Interna Medicina Klasiko HUANG DI NEI JING

'Gvidilo de la Flava Prareganto'

SUGIN (CN)

Resumo

La libro 'Interna Medicina Klasiko' *Huang Di Nei Jing* estas la plej antikva ĉina medicina klasikaĵo. Ĝi ekestiĝis antau du mil jaroj kaj estas la fonto de ĉina medicino.

La unua ĉapitro priskribas fiziologian ŝanĝon pri viro kaj virino en lia/ŝia malsama aĝo, kiel konservi la esencan energion de homo kaj kiel atingi longan vivon.

La dua ĉapitro priskribas kiel oni konservas sanon lau malsamaj sezonoj kaj klimatoj.

La tria ĉapitro temas pri interna rilato inter homsano kaj naturo.

La kvara ĉapitro priskribas reciprokan rilaton inter la ses kavo-organoj, la kvin solidaj organoj, la kvin elementoj, la kvin grajnoj, la kvin brutoj, kvin gustoj, kvin koloroj, kvin steloj k. a. kvinopoj.

Ĉapitro unu:
KONSERVADO DE ESENCA ENERGIO

Laudire antikvaj homoj longvivis cent jarojn kaj estis ankorau vivplenaj en sia maljuneco. Ili sciis kiel konservi sian sanon: lau naturleĝo ili harmoniigis siajn Yin kaj Yang.[1] Ili manĝis modere kaj ripozis akurate, ili laboris diligente ne laciĝante por ke ilia energio estu plena kaj korpofortika. Nunaj homoj kontraue ne vivas tiel delikate: ili manĝas kvazau funeloj, trinkas ĝis ebriiĝo, seksumas por momenta volupto, el kio rezultas, ke ili ruinigas sian sanon kaj konsumas ian vivenergion.

---

[1] Yin kaj Yang: antikva filozofia koncepto: la ĝeneralaj terminoj por du kontrauaj aspektoj de materiaĵoj kaj fenomenoj en la naturo, ili signifas unuecon de kontrauaĵoj. Tiu ĉi koncepto estas aplikita al tradicia ĉina medicino por esprimi antitezojn en anatomio, fiziologio, patologio, diagnozo, kuracado ktp. Ekz. ekstero-varmo-hiperfunkcio apartenas al Yang dum interno-malvarmo-hipofunkcio apartenas al Yin.

Antikvaj homoj sekvis saĝulan instruon pri sanigado. Ili singarde evitis invadon de sezonaj patogenaj faktoroj, moderigis sian apetiton kaj tenis sian animstaton en trankvileco. Ili estis laboremaj, sed ne tro lacigis sin. Ili vivis sobre, sed ĉiam kontentis pri sia simpla vivo kaj malluksaj vestoj. Riĉaĵoj elvokis ilian envion, potencon ili ne kultis, alta pozicio ne tentis ilin, al renomo kaj profito ili indiferentis. Ĉu saĝuloj ĉu malsaĝuloj, malestimante diboĉon, vivis konforme al la principo pri sankonservado, tiel ke ili vivis ĝis cent jaroj.

La vivo de virino havas sepjarajn periodojn:
kiam virino havas sep jarojn, ekpleniĝas rena energio, samtempe defalas laktodentoj kaj ekkreskas permanentaj dentoj, nigriĝas kaj longiĝas hararo; en ŝia 14a jaro alvenas naturakvo[2]. Antaumezlinia Kanalo[3] trapaseblas kaj Taiĉon Kanalo[4] fortigas akuratan

---

[2] Naturakvo: a. enkorpa substanco, induktanta kreskadon, seksan maturiĝon kaj fekundecon; b. menstruo.

[3] Antaumezlinia Kanalo (Renmai-kanalo): unu el la 'Ok Kanaloj'; interne ekde subventro, lau perineo, seksorgano, vertikala mezlinio en abdomeno kaj brusto, kolo ĝis centro de malsupra lipo; poste dividas sin en du ĝis la du okuloj. Alia el la Ok Kanaloj estas la Postmezlinia Kanalo (Dumai-kanalo): interne ekde perineo, lau dorso, vertebro, kolo, verto ĝis la centro de la supra dentkarno. (Aliaj el la Ok Kanaloj estas la Taiĉon Kanalo kaj la Janmin Kanalo).

La ĉina medicino konsideras, ke en la korpo troviĝas multaj kanaloj, la ĉefaj estas la 'Ok Kanaloj' kaj la 'Dekdu Kanaloj'.

La 'Dekdu Kanaloj' estas: 1. Reno-kanalo de Piedo-Ŝaŭjin, 2. Pulmo-kanalo de Mano-Taijin, 3. Dikintesto-kanalo de Mano-Janmin, 4. Stomako-kanalo de Piedo-Janmin, 5. Lieno-kanalo de Piedo-Taijin, 6. Koro-kanalo de Mano-Ŝaŭjin, 7. Maldikintesto-kanalo de Mano-Taijan, 8. Veziko-kanalo de Piedo-Taijan, 9. Perikardio-kanalo de Mano-Guijin, 10. Galoveziko-kanalo de Pieso-Ŝaŭjan, 11. Hepato-kanalo de Piedo-Guijin, 12. Trioblovarmo-kanalo de Mano-Ŝaŭjan.

La Trioblovarmo, unu el la ses kavaj organoj (stomako, galoveziko, dika intesto, maldika intesto, urinoveziko kaj trioblovarmo) kaj unika ideo en tradicia ĉina medicino, kauzas ĝis nun disputo rigarde pri ĝia efektiveco. Lastatempe estas proponitaj la sekvantaj opinioj, kiuj rilatas al a)

menstruon; virino estiĝas naskpova. Kiam ŝi estas 21-jara pli plena estas la rena energio (gonadoj: ovario), saĝodentoj anstatauas laktodentojn; virino estas maturiĝanta kun 28 jaroj, havas fortiĝan ostaron kaj muskolojn, plilongiĝas hararo kaj pli maturiĝas la korpo. Kiam ŝi estas 35-jara, Janming Kanalo[4] ekmalfortiĝas, hararo ekblankiĝas kaj la hauto ekvelkiĝas. Kun 42 jaroj la tri sangaj kanaloj estas plimalfortiĝantaj kaj la hararo malkreskas. Kun 49 jaroj la Antaumezlinia Kanalo kaj la Taiĉon Kanalo ekmalfortiĝas, ŝi menopauzas, kadukiĝas kaj malfekundiĝas.

La vivo de viro havas okjarajn periodojn:
kiam viro havas 8 jarojn, la rena energio ekpleniĝas, la hararo ekkreskas kaj venas la permanentaj dentoj. Kiam li estas 16-jara la rena energio pliplenîĝas (gonadoj: testikoj), naturakvo alvenas, spermoj estiĝas: li estiĝas generpova. En lia 24a jaro la rena energio prosperiĝas, fortiĝas ostaro, eknaskiĝas saĝodentoj kaj altiĝas staturo; kun 32 jaroj la ostaro estas solida kaj la muskolaro fortika. Kun 40 jaroj la rena energio ekmalfortiĝas, haroj forfalas kaj dentoj malfortiĝas. Kun 48 jaroj velkiĝas Yanga energio (funkcia aktivado) de supra parto de korpo, la hauto velkiĝas kaj la

---

korpokavoj (inkluzivas brustan kavon, abdomenan kavon kaj pelvan kavon); b) limfa sistemo; c) epiploo (peritonea refaldo; lat. *omentum*); d) nur nomo de neekzista strukturo.

La nuna konsento alkliniĝe konsideras, ke Trioblovarmo funkcias pri sekciado de korpa kavo kaj ne estas efektiva organo. Ĝenerale: la segmento super diafragmo inkluzivas koron kaj pulmon kaj apartenas al 'Supra Varmo', la segmento inter diafragmo kaj umbiliko inkluzivas hepaton, stomakon kaj lienon kaj apartenas al 'Meza Varmo', la segmento sub la umbiliko inkluzivas renon, urinovezikon, dikan inteston kaj maldikan inteston kaj apartenas al 'Malsupra Varmo'.

La Dekdu Kanaloj, la Antaumezlinia Kanalo kaj la Postmezlinia Kanalo estas la ĉefaj kanaloj en la korpo.

Tiuj kanaloj, inkluzive akcesoraj kanaloj, en kiuj la viva energio kaj la sangeco cirkulas, estas trapasejoj en la korpon, ili korelativas kun visceroj kaj membroj, konektas la superajn kaj malsuperajn internajn partojn de la korpo kaj konstruas tiel la homan korpon kiel tutecan organismon.

[4] Taiĉon Kanalo kaj Janmin Kanalo: du el la 'Ok Kanaloj'.

hararo ekblankiĝas. Kun 56 jaroj lia hepata energio malpleniĝas, la ostaro malfortiĝas, la naturakvo estas sekiĝanta, la rena energio estas malfortiĝanta, li fariĝas kaduka. Kun 64 jaroj defalas haroj kaj dentoj; kompleksio pli krepuskiĝas.

Reno, kiu konservas sukojn de visceroj, estas la mastro de akvaĵoj en la korpo. Kiam ĉi tiu internaĵo estas riĉa, seksuma kapablo de la homo estas prospera. Ĉe natursindona supera homo ĉiuj kanaloj estas transpaseblaj kaj la rena energio estas plena. Li kapablas generi ankau en maljuneco. Ĝenerale, generpova viro estas malpli ol 64-jara kaj naskopova virino malpli ol 49-jara. Tamen, se oni sekvas sinsanigan leĝon, ili povas malfruigi sian senilecon kaj konservi naskokapablon eĉ en granda aĝo.

Ĉapitro du:
REGULADO KAJ SINSANIGADO LAU SEZONOJ

Februaro, marto kaj aprilo estas la tri monatoj de *printempo*, estas la kreska tempo por ĉio: insektoj vekiĝas, plantoj ĝermas kaj ŝosas. Ĉiuj de ni frue ekellitiĝu, malligu sian hararon, liberigu sian korpon kaj promenu ekstere, konservu sin en ĝoja animstato por respondi al karaktero de ĉiuj estante naskiĝema kaj ne mortiĝema. Se ni ne obeas tion, la funkcio de hepato debiliĝos kaj en somero ni malsaniĝos de malvarmo-simptomo pro tio ke nutra materialo ne estos provizata por la korpo.

Majo, junio kaj julio estas la tri monatoj de *somero* kaj estas kreska tempo por ĉio, intertempe plantoj floras kaj spikiĝas, interkontaktiĝas Yin-a faktoro de tero kun Yin-a faktoro de ĉielo. Ĉiuj el ni malfrue enlitiĝu kaj frue ellitiĝu, ne abomenu al la longa tago, ne kolerigu nek angorigu nin, ofte sportu por multe ŝviti, konservu nin en plezura korostato kaj eksterigu intereson por respondi al la karaktero de ĉiuj estaĵoj kreskantaj. Se ni ne obeas tion, la funkcio de koro debiliĝos kaj en autuno ni malsaniĝos pro malario kauze de ne sufiĉa nutra materialo provizata por la korpo.

Augusto, septembro kaj oktobro estas la tri monatoj de *autuno* kaj estas la tempo por rikoltado. Intertempe okcidenta vento ekblovas, areo sekiĝas, ĉiuj de ni frue enlitiĝu kaj ellitiĝu imitante kokon, konservu sin en trankvila humoro, internigu sian ideon por klarigi pulmon, respondi al tiuj estaĵoj rikoltantaj. Se ni ne obeas

tion, en vintro la funkcio de pulmo debiliĝos kaj ni eble malsaniĝos pro gastroenterito pro tio ke sufiĉa materialo ne estis provizata al la korpo.

Novembro, decembro kaj januaro estas la tri monatoj de *vintro* kaj estas la tempo por konservado. Intertempe ofte neĝas kaj riveroj kaj lagoj glaciiĝas, la insektoj vintrodomas kaj la agrikultura produkto estas konservita. Ni ne perdu nian Yang-an energion, frue enlitiĝu kaj malfrue ellitiĝu post sunleviĝo, kvazau egoisto, konservu nin varma, malmulte ŝvitu, ne Yang-an energion eksteren disigu por respondi al la karaktero de ĉiuj, esti kolektitaj kaj konservataj en vintro. Se ni ne obeas tion, debiliĝos al ni la funkcio de reno printempe, rezulte de kio niaj membroj malfortiĝas pro tio ke sufiĉa natura materialo ne estis provizata al la korpo.

Ĉiela esenco estas pura kaj malpeza, luma kaj hela, sed ĝi ne memlaudas siajn meriton kaj virton, tiel ĝi estas senfina kaj senlima. Kiam ĉiela esenco ne estas pura kaj luma, ambau suno kaj luno mallumas kaj la malbona faktoro plenas inter ĉielo kaj tero, eĉ la nebulo eble ne supreniĝas kaj favora pluvo ne subiĝas, ripetadas ventego kaj pluvego, senorde deŝanĝas la varmo kaj malvarmo. Tio estas la misharmonio inter la ĉiela kaj tera esenco, estas neleĝo al naturo. Rezulte velkas herboj kaj arboj, tro frue mortas vivuloj, nur la saĝuloj konservas korpon sana, observante la leĝon kaj atendante sangordon. Se ni povas agi tiel, la vivo kvazau eterniĝos.

Kiam oni kontrauas al sangorda leĝo pri *printempo*, la ŝaŭjang-a energio ne naskiĝos, oni malsaniĝos pro hepata energiostagniĝo.

Kiam oni kontrauas al sangorda leĝo pri *somero*, la taijang-a energio ne kreskas, oni malsaniĝos pro nesufiĉa koroenergio.

Kiam oni kontrauas al sangorda leĝo pri *autuno*, la taijin-a energio ne konverĝos kaj oni malsaniĝas pro pulmo brulata de varmo.

Kiam oni kontrauas al sangorda leĝo pri *vintro*, la ŝaŭjin-a energio ne konserviĝos kaj oni malsaniĝos pro ne sufiĉa rena energio.

La interŝanĝo de kvar sezonoj, estado de Yang-a kaj Yin-a energioj estas kauzo pri naskiĝo kaj malnaskiĝo (estiĝo kaj forpaso); rikoltado kaj konservado estas komenco kaj fino por ĉio.

Lau naturleĝo sanktuloj nutras Yang-an energion printempe kaj

somere, kaj nutras Yin-an energion autune kaj vintre. Se oni ne observas ĉi tiun leĝon, la bazo de sano defektiĝos kaj la praprincipo malfortiĝos.

Saĝuloj konservas sin sanaj, ne kuracas sin estante malsaniĝintaj; penskapabla monarko regas sian landon paca, ne estante malordiĝinta.

Malsaniĝintoj serĉas kuraciston, la monarko serĉas rimedojn por regi malordiĝintan landon; ĉu tio ne similas al soifanto, kiu komencas fosi puton, al batalanto, kiu komencas akrigi glavon? - ĉu tio ne estas tro malfrua malsaĝo?

Ĉapitro tri:

VITALA ENERGIO ESTAS KONEKTA KUN NATURO

Yang-a kaj Yin-a energioj ekzistas en la naturo kaj estas radiko por ĉio. La nau truoj[5], kvin konservadoj[6] kaj 12 artikoj[7] ĉiuj ankau konserviĝas kun naturo, kiu ekzistas kvin naskadoj[8] kaj tri esencoj[9]. Se iu malobservas la ŝanĝon pri Yin-a kaj Yang-a esencoj, li malsaniĝos pro ekstera patogeno - tio ankau volas diri ke Yin-o kaj Yang-o estas la fundamento por ĉio.

Se iu trankviligas sian animstaton kiel ĉiela-energion pacan kaj klaran, al li la Yin-a energio estas fortika kaj konserva, kaj la ekstera patogena faktoro en naturo ne lin lezas; se iu kontrauas al tio, liaj nau truoj stopiĝos, muskolo malsane ŝvelos kaj Yang-a energio disfluos - tio signifas sin difekti pro malfortiĝa viva energio. La sanktulo ĉiam kolektas sian energion kaj unuigas siajn

---

[5] Nau truoj: en korpo ili estas: du nazotruoj, buŝo, uretra orifico (ĉe virino ankau ampleksas vaginan orificon), du oreloj, du okuloj, anuso.

[6] Kvin konservadoj: tiuj estas: koro konservas menson, pulmo konservas animon, hepato konservas spiriton, lieno konservas deziron, reno konservas volon.

[7] Dekdu artikoj: ili estas: du ŝultroartikoj, du kubutoj, du manartikoj, du koksoartikoj, du genuoj kaj du maleolartikoj.

[8] Kvin naskadoj: ili estas: tero naskas metalon, metalo naskas akvon, akvo naskas lignon, ligno naskas fajron, fajro naskas teron.

[9] Tri esencoj: ili estas: ĉielo, tero, homo.

Yin-an kaj Yang-an energiojn kune kun naturaj Yin-a kaj Yang-a energioj.

Se la suno ne normale lumus kaj moviĝus, nenio povus vivi; same estas ĉe la homoj: se la Yang-a energio ne normale ĉirkaufluas en lia korpo, li ne povas kreski kaj longe vivi. Tio estas tiel ĉar la estado de mondo apogas sin sur la suno, kiel la vivado de homoj apogas sin sur la Yang-a energio.

Kiam iu estas invadita de malvarma patogena faktoro, lia humoro malkvietiĝas kaj Yin-a energio malfortiĝas.

Kiam li estas invadita de varma patogena faktoro, li multe ŝvitas, maltrankviliĝas, spiregas kaj sonas he, he; li tro multe parolas (deliras) kaj malvarmumiĝas kiel brulanta karbo, kaj lia temperaturo ne fariĝas normale de unu fojo al alia.

Kiam li estas invadita de malseka patogena faktoro, lia kapo doloras kiel volvado de bendo; se la malseka faktoro ne estas eliminita, liaj grandaj muskoloj kuntiriĝas kaj la malgrandaj muskoloj malfortiĝas.

Kiam li estas invadita de venta patogena faktoro, liaj membroj ŝvelas kaj doloras, tio ĝuste estas la fenomeno pri Yang-a energia prostracio.

Se li penlaboregas, lia Yang-a energio tro efektive fuĝas eksteren, sekve lia Yin-a sukaĵo elĉerpiĝas; se li malsanas longe dum vintro, en venontaj someroj li eble malsaniĝos de sinkopo, kune la okuloj malheliĝas kaj eble ne vidas klare kaj la oreloj ne audas bone, kvazau ili estus ŝtopitaj de io; ĉi tiu malsano eble kriziĝas kiel torenta inundo, kiu ne ĉesas.

Kiam iu koleregas, al li la Yang-a energio malfluas en lia korpo, sango superfluas kaj amasiĝas en lia kapo, li eble malsaniĝos de subita sinkopo; se li estas difektita en muskolo, kiun mastas hepato, aperas al li vaskula tiro kaj ne eblas libera membra movado. Se la Yang-a energio al li estas malforta, lia Yang-a energio ne povas flui tutkorpe, aperos al li la simptomo de ŝviti unuflanke en korpo kaj li malsaniĝos de hemiplegio.

Kiam iu estas invadita de patogena faktoro de malseko post ŝvito, li eble malsaniĝos de akvo; se lia manĝaĵo estas tro grasa, li facile malsaniĝos de furunko kaj lia kanalo malfortiĝas.

Kiam iu estas invadita de malvarma patogena faktoro kaj ŝvitas kontrau vento, li eble malsanos de aknozo, kiu eble gigante transformiĝos, se ne estas kuracata intertempe tiu kanalo malforta, al furunko.

Yang-a energio nutras spiriton kaj muskolon. Kiam la 'Couli-o'[10] de homo malfermiĝas ne ĝuste, li eble estas okaze invadita de malvarma patogena faktoro, lia vertebro kurbiĝas kaj malfacile staras; se la energio ne eble glate fluas en kanalo kaj estas obstrukciata inter muskoloj, li probable malsaniĝas de karbunklo; se la malvarma faktoro entrudiĝas en sango, li eble malsaniĝos en muskolo pro fistulo stagnanta, kiu eble restiĝas longe; se la malvarma faktoro agresas dorson au eĉ organon, oni eble malsaniĝos de fobio; se li ne plene ŝvitas, lia korpo malfortiĝos kaj lia vitala energio ne estos sufiĉa, patogena faktoro restiĝas en lia korpo kaj estiĝos ventmalario.

Vento estas unu kauzo de ĉiuj malsanoj; trankvileco kaj senavidego sanigas iun, kiu povas konservi muskolon masivan kaj havi bonan povon kontrau malsano; kvankam estas patogena faktoro de vento, tio eble ne vundas lin: tio estas la teorio de sinflegado lau sezonoj.

Se iu malsanas longe, la malsano eble turniĝas al alia malsano, kiam la energio estas apartigata supere kaj sube en lia korpo; kvankam estas sperta kuracisto, tiu ne scias kion fari kontrau la malsano. Se Yang-a energio tro amasiĝas, oni eble mortos; la nura kuraca rimedo estas eligi Yang-an energion au li mortos dum unu tago.

La Yang-a energio naskiĝas matene, fortiĝas tagmeze kaj malfortiĝas vespere, ĝi estas forta en tago kaj malforta en nokto pro fermo de poroj. Tiel ni devas interne konservi spiriton, eksterne kontraui invadon de patogena faktoro, ekz. nebulo kaj roso, kaj ne tro lacigi muskolojn kaj ostaron.

La Yin-a faktoro interne konservas vivesencon, kaj la Yang-a faktoro eksterne defendas korpon kaj igas 'Couli-on' kompakta. Se la Yang-a energio estas tro forta ol la Yin-a, pulso fortiĝas kaj rapidiĝas, oni eble malsaniĝas de frenezo, kaj energio de kvin

[10] Couli-o: 1) Strio de hauto; 2) kuniĝa loko inter muskolo kaj hauto.

solidaj organoj malfortiĝas au eĉ haltas kaj la nau truoj obstrukciĝas. Do sanktulo instruas nin harmonigi Yin-an kaj Yang-an energion, firmigi muskolon, fortikigi ostaron, plenigi energion kaj fluigi sangon, ne esti invadata de patogena faktoro, tiel la audado kaj vidado estas bonaj kaj la energio normale fluas.

Se la venta patogena faktoro invadas korpon kaj difektas la vitalan energion, al homo la viva esenco malpliiĝas, tio estas la kauzo de patogena faktoro, kiu lezas hepaton. Se iu manĝas tro sate, en ĉi tiu stato, liaj funkcioj de vaskulo kaj kanalo konfuziĝas kaj malfortiĝas, li malsaniĝos de hemoroidoj pro disenterio; se li tro multe drinkas, ignoras konservi sian energion, seksumas malmodere, lia pulma energio debiliĝos, rena energio difektiĝos kaj vertebro estos vundita.

La punktoj de Yin-o kaj Yang-o estas, ke Yin-a energio devas konservi kvieta kaj Yang-a energio solida. Se la Yin-o kaj Yang-o perdas la ekvilibron kaj konsenton tio similas al jaro, kiu havas nur vintron kaj ne someron. Tiel konsenti kun Yin-o kaj Yang-o estas la plej bona metodo por sanktulo.

Se Yin-a energio estas tro forta kaj eble ne konservata, Yin-a energio malfortiĝas; se Yin-a energio estas kvieta kaj Yang-a energio solida, spirito al homo estas plena; se Yang-o kaj Yin-o deiras unu de la alia, la energio elĉerpiĝas.

Oni eble malsaniĝas de malvarmo kaj varmo pro ventpatogena faktoro; lezite de ventpatogena printempo, en somero li malsanas de malseko-lakso pro ne-elradikigo la patogenon;
- lezite de somera varma patogeno, li malsaniĝos en autuno de malario pro ne-elradikigo la patogenon;
- lezite de autuna malseka patogeno, li malsaniĝos en vintro de tuso eĉ "veiĝue" (weijue)[11];
- lezite vintre de vintra malvarmo, li malsaniĝos en printempo de akuta febro; tio estas la prisezona patogenado, kiu malsanigas la kvin solidajn organojn[12].

---

[11] Veiĝue-o (weijue): malsano, kies simptomo estas: membroj malvarmas, malfortiĝas kaj atrofiĝas.

[12] Kvin solidaj organoj (konservantaj): ili estas: koro, hepato, lieno, pulmo kaj reno.

La produktado de vivesenco kaj sango fontas el manĝaĵo de kvin gustoj, kiuj estas la gusto de acido, amaro, salo, piko kaj dolĉo. Sed la kvin solidaj organoj konservantaj esencojn kaj sangon estos eble difektataj de tro da iu manĝaĵo. Ekzemploj:
- tro da acidaj manĝaĵoj kolektas kaj fortigas hepatan energion, rezulte inhibicias lienan funkcion;
- tro da salaj manĝaĵoj difektas ostan energion, malriĉigas kaj malfortas muskolon, rezulte vivenergio malaktiviĝas;
- tro da sukeraj manĝaĵoj stagnigas lienean energion, rezulte stomaka energio malfortiĝas;
- tro da pikaj manĝaĵoj malrapidigas kaj malfortigas pulson, rezulte spirito malviglas. Se harmonias konvene la kvin gustoj, tio igas ostaron forta, angion fleksebla kaj elasta, la muskolo fortiĝas kaj kompaktiĝas, ostoj fortiĝas, energio pleniĝas. Se ni rigore sekvas la principon de sangardo, ni povas vivi la donatan vivon.

Ĉapitro kvar:
LA VERA TEORIO PRI MALSANO KAJ NATURO.

En naturo estas ok ventoj: ili venas el sudo, sudokcidento, okcidento, nordokcidento, nordo, nordoriento, oriento, sudoriento.

Al homo estas kvin 'kanaloventoj': vento de hepato, lieno, koro, pulmo kaj reno. Kiaj ili estas?
- la perversa malprofita vento, kauzata de malnorma klimato, propagas patogenan faktoron, kiu formas la kvin kanaloventojn post invado homan korpon kaj entrudiĝo internaĵojn - la homo malsaniĝas.
- orientvento blovas printempe, malsanigas homon ofte en hepatokanalo, montras simptomon en kolo;
- sudvento blovas somere, malsanigas homon ofte en korokanalo, montras simptomon en brusthipokondro;
- okcidentvento blovas autune, malsanigas homon ofte en pulmokanalo, montras simptomon en ŝultro kaj dorso;
- nordvento blovas vintre, malsanigas homon ofte en renokanalo, montras simptomon en lumbo kaj postaĵo;
- la 'centro' apartenas al tero (la aliaj apartenaĵoj: oriento apartenas al ligno, sudo apartenas al fajro, okcidento apartenas al metalo kaj

nordo apartenas al akvo): la responda malsano estiĝas en lienokanalo kaj montras simptomon sur dorso.

Homoj ofte malsaniĝas en kapo pro printempfaktoro invadinta, malsaniĝas en koro pro somerfaktoro invadinta, malsaniĝas en ŝultro kaj dorso pro autunfaktoro invadinta kaj en membroj pro vintrofaktoro.

En printempo homoj ofte malsaniĝas de naza kataro au epistakso, en somero ofte de interna malvarmo kaj lakso, autune de ventmalsano kaj vintre la blokado-simptomo[13].

La vivesenco estas la fundamento por homoj, konservante la vivesencon en vintro oni eble ne malsaniĝos de varmeto en printempo; se iu ne ŝvitus somere, li eble malsaniĝas en vintro.

Estas la opinio, ke Yin-o enhavas Yang-on kaj Yang-o enhavas Yin-on; tago apartenas al Yang-o kaj nokto apartenas al Yin-o;
- rilate al la tago: antautagmezo estas la Yang-o inter Yang-o, kaj posttagmezo estas la Yin-o inter Yang-o;
- rilate al nokto: antaumeznokto estas la Yin-o inter Yin-o kaj postmeznokto estas la Yang-o inter Yin-o. Tiel estas pri naturo, kaj simile ankau pri homoj;

rilate al homoj: eksterno, hauto kaj haroj, apartenas al Yang-o kaj interno apartenas al Yin-o;
- pri la torso: la dorso apartenas al Yang-o kaj abdomeno al Yin-o;
- pri internaĵoj: la kvin solidaj organoj apartenas al Yin-o kaj la ses kavaj organoj al Yang-o[14].

Kial ni devas scii Yang-on inter Yin-o kaj Yin-on inter Yang-o? Somere oni ofte malsaniĝas pro Yang-a faktoro kaj vintre ofte pro Yin-a faktoro; printempe oni ofte malsaniĝas pro Yang-a faktoro kaj autune pro Yin-a faktoro.

---

[13] Blokado-simptomaro: doloro, ŝvelo kaj rigido en artiko au muskolo pro patogenaj ventoj, malvarmo, malseko, varmo kaj aliaj invadoj en muskolojn, kanalojn kaj artikaron; ĉi tiu estas kolektiva termo pri malsano de reumatisma artrito.

[14] Ses kavaj (funkciantaj) organoj: stomako, gala vesiko, dika intesto, maldika intesto, veziko kaj trioblovarmo.

Ni devas kompreni, kiu parto en korpo malsaniĝas, por facile kuraci per akupunkturo au ŝtonotranĉo[15].

Dorso apartenas al Yang-o kaj koro apartenas al Yang-o inter Yang-o, pulmo apartenas al Yin-o inter Yang-o kaj abdomeno apartenas al Yin-o; reno apartenas al Yin-o inter Yin-o, hepato apartenas al Yang-o inter Yin-o kaj lieno apartenas al Yin-o inter Yin-o.

Tio estas la Yin-o kaj Yang-o de ekstero kaj interno pri homoj, kaj ankau ĝi respondas al Yin-o kaj Yang-o de naturo.

La kvin solidaj organoj interrespondas kun kvar sezonoj; ĝiaj interrespondaĵoj estas:

Oriento, unu de la kvin direktoj[16], apartenas al ligno, konservas sian faktoron en hepato, kiu fenestras je okuloj; kiam ĝia faktoro entrudigas homojn, homoj eble malsaniĝas en kapo;
bluo, unu de kvin koloroj,
acido, unu de kvin gustoj,
ligno, unu de kvin elementoj,
koko, unu de kvin brutoj,
tritiko, unu de kvin grajnoj,
Jupito, unu de kvin planedoj,
"Ĝiau" (jiao), unu de kvin tonoj,

---

[15] Ŝtonotranĉo: antikva kuracada metodo, ĉe kiu la kuracisto tranĉas muskolon kaj vejnon de malsanulo per ŝtono kaj eltiras malbonan sangon por atingi kuracan celon.

[16] Kvin direktoj: oriento, sudo, okcidento, nordo kaj centro. Antikva ĉina popolo konsideris, ke kvin elementoj - metalo, ligno, akvo, fajro kaj tero - estas la nemalhaveblaj fundamentaj elementoj en konsisto de universo, ekz. la kvin gustoj: piko, acido, salo, amaro kaj dolĉo;
la kvin koloroj: blanko, bluo, nigro, ruĝo kaj flavo;
la kvin brutoj: ĉevalo, koko, porko, kapro kaj bovo;
la kvin grajnoj: rizo, tritiko, sojfabo, milio kaj pizo;
la kvin steloj: Venuso, Jupitero, Merkuro, Marso kaj Saturno;
la kvin tonoj: Ŝan (shang), Ĝiau (jiao), Ju (yu), Ĝi (zhi) kaj Gon (gong);
la kvin numeroj: nau, ok, ses, sep kaj kvin.

ok, unu de kvin numeroj - ĉiuj tiuj apartenas al lignokategorio kaj interrespondas kun hepato; kiam ĝi malsanigas homojn, la malsano okazas en sangovazo.

Sudo apartenas al fajro kaj konservas sian faktoron en koro, kiu fenestras je lango; kiam ĝia faktoro entrudigas homojn, homoj eble malsaniĝos en kvin solidaj organoj;
ruĝo, amaro, kapro, milio, Marso, "Ĝi" (zhi) kaj sep - ĉiuj apartenas al fajro, interrespondas kun koro; kiam ĝi malsanigas homojn, la simptomo montriĝas en sangocirkulado.

Centro apartenas al tero, konservas sian faktoron en lieno, kiu fenestras je buŝo, kiam ĝia faktoro entrudigas homojn, homoj malsaniĝos je dorso;
flavo, dolĉo, bovo, pizo, Saturno, "Gon“ (gong) kaj kvin - ĉiuj apartenas al tero, interrespondas kun lieno; kiam ĝia faktoro malsanigas homojn, la simptomo okazas en muskolo.

Okcidento apartenas al metalo, konservas sian faktoron en pulmo, kiu fenestras je nazo; kiam ĝia faktoro entrudigas homon, homo malsaniĝos je dorso;
blanko, piko, ĉevalo, rizo, Venuso, "Ŝan" (shang) kaj nau - ĉiuj apartenas al metalo, interrespondas kun pulmo; kiam ĝia faktoro malsanigas homon, la simptomo okazas en hauto kaj haro.

Nordo apartenas al akvo, konservas sian faktoron en reno, kiu fenestras je seksorgano kaj anuso; kiam ĝia faktoro entrudigas homon, homo malsaniĝas je membroj;
nigro, salo, porko, sojfabo, Merkuro, "Ju" (yu) kaj ses - ĉiuj apartenas al akvo, interrespondas kun reno; kiam ĝia faktoro malsanigas homon, la simptomoj okazas en ostaro.

La sperta kuracisto skrupule observas malsanojn en la solidaj organoj kaj la ses kavoj, distingas aperon kaj substancon, sekson kaj kanalo, ĉu la Yin-an au Yang-an - poste bone pripensas kaj konsideras por konfirmi juĝon de pulsoteorio; ili nur instruas tiun disciplon, kiu estas lernema, pensema kaj inteligenta.

Rimarkoj de la redaktanto:

Kanaloj signifas ĝenerale 'angiojn'; el energia vidpunkto en akupunkturo ofte nomitaj 'meridianoj'.

Vaskuloj: sangovazoj (arterioj kaj vejnoj) kaj limfotuboj [centralaj au konceptaj angioj]; specifaj estas la duktoj [direktaj angioj], ekz. ovo-, spermodukto.

Adreso de la tradukinta autoro:
S-ro SUGIN
No 101-2 Shagyi Sushe
Zhaitangxiang WENZHOU
Zhejiang
CN 325000 ĈINIO

Rimarkoj de la redaktanto.

Konvenas aldoni komenton al la traduko de tia grava klasika verko. La transskribo de la ĉinaj terminoj okazas lau la *pinyin*-sistemo, enkondukita de la ĉina popola respubliko (ekz. Yin, Yang, Qi). La transliterado de 'Huang Di Nei Jing' okazas lau sinologia vidpunkto; sed multaj vortoj estas skribitaj lau la teksto de la tradukinto (parte eble lau japana maniero).

Necesas mencii, ke ĝis nun en neniu europa lingvo estas publikigita akceptebla traduko de tiu klasika verko; tian kritiko-filologian prilaboron nun preparas unu ĉina kaj du germanaj sinologoj en la *Institute for Advanced Study Berlin*. Unu el ili estas prof. dr. *Paul U. Unschuld*, M.P.H., estro de la Instituto pri Historio de la Medicino ĉe la L.-M. Universitato, Munkeno. Preleginte antau nelonge en Zuriko li faris ankau perletere tre kritikajn komentojn pri tekstaj demandoj.

Tamen ŝajnas al mi riskende konfronti niajn legantojn kun la traduko de samideano *Sugin*, spite al ĉiuj eblaj malglataĵoj, ĉar lia teksto estas instigo, priokupi sin pri la vasta temo de la klasika ĉina medicino.

La ampleksa sistemo de la medicino, kiu estas nomita 'ĉina', montriĝas malfacile alirebla flanke de la okcidenta tradicio, superregata de la aristotela kontraudiro fronte al la ekkona *(cognitive)* scio.

Pro tio taugas demandi: kio estas ĉina je la ĉina medicino, au pli profunde: kio esence estas medicino? - Estas la strebado pri

bonfarto kaj nebonfarto surbaze de naturscienca scio. La specife ĉinaj apartecoj originas el la maksimoj de la konfucianismo kaj estas respegulaĵo de la regno-unuigo (unua imperiestro de la *Qin*-dinastio 221-206 a. n. e.) kaj de la antauzorganta ordigo de la ŝtato, do fakte politikaj analogioj de medicino kaj administrado: la korpo kiel funkciaĵo, kiel cirkulado de aperta ekonomia sistemo. La ĉina medicino priokopiĝas pri la fluo de *Qi* ene la organismo, en kiu ĉiu organo dependas de ĉiuj aliaj. Problemoj estas manko je propra-*Qi* au superfluo je fremda-*Qi*. En tiu ekvilibro *Qi* ne respondas al la tipe okcidenta nocio energio, sed plie al la greka *pneuma* (germane *Odem*). Plue ekzistas mastro-*Qi* kaj gasto-*Qi*, la teorio de la ses *Qi* kaj de la kvin periodojentute estas tre kompleksa.

Malvarmo, vento, varmego estas naturaj akompanantoj de la homo, ĉiu el ili povas estiĝi malbono, generante patologian abundon, se ĝi povas profiti el iu manko au vakuo en la korpo kaj sukcesas tien enpenetri (ont-ologi-a vidpunkto de la malbono). Malsaniĝo koheras ĉiam kun malbono, kiu troviĝas en la organismo je la malĝusta ejo post transiro de la propraj limoj ligita kunokupado de fremda teritorio - la terminologio de la tradicia ĉina medicino estas militara.

La ĉina medicino estas konceptita lau konservativa konfucia ŝtatideo kiel lojala respegulaĵo de la socia ordo, en kiu la imperiestro signifas la koro. El tiu motivo la malbono ne rajtas ataki la koron, ĉar tio signifus noci la imperiestron kun ebla neceso eble korekti lin: kvazau sakrilegio Pro tio, se malbono atingas la koron, la koro mem ne povas esti damaĝita, sed nur la perikardio. Tiu 'organo' estis inventita (sesa deponejo) kiel politika metaforo por ŝirmi la koron, la imperiestron. La ĉina medicino estis vere regado-scio de elito en rekta senco de la vorto.

La ideoj pri la sistemo de la kondukvojoj en la korpo, esenca karakterizaĵo de la akupunkturo, analogas al la riveroj kaj vojoj en la imperio por transportado, interligo, informado; tiuj ideoj ne estis konataj ekstere de Ĉinio.

La ĉina medicino do demandas, de kie venas la malbono kaj kien ĝi iras. Pro tio la sama malsana simptomo en du diversaj malsanuloj devas esti kuracata tute diverse; la scienca nocio de falso-farado au vero-farado malinteresas.

La sistema pensmaniero evoluis unuflanke la dualisman skemon de la *yin-yang*-teorio, en kiu ĉiu aĵo kaj aperaĵo ne nur enhavas sian kontrauon, sed ankau formas kune kun tiu unuaĵon; duaflanke evoluiĝis la konata kvin-fazo-teorio.

Ankau la farmakologio baziĝas sur tiuj du sistemoj kaj ampleksas gusto- kaj temperaturkvalitoj de la manĝaĵoj lau sinergio kaj hierarkio.

Alia granda medicino cetere estas la hinda *Ayurveda,* kiu koheras kun la ĉina medicino specife rilate al la oftalmologio.

Akompana literaturo

Unschuld, Paul U., *Chinesische Medizin*. (g)
München, C. H. Beck Verlag, 1997, 136 p.

Chinese Medicine. Brookline MA, Paradigm Publications, 1998.

Medizin in China. Eine Ideengeschichte. (g) C. H. Beck, 1980.

Medicine in China. A History of Ideas. Berkeley, Los Angeles: University of California Press, 1985
Paperback 2. Auflage, 1994.

Colegrave, Sukie, *The Spirit of the Valley*, Scherz, Bern, 1979

Yin und Yang, Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt, 1994

Kaptchuk, Ted J., *The Web that has no Weaver. Understanding Chinese Medicine.* Copyright 1983
Das Grosse Buch der Chinesischen Medizin. W. Heyne Verlag, München, Taschenbuchausgabe, 1994, 456 p.

Sci. Rev. 50 (1999)(2)

Sistemo de la Respondaĵoj

elementoj:	ligno	fajro	tero	metalo	akvo
konservanta Jin: (pasivaj solidaj organoj)	hepato	koro, pericardio	lieno	pulmo	reno
funkcianta Jang: (aktivaj kavaj organoj)	galoveziko	maldikintesto	stomako	dikintesto	urinoveziko
fenestroj:	okuloj	lango (oreloj?)	buŝo (lango?)	nazo	oreloj (seksorganoj?)
sukoj:	larmoj	ŝvito	salivo	nazmukaĵo	buŝmukaĵo (urino?)
konservas:	spiriton	menson	deziron	animon	volon
direktoj:	oriento	sudo	centro	okcidento	nordo
tempo:	mateno	tagmezo	posttagmezo	vespero	nokto
sezonoj:	printempo	somero	postsomero	autuno	vintro
klimato:	vento	varmego	humido	sekeco	malvarmo
koloroj:	bluo-verdo	ruĝo	flavo	blanko	nigro-bluo
gustoj:	acido	amaro	dolĉo	piko	salo
odoroj:	ranco	brulodoro	aromato	putro	puso
brutoj:	koko	kapro	bovo	ĉevalo	porko
grajnoj:	tritiko	milio	pizo	rizo	sojfabo

Sci. Rev. 50 (1999)(2)

steloj:	Jupito	Marso	Saturno	Venuso	Merkuro
tonoj:	ĝiau	ĝi	gon	ŝan	ju
sonoj:	voko	rido	kanto	ploro	ĝemo
sentimentoj:	kolero	ĝojo	kompato	ĉagreno	angoro
numeroj:	ok / tri	sep / du	kvin / dek	nau / kvar	ses / unu
entrudas:	kapon	5 solid. organ.	dorson	dorson	membroj
montriĝas en:	sangovazo	sangocirkulado	muskolo	hauto k haroj	ostaro
simptonoj en:	kolo	brusthipokondro	dorso	ŝultroj, dorso	lumbo, postaĵo
malsano en:	hepatokanalo	korokanalo	lienokanalo	pulmokanalo	renokanalo

Rimarko de la redaktanto:
La tabelo estas provo kunigi en tabelo la respondaĵojn troviĝantajn en la teksto. Tio ne povas esti konklude, sed nur dedukte, ĉar la alordigo de la respondaĵoj varias depende de la dualisma Yin-Yang-teorio au de la kvin-fazo-teorio. Ĉu ekzistas 6 au 5 organoj ĝenerale ne multe interesas, kaj en jena tempo neniu havis emon, serĉi en la korpo mem. El vidpunkto de ĉina medicino pli gravas, ke la ideo akordas. Pro tio ankau scio neniam estiĝis obsoleta au forlasita, sed akumuliĝis al granda konstruaĵo. Tiel la ĉina medicino estas malunueca kaj signifis vivi kun la kontraudiro, ekzistas la 'kaj - kaj' anstatau la 'au - au'. Simbolo estas la pensado kvazau en granda cirklo kiel organismo, integrita totalsistemo, en kiu ĉiu organo dependas de ĉiuj aliaj. La fluo de la Qi en la korpo okazas kiel ringo sen komenco kaj fino. Kiel malbono evidentiĝas la ne kontinua fluo je Qi, kio manifestiĝas kiel manko kaj abundo. Por tion simboligi, ekspliki kaj kompreni servis la teorio de la kvin periodoj kaj kiel konceptiva suplemento la plivastigita teorio de la ses Qi. Grava celo estas bonfarto per akordo.