

## Co prospívá tenkému střevu?

Požehnáním jsou pro tenké střevo pravidelná, nepřliš velká jídla složená z potravin, jež se hodí k tomu, v jakém stavu se metabolismus právě nachází.

Podstatný je klid a odpočinek. Příčinou dvanácterníkových vředů bývá povětšinou přemíra stresu.

Dvě důležité rostliny, které podporují tenké střevo, pampelišku a čekanku, jsme tu již zmínili. K tenkému střevu patří také levandule (*Lavandula*), úžasná rostlina pro duši. Levandule pročišťuje a oduševňuje. Posilování nervového systému je rozhodující právě dnes, v době plné stresu. Levandule má uklidňující účinek především na sluneční pleteň – na nervový systém, který nám řídí trávení.

U vegetativních potíží žaludku a střev a také u srdečních obtíží psychicko-vegetativního původu pomáhá meduňka lékařská (*Melissa officinalis*). Meduňka je velkou oporou především těm, kdo již sebenepatrnější nepřijemnosti života vnímají jako tvrdé a rušivé. Tito lidé se vyznačují velkou potřebou harmonie.

### Shrnutí: srdce – tenké střevo

Orgány	Srdce	Tenké střevo
<b>Nejsilnější aktivita</b>	od 11.00 do 13.00 hod.	od 13.00 do 15.00 hod.
<b>Doba klidu</b>	od 23.00 do 1.00 hod.	od 1.00 do 3.00 hod.
<b>Prvek</b>	oheň	
<b>Tělesná funkce</b>	identita, shoda (jednota)	
<b>Duševní funkce</b>	radost, harmonie	
<b>Kvalita</b>	respekt, láska bez podmínek	rozpoznávat stejnost v rozmanitosti
<b>Emoce, pocity</b>	radost, smích, potěšení	
<b>Hormonální systém</b>	příštitné tělísko, levá nadledvina	
<b>Smyslové orgány</b>	jazyk (mluvení)	
<b>Tělesná tkáň</b>	cévy, krev, psýcha, nervový systém, zuby moudrosti, ramenní kloub, loket	
<b>Tělesná tekutina</b>	pot	
<b>Vyjádření síly</b>	pleť	
<b>Chuť</b>	hořká	
<b>Zápach při nemoci</b>	spálená	
<b>Barva</b>	červená	

<b>Přirazení planet</b>	Slunce	Pluto
<b>Roční období</b>	léto (letní vedra)	
<b>Zuby</b>	horní čelist 18 a 28, dolní čelist 38 a 48	
<b>Základní funkce</b>	spojování	
<b>Realizováno</b>	láska bez touhy vlastnit	
<b>Nerealizováno</b>	láska, která chce vlastnit	
<b>Příznak onemocnění</b>	neschopnost koncentrace	nedostatek životně důležitých látek
	vlhké dlaně	bolesti břicha
	únava	nadýmání
	dušnost	průjem
	nespavost	záněty střev
	deprese	ztuhlá krční páteř
	koktání	studené dlaně a chodidla
	nervozita	ctížádost
	nevolnost	afty
	angina pectoris	
	neschopnost se uvolnit	
<b>Schüsslerova tkáňová sůl</b>	č. 3: Ferrum phosphoricum	č. 5: Kalium phosphoricum

<b>Rostliny</b>	hloh (Crataegus)	levandule (Lavendula)
	konvalinka (Convallaria)	meduňka (Melissa officinalis)
	rozmarýn (Rosmarinus)	čekanka (Cichorium intybus)
	třezalka (Hypericum)	pampeliška (Taraxacum)
	jmelí (Viscum album)	



## MOČOVÝ MĚCHÝŘ

Orgán orientace na sebe sama,  
cesta do vlastního nitra

<b>Orgánový harmonogram</b>	<b>nejsilnější aktivita od 15.00 do 17.00 hod.</b>	<b>nejslabší aktivita od 3.00 do 5.00 hod.</b>
-----------------------------	--	--

Močový měchýř je sesterským orgánem ledvin. Ty do něj močovodem přivádějí moč, kterou pak měchýř vylučuje močovou trubicí.

V době od 15.00 do 17.00 hod. má močový měchýř fázi nejvyšší aktivity, dochází tedy ke zvýšenému vylučování tekutin. Nezbytné je proto hodně pít, aby se mohlo tělo dostatečně zbavit jedů. Všeobecná výkonnostní křivka nyní opět narůstá, člověk má k dispozici výrazně více energie než kolem poledne. Pro tuto dobu se hodí tvořivé činnosti. Aby měl organismus dostatek síly, mobilizují se uložené zásoby cukru (glykogen). Prudce stoupá spotřeba kyslíku a vylučování oxidu uhličitého. Mírně se zvyšuje i krevní tlak. Časový interval od 15.00 do 17.00 hod. je vynikající pro jakoukoli vzájemnou výměnu.

Bolesti při vyměšování moči bývají známkou zánětu. V přírodním léčitelství se v takových případech velmi osvědčily listy břízy (*Betulae*

*folium*) ve formě matečné tinktury. Důležitým předpokladem vyléčení je dostatek tekutin.

### **Orientace na sebe sama – cesta do vlastního nitra**

Orientace na sebe sama nemá žádný pevně stanovený cíl, nesnaží se někam prodrat. Cílem je vlastní pohnutý život, vnitřní Já. Moderní život pod časovým tlakem, plný stresu, nervozity, strachu a shonu nás sobě samým vzdaluje. Vnější události se nám „podepisují“ na ledvinách nebo močovém měchýři. Podobný aspekt, věrnost sobě samému, je typický i pro žlučník.

Meridián močového měchýře je podle čínského lékařství nejdelší dráhou v našem těle, jež má zároveň největší vliv, protože je propojena se všemi orgány, základními substancemi a emocemi.

Aspekty, související orgány, emoce a pocity, které se měchýři připisují, jsou stejné jako u ledvin. Proto je popíšeme až v další kapitole.

*„Zdraví není všechno, ale bez zdraví není nic.“*

*Arthur Schopenhauer*