий узлы лунной орбиты).

- аномалистический – период времени, за который луна проходит последовательно точку перигея.

**Лунные узлы** – точки пересечения плоскостей орбит (в видимом с Земли движении) Солнца и Луны [15].

Узел, проходя который, Луна приближается к Северному полюсу мира, называют восходящим узлом. Узел, проходя который, Луна приближается к Южному полюсу мира – нисходящим узлом.

**Лунный вечер** – от заката Луны до лунной полуночи. Обычно совпадает с Солнечным днем в III четверти месяца.

**Лунный год** – промежуток времени, равный 12-ти лунным синодическим месяцам, полный цикл которого состоит из 354 дней, что короче Солнечного на 11 дней. Не имеет фиксированной даты начала, может начаться в период с 21 января по 19 февраля, – т.е. в момент времени, когда Солнце входит в созвездие Водолея. Всегда начинается в фазу новолуния.

**Лунный день** – от верхней кульминации Луны до заката, может совпадать с Солнечным днем. Вечером или ночью, – это зависит от времени восхода Луны [13].

**Лунный день** – условное понятие периода времени между двумя последующими аспектами светила, кратными  $12^\circ$ , которые Луна образует с Солнцем, двигаясь от соединения с ним в фазе новолуния и проходя при этом  $1/30$  часть пути до следующего новолуния [13].

**Меридианы Земли** – это окружности, перпендикулярные экватору, проходящие через полюса. Условно выделяют 24 меридиана, расположенные через каждые  $15^\circ$  град. от исходного, Гринвичского меридиана, он считается нулевым, и от которого отсчитываются на запад и восток остальные меридианы (от 0 до  $180^\circ$  град.). Земля совершает один оборот вокруг своей оси за 24 часа. Можно установить связь между  $360^\circ$  град. и 24 ч. и подсчитать, что Земле требуется 4 минуты, чтобы переместиться на  $1^\circ$  градус. И 1 час – на  $15^\circ$  град. Из этого следует, что каждый часо-



вой пояс составляет 15 град. Местное время возрастает на час при движении к востоку, и уменьшается на час при движении к западу от Гринвича [15].

**Небесная сфера** – условное понятие, воображаемая сфера произвольного радиуса, к внутренней поверхности которой как бы «подвешены» звезды. Данный термин служит для определения небесных тел относительно друг друга, а также наблюдателя находящегося на Земле.

**Небесный меридиан (меридиан)** – проекция на небесную сферу того земного меридиана, на котором находится земной наблюдатель. Небесный меридиан – это большая окружность на небесной сфере. Диаметр небесной сферы является ось мира. Однако, земному наблюдателю видна только верхняя половина небесного меридиана. Верхняя точка небесного меридиана, находящаяся над земным наблюдателем, называется зенитом. Соответственно, противоположная точка небесного меридиана – надиром.

**Небесный экватор** – это проекция земного экватора на небесную сферу. Наклон небесного экватора к эклиптике равен 23 град. В своем годовом движении по эклиптике Солнце дважды пересекает небесный экватор – это точки весеннего и осеннего равноденствий. Это период времени, когда день равен ночи. Небесный экватор – окружность на небесной сфере, перпендикулярная оси мира.

**Неомения (междулуние)** – первые 3 дня синодического лунного месяца. Луна появляется в западной части неба на 3-й день в форме тонкого серпа (месяца).

**Орбитальное движение Земли** – вращение Земли вокруг Солнца (видимое как движение Солнца вокруг Земли), которое осуществляется примерно за 365 дней. Земля вместе с планетами Солнечной системы движется вокруг Солнца, описывая эллипс, в одном из фокусов которого находится Солнце. На Земле это движение выражается в смене времен года.

**Осевое движение Земли** – это вращение Земли с запада на восток вокруг оси, проходящей через ее полюса. Один оборот осуществляется за 24 часа и определяет смену дня и ночи.

**Ось мира (небесная ось)** – воображаемая ось, вокруг которой происходит вращение Земли, а для человека находящегося на Земле, – вращение небесной сферы. Ось мира пересекает небесную сферу в двух точках. Это Северный и Южный полюсы мира. В Северном полушарии Земли виден Северный полюс мира, вокруг которого в течение ночного времени суток совершают видимое движение звезды. Полярная Звезда находится очень близко к Северному полюсу мира.

**Ось Север - Юг** – гипотетическая линия, которая проходит через Северный и Южный полюса Земли.

**Параллели** – представляют собой окружности, параллельные экватору. Они определяют широту места и исчисляются в градусах от 0 до 90 к северу и югу от экватора. Экватор соответствует широте 0 град.

**Перигей** – ближайшая к Земле точка орбиты Луны.

**Плоскость наклона орбиты Луны** – плоскость наклона орбиты Луны и плоскости эклиптики равная  $5^{\circ} 9'$ .

**Поясное и летнее время** – в конце 19 века земной шар был разделен через каждые 15 град. по географической долготе на 24 часовых пояса.

При переходе от пояса к поясу, в направлении с запада на восток время на границе поясов увеличивается ровно на 1 час.

В качестве нулевого был принят пояс, расположенный по долготе в полосе  $\pm 7,5$  град от Гринвичского меридиана.

Среднее солнечное время этого пояса, обозначаемое УТ, называется гринвичским или всемирным. Почти вся европейская часть РФ находится во втором часовом поясе ( $N = 2$ ), центральный меридиан которого, соответствующий восточной географической долготе 30 град, проходит вблизи Санкт-Петербурга и Киева. С 1981 г. также было введено летнее время: ночью в по-

следнее воскресенье марта стрелки часов переводятся на один час вперед, а ночью в последнее воскресенье октября – возвращаются обратно [15].

**Прецессия** – перемещение точки весеннего равноденствия с Востока на Запад вследствие медленного поворота в пространстве земной оси. Солнце в своем видимом движении ежегодно возвращается в эту точку немного раньше, чем оно завершает свой полный оборот относительно звездного неба [34].

**Сарос** – период времени, когда Солнце, Луна и Земля раз в 18 лет находятся на одной прямой, вследствие чего происходит полное затмение.

**Сидерический год** – период видимого обращения Солнца по эклиптике, или, промежуток времени, спустя который, Солнце занимает вновь такое же положение на фоне Звездного неба (относительно неподвижных звезд).

Сидерический год равен 365,2564 средних солнечных суток.

**Сидерический лунный месяц (звездный)** – период продолжительностью в 27,321 средних солнечных суток, спустя который Луна занимает такое же положение относительно звезд.

**Дополнение.**

В Китайском лунном календаре синодический месяц, может насчитывать 29 (малый) или 30 (большой) дней.

Сидерический – обращение Луны на фоне звездного неба (звездный лунный месяц) насчитывает (округленно) 28 дней.

**Иногда, в году бывает 13 лунных (синодических) месяцев. Такой дополнительный месяц называется «вставным». Его параметры «дублируют» предыдущий месяц. Эта вставка применяется для (удобства расчетов) совмещения Лунного и Солнечного циклов в Китайском Лунно – Солнечно – Юпитерном календаре.**

**Синодический лунный месяц** – возвращение Луны в то же самое видимое с Земли положение относительно Солнца происхо-

дит за 29,53 суток. Этот период получил название – синодический месяц (от греческого *synodos* – соединение) [15].

**Солнечный месяц (или сезон)** – период времени, за которое Солнце проходит 30 градусов тропического года (приблизительно 30 дней).

**Среднее Солнечное время (среднее солнце)** – это фиктивная точка, которая на протяжении года равномерно перемещается вдоль небесного экватора. Солнце движется по эклиптике неравномерно, продолжительность солнечных суток на протяжении года неодинакова. Наибольшую продолжительность они имеют 23 декабря, наименьшую 16 сентября. Разница между двумя показателями составляет 51 секунду. Это обусловлено двумя причинами:

1. неравномерным движением Земли вокруг Солнца по эллиптической орбите.
2. наклоном оси суточного вращения Земли к плоскости эклиптики.

Для более точного измерения времени в астрономии было введено понятие среднего солнца.

Промежуток времени между двумя одноименными кульминациями среднего солнца называется средними солнечными сутками. Время, измеренное от нижней кульминации среднего солнца, называется средним солнечным временем. Наши часы показывают именно это время, и мы ими пользуемся во всей своей практической деятельности.

**Транзит** – прохождение Луны (планет) через определенный зодиакальный знак (созвездие).

**Тропический год** – период времени между двумя последовательными прохождением Солнца через точку весеннего равноденствия (21 марта).

Тропический год равен 365,2422 средних солнечных суток.

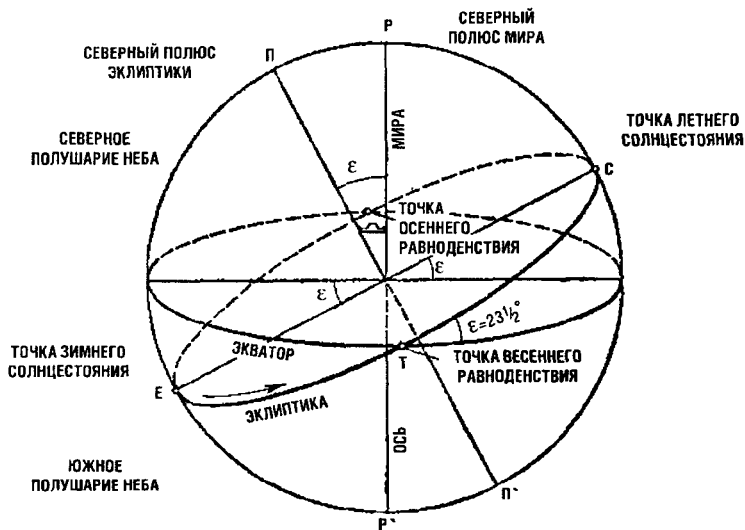
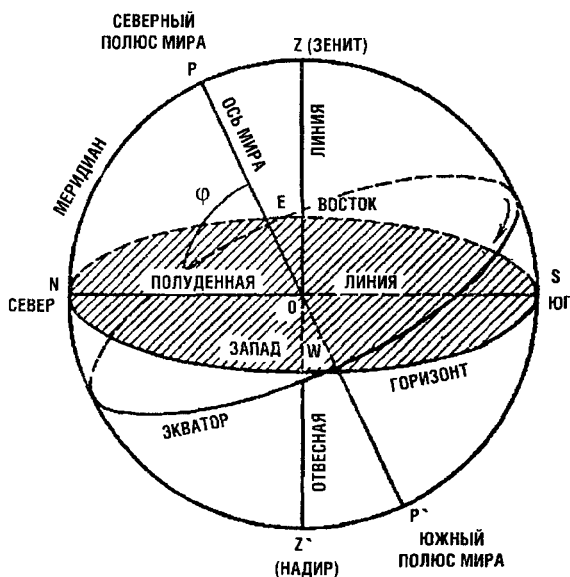
**Экватор Земли** – самая большая окружность, перпендикулярная оси полюсов и равноудаленная от них.

**Эклиптика** – круг, образуемый пересечением плоскости обращения Земли вокруг Солнца и небесной сферы. Для земного наблюдателя – это линия на небесной сфере, вдоль которой Солнце совершает свое годовое движение на фоне звездного неба. За 30 дней Солнце проходит в среднем 30 градусов окружности или  $1\frac{1}{2}$  эклиптики (т.е. одно созвездие тропического Зодиака).

**Китайская астрономия** основана на карте звездного неба (звездах и созвездиях) в отличие от «европейской» астрономии (греко-римской, халдейской и арабской), которая основана на положении планет, а также движении Солнца по небосводу (восход и заход Солнца). Китайских астрономов мало интересовал восход Солнца. Их астрономия не была эклиптической, однако, они знали о «поясе» 12 созвездий, которые проходит Солнце в своем путешествии по звездному небу с востока (восход) на запад (заход) [34].

Особое внимание китайские астрономы уделяли Полярной звезде и положению (годовому и суточному) Северного Ковша Большой Медведицы, которые являлись основными определителями времен года. Поэтому в китайской астрономии первостепенное значение имело понятие небесного меридиана. Время года определялось по кульминации соответствующих звезд. В середине I-го тыс. до новой эры была разработана и введена система экваториальных линий, образованных небесными меридианами. Эти деления, именовавшиеся «лунными дворцами», или лунным зодиаком, носили названия находившихся в них созвездий. Количество линий насчитывало 28 секторов (созвездий). Основным отрезком времени, который применялся в астрономических расчетах, был двухсуточный период, вследствие чего «китайский час» (стража) соответствует 2-м часам европейской хронологии.

Схемы звездного неба в настоящее время [15].



## Приложение 3

ЗАПРЕТЫ НА КРОВОПУСКАНИЕ  
ПО ЛУННО-СОЛНЕЧНОМУ КАЛЕНДАРЮ

**Дни несовместимости крови по дням  
в 12-ти Лунных месяцах года**

№ Лунного месяца	Сезон года	Китайские «Земные ветви»	Месяц Восточного Зодиака	В какие дни Восточного 60-ти фазного календаря
1-й месяц	Весна	Инь	Тигр	Дни вола
2-й месяц	Весна	Мао	Зяц	Дни тигра
3-й месяц	Весна	Чэнь	Дракон	Дни зайца
4-й месяц	Лето	Сы	Змея	Дни дракона
5-й месяц	Лето	У	Лошадь	Дни змеи
6-й месяц	Лето	Вэй	Овца	Дни лошади
7-й месяц	Осень	Шэнь	Обезьяна	Дни овцы
8-й месяц	Осень	Ю	Курица	Дни обезьяны
9-й месяц	Осень	Сюй	Собака	Дни курицы
10-й месяц	Зима	Хай	Кабан	Дни собаки
11-й месяц	Зима	Цзы	Мышь	Дни кабана
12-й месяц	Зима	Чоу	Вол	Дни мыши

Вычисление дней (по образам животных) в текущем лунном месяце производится по циклам 60-теричного Лунно-Солнечного календаря. Таких дней (по противопоказаниям) в каждом месяце может быть от 2-х до 3-х.

Ниже приводятся таблицы с 2009 – 2011 г.г.

Таблица 1. Январь 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 янв.	43	12	6	ОО	Красная лошадь	
2	44	12	7	оз	Красная овца	
3	45	12	8	ЗМ	Желт. обезьяна	
4	46	12	9	зм	Желтая курица	
5	47	12	10	МЗ	Белая собака	
6	48	12	11	мв	Белый кабан	
7	49	12	12	ВВ	Черная мышь	запрет
8	50	12	13	вз	Черный вол	
9	51	12	14	ДД	Синий тигр	
10	52	12	15	дд	Синий заяц	
11	53	12	16	ОЗ	Красный дракон	
12	54	12	17	оо	Красная змея	
13	55	12	18	ЗО	Желтая лошадь	
14	56	12	19	зз	Желтая овца	
15	57	12	20	ММ	Белая обезьяна	
16	58	12	21	мм	Белая курица	
17	59	12	22	ВЗ	Черная собака	
18	60	12	23	вв	Черный кабан	
19	1	12	24	ДВ	Синяя мышь	запрет
20	2	12	25	дз	Синий вол	
21	3	12	26	ОД	Красный тигр	
22	4	12	27	од	Красный заяц	
23	5	12	28	ЗЗ	Желтый дракон	
24	6	12	29	зо	Желтая змея	
25	7	12	30	МО	Белая лошадь	
26	8	1	1	мз	Белая овца	
27	9	1	2	ВМ	Черная обезьяна	
28	10	1	3	вм	Черная курица	
29	11	1	4	ДЗ	Синяя собака	
30	12	1	5	дв	Синий кабан	
31 янв	13	1	6	ОВ	Красная мышь	



Таблица 2. Февраль 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 фев	14	1	7	оз	Красный вол	запрет
2	15	1	8	ЗД	Желтый тигр	
3	16	1	9	зд	Желтый заяц	
4	17	1	10	МЗ	Белый дракон	
5	18	1	11	мо	Белая змея	
6	19	1	12	ВО	Черная лошадь	
7	20	1	13	вз	Черная овца	
8	21	1	14	ДМ	Синяя обезьяна	
9	22	1	15	дм	Синяя курица	
10	23	1	16	OZ	Красная собака	
11	24	1	17	ов	Красный кабан	
12	25	1	18	ЗВ	Желтая мышь	
13	26	1	19	зз	Желтый вол	запрет
14	27	1	20	МД	Белый тигр	
15	28	1	21	мд	Белый заяц	
16	29	1	22	ВЗ	Черный дракон	
17	30	1	23	во	Черная змея	
18	31	1	24	ДО	Синяя лошадь	
19	32	1	25	дз	Синяя овца	
20	33	1	26	ОМ	Красная обезьяна	
21	34	1	27	ом	Красная курица	
22	35	1	28	ЗЗ	Желтая собака	
23	36	1	29	зв	Желтый кабан	
24	37	1	30	МВ	Белая мышь	
25	38	2	1	мз	Белый вол	запрет
26	39	2	2	ВД	Черный тигр	запрет
27	40	2	3	вд	Черный заяц	
28фев	41	2	4	ДЗ	Синий дракон	

Таблица 3. Март 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 март	42	2	5	до	Синяя змея	
2	43	2	6	ОО	Красная ло- шадь	
3	44	2	7	оз	Красная овца	
4	45	2	8	ЗМ	Желт. обезьяна	
5	46	2	9	зм	Желтая курица	
6	47	2	10	MZ	Белая собака	
7	48	2	11	мв	Белый кабан	
8	49	2	12	ВВ	Черная мышь	
9	50	2	13	вз	Черный вол	
10	51	2	14	ДД	Синий тигр	запрет
11	52	2	15	дд	Синий заяц	
12	53	2	16	ОЗ	Красный дра- кон	
13	54	2	17	оо	Красная змея	
14	55	2	18	ЗО	Желтая лошадь	
15	56	2	19	зз	Желтая овца	
16	57	2	20	ММ	Бел. обезьяна	
17	58	2	21	мм	Белая курица	
18	59	2	22	BZ	Черная собака	
19	60	2	23	вв	Черный кабан	
20	1	2	24	ДВ	Синяя мышь	
21	2	2	25	дз	Синий вол	
22	3	2	26	ОД	Красный тигр	запрет
23	4	2	27	од	Красный заяц	
24	5	2	28	ЗЗ	Желтый дракон	
25	6	2	29	зо	Желтая змея	
26	7	2	30	МО	Белая лошадь	
27	8	3	1	mz	Белая овца	
28	9	3	2	ВМ	Черная обезьяна	
29	10	3	3	вм	Черная курица	
30	11	3	4	ДЗ	Синяя собака	
31 март	12	3	5	дв	Синий кабан	

Таблица 4. Апрель 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 апр	13	3	6	ОВ	Красная мышь	
2	14	3	7	оз	Красный вол	
3	15	3	8	ЗД	Желтый тигр	
4	16	3	9	зд	Желтый заяц	запрет
5	17	3	10	МЗ	Белый дракон	
6	18	3	11	мо	Белая змея	
7	19	3	12	ВО	Черная лошадь	
8	20	3	13	вз	Черная овца	
9	21	3	14	ДМ	Синяя обезьяна	
10	22	3	15	дм	Синяя курица	
11	23	3	16	ОЗ	Красная собака	
12	24	3	17	ов	Красный кабан	
13	25	3	18	ЗВ	Желтая мышь	
14	26	3	19	зз	Желтый вол	
15	27	3	20	МД	Белый тигр	
16	28	3	21	мд	Белый заяц	запрет
17	29	3	22	ВЗ	Черный дракон	
18	30	3	23	во	Черная змея	
19	31	3	24	ДО	Синяя лошадь	
20	32	3	25	дз	Синяя овца	
21	33	3	26	ОМ	Красная обезьяна	
22	34	3	27	ом	Красная курица	
23	35	3	28	ЗЗ	Желтая собака	
24	36	3	29	зв	Желтый кабан	
25	37	4	1	МВ	Белая мышь	
26	38	4	2	мз	Белый вол	
27	39	4	3	ВД	Черный тигр	
28	40	4	4	вд	Черный заяц	
29	41	4	5	ДЗ	Синий дракон	запрет
30 апр	42	4	6	до	Синяя змея	

Таблица 5. Май 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 мая	43	4	7	ОО	Красная лошадь	
2	44	4	8	оз	Красная овца	
3	45	4	9	ЗМ	Желт. обезьяна	
4	46	4	10	зм	Желтая курица	
5	47	4	11	МЗ	Белая собака	
6	48	4	12	мв	Белый кабан	
7	49	4	13	ВВ	Черная мышь	
8	50	4	14	вз	Черный вол	
9	51	4	15	ДД	Синий тигр	
10	52	4	16	дд	Синий заяц	
11	53	4	17	ОЗ	Красный дракон	запрет
12	54	4	18	оо	Красная змея	
13	55	4	19	ЗО	Желтая лошадь	
14	56	4	20	зз	Желтая овца	
15	57	4	21	ММ	Белая обезьяна	
16	58	4	22	мм	Белая курица	
17	59	4	23	ВЗ	Черная собака	
18	60	4	24	вв	Черный кабан	
19	1	4	25	ДВ	Синяя мышь	
20	2	4	26	дз	Синий вол	
21	3	4	27	ОД	Красный тигр	
22	4	4	28	од	Красный заяц	
23	5	4	29	ЗЗ	Желтый дракон	запрет
24	6	5	1	зо	Желтая змея	запрет
25	7	5	2	МО	Белая лошадь	
26	8	5	3	мз	Белая овца	
27	9	5	4	ВМ	Черная обезьяна	
28	10	5	5	вм	Черная курица	
29	11	5	6	ДЗ	Синяя собака	
30	12	5	7	дв	Синий кабан	
31 мая	13	5	8	ОВ	Красная мышь	

Таблица 6. Июнь 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 ию- ня	14	5	9	оз	Красный вол	
2	15	5	10	ЗД	Желтый тигр	
3	16	5	11	зд	Желтый заяц	
4	17	5	12	МЗ	Белый дракон	
5	18	5	13	мо	Белая змея	запрет
6	19	5	14	ВО	Черная лошадь	
7	20	5	15	вз	Черная овца	
8	21	5	16	ДМ	Синяя обезьяна	
9	22	5	17	дм	Синяя курица	
10	23	5	18	ОЗ	Красная собака	
11	24	5	19	ов	Красный кабан	
12	25	5	20	ЗВ	Желтая мышь	
13	26	5	21	зз	Желтый вол	
14	27	5	22	МД	Белый тигр	
15	28	5	23	мд	Белый заяц	
16	29	5	24	ВЗ	Черный дракон	
17	30	5	25	во	Черная змея	запрет
18	31	5	26	ДО	Синяя лошадь	
19	32	5	27	дз	Синяя овца	
20	33	5	28	ОМ	Красная обезья- на	
21	34	5	29	ом	Красная кури- ца	
22	35	5	30	ЗЗ	Желтая собака	
23	36	5 вс	1	зв	Желтый кабан	
24	37	5 вс	2	МВ	Белая мышь	
25	38	5 вс	3	мз	Белый вол	
26	39	5 вс	4	ВД	Черный тигр	
27	40	5 вс	5	вд	Черный заяц	
28	41	5 вс	6	ДЗ	Синий дракон	
29	42	5 вс	7	до	Синяя змея	запрет
30 июня	43	5 вс	8	ОО	Красная лошадь	

Таблица 7. Июль 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 ию- ля	44	5 вс	4	оz	Красная овца	
2	45	5 вс	5	ЗМ	Желт. обезьяна	
3	46	5 вс	6	зм	Желтая курица	
4	47	5 вс	7	MZ	Белая собака	
5	48	5 вс	8	мв	Белый кабан	
6	49	5 вс	9	ВВ	Черная мышь	
7	50	5 вс	10	вz	Черный вол	
8	51	5 вс	11	ДД	Синий тигр	
9	52	5 вс	12	дд	Синий заяц	
10	53	5 вс	13	ОЗ	Красный дра- кон	
11	54	5 вс	14	оо	Красная змея	запрет
12	55	5 вс	15	ЗО	Желтая лошадь	
13	56	5 вс	16	зz	Желтая овца	
14	57	5 вс	17	ММ	Белая обезьяна	
15	58	5 вс	18	мм	Белая курица	
16	59	5 вс	19	BZ	Черная собака	
17	60	5 вс	20	вв	Черный кабан	
18	1	5 вс	21	ДВ	Синяя мышь	
19	2	5 вс	22	дз	Синий вол	
20	3	5 вс	23	ОД	Красный тигр	
21	4	5 вс	24	од	Красный заяц	
22	5	6	25	ЗЗ	Желтый дракон	
23	6	6	26	зо	Желтая змея	
24	7	6	27	МО	Белая лошадь	запрет
25	8	6	28	mz	Белая овца	
26	9	6	29	ВМ	Черная обезьяна	
27	10	6	1	вм	Черная курица	
28	11	6	2	DZ	Синяя собака	
29	12	6	3	дв	Синий кабан	
30	13	6	4	ОВ	Красная мышь	
31 июля	14	6	5	оз	Красный вол	

Таблица 8. Август 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 авг	15	6	11	ЗД	Желтый тигр	
2	16	6	12	зд	Желтый заяц	
3	17	6	13	МЗ	Белый дракон	
4	18	6	14	мо	Белая змея	
5	19	6	15	ВО	Черная лошадь	запрет
6	20	6	16	вз	Черная овца	
7	21	6	17	ДМ	Синяя обезьяна	
8	22	6	18	дм	Синяя курица	
9	23	6	19	ОЗ	Красная собака	
10	24	6	20	ов	Красный кабан	
11	25	6	21	ЗВ	Желтая мышь	
12	26	6	22	зз	Желтый вол	
13	27	6	23	МД	Белый тигр	
14	28	6	24	мд	Белый заяц	
15	29	6	25	ВЗ	Черный дракон	
16	30	6	26	во	Черная змея	
17	31	6	27	ДО	Синяя лошадь	запрет
18	32	6	28	дз	Синяя овца	
19	33	6	29	ОМ	Красная обезьяна	
20	34	7	1	ом	Красная курица	
21	35	7	2	ЗЗ	Желтая собака	
22	36	7	3	зв	Желтый кабан	
23	37	7	4	МВ	Белая мышь	
24	38	7	5	мз	Белый вол	
25	39	7	6	ВД	Черный тигр	
26	40	7	7	вд	Черный заяц	
27	41	7	8	ДЗ	Синий дракон	
28	42	7	9	до	Синяя змея	
29	43	7	10	ОО	Красная лошадь	
30	44	7	11	оз	Красная овца	запрет
31 авг	45	7	12	ЗМ	Желт. обезьяна	

Таблица 9. Сентябрь 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1сент	46	7	13	зм	Желтая курица	
2	47	7	14	MZ	Белая собака	
3	48	7	15	мв	Белый кабан	
4	49	7	16	ВВ	Черная мышь	
5	50	7	17	вз	Черный вол	
6	51	7	18	ДД	Синий тигр	
7	52	7	19	дд	Синий заяц	
8	53	7	20	ОЗ	Красный дракон	
9	54	7	21	оо	Красная змея	
10	55	7	22	ЗО	Желтая лошадь	
11	56	7	23	зз	Желтая овца	запрет
12	57	7	24	ММ	Белая обезьяна	
13	58	7	25	мм	Белая курица	
14	59	7	26	BZ	Черная собака	
15	60	7	27	вв	Черный кабан	
16	1	7	28	ДВ	Синяя мышь	
17	2	7	29	дз	Синий вол	
18	3	7	30	ОД	Красный тигр	
19	4	8	1	од	Красный заяц	
20	5	8	2	ЗЗ	Желтый дракон	
21	6	8	3	зо	Желтая змея	
22	7	8	4	МО	Белая лошадь	
23	8	8	5	мз	Белая овца	
24	9	8	6	ВМ	Черная обезьяна	запрет
25	10	8	7	вм	Черная курица	
26	11	8	8	ДЗ	Синяя собака	
27	12	8	9	дв	Синий кабан	
28	13	8	10	ОВ	Красная мышь	
29	14	8	11	оз	Красный вол	
30сен	15	8	12	ЗД	Желтый тигр	



Таблица 10. Октябрь 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 окт.	16	8	13	зд	Желтый заяц	
2	17	8	14	МЗ	Белый дракон	
3	18	8	15	мо	Белая змея	
4	19	8	16	ВО	Черная лошадь	
5	20	8	17	вз	Черная овца	
6	21	8	18	ДМ	Синяя обезьяна	запрет
7	22	8	19	дм	Синяя курица	
8	23	8	20	ОЗ	Красная собака	
9	24	8	21	ов	Красный кабан	
10	25	8	22	ЗВ	Желтая мышь	
11	26	8	23	зз	Желтый вол	
12	27	8	24	МД	Белый тигр	
13	28	8	25	мд	Белый заяц	
14	29	8	26	ВЗ	Черный дракон	
15	30	8	27	во	Черная змея	
16	31	8	28	ДО	Синяя лошадь	
17	32	8	29	дз	Синяя овца	
18	33	9	1	ОМ	Красная обезьяна	
19	34	9	2	ом	Красная курица	запрет
20	35	9	3	ЗЗ	Желтая собака	
21	36	9	4	зв	Желтый кабан	
22	37	9	5	МВ	Белая мышь	
23	38	9	6	мз	Белый вол	
24	39	9	7	ВД	Черный тигр	
25	40	9	8	вд	Черный заяц	
26	41	9	9	ДЗ	Синий дракон	
27	42	9	10	до	Синяя змея	
28	43	9	11	ОО	Красная лошадь	
29	44	9	12	оз	Красная овца	
30	45	9	13	ЗМ	Желт. обезьяна	
31 окт	46	9	14	зм	Желтая курица	запрет

Таблица 11. Ноябрь 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 нояб	47	9	15	MZ	Белая собака	
2	48	9	16	мв	Белый кабан	
3	49	9	17	ВВ	Черная мышь	
4	50	9	18	вз	Черный вол	
5	51	9	19	ДД	Синий тигр	
6	52	9	20	дд	Синий заяц	
7	53	9	21	ОЗ	Красный дракон	
8	54	9	22	оо	Красная змея	
9	55	9	23	ЗО	Желтая лошадь	
10	56	9	24	зз	Желтая овца	
11	57	9	25	ММ	Белая обезьяна	
12	58	9	26	мм	Белая курица	запрет
13	59	9	27	BZ	Черная собака	
14	60	9	28	вв	Черный кабан	
15	1	9	29	ДВ	Синяя мышь	
16	2	9	30	дз	Синий вол	
17	3	10	1	ОД	Красный тигр	
18	4	10	2	од	Красный заяц	
19	5	10	3	ЗЗ	Желтый дракон	
20	6	10	4	зо	Желтая змея	
21	7	10	5	МО	Белая лошадь	
22	8	10	6	мз	Белая овца	
23	9	10	7	ВМ	Черная обезьяна	
24	10	10	8	вм	Черная курица	
25	11	10	9	ДЗ	Синяя собака	запрет
26	12	10	10	дв	Синий кабан	
27	13	10	11	ОВ	Красная мышь	
28	14	10	12	оз	Красный вол	
29	15	10	13	ЗД	Желтый тигр	
30нояб	16	10	14	зд	Желтый заяц	

Таблица 12. Декабрь 2009 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 дек	17	10	15	МЗ	Белый дракон	
2	18	10	16	мо	Белая змея	
3	19	10	17	ВО	Черная лошадь	
4	20	10	18	вз	Черная овца	
5	21	10	19	ДМ	Синяя обезьяна	
6	22	10	20	дм	Синяя курица	
7	23	10	21	ОЗ	Красная собака	запрет
8	24	10	22	ов	Красный кабан	
9	25	10	23	ЗВ	Желтая мышь	
10	26	10	24	зз	Желтый вол	
11	27	10	25	МД	Белый тигр	
12	28	10	26	мд	Белый заяц	
13	29	10	27	ВЗ	Черный дракон	
14	30	10	28	во	Черная змея	
15	31	10	29	ДО	Синяя лошадь	
16	32	11	1	дз	Синяя овца	
17	33	11	2	ОМ	Красная обезьяна	
18	34	11	3	ом	Красная курица	
19	35	11	4	ЗЗ	Желтая собака	
20	36	11	5	зв	Желтый кабан	запрет
21	37	11	6	МВ	Белая мышь	
22	38	11	7	мз	Белый вол	
23	39	11	8	ВД	Черный тигр	
24	40	11	9	вд	Черный заяц	
25	41	11	10	ДЗ	Синий дракон	
26	42	11	11	до	Синяя змея	
27	43	11	12	ОО	Красная лошадь	
28	44	11	13	оз	Красная овца	
29	45	11	14	ЗМ	Желт. обезьяна	
30	46	11	15	зм	Желтая курица	
31 дек	47	11	16	МЗ	Белая собака	

Таблица 1. Январь 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 янв.	48	11	17	мв	Белый кабан	запрет
2	49	11	18	ВВ	Черная мышь	
3	50	11	19	вз	Черный вол	
4	51	11	20	ДД	Синий тигр	
5	52	11	21	дд	Синий заяц	
6	53	11	22	ОЗ	Красный дракон	
7	54	11	23	оо	Красная змея	
8	55	11	24	ЗО	Желтая лошадь	
9	56	11	25	зз	Желтая овца	
10	57	11	26	ММ	Белая обезьяна	
11	58	11	27	мм	Белая курица	
12	59	11	28	ВЗ	Черная собака	
13	60	11	29	вв	Черный кабан	запрет
14	1	11	30	ДВ	Синяя мышь	
15	2	12	1	дз	Синий вол	
16	3	12	2	ОД	Красный тигр	
17	4	12	3	од	Красный заяц	
18	5	12	4	ЗЗ	Желтый дракон	
19	6	12	5	зо	Желтая змея	
20	7	12	6	МО	Белая лошадь	
21	8	12	7	мз	Белая овца	
22	9	12	8	ВМ	Черная обезьяна	
23	10	12	9	вм	Черная курица	
24	11	12	10	ДЗ	Синяя собака	
25	12	12	11	дв	Синий кабан	
26	13	12	12	ОВ	Красная мышь	запрет
27	14	12	13	оз	Красный вол	
28	15	12	14	ЗД	Желтый тигр	
29	16	12	15	зд	Желтый заяц	
30	17	12	16	МЗ	Белый дракон	
31 янв	18	12	17	мо	Белая змея	

Таблица 2. Февраль 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 фев	19	12	18	ВО	Черная лошадь	
2	20	12	19	вз	Черная овца	
3	21	12	20	ДМ	Синяя обезьяна	
4	22	12	21	дм	Синяя курица	
5	23	12	22	ОЗ	Красная собака	
6	24	12	23	ов	Красный кабан	
7	25	12	24	ЗВ	Желтая мышь	запрет
8	26	12	25	зз	Желтый вол	
9	27	12	26	МД	Белый тигр	
10	28	12	27	мд	Белый заяц	
11	29	12	28	ВЗ	Черный дракон	
12	30	12	29	во	Черная змея	
13	31	12	30	ДО	Синяя лошадь	
14	32	1	1	дз	Синяя овца	
15	33	1	2	ОМ	Красная обезьяна	
16	34	1	3	ом	Красная курица	
17	35	1	4	ЗЗ	Желтая собака	
18	36	1	5	зв	Желтый кабан	
19	37	1	6	МВ	Белая мышь	
20	38	1	7	мз	Белый вол	запрет
21	39	1	8	ВД	Черный тигр	
22	40	1	9	вд	Черный заяц	
23	41	1	10	ДЗ	Синий дракон	
24	42	1	11	до	Синяя змея	
25	43	1	12	ОО	Красная лошадь	
26	44	1	13	оз	Красная овца	
27	45	1	14	ЗМ	Желт. обезьяна	
28фев	46	1	15	зм	Желтая курица	

Таблица 3. Март 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 март	47	1	16	MZ	Белая собака	
2	48	1	17	MB	Белый кабан	
3	49	1	18	BB	Черная мышь	
4	50	1	19	BZ	Черный вол	запрет
5	51	1	20	DD	Синий тигр	
6	52	1	21	DD	Синий заяц	
7	53	1	22	OZ	Красный дра- кон	
8	54	1	23	OO	Красная змея	
9	55	1	24	ZO	Желтая лошадь	
10	56	1	25	ZZ	Желтая овца	
11	57	1	26	MM	Белая обезьяна	
12	58	1	27	MM	Белая курица	
13	59	1	28	BZ	Черная собака	
14	60	1	29	BB	Черный кабан	
15	1	1	30	DB	Синяя мышь	
16	2	2	1	DZ	Синий вол	
17	3	2	2	OD	Красный тигр	запрет
18	4	2	3	OD	Красный заяц	
19	5	2	4	ZZ	Желтый дракон	
20	6	2	5	ZO	Желтая змея	
21	7	2	6	MO	Белая лошадь	
22	8	2	7	MZ	Белая овца	
23	9	2	8	BM	Черная обезьяна	
24	10	2	9	BM	Черная курица	
25	11	2	10	DZ	Синяя собака	
26	12	2	11	DB	Синий кабан	
27	13	2	12	OB	Красная мышь	
28	14	2	13	OZ	Красный вол	
29	15	2	14	ZD	Желтый тигр	запрет
30	16	2	15	ZD	Желтый заяц	
31 март	17	2	16	MZ	Белый дракон	

Таблица 4. Апрель 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 апр	18	2	17	мо	Белая змея	
2	19	2	18	во	Черная лошадь	
3	20	2	19	вз	Черная овца	
4	21	2	20	дм	Синяя обезьяна	
5	22	2	21	дм	Синяя курица	
6	23	2	22	оз	Красная собака	
7	24	2	23	ов	Красный кабан	
8	25	2	24	зв	Желтая мышь	
9	26	2	25	зз	Желтый вол	
10	27	2	26	мд	Белый тигр	запрет
11	28	2	27	мд	Белый заяц	
12	29	2	28	вз	Черный дракон	
13	30	2	29	во	Черная змея	
14	31	3	1	до	Синяя лошадь	
15	32	3	2	дз	Синяя овца	
16	33	3	3	ом	Красная обезьяна	
17	34	3	4	ом	Красная курица	
18	35	3	5	зз	Желтая собака	
19	36	3	6	зв	Желтый кабан	
20	37	3	7	мв	Белая мышь	
21	38	3	8	мз	Белый вол	
22	39	3	9	вд	Черный тигр	
23	40	3	10	вд	Черный заяц	запрет
24	41	3	11	дз	Синий дракон	
25	42	3	12	до	Синяя змея	
26	43	3	13	оо	Красная лошадь	
27	44	3	24	оз	Красная овца	
28	45	3	15	зм	Желт. обезьяна	
29	46	3	16	зм	Желтая курица	
30 апр	47	3	17	мз	Белая собака	

Таблица 5. Май 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 мая	48	3	18	мв	Белый кабан	
2	49	3	19	ВВ	Черная мышь	
3	50	3	20	вз	Черный вол	
4	51	3	21	ДД	Синий тигр	
5	52	3	22	дд	Синий заяц	запрет
6	53	3	23	ОЗ	Красный дракон	
7	54	3	24	оо	Красная змея	
8	55	3	25	ЗО	Желтая лошадь	
9	56	3	26	зз	Желтая овца	
10	57	3	27	ММ	Белая обезьяна	
11	58	3	28	мм	Белая курица	
12	59	3	29	ВЗ	Черная собака	
13	60	3	30	вв	Черный кабан	
14	1	4	1	ДВ	Синяя мышь	
15	2	4	2	дз	Синий вол	
16	3	4	3	ОД	Красный тигр	
17	4	4	4	од	Красный заяц	
18	5	4	5	ЗЗ	Желтый дракон	запрет
19	6	4	6	зо	Желтая змея	
20	7	4	7	МО	Белая лошадь	
21	8	4	8	мз	Белая овца	
22	9	4	9	ВМ	Черная обезьяна	
23	10	4	10	вм	Черная курица	
24	11	4	11	ДЗ	Синяя собака	
25	12	4	12	дв	Синий кабан	
26	13	4	13	ОВ	Красная мышь	
27	14	4	14	оз	Красный вол	
28	15	4	15	ЗД	Желтый тигр	
29	16	4	16	зд	Желтый заяц	
30	17	4	17	МЗ	Белый дракон	запрет
31 мая	18	4	18	мо	Белая змея	



Таблица 6. Июнь 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1июнь	19	4	19	ВО	Черная лошадь	
2	20	4	20	вз	Черная овца	
3	21	4	21	ДМ	Синяя обезьяна	
4	22	4	22	дм	Синяя курица	
5	23	4	23	ОЗ	Красная собака	
6	24	4	24	ов	Красный кабан	
7	25	4	25	ЗВ	Желтая мышь	
8	26	4	26	зз	Желтый вол	
9	27	4	27	МД	Белый тигр	
10	28	4	28	мд	Белый заяц	
11	29	4	29	ВЗ	Черный дракон	запрет
12	30	5	1	во	Черная змея	запрет
13	31	5	2	ДО	Синяя лошадь	
14	32	5	3	дз	Синяя овца	
15	33	5	4	ОМ	Красн. обезьяна	
16	34	5	5	ом	Красная курица	
17	35	5	6	ЗЗ	Желтая собака	
18	36	5	7	зв	Желтый кабан	
19	37	5	8	МВ	Белая мышь	
20	38	5	9	мз	Белый вол	
21	39	5	10	ВД	Черный тигр	
22	40	5	11	вд	Черный заяц	
23	41	5	12	ДЗ	Синий дракон	
24	42	5	13	до	Синяя змея	запрет
25	43	5	14	ОО	Красная лошадь	
26	44	5	15	оз	Красная овца	
27	45	5	16	ЗМ	Желт. обезьяна	
28	46	5	17	зм	Желтая курица	
29	47	5	18	МЗ	Белая собака	
30июня	48	5	19	мв	Белый кабан	

Таблица 7. Июль 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 июля	49	5	20	ВВ	Черная мышь	
2	50	5	21	вз	Черный вол	
3	51	5	22	ДД	Синий тигр	
4	52	5	23	дд	Синий заяц	
5	53	5	24	ОЗ	Красный дракон	
6	54	5	25	оо	Красная змея	запрет
7	55	5	26	ЗО	Желтая лошадь	
8	56	5	27	зз	Желтая овца	
9	57	5	28	ММ	Белая обезьяна	
10	58	5	29	мм	Белая курица	
11	59	5	30	ВЗ	Черная собака	
12	60	6	1	вв	Черный кабан	
13	1	6	2	ДВ	Синяя мышь	
14	2	6	3	дз	Синий вол	
15	3	6	4	ОД	Красный тигр	
16	4	6	5	од	Красный заяц	
17	5	6	6	ЗЗ	Желтый дракон	
18	6	6	7	зо	Желтая змея	
19	7	6	8	МО	Белая лошадь	запрет
20	8	6	9	мз	Белая овца	
21	9	6	10	ВМ	Черная обезьяна	
22	10	6	11	вм	Черная курица	
23	11	6	12	ДЗ	Синяя собака	
24	12	6	13	дв	Синий кабан	
25	13	6	14	ОВ	Красная мышь	
26	14	6	15	оз	Красный вол	
27	15	6	16	ЗД	Желтый тигр	
28	16	6	17	зд	Желтый заяц	
29	17	6	18	МЗ	Белый дракон	
30	18	6	19	мо	Белая змея	
31 июля	19	6	20	ВО	Черная лошадь	запрет

Таблица 8. Август 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 авг	20	6	21	вз	Черная овца	
2	21	6	22	ДМ	Синяя обезьяна	
3	22	6	23	дм	Синяя курица	
4	23	6	24	ОZ	Красная собака	
5	24	6	25	ов	Красный кабан	
6	25	6	26	ЗВ	Желтая мышь	
7	26	6	27	зз	Желтый вол	
8	27	6	28	МД	Белый тигр	
9	28	6	29	мд	Белый заяц	
10	29	7	1	ВЗ	Черный дракон	
11	30	7	2	во	Черная змея	
12	31	7	3	ДО	Синяя лошадь	
13	32	7	4	дз	Синяя овца	запрет
14	33	7	5	ОМ	Красная обезьяна	
15	34	7	6	ом	Красная курица	
16	35	7	7	ЗЗ	Желтая собака	
17	36	7	8	зв	Желтый кабан	
18	37	7	9	МВ	Белая мышь	
19	38	7	10	мз	Белый вол	
20	39	7	11	ВД	Черный тигр	
21	40	7	12	вд	Черный заяц	
22	41	7	13	ДЗ	Синий дракон	
23	42	7	14	до	Синяя змея	
24	43	7	15	ОО	Красная лошадь	
25	44	7	16	оз	Красная овца	запрет
26	45	7	17	ЗМ	Желт. обезьяна	
27	46	7	18	зм	Желтая курица	
28	47	7	19	МЗ	Белая собака	
29	48	7	20	мв	Белый кабан	
30	49	7	21	ВВ	Черная мышь	
31 авг	50	7	22	вз	Черный вол	

Таблица 9. Сентябрь 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1сент	51	7	23	ДД	Синий тигр	
2	52	7	24	дд	Синий заяц	
3	53	7	25	ОЗ	Красный дракон	
4	54	7	26	оо	Красная змея	
5	55	7	27	ЗО	Желтая лошадь	
6	56	7	28	зз	Желтая овца	запрет
7	57	7	29	ММ	Белая обезьяна	
8	58	8	1	мм	Белая курица	
9	59	8	2	ВЗ	Черная собака	
10	60	8	3	вв	Черный кабан	
11	1	8	4	ДВ	Синяя мышь	
12	2	8	5	дз	Синий вол	
13	3	8	6	ОД	Красный тигр	
14	4	8	7	од	Красный заяц	
15	5	8	8	ЗЗ	Желтый дракон	
16	6	8	9	зо	Желтая змея	
17	7	8	10	МО	Белая лошадь	
18	8	8	11	мз	Белая овца	
19	9	8	12	ВМ	Черная обезьяна	запрет
20	10	8	13	вм	Черная курица	
21	11	8	14	ДЗ	Синяя собака	
22	12	8	15	дв	Синий кабан	
23	13	8	16	ОВ	Красная мышь	
24	14	8	17	оз	Красный вол	
25	15	8	18	ЗД	Желтый тигр	
26	16	8	19	зд	Желтый заяц	
27	17	8	20	МЗ	Белый дракон	
28	18	8	21	мо	Белая змея	
29	19	8	22	ВО	Черная лошадь	
30сен	20	8	23	вз	Черная овца	

Таблица 10. Октябрь 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 окт	21	8	24	ДМ	Синяя обезьяна	запрет
2	22	8	25	дм	Синяя курица	
3	23	8	26	OZ	Красная собака	
4	24	8	27	ов	Красный кабан	
5	25	8	28	ЗВ	Желтая мышь	
6	26	8	29	зз	Желтый вол	
7	27	8	30	МД	Белый тигр	
8	28	9	1	мд	Белый заяц	
9	29	9	2	ВЗ	Черный дракон	
10	30	9	3	во	Черная змея	
11	31	9	4	ДО	Синяя лошадь	
12	32	9	5	дз	Синяя овца	
13	33	9	6	ОМ	Красная обезьяна	
14	34	9	7	ом	Красная курица	запрет
15	35	9	8	ЗЗ	Желтая собака	
16	36	9	9	зв	Желтый кабан	
17	37	9	10	МВ	Белая мышь	
18	38	9	11	мз	Белый вол	
19	39	9	12	ВД	Черный тигр	
20	40	9	13	вд	Черный заяц	
21	41	9	14	ДЗ	Синий дракон	
22	42	9	15	до	Синяя змея	
23	43	9	16	ОО	Красная лошадь	
24	44	9	17	оз	Красная овца	
25	45	9	18	ЗМ	Желт. обезьяна	
26	46	9	19	зм	Желтая курица	запрет
27	47	9	20	MZ	Белая собака	
28	48	9	21	мв	Белый кабан	
29	49	9	22	ВВ	Черная мышь	
30	50	9	23	вз	Черный вол	
31 окт	51	9	24	ДД	Синий тигр	

Таблица 11. Ноябрь 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 нояб	52	9	25	дд	Синий заяц	
2	53	9	26	ОЗ	Красный дракон	
3	54	9	27	оо	Красная змея	
4	55	9	28	ЗО	Желтая лошадь	
5	56	9	29	зз	Желтая овца	
6	57	10	1	ММ	Белая обезьяна	
7	58	10	2	мм	Белая курица	
8	59	10	3	BZ	Черная собака	запрет
9	60	10	4	вв	Черный кабан	
10	1	10	5	ДВ	Синяя мышь	
11	2	10	6	дз	Синий вол	
12	3	10	7	ОД	Красный тигр	
13	4	10	8	од	Красный заяц	
14	5	10	9	ЗЗ	Желтый дракон	
15	6	10	10	зо	Желтая змея	
16	7	10	11	МО	Белая лошадь	
17	8	10	12	мз	Белая овца	
18	9	10	13	ВМ	Черная обезьяна	
19	10	10	14	вм	Черная курица	
20	11	10	15	ДЗ	Синяя собака	запрет
21	12	10	16	дв	Синий кабан	
22	13	10	17	ОВ	Красная мышь	
23	14	10	18	оз	Красный вол	
24	15	10	19	ЗД	Желтый тигр	
25	16	10	20	зд	Желтый заяц	
26	17	10	21	МЗ	Белый дракон	
27	18	10	22	мо	Белая змея	
28	19	10	23	ВО	Черная лошадь	
29	20	10	24	вз	Черная овца	
30 ноя	21	10	25	ДМ	Синяя обезьяна	

Таблица 12. Декабрь 2010 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 дек	22	10	26	дм	Синяя курица	
2	23	10	27	ОЗ	Красная собака	запрет
3	24	10	28	ов	Красный кабан	
4	25	10	29	ЗВ	Желтая мышь	
5	26	10	30	зз	Желтый вол	
6	27	11	1	МД	Белый тигр	
7	28	11	2	мд	Белый заяц	
8	29	11	3	ВЗ	Черный дракон	
9	30	11	4	во	Черная змея	
10	31	11	5	ДО	Синяя лошадь	
11	32	11	6	дз	Синяя овца	
12	33	11	7	ОМ	Красная обезьяна	
13	34	11	8	ом	Красная курица	
14	35	11	9	ЗЗ	Желтая собака	
15	36	11	10	зв	Желтый кабан	запрет
16	37	11	11	МВ	Белая мышь	
17	38	11	12	мз	Белый вол	
18	39	11	13	ВД	Черный тигр	
19	40	11	14	вд	Черный заяц	
20	41	11	15	ДЗ	Синий дракон	
21	42	11	16	до	Синяя змея	
22	43	11	17	ОО	Красная лошадь	
23	44	11	18	оз	Красная овца	
24	45	11	19	ЗМ	Желт. обезьяна	
25	46	11	20	зм	Желтая курица	
26	47	11	21	МЗ	Белая собака	
27	48	11	22	мв	Белый кабан	запрет
28	49	11	23	ВВ	Черная мышь	
29	50	11	24	вз	Черный вол	
30	51	11	25	ДД	Синий тигр	
31 дек	52	11	26	дд	Синий заяц	

Таблица 1. Январь 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 янв	53	11	27	ОЗ	Красный дракон	
2	54	11	28	оо	Красная змея	
3	55	11	29	ЗО	Желтая лошадь	
4	56	12	1	зз	Желтая овца	
5	57	12	2	ММ	Белая обезьяна	
6	58	12	3	мм	Белая курица	
7	59	12	4	ВЗ	Черная собака	
8	60	12	5	вв	Черный кабан	
9	1	12	6	ДВ	Синяя мышь	запрет
10	2	12	7	дз	Синий вол	
11	3	12	8	ОД	Красный тигр	
12	4	12	9	од	Красный заяц	
13	5	12	10	ЗЗ	Желтый дракон	
14	6	12	11	зо	Желтая змея	
15	7	12	12	МО	Белая лошадь	
16	8	12	13	мз	Белая овца	
17	9	12	14	ВМ	Черная обезьяна	
18	10	12	15	вм	Черная курица	
19	11	12	16	ДЗ	Синяя собака	
20	12	12	17	дв	Синий кабан	
21	13	12	18	ОВ	Красная мышь	запрет
22	14	12	19	оз	Красный вол	
23	15	12	20	ЗД	Желтый тигр	
24	16	12	21	зд	Желтый заяц	
25	17	12	22	МЗ	Белый дракон	
26	18	12	23	мо	Белая змея	
27	19	12	24	ВО	Черная лошадь	
28	20	12	25	вз	Черная овца	
29	21	12	26	ДМ	Синяя обезьяна	
30	22	12	27	дм	Синяя курица	
31 янв	23	12	28	ОЗ	Красная собака	



Таблица 2. Февраль 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 фев	24	12	29	ов	Красный кабан	
2	25	12	30	ЗВ	Желтая мышь	запрет
3	26	1	1	зз	Желтый вол	запрет
4	27	1	2	МД	Белый тигр	
5	28	1	3	мд	Белый заяц	
6	29	1	4	ВЗ	Черный дракон	
7	30	1	5	во	Черная змея	
8	31	1	6	ДО	Синяя лошадь	
9	32	1	7	дз	Синяя овца	
10	33	1	8	ОМ	Красная обезьяна	
11	34	1	9	ом	Красная курица	
12	35	1	10	ЗЗ	Желтая собака	
13	36	1	11	зв	Желтый кабан	
14	37	1	12	МВ	Белая мышь	
15	38	1	13	мз	Белый вол	запрет
16	39	1	14	ВД	Черный тигр	
17	40	1	15	вд	Черный заяц	
18	41	1	16	ДЗ	Синий дракон	
19	42	1	17	до	Синяя змея	
20	43	1	18	ОО	Красная лошадь	
21	44	1	19	оз	Красная овца	
22	45	1	20	ЗМ	Желт. обезьяна	
23	46	1	21	зм	Желтая курица	
24	47	1	22	МЗ	Белая собака	
25	48	1	23	мв	Белый кабан	
26	49	1	24	ВВ	Черная мышь	
27	50	1	25	вз	Черный вол	запрет
28 фев	51	1	26	ДД	Синий тигр	

Таблица 3. Март 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 март	52	1	27	дд	Синий заяц	
2	53	1	28	ОЗ	Красный дра- кон	
3	54	1	29	оо	Красная змея	
4	55	1	30	ЗО	Желтая лошадь	
5	56	2	1	зз	Желтая овца	
6	57	2	2	ММ	Белая обезьяна	
7	58	2	3	мм	Белая курица	
8	59	2	4	ВЗ	Черная собака	
9	60	2	5	вв	Черный кабан	
10	1	2	6	ДВ	Синяя мышь	
11	2	2	7	дз	Синий вол	
12	3	2	8	ОД	Красный тигр	запрет
13	4	2	9	од	Красный заяц	
14	5	2	10	ЗЗ	Желтый дракон	
15	6	2	11	зо	Желтая змея	
16	7	2	12	МО	Белая лошадь	
17	8	2	13	мз	Белая овца	
18	9	2	14	ВМ	Черная обезьяна	
19	10	2	15	вм	Черная курица	
20	11	2	16	ДЗ	Синяя собака	
21	12	2	17	дв	Синий кабан	
22	13	2	18	ОВ	Красная мышь	
23	14	2	19	оз	Красный вол	
24	15	2	20	ЗД	Желтый тигр	запрет
25	16	2	21	зд	Желтый заяц	
26	17	2	22	МЗ	Белый дракон	
27	18	2	23	мо	Белая змея	
28	19	2	24	ВО	Черная лошадь	
29	20	2	25	вз	Черная овца	
30	21	2	26	ДМ	Синяя обезьяна	
31 март	22	2	27	дм	Синяя курица	

Таблица 4. Апрель 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 апр	23	2	28	OZ	Красная собака	
2	24	2	29	ов	Красный кабан	
3	25	3	1	ЗВ	Желтая мышь	
4	26	3	2	зз	Желтый вол	
5	27	3	3	МД	Белый тигр	
6	28	3	4	мд	Белый заяц	запрет
7	29	3	5	ВЗ	Черный дракон	
8	30	3	6	во	Черная змея	
9	31	3	7	ДО	Синяя лошадь	
10	32	3	8	дз	Синяя овца	
11	33	3	9	ОМ	Красная обезьяна	
12	34	3	10	ом	Красная курица	
13	35	3	11	ЗЗ	Желтая собака	
14	36	3	12	зв	Желтый кабан	
15	37	3	13	МВ	Белая мышь	
16	38	3	14	мз	Белый вол	
17	39	3	15	ВД	Черный тигр	
18	40	3	16	вд	Черный заяц	запрет
19	41	3	17	ДЗ	Синий дракон	
20	42	3	18	до	Синяя змея	
21	43	3	19	ОО	Красная лошадь	
22	44	3	20	оз	Красная овца	
23	45	3	21	ЗМ	Желт. обезьяна	
24	46	3	22	зм	Желтая курица	
25	47	3	23	MZ	Белая собака	
26	48	3	24	мв	Белый кабан	
27	49	3	25	ВВ	Черная мышь	
28	50	3	26	вз	Черный вол	
29	51	3	27	ДД	Синий тигр	
30 апр	52	3	28	дд	Синий заяц	запрет

Таблица 5. Май 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 мая	53	3	29	ОЗ	Красный дракон	
2	54	3	30	оо	Красная змея	
3	55	4	1	ЗО	Желтая лошадь	
4	56	4	2	зз	Желтая овца	
5	57	4	3	ММ	Белая обезьяна	
6	58	4	4	мм	Белая курица	
7	59	4	5	ВЗ	Черная собака	
8	60	4	6	вв	Черный кабан	
9	1	4	7	ДВ	Синяя мышь	
10	2	4	8	дз	Синий вол	
11	3	4	9	ОД	Красный тигр	
12	4	4	10	од	Красный заяц	запрет
13	5	4	11	ЗЗ	Желтый дракон	
14	6	4	12	зо	Желтая змея	
15	7	4	13	МО	Белая лошадь	
16	8	4	14	мз	Белая овца	
17	9	4	15	ВМ	Черная обезьяна	
18	10	4	16	вм	Черная курица	
19	11	4	17	ДЗ	Синяя собака	
20	12	4	18	дв	Синий кабан	
21	13	4	19	ОВ	Красная мышь	
22	14	4	20	оз	Красный вол	
23	15	4	21	ЗД	Желтый тигр	
24	16	4	22	зд	Желтый заяц	
25	17	4	23	МЗ	Белый дракон	запрет
26	18	4	24	мо	Белая змея	
27	19	4	25	ВО	Черная лошадь	
28	20	4	26	вз	Черная овца	
29	21	4	27	ДМ	Синяя обезьяна	
30	22	4	28	дм	Синяя курица	
31 мая	23	4	29	ОЗ	Красная собака	

Таблица 6. Июнь 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1июня	<b>24</b>	4	30	ов	Красный кабан	
2	<b>25</b>	5	1	ЗВ	Желтая мышь	
3	<b>26</b>	5	2	зз	Желтый вол	
4	<b>27</b>	5	3	МД	Белый тигр	
5	<b>28</b>	5	4	мд	Белый заяц	
6	<b>29</b>	5	5	ВЗ	Черный дракон	
7	<b>30</b>	5	6	во	Черная змея	запрет
8	<b>31</b>	5	7	ДО	Синяя лошадь	
9	<b>32</b>	5	8	дз	Синяя овца	
10	<b>33</b>	5	9	ОМ	Красная обезьяна	
11	<b>34</b>	5	10	ом	Красная курица	
12	<b>35</b>	5	11	ЗЗ	Желтая собака	
13	<b>36</b>	5	12	зв	Желтый кабан	
14	<b>37</b>	5	13	МВ	Белая мышь	
15	<b>38</b>	5	14	мз	Белый вол	
16	<b>39</b>	5	15	ВД	Черный тигр	
17	<b>40</b>	5	16	вд	Черный заяц	
18	<b>41</b>	5	17	ДЗ	Синий дракон	
19	<b>42</b>	5	18	до	Синяя змея	запрет
20	<b>43</b>	5	19	ОО	Красная лошадь	
21	<b>44</b>	5	20	оз	Красная овца	
22	<b>45</b>	5	21	ЗМ	Желт. обезьяна	
23	<b>46</b>	5	22	зм	Желтая курица	
24	<b>47</b>	5	23	МЗ	Белая собака	
25	<b>48</b>	5	24	мв	Белый кабан	
26	<b>49</b>	5	25	ВВ	Черная мышь	
27	<b>50</b>	5	26	вз	Черный вол	
28	<b>51</b>	5	27	ДД	Синий тигр	
29	<b>52</b>	5	28	дд	Синий заяц	
30июня	<b>53</b>	5	29	ОЗ	Красный дракон	

Таблица 7. Июль 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 июля	<b>54</b>	6	1	оо	Красная змея	
2	<b>55</b>	6	2	3О	Желтая лошадь	запрет
3	<b>56</b>	6	3	3з	Желтая овца	
4	<b>57</b>	6	4	ММ	Белая обезьяна	
5	<b>58</b>	6	5	мм	Белая курица	
6	<b>59</b>	6	6	ВЗ	Черная собака	
7	<b>60</b>	6	7	вв	Черный кабан	
8	<b>1</b>	6	8	ДВ	Синяя мышь	
9	<b>2</b>	6	9	дз	Синий вол	
10	<b>3</b>	6	10	ОД	Красный тигр	
11	<b>4</b>	6	11	од	Красный заяц	
12	<b>5</b>	6	12	ЗЗ	Желтый дракон	
13	<b>6</b>	6	13	зо	Желтая змея	
14	<b>7</b>	6	14	МО	Белая лошадь	запрет
15	<b>8</b>	6	15	мз	Белая овца	
16	<b>9</b>	6	16	ВМ	Черная обезьяна	
17	<b>10</b>	6	17	вм	Черная курица	
18	<b>11</b>	6	18	ДЗ	Синяя собака	
19	<b>12</b>	6	19	дв	Синий кабан	
20	<b>13</b>	6	20	ОВ	Красная мышь	
21	<b>14</b>	6	21	оз	Красный вол	
22	<b>15</b>	6	22	ЗД	Желтый тигр	
23	<b>16</b>	6	23	зд	Желтый заяц	
24	<b>17</b>	6	24	МЗ	Белый дракон	
25	<b>18</b>	6	25	мо	Белая змея	
26	<b>19</b>	6	26	ВО	Черная лошадь	запрет
27	<b>20</b>	6	27	вз	Черная овца	
28	<b>21</b>	6	28	ДМ	Синяя обезьяна	
29	<b>22</b>	6	29	дм	Синяя курица	
30	<b>23</b>	6	30	ОЗ	Красная собака	
31 июля	<b>24</b>	7	1	ов	Красный кабан	

Таблица 8. Август 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 авг	25	7	2	ЗВ	Желтая мышь	
2	26	7	3	зз	Желтый вол	
3	27	7	4	МД	Белый тигр	
4	28	7	5	мд	Белый заяц	
5	29	7	6	ВЗ	Черный дракон	
6	30	7	7	во	Черная змея	
7	31	7	8	ДО	Синяя лошадь	
8	32	7	9	дз	Синяя овца	запрет
9	33	7	10	ОМ	Красная обезьяна	
10	34	7	11	ом	Красная курица	
11	35	7	12	ЗЗ	Желтая собака	
12	36	7	13	зв	Желтый кабан	
13	37	7	14	МВ	Белая мышь	
14	38	7	15	мз	Белый вол	
15	39	7	16	ВД	Черный тигр	
16	40	7	17	вд	Черный заяц	
17	41	7	18	ДЗ	Синий дракон	
18	42	7	19	до	Синяя змея	
19	43	7	20	ОО	Красная лошадь	
20	44	7	21	оз	Красная овца	запрет
21	45	7	22	ЗМ	Желт. обезьяна	
22	46	7	23	зм	Желтая курица	
23	47	7	24	МЗ	Белая собака	
24	48	7	25	мв	Белый кабан	
25	49	7	26	ВВ	Черная мышь	
26	50	7	27	вз	Черный вол	
27	51	7	28	ДД	Синий тигр	
28	52	7	29	дд	Синий заяц	
29	53	8	1	ОЗ	Красный дракон	
30	54	8	2	оо	Красная змея	
31 авг	55	8	3	ЗО	Желтая лошадь	

Таблица 9. Сентябрь 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1 сент	56	8	4	ЗЗ	Желтая овца	
2	57	8	5	ММ	Белая обезьяна	запрет
3	58	8	6	мм	Белая курица	
4	59	8	7	ВЗ	Черная собака	
5	60	8	8	вв	Черный кабан	
6	1	8	9	ДВ	Синяя мышь	
7	2	8	10	дз	Синий вол	
8	3	8	11	ОД	Красный тигр	
9	4	8	12	од	Красный заяц	
10	5	8	13	ЗЗ	Желтый дракон	
11	6	8	14	зо	Желтая змея	
12	7	8	15	МО	Белая лошадь	
13	8	8	16	мз	Белая овца	
14	9	8	17	ВМ	Черная обезьяна	запрет
15	10	8	18	вм	Черная курица	
16	11	8	19	ДЗ	Синяя собака	
17	12	8	20	дв	Синий кабан	
18	13	8	21	ОВ	Красная мышь	
19	14	8	22	оз	Красный вол	
20	15	8	23	ЗД	Желтый тигр	
21	16	8	24	зд	Желтый заяц	
22	17	8	25	МЗ	Белый дракон	
23	18	8	26	мо	Белая змея	
24	19	8	27	ВО	Черная лошадь	
25	20	8	28	вз	Черная овца	
26	21	8	29	ДМ	Синяя обезьяна	запрет
27	22	9	1	дм	Синяя курица	запрет
28	23	9	2	ОЗ	Красная собака	
29	24	9	3	ов	Красный кабан	
30 сен	25	9	4	ЗВ	Желтая мышь	



Таблица 10. Октябрь 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1 окт	26	9	5	зз	Желтый вол	
2	27	9	6	МД	Белый тигр	
3	28	9	7	мд	Белый заяц	
4	29	9	8	ВЗ	Черный дракон	
5	30	9	9	во	Черная змея	
6	31	9	10	ДО	Синяя лошадь	
7	32	9	11	дз	Синяя овца	
8	33	9	12	ОМ	Красная обезьяна	
9	34	9	13	ом	Красная курица	запрет
10	35	9	14	ЗЗ	Желтая собака	
11	36	9	15	зв	Желтый кабан	
12	37	9	16	МВ	Белая мышь	
13	38	9	17	мз	Белый вол	
14	39	9	18	ВД	Черный тигр	
15	40	9	19	вд	Черный заяц	
16	41	9	20	ДЗ	Синий дракон	
17	42	9	21	до	Синяя змея	
18	43	9	22	ОО	Красная лошадь	
19	44	9	23	оз	Красная овца	
20	45	9	24	ЗМ	Желт. обезьяна	
21	46	9	25	зм	Желтая курица	запрет
22	47	9	26	МЗ	Белая собака	
23	48	9	27	мв	Белый кабан	
24	49	9	28	ВВ	Черная мышь	
25	50	9	29	вз	Черный вол	
26	51	9	30	ДД	Синий тигр	
27	52	10	1	дд	Синий заяц	
28	53	10	2	ОЗ	Красный дракон	
29	54	10	3	оо	Красная змея	
30	55	10	4	ЗО	Желтая лошадь	
31 окт	56	10	5	зз	Желтая овца	

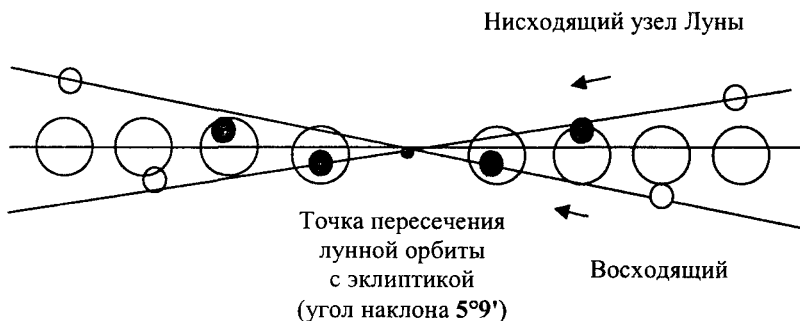
Таблица 11. Ноябрь 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной ветви» дня	Запрет
1нояб	57	10	6	ММ	Белая обезьяна	
2	58	10	7	мм	Белая курица	
3	59	10	8	BZ	Черная собака	запрет
4	60	10	9	вв	Черный кабан	
5	1	10	10	ДВ	Синяя мышь	
6	2	10	11	дз	Синий вол	
7	3	10	12	ОД	Красный тигр	
8	4	10	13	од	Красный заяц	
9	5	10	14	ЗЗ	Желтый дракон	
10	6	10	15	зо	Желтая змея	
11	7	10	16	МО	Белая лошадь	
12	8	10	17	мз	Белая овца	
13	9	10	18	ВМ	Черная обезьяна	
14	10	10	19	вм	Черная курица	
15	11	10	20	DZ	Синяя собака	запрет
16	12	10	21	дв	Синий кабан	
17	13	10	22	ОВ	Красная мышь	
18	14	10	23	оз	Красный вол	
19	15	10	24	ЗД	Желтый тигр	
20	16	10	25	зд	Желтый заяц	
21	17	10	26	МЗ	Белый дракон	
22	18	10	27	мо	Белая змея	
23	19	10	28	ВО	Черная лошадь	
24	20	10	29	vz	Черная овца	
25	21	11	1	ДМ	Синяя обезьяна	
26	22	11	2	дм	Синяя курица	
27	23	11	3	OZ	Красная собака	
28	24	11	4	ов	Красный кабан	запрет
29	25	11	5	ЗВ	Желтая мышь	
30нояб	26	11	6	зз	Желтый вол	

Таблица 12. Декабрь 2011 г.

дата	№ цикла 60	№ лун мес	№ лун дня	Стихия дня (литера)	Цвет знака «земной вет- ви» дня	Запрет
1дек	27	11	7	МД	Белый тигр	
2	28	11	8	мд	Белый заяц	
3	29	11	9	ВЗ	Черный дракон	
4	30	11	10	во	Черная змея	
5	31	11	11	ДО	Синяя лошадь	
6	32	11	12	дз	Синяя овца	
7	33	11	13	ОМ	Красная обезьяна	
8	34	11	14	ом	Красная курица	
9	35	11	15	ЗЗ	Желтая собака	
10	36	11	16	зв	Желтый кабан	запрет
11	37	11	17	МВ	Белая мышь	
12	38	11	18	мз	Белый вол	
13	39	11	19	ВД	Черный тигр	
14	40	11	20	вд	Черный заяц	
15	41	11	21	ДЗ	Синий дракон	
16	42	11	22	до	Синяя змея	
17	43	11	23	ОО	Красная лошадь	
18	44	11	24	оз	Красная овца	
19	45	11	25	ЗМ	Желт. обезьяна	
20	46	11	26	зм	Желтая курица	
21	47	11	27	МЗ	Белая собака	
22	48	11	28	мв	Белый кабан	запрет
23	49	11	29	ВВ	Черная мышь	
24	50	11	30	вз	Черный вол	
25	51	12	1	ДД	Синий тигр	
26	52	12	2	дд	Синий заяц	
27	53	12	3	ОЗ	Красный дракон	
28	54	12	4	оо	Красная змея	
29	55	12	5	ЗО	Желтая лошадь	
30	56	12	6	зз	Желтая овца	
31дек	57	12	7	ММ	Белая обезьяна	

## Приложение 4

УСЛОВИЯ НАСТУПЛЕНИЯ  
ЛУННЫХ ЗАТМЕНИЙ [15]

$+15^{\circ} +10^{\circ} +5^{\circ} 0 -5^{\circ} -10^{\circ} -15^{\circ}$

## Положение Луны относительно тени Земли при полнолунии

Большие окружности – тень Земли.

Маленькие окружности – это траектория движения Луны на звездном небе.

Положения Луны (8 позиций) на отрезках показаны через одно, т.к. через 6-тимесячный интервал затмения происходят поочередно, то вблизи восходящего, то вблизи нисходящего узла лунной орбиты.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Астрология. Век XX. Составитель Додонова Н.А. Статья Склярова В. Начала чакральной астрологии. ТХО. «Юпитер». М. 1991.
2. Бронштейн В.А. Как движется Луна? Москва. «Наука». 1990.
3. Васютинский Н.А. Золотая пропорция. Москва. «Молодая гвардия». 1990.
4. Виллс Паулина. Рефлексология. Москва. АСТ. ПРЕСС – СКД. 2003.
5. Виногородский Б.Б. Ян Цзи Чжоу. Большие достижения Чжэнь Цзю терапии. Москва. Том 1-3. Изд. «Профит Стайл». 2003.
6. Воробьёв А.Н. Традиционный Китайский календарь как основа Фэн-шуй. «Либрис». Москва. 1999.
7. Гаваа Лувсан. Традиционные и современные методы восточной рефлексотерапии. Москва. 1986.
8. Гоникман Э.И. Железы судьбы. Синтез научных и метафизических знаний. «Сантана». 2005.
9. Дагаев М.М. Наблюдения звездного неба. «Наука». Москва. 1978.
10. Джордж Катчмер. Дао Биоэнергетики. Восток-Запад. София. Киев. 1998.
11. Журнал «Гермес». Альманах по истории тайных наук. Астрология и медицина. Статья Величко Ф.К. и Зюзько А.М. Диету рекомендует врач и астролог (стр. 47– 49). МПКП. «RUAN». 1991.
12. Зурхай. Монгольская астрология. Перевод с монгольского Пубаев Р.Е. Улан-Удэ. 1991.
13. Зюрняева Т.Н. 30 лунных дней – все о каждом дне. «А.В.К. – Тимошка» Санкт-Петербург. 2003.
14. Иглоукалывание и прижигание. Трактат «Ясное письмо» династии Мин XVIII в. Калмыцкий НИИ истории, филологии и

- экономики. «Наука». Главная Редакция Восточной литературы. Москва. 1988.
15. Климишин И.А. Календарь и хронология. Москва. «Наука». 1990.
16. Костенко А. Петушков И. Китайский календарь на сто лет для Фэн Шуй, астрологии и «Книги перемен». Санкт – Петербург. «Экслибрис». 2001.
17. Куприн А.М. Лик Земли. Москва. «Недра». 1991.
18. Лаура Винклер. Астрология. «Новый Акрополь». Москва. 1992.
19. Литвиненко А.А., Ключник С.Ю., Копылов В.М. Энергия пирамид. Волшебный прут и звездный маятник. Изд-во «Латард». Москва. 1997.
20. Лю Бин Цюань. Выбор оптимального времени для иглоукалывания. Сборник методов Традиционной Китайской хронопунктуры. «Авиценна» Пермь. 1991.
21. Малахов Г.П. Целительные силы. Т. 1-4. С-Петербург. АО «Комплект. 1994.
22. Малявин В.В. Кига́йская цивилизация. Издательство Астрель. О.О.О. Издательство АСТ. ИПЦ «Дизайн». Москва. 2000.
23. Нгуен Ван Ги. Традиционная Китайская медицина. Патогенез заболеваний. Диагностика. Терапия. «Техарт плаз» Москва. 2000.
24. Овечкин А.М. Ян Цзи Чжоу. Чжэнь Цзю Да Чэн. РБА. 1997.
25. Пишель Я.В. Шапиро И.И. Шапиро М.И. Анатомо-клинический атлас рефлексотерапии. Москва. «Медицина». 1991.
26. Популярная медицинская энциклопедия. Издательство «Советская энциклопедия». Таллинн. 1993.
27. Пучко Л.Г. Биолокация для всех. Система самодиагностики и исцеления человека. Научно-практическое руководство. М. «Шарк». 1996.
28. Скородумова Л. Дзурхай – буддийская астрология. Библиотека альманаха «Рубеж» Владивосток. 1994.

29. Су Вэнь. Нэй Цзин: Трактаты по традиционной Китайской медицине на основе древних и современных текстов. «Серсон». Кемерово. 1994.
30. Фалев А.И. Классическая китайская чжэнь цзю терапия. Москва. «Олимпия». 1999 г.
31. Фалев А.И. Классическая методология Традиционной Китайской Чжэнь Цзю терапии. Москва. «Прометей». 1991.
32. Цыбульский В.В. Лунно-Солнечный календарь стран Восточной Азии. Москва. «Наука». 1987.
33. Чжан Аньли. «Цзы У Лю Чжу кай сюэ чжи нань» (Руководство по системе открытых точек метода «Цзы У лю чжу»). Цзянси. 1995.
34. Шамфро А. Трактат по китайской медицине. От астрологии к Китайской медицине. Том-5. «Стар – Ко». Москва. 1997.

## ОБ АВТОРЕ

Давыдов Михаил Алексеевич по образованию инженер-технолог высокомолекулярных соединений. Ученый-исследователь в области древних (китайских, тибетских, египетских и др.) эзотерических учений. Автор 10-ти книг по Традиционной Китайской медицине (ТКМ). Стаж практической работы в области альтернативной медицины 30 лет. Преподаватель молодежно-технической школы «Наука вождения». Волонтер школы традиционного ушу – Шэнь Лун Дао. Представитель клуба Восточной культуры «Ориент».

Свой «Восточный путь» я начал в 1977 году с изучения (интереса) западной астрологии, японской живописи, учения даосизма («самиздатовский» перевод трактата Дао дэ цзин) и борьбы самбо. Довольно необычное сочетание различных дисциплин – как начало творческого пути развития личности. В конце 70-х годов я познакомился с несколькими печатными изданиями Сибирского отделения издательства «Наука» (г. Новосибирск). Особо меня заинтересовала статья, посвященная лунной календарной системе Индии, принесенная в Китай в 6 веке «новым учителем буддизма» – Бодхидхармой. Начиная с этого периода, я начал искать, изучать любые материалы и информацию, относящуюся к древним Восточным системам счета времени. Этот процесс изучения влияния Луны на биологические объекты продолжается и в настоящее время.

В начале 80-х я познакомился с китайским военно-прикладным искусством ушу, которое очень меня «заинтриговало» своими возможностями и глубокой философией. Знакомство состоялось, благодаря моим однокурсникам по институту, которые познакомили меня с «тренером» представителем «Южного» направления ушу (обучавшего стилям «южного кулака» и «богомолы») наставником – Э Ган Сином, имевшим китайские корни. Знакомство с этим человеком расширило кругозор моего восприятия относительно искусства ушу в целом, а не только его военно-прикладной направленности, как это обычно бывает. Спустя год он вручил мне рукописное «пособие» по искусству Тай чи (Тай цзи цюань – стиль «Ян», 108 форм), для самостоятельного изучения, указав несколько «ключевых» моментов.



чевых» аспектов, на что следует обратить внимание при изучении этого древнего искусства жизни. Это событие и поставило окончательную точку в приоритете выбора изучения «восточной страны» (Китай – Япония) для моего творческого пути. Такой «страной» стал Китай, с его древней, загадочной и самобытной культурой. К китайской медицине меня привело изучение таких дисциплин, как западная медицинская астрология, гимнастика Тай цзи цюань и искусство массажа, которым я занимаюсь с 13-ти лет. Основам искусства «реанимационного массажа» я обучался у моей бабушки (по материнской линии). Она помогла многим людям, и вылечила за свой век немало хворей и напастей.

В 1988 году я «плотно» приступил к изучению китайской медицины, однако в то время литературы по этому предмету было крайне мало. Одной из первых моих книг по восточной (китайской) медицине была книга Г. Лувсана и Овечкина А.М. – «Основы чжэнь цзю». Со временем книг стало выходить больше, однако качественного фактора знаний – почему-то стало меньше. Второй судьбоносной встречей, повлиявшей на мой кругозор и мировоззрение, стало знакомство с книгами «российского» мастера традиционной китайской медицины (ТКМ) – Алексея Ивановича Фалева. Это событие произошло в 1993 году, летом приехал мой коллега с Северного Кавказа и привез «необычную» книгу, посвященную традиционной китайской медицине в свете учения классической китайской «Книги перемен» («И Цзин», или более редкое ее название «Чжоу И» – перемены династии Чжоу). С этого ракурса мне еще не была известна ТКМ, поэтому эта необычная тематика меня очень заинтересовала.

С «Книгой перемен» я был знаком уже несколько лет, благодаря переводу известного советского востоковеда Ю. К. Щуцкого. Немного позднее я стал переписываться по почте с автором – моим будущим творческим наставником в области китайской культуры и цивилизации в целом, а в области ТКМ – направляющим и консультирующим преподавателем. Благодаря изучению этой книги я сделал основной для себя вывод – первоисточники знаний всей китайской цивилизации (и не только китайской) надо искать в «недрах текстов» «Книги перемен», хотя это произведение **не единственное** в своем роде. Существо-

ет еще несколько (не менее четырех) аналогичных произведений, а есть и такие, которые по своему содержанию превосходят всем известную «Книгу перемен», это мало популярный в Китае и за его пределами трактат «Тай Сюань Цзин». Накопление знаний, включая научные, эзотерические (в том числе и медицинские) происходило целенаправленно, постепенно. Периодически, и как бы случайно на моем пути возникали те или иные книги, события и люди, которые подсказывали или просто указывали, где и на что обратить внимание в своих не простых исследованиях и поисках.

Мой путь, в общем, и целом можно назвать – как «археология» и синтез древних эзотерических знаний и учений. Собираение, систематизация информации накопленных знаний происходило до 2002 года. К этому времени были собраны основные теоретические и практические аспекты (в виде лекций) искусства чжэнь цзю (иглоукалывание-прижигание). В начале 2002 г. все это было структурировано в 10 учебных программ по чжэнь цзю. Через год было создано (обобщен итог) еще 10 учебных программ по китайским (и не китайским) малоизвестным техникам массажа, которые я собирал (по крупицам) и интегрировал в одно целое в течение 25-ти лет. Параллельно составил еще 18 культурно-эзотерических программ разной тематической направленности: от гимнастики Тай цзи цюань и искусства пластики, до Даосской космологии и учения Фэн шуй и др.

Составлением и написанием книг я стал заниматься с 2005 г. ввиду отсутствия качественной практико-теоретической литературы по искусству (а не ремеслу) чжэнь цзю терапии. В первую очередь традиционной направленности, а не научной, которая больше призвана служить карьере, чем практическому (терапии и профилактике людей) претворению в жизнь. Планирую выпустить 18 книг по ТКМ и китайским массажным техникам.

Начиная с 1991 года, занимаюсь разработкой проектов учебно-профилактической направленности для детских садов, санаториев, домов отдыха, роддомов и т.п. В настоящее время создаю лечебно-профилактические программы по терапии различных хронических состояний, а также заканчиваю разработку программы омоложения человека (на 10-20 лет на клеточном

уровне) естественными способами восстановления организма. Разработал систему лечебно-профилактической терапии по временам года – «Пэн лай» (Сань бао фа).

Свои пожелания и дополнения по представленным в данной книге материалам присылайте на e-mail:

**sanbaofa@yandex.ru**

**denma2005@yandex.ru**

# КНИГА-ПОЧТОЙ

Уважаемые читатели.

Книги издательства вы можете заказать по почте  
наложенным платежом.

По заявке читателей высылаем прайс с ценами на книги.

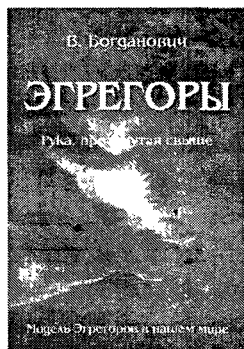
440018, г. Пенза, а/я 2413, тел.: (8412) 42-25-66, 42-67-48

**E-mail: [penza@gold-s-book.ru](mailto:penza@gold-s-book.ru) [www.gold-s-book.ru](http://www.gold-s-book.ru)**

## Наименование книг

Бурислав Сервест. Магия Бессмертия  
М.А. Давыдов. Чудесные меридианы  
М.А. Давыдов. Иглотерапия "Книги перемен"  
М.А. Давыдов. Тай цзи цигун массаж  
В.И. Павлов. Гармония и Здоровье  
В.И. Павлов. Вселенская чистота сознания  
В.Н. Богданович. Новейшая Арт-терапия  
В.Н. Богданович. Эгрегоры  
В.Н. Богданович. 100 способов сказать «нет»  
В.Н. Богданович. Карма  
В.Н. Богданович. Простые волшебные вещи  
Т.В. Ермакова. Карма денег. Ваше право на богатство  
С. Сидоров. Учебник тибетской медицины  
А.В. Смирнов. Две половины одного ответа  
А. Вяткин. Основы Эниологии  
Е. Колесов, А.Торстен. Руны  
Е. Колесов. Индийская астрология  
Е. Колесов. Астрология для астрологов  
А. Ключников. Искусство Ба Цзы  
В. Богданович. О чем молчат Учителя  
В. Богданович. Медитативный массаж

А.Е. Выженко. Славянская книга перемен в притчах  
Притчи о Молле Насреддине  
Притчи от ОШО. Книга первая  
Притчи от ОШО. Книга вторая  
Притчи от ОШО. Книга третья  
Притчи от ОШО. Книга четвертая  
Притчи от ОШО. Книга пятая  
Притчи от Мастера — I  
Притчи от Мастера — II  
Притчи от Мастера — III  
В. Рыбников. Тайны дольменов  
В. Рыбников. Ведическая культура Руси  
В. Рыбников. Загадка Праметея  
Р. Южная. Учение в трех общинах  
или Закваска в трех мерах муки  
Т. Бсиджарз. Многомерное счастье  
А. Кроули. Книга Закона. Книга Лжей  
А. Кроули. Лунное дитя  
Шри Ауробиндо. Основы йоги  
Н.Б. Энкельманн. Преуспевать с радостью  
Аоурана. Основы Универсального Учения Новой Эпохи  
Млечный путь во Вселенной  
М. Коллинз. Через золотые ворота  
М. Коллинз. Когда солнце движется на север  
Дхаммапада (Изречения Будды)  
Е. Сорокин. Енох  
Серия «Радуга». Школа Майтрейи  
1. Радуга Майтрейи  
2. Путь России  
3. Сад Майтрейи  
4. Психология Духа  
5. Чаша Огня  
6. Щит Мира

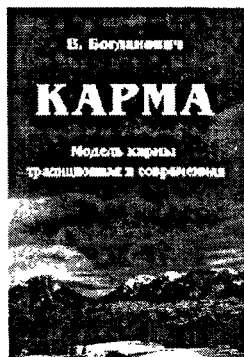


**В.Н. Богданович**

## **ЭГРЕГОРЫ. Рука, протянутая свыше**

В обществе термин «Эгрегор» вот уже лет десять, как стал многим известен. На него ссылаются, им оперируют, но есть всего пара-тройка книг, в которых бы была дана теория Эгрегоров. Без понимания принципа подхода к теории, нет и практики. Для того, чтобы дать общий принцип подхода к пониманию и к использованию коллективного подсознания, была

написана книга. Информационное поле может быть создано не только идеями, целями, но и желаниями, определенными качествами и даже пороками людей. Весь мир подчинен закону причинности, следовательно, мы тоже зачем-то существуем. Мы созданы для эволюции, в первую очередь, эволюции себя. И все, что мы делаем, — делаем для себя, как части Мира, и нам Эгрегорами дается сила, власть, деньги, энергия, идеи, защита... Эгрегор — мысли и персты Творца, которыми он творит симфонию Бытия. С Эгрегорами связаны наши кармические задачи, и Эгрегоры во многом определяют ход Судьбы. Без помощи Эгрегоров невозможно оказать воздействие ни на собственную судьбу, ни на судьбу другого человека.



**В.Н. Богданович**

## **КАРМА. Модель кармы традиционная и современная**

В книге рассмотрены проблемы связанные с традицией кармы, с тем, как ее понимают в традиционных обществах и о том, как она понята и принята в европейском обществе. В книге приведены методики, при помощи которых можно просмотреть некоторые аспекты своей кармы, и изменить хоть что-то в собственной

жизни. Довольно подробно рассмотрены вопросы того, как мудрецы, мистики и философы, живущие в условиях живой тысячелетней традиции, рассматривали идею Кармы. Какие выходы из ситуаций предлагали они тогда и какие предлагаются ими или специалистами сейчас, каковы современные принципы подхода к такой неоднозначной «вещи» как карма.

*В. Богданович*

**100**

**СПОСОБОВ**

**сказать "НЕТ"**

*"НЕТ" как право и обязанность*

**В.Н. Богданович**

## **100 СПОСОБОВ СКАЗАТЬ «НЕТ»**

### **«Нет» как право и обязанность**

Залог любого успеха в жизни — в дружбе, службе или в любви — заключается в том, чтобы научиться и уметь здраво оценивать свои возможности. За счет этого вырабатывается навык успешного проживания в мире, который определяет наше с вами умение справляться с любыми, встающими

перед нами ежечасно, проблемами и задачами. Именно в этом случае жизнь идет своим чередом, а мы себя чувствуем комфортно и спокойно. Для такого проживания необходимо уметь практически использовать два принципа: «Не можешь — не обещай, «Не просят — не помогай». По сути эта книга про то, как говорить «нет» так, чтобы жизнь вам говорила «да» и про то, что вы не так уж и редко, чтобы не подводить других просто обязаны говорить «нет», не давать несбыточных обещаний, не внушать иллюзий из самых благих намерений и не тратить чужое время на бесплотные ожидания только из-за того, что вы не смогли отказать.

В. Богданович

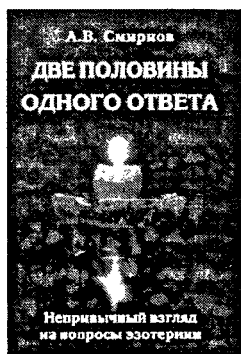
## В.Н. Богданович ПРОСТЫЕ ВОЛШЕБНЫЕ ВЕЩИ Волшебство своими руками



Волшебство  
своими руками

Эта книга о том, как можно своими руками создать для себя то, что поможет вам не упустить в жизни свой шанс, свою удачу. Это практическое пособие по тому, как можно сделать себе и близким полезную в хозяйстве и жизни волшебную вещь — верную помощницу в дружбе, в службе и в любви, в обретении

благополучия. Некоторые технологии уже опубликованы, но большая часть создана для этой книги, которая будет настольной и для профессионалов, и для тех, кто хочет принести в дом удачу, успех, спокойствие и благополучие.



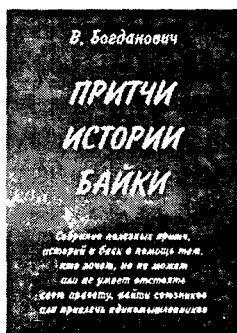
## А.В. Смирнов ДВЕ ПОЛОВИНЫ ОДНОГО ОТВЕТА

### Непривычный взгляд на вопросы эзотерики

Эта книга для тех, кого интересуют глубинные вопросы эзотерики — тонкий мир внутри и вовне человека. Тема привычна для читателя. Непривычны трактовки автора. Он убеждает нас, что: человек — одноразовая сущность для развития души и «генератор» тонких энергий; человек

живет на Земле лишь один раз, а чьи-то прошлые жизни его не касаются; у человека нет свободного выбора между добром и злом; темные силы — движущая сила материальной эволюции; Земля — жестокий воспитательный полигон с плановым маршрутом для человека; под многозначным понятием «любовь» скрывается тончайшая энергия мироздания.





## В.Н. Богданович ПРИТЧИ, ИСТОРИИ, БАЙКИ

Собрание полезных притч, историй и басен в помощь тем, кто хочет, но не может или не умеет отстаивать свою правоту, найти союзников или привлечь единомышленников

Навык общения и отстаивания своих позиций был всегда очень актуален и то, что может хоть как-то помочь в этом, всегда необходимо для нас «и в дружбе, и в службе и в любви», особенно необходим навык практикам, работающим с людьми в любом «виде».

Именно он поможет найти способ решения своих проблем, устроиться на работу, наладить семейную жизнь, научиться отстаивать собственное мнение, приобретать союзников... Для успешности в освоении сложной, но перспективной работы с людьми, для облегчения их труда и была создана эта книга.



З.М. Осипова

## “ЯВНАЯ” ДОКТРИНА. Синтез знаний о Мироздании и человеке

Книга предназначена для серьезного вдумчивого читателя, хорошо знакомого с эзотерической литературой. Также она будет интересна и для ученых, принявших новую научную парадигму Сотворения Мира. Книга уникальна тем, что в краткой четкой форме содержит Синтез знаний о строении и функционировании всего Мироздания как Системы, переданных

человечеству за всю историю существования Цивилизации. Наиболее интересны материалы, неизвестные никогда ранее. Читателю предоставляется возможность осознать истинное назначение и место человека в общей схеме. Пришло время, когда «все тайное становится явным».



М.А. Давыдов

## ЧУДЕСНЫЕ МЕРИДИАНЫ

100 золотых рецептов династии Мин

На сегодняшний день выпущено очень мало книг, посвященных Чудесным меридианам (ЧМ) — одной из древнейших систем психо-физического воздействия, направленного на сохранение и укрепление здоровья, продления жизни, терапии и профилактики заболеваний. Учение о ЧМ составной частью входит в

теорию и практику традиционной китайской медицины (ТКМ). Однако, это учение имеет и самостоятельное назначение, особенно в практиках психо-физического тренинга системы Цзи гун (древнее название системы — Дао Инь). Состояние здоровья и долголетие человека целиком и полностью зависит от правильного и сбалансированного течения Цзи в меридианах. Функция 8-ми чудесных меридианов (Цзи май) намного важнее функций 12-ти основных (Цзин-Ло), т.к. ЧМ регулирует и контролирует функциональное состояние всех меридианов и точек тела человека.



М.А. Давыдов

## ИГЛОТЕРАПИЯ В СВЕТЕ УЧЕНИЯ «КНИГИ ПЕРЕМЕН»

Известно, что вся традиционная китайская медицина (ТКМ), как и вся китайская цивилизация основывается на универсальных знаниях «Книги перемен» («И Цзин»). Современные специалисты, изучающие вопросы практического применения методологии «Книги перемен» в медицине, и в частности в искусстве чжэнь цзю

терапии (иглоукалывание и прижигание) сталкиваются с определенными трудностями в понимании и в восприятии основных знаний, содержащихся в этом древнем произведении. В данной книге представлен базовый (начальный) уровень практического применения философских категорий 8-ми символов и 60-ти моделей терапии. Книга призвана

скорректировать образ мышления, техник иглоукалывания, разработанных на основе концепции взаимно сочетающихся полярных сил, символов «Книги перемен», теории «У Син» и т.п., что позволит современным специалистам подняться на новый качественный уровень в достижении чудесных результатов восстановления человека.



М.А. Давыдов

## ТАЙ ЦЗИ ЦИГУН МАССАЖ

Истоком Тай цзи цигун массажа является даосизм — древнейшая система философии и духовной практики. Посредством ежедневной практики физических упражнений (гимнастических комплексов — тай цзи цюань, цигун и др.) мы можем научиться двигаться легко, свободно, не уставая и восстановить утерянные «телесные» связи с собственной энергией и с окружающей природой (Ци).

На сегодняшний день существует достаточно много типов, видов, направлений и техник восточного массажа. В любом случае сначала идет изучение и запоминание внешних (форм) движений рук и пальцев, а также положения корпуса терапевта и его перемещений (шагов) относительно тела пациента. Все это считается «внешней работой» или «вэй гун». В то же время существует еще и другой аспект творческой работы в искусствах массажа. Это тренинг с собственной внутренней энергией или «нэй гун». Только понимание и практикум «внутренней работы» (нэй гун), в полной мере позволит Вам достигнуть вершин подлинного мастерства. Система Тай цзи цигун — это учение о чувстве энергии и развитии навыков работы с энергией, с целью улучшения жизни, сохранения здоровья и развития скрытых талантов (резервов). Целью терапевта является сбережение и поддержание своей Ци (внутренней энергии) в равновесии с окружающей средой. Второй его целью является аккумуляция внешней Ци во внутреннюю энергию. Любой вид природной энергии можно трансформировать во внутреннюю энергию человека.



## Бурислав Сервест МАГИЯ БЕССМЕРТИЯ. КНИГА ТАИН

Эта книга о путях обретения СИЛЫ и БЕССМЕРТИЯ. СИЛЫ, позволяющей добиваться чего угодно в обыденной жизни и выйти за ее пределы. БЕССМЕРТИЯ, в буквальном смысле этого слова, то есть физического бессмертия и (или) сохранения непрерывности существования нашего «я». И конечная цель здесь — обретение СИЛЫ. Можно сказать, что эта книга содержит ответы на некоторые вопросы. Дальше все зависит от вопрошающего. Некоторым достаточно знания технических приемов продления жизни, некоторым — умения добиваться успеха при взаимодействии с другими людьми, некоторых заинтересует возможность обретения «магических» сил, а некоторых — возможность установления непосредственного контакта с сущностями высшего порядка. Все это здесь есть, но есть и гораздо больше.

Главное — система координат, которая позволяет определить свое место в мире и выбрать путь, превращающий нашу жизнь в бесконечное и грандиозное путешествие, выводящее за границы всего изведенного. Есть правила и есть запреты, ограничивающие нашу жизнь крохотными пределами. Но сила запретов меняется. Иногда космические часы, связанные для нас с двенадцатилетним циклом солнечной активности, дают сбой, и наступает ВРЕМЯ ЧУДЕС, когда все становится возможным. Другое дело, что даже в этот период все зависит от самого человека. ВРЕМЯ ЧУДЕС — это время СТРАННИКОВ, для которых неизведанное всегда лучше обыденности, которые не боятся перемен, а ищут их, просто потому, что они каким-то образом знают о великолепии БОЛЬШОГО МИРА, который начинается буквально у нашего порога. И если вы готовы переступить черту — ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!

Издательство “Золотое сечение” приглашает к сотрудничеству авторов, переводчиков литературы по эзотерике, психологии, нетрадиционной медицине и т.п.

Свои предложения присылайте:

440018, г. Пенза, а/я 2413

E-mail: [penza@gold-s-book.ru](mailto:penza@gold-s-book.ru)

тел.: (8412) 42-25-66

[www.gold-s-book.ru](http://www.gold-s-book.ru)

М.А. Давыдов

# ДАО ЛУННОГО КАЛЕНДАРЯ

Издательство “Золотое сечение”

[www.gold-s-book.ru](http://www.gold-s-book.ru)

E-mail: [penza@gold-s-book.ru](mailto:penza@gold-s-book.ru)

Отпечатано в типографии «OFFset»

г. Пенза, ул. Гоголя, 58, тел. (8412) 39-61-37

Подписано в печать 17.09.2008 г. Формат 60х90/16

Бумага офсетная. Усл. печ л. 41. Тираж 2000. Заказ 190

М.А. Давыдов

# ДАО ЛУННОГО КАЛЕНДАРЯ

道太阴历

28 СОЗВЕЗДИЙ  
ЛУННО-СОЛНЕЧНОГО  
ЗОДИАКА

КИТАЙСКАЯ  
ХРОНОПУНКТУРА

УЧЕНИЕ О ПЯТИ  
ВКУСАХ ПИЩИ  
ПО ВРЕМЕНАМ ГОДА

中國  
針灸  
易太極  
學

Как в восточной, так и в западной медицине древних влиянию Луны уделялось особое внимание при проведении лечебных мероприятий (сеансов). Луна являлась основной единицей измерения времени в древности. 7-ми дневная неделя, 12 месяцев года, 4 фазы Луны, 28-дневный сидерический лунный месяц и т.д. Влияние энергий Космоса (звезд, созвездий) на биологические объекты Земли учитывалось в сочетании с воздействием Луны, что вносило определенную сложность в определении характера воздействия на определенные части тела, функции организма и тонкие оболочки тела.

Успех в лечении зависит не только от мастерства врача, а во многом определяется положением небесных тел на небосводе. Знание о влиянии энергий Луны (Инь-Ян) существенно поднимет уровень терапии на более качественную ступень за счет уменьшения осложнений, увеличения положительной динамики к выздоровлению, улучшения психологического состояния пациента, активации скрытых резервов организма и т.п. В древности эти знания считались тайными и держались под особым запретом, ввиду их высокой эффективности и значимости.



[www.gold-s-book.ru](http://www.gold-s-book.ru)