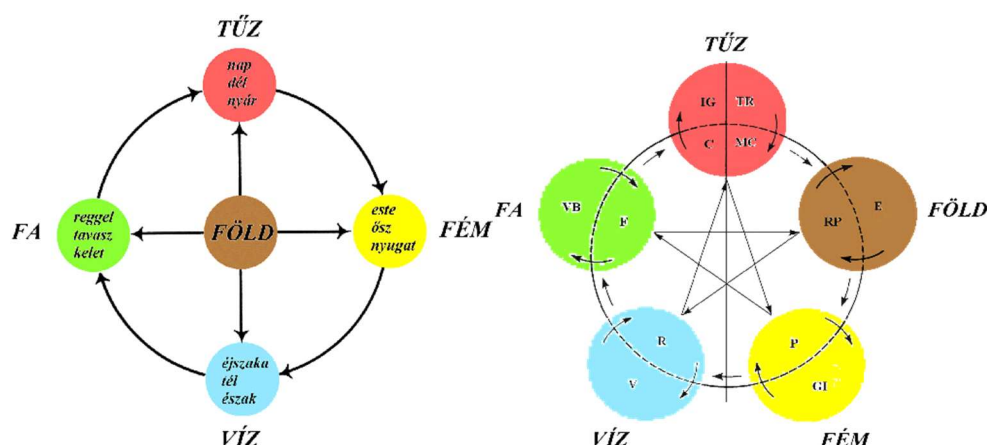


5 Fázis (5 Elem), WuXing, avagy az 5 mozgás elmélete

A HKO szerint a világegyetem összes jelensége az 5 elem mozgásának a függvényé. Az Öt Fázis elmélete a Yin – Yang, két ellentétes pólus elméletének továbbfejlesztése. Tűz (Yang) és Víz (Yin) két ellentétes pólus között átmeneti fázisok is léteznek, ez a Fa és Fém. A fázisok állandó mozgása figyelhető meg a természetben. E mozgás a régen központi helyet elfoglaló Földön történik, melyet később kivittek a körforgásban a Tűz utáni helyre, s így alakult ki az Öt elem, öt Fázis elmélete. Tűz, Föld, Fém Víz, Fa. Ezek a szimbólumok képviselik az évszakok, különböző életszakaszok, éghajlati viszonyok egymásba alakulását, fejlődését, stb.



Az ötös szám további ötös csoportosításokat is jelent. Így van öt íz, öt érzélem, öt szín, stb. A WuXing szó szerinti fordítása 5 mozgást jelent, ami a fázisok állandó átalakulását, egymástól függését jelzi.

Az 5 Fázis a klinikai gyakorlatban irányt szab a gondolkodásnak. Mai napig használatos a kínai diagnosztikában, kezelésben az öt elem tana, akár a szervek, szövetek tulajdonságairól, kapcsolataikról, vagy környezethez való viszonyokról van szó.

A Yin-Yang, az Öt Fázis elméletével megmagyarázhatók a szervezet fiziológiás, patológiai változásai. Nem hagyható figyelmen kívül, hogy a tanok több évszázados megfigyelésre épültek.

A tárgyak és jelenségek osztályozása az Öt Fázis elmélet szerint

A Fa szimbolizálja a növekedést, virágzást. A Tűz a melegedést, forróságot, fölemelkedést, Föld a termés hozó, a Fém a nyugalmat, tisztaságot szimbolizálja, a Víz a hideg, lehűlés, lefelé irányuló mozgás, elfolyás kifejezője

Lásd mellékelt táblázatot, mely a végtelenségig folytatható, szinte minden re vonatkoztatható, ami az embert körülveszi az életben, nem csak az orvoslásra érvényes.

Tárgyak és jelenségek kapcsolata az Öt Fázissal					
	Fa	Tűz	Föld	Fém	Víz
«Öt irány»	kelet	dél	közép	nyugat	észak
Mozgás	kifelé	fölfelé	nyugalom	befelé	lefelé
«fejlődés öt fázisa»	születés	növekedés	érés	megtermé kenyülés	megőrzés
számok	8	7	5	9	6
«5 évszak»	tavaszi	nyár	nyárutó	ősz	tél
klimatikus faktorok	szél	forróság	nedvesség	szárazság	hideg
«öt bolygó»	Jupiter	Mars	Szaturnusz	Vénusz	Merkúr
«5 hang»	Fá	Do	Re	Mi	Szo
«öt fém»	ólom	réz	arany	ezüst	vas
«öt házi állat»	kutya	juh	tehén	tyúk	disznó
«5 gyümölcs»	szilva	barack		őszibarack	gesztenye
«öt kalászos»	búza	zab	rozs	rizs	kalászos
«öt szín»	zöld	piros	sárga	fehér	fekete
«öt íz»	savanyú	keserű	édes	csípős	sós
«öt illat»	kutya szór	égett	kellemes, aromás	nyers hús, halszag	rothadó
«öt Zang»	Máj	Szív	L	Tü	V

«öt Fu»	Ehólyag	Véb	Gy	Vab	Hh
«5 érzékszerv»	szem	nyelv	száj	orr	fül
«öt test szövet»	inak	erek	izom	bőr	csontozat
«öt érzelem»	düh	örömb	töprengés	szomorúság	félelem
«öt testfolyadék»	könny	izzadság	köpet	orrválladék	nyál
«öt hang»	kiáltó	nevető	éneklő	síró	sóhajtó

Minden Zang-szerv kapcsolatos valamelyik Fázissal.

- Máj a Fához tartozik, mivel a Qi szabad cirkulációját kell biztosítsa, ami a Fa szabad növekedésével azonos
- Szív a Tűz Fázishoz tartozik, mivel a Szív Yangja, a tűzhöz hasonlóan melegíti az egész testet
- Lép a Föld Fázishoz tartozik, mivel a Lép a Qi és Xue forrása, ami a Föld termést adó funkciójával azonos
- Tüdő a Fém Fázishoz tartozik feladata a tisztaság biztosítása, ami a Fém tisztaságára emlékeztet, biztosítja a Qi leszállást, ami a Fém súlyosságára emlékeztet.
- Vesék a a Víz Fázishoz tartoznak, fontos szerv, hisz a vízanyagcserét biztosítják.

Hasonló képpen osztályozhatjuk a Fu szerveket, érzékszerveket, szöveteket. A csatornák osztályozása az öt elem szerint a kapcsolódó Zang-Fu-szerv tulajdonságán alapszik

- Máj és Epehólyag a Fa Fázishoz tartozik, ezért a lábi YueYin Máj csatorna, és lábi ShaoYang Epehólyag csatorna szintén a Fa Fázishoz tartozik.
- Szív és Véb a Tűz Fázishoz tartozik, ezért a kézi ShaoYin Szív csatorna, és a kézi TaiYang Véb csatorna szintén a Tűz Fázishoz tartozik.
- Lép és Gyomor Föld Fázishoz tartozik, ezért a lábi TaiYin Lép csatorna és a lábi YangMing Gyomor csatorna szintén a Föld elemhez tartozik.
- Tüdő és Vastagbél a Fém Fázishoz tartozik, ezért a kézi TaiYin Tüdő és a kézi YangMing Vastagbél csatorna is a Fém Fázishoz tartoznak.

- Vesék és Hh a Víz Fázishoz tartoznak, ezért a lábi ShaoYin Vese csatorna és a lábi TaiYang Hh csatorna is a Víz Fázishoz tartozik.

Szívburok a a Szív védőburka, mely védi a Szívet a patogén Qi támadástól. Mivel a Szív a Tűz elemhez tartozik, a Szívburok is a Tűz elemhez tartozik. Éppen ezért a kézi YueYin Szb csatorna és a a kézi ShaoYang Hármás Melegítő csatorna is a Tűz Fázishoz tartozik.

Az öt Fázis kapcsolata

2 fiziológiás, 2 patológias kapcsolat ismert.

Fiziológiás kapcsolatok:

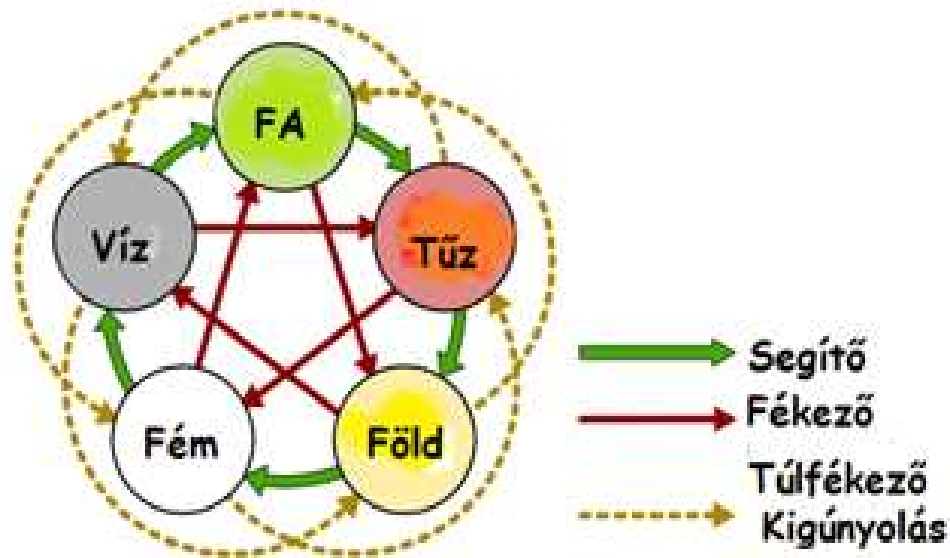
Segítő (Sheng) Yang – minden Fázis táplál, létrehoz, segít egy másik Fázist, lehetővé teszi annak folyamatos működését

Fékező (Ke) Yin – minden Fázis korlátoz egy másikat, megakadályozva, hogy az túl nagy erőre kapva ne okozzon kárt

Kóros kapcsolatok:

Túlfékezés, legyűrés (Cheng) - olyan kóros állapot, mikor egy bizonyos Fázis oly mertekben meggyengül, hogy az öt egyébként korlátozó másik teljesen legyűri, elárasztja, tovább gyengítve azt.

Kigúnyolás, lázadás (Wu) – kóros állapot, amelyben valamely Fázis olyan aránytalanul nagy erőre tesz szert, hogy a másikkra támad, meggyöngyítve azt, amelynek normálisan öt kéne kordában tartani.



Az Öt Fázis kapcsolatai.

Segítés és fékezés

A segítő kapcsolat építő jellegű. A fázisok közti kapcsolat így néz ki a segítő ciklusban.:

- A Fa segíti a Tűzet
- A Tűz a Földet táplálja
- Föld táplálja a Fémet
- Fém táplálja a Vizet
- Víz táplálja a Fát

Ezt a segítő kapcsolatot nevezik még Anya-Fiú típusú kapcsolatnak, ahol minden fázis Anyja a segítettnek, illetve minden Fázis fia az öt segítőnek.. Például, a Fa segíti a Tűzet, a Tűz a Földet. Ez esetben a Fa az Anya, a Tűz a Gyerek. Viszont a Föld Anyja a Tűz.

A Fékező kapcsolat a kontroláló:

- A Tűz a fémet kontrolálja
- A Fém a Fát
- A Fa a Földet
- A Föld a Vizet;
- Víz a Tűzet

Minden fázis kontroláló, illetve kontrolált is egyszerre. Ennek köszönhető az 5 fázisnál is jelenlevő, Yang-Yin-nél már megbeszélte, egyensúly.

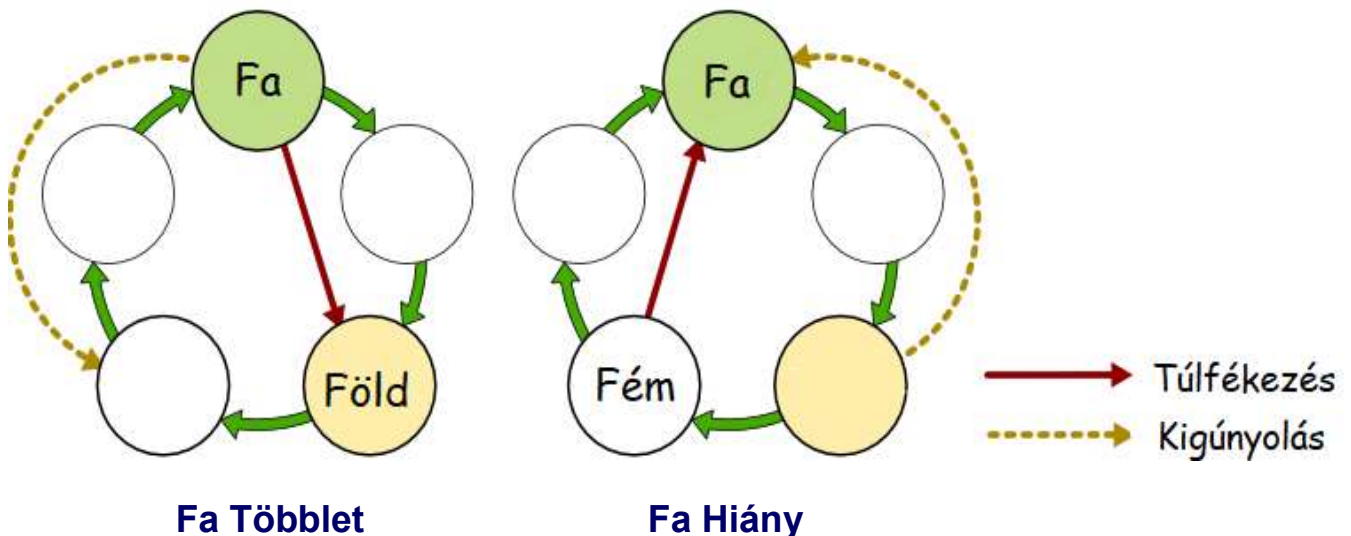
Túlfékezés), kigúnyolás, sérült Anya-Fiú kapcsolat

Ha az öt Fázis valamelyike sérül, kóros lesz a segítő, illetve fékező kapcsolat, ezt vagy túl fékezésnek, vagy kigúnyolásnak, vagy sérült Anya-Fiú kapcsolatnak fogjuk nevezni.

Túlfékezés két irányú lehet:

1. Ha az 5 Fázis valamelyike nagyon erős, nagy erővel fékezi az általa fékeztetett. Például normális körülmények között a Fának kell fékezni a Földet. Ha a Fa nagyon erős a Földet nagy erővel fékezi, gyengíti
2. Ha valamelyik Fázis legyengül, az őt fékező egyértelműen erősebb lesz, a fékezett pedig még jobban legyengül. Például, ha a Föld gyenge, a Fa ereje nagyobb lesz, így a Föld tovább gyengül. Ezt úgy nevezik, hogy a gyenge Földet a Fa túlfékezi.

Túlfékezés és kigúnyolás az öt Fázis elméletben.



Kigúnyolás, lázadás

Hatása szerint a túlfékezés ellentéte, a fiziológiásan elnyomott Fázis válik aktívvá és visszahat a fiziológiáson öt fékezőre.

A kigúnyolásnak is két variációja ismert:

1. Ha az 5 Fázis valamelyike nagyon erős, ekkor a fiziológiásan öt fékező képtelen a fékezésre, kóros folyamat lép föl, az elnyomó Fázis válik elnyomottá, ellenuralom alakul ki. Fiziológiásan a Fém fékezi a Fát. Ha a Fa válik erőssé, visszahat a Fémre, a „Fa kigúnyolja a Fémet”.
2. Ha az 5 Fázis valamelyike nagyon gyenge, nem tudja Fékezni a fiziológiáson általa fékezettet, ekkor is fellép az ellenuralom. Például, ha a Fém fázis gyenge, nem tudja fékezni a Fát, ilyenkor az erősebb Fa visszahat, ellenuralom alakul ki. „A gyenge Fémet kigúnyolja a Fa”.

A túlfékezés és a kigúnyolás egyszerre is jelen lehet. Például az erős Fa túl fékezheti a Földet, de ugyanekkor kigúnyolhatja a Fémet. A Szu-Wen azt írja: „Ha a Qi valamelyik Fázisnál többletes, a fiziológiásan általa fékezett fázist kóros erővel fogja fékezi, a fiziológiásan öt fékező Fázist viszont, elnyomja. Ha hiányos a Qi valamelyik Fázisnál, akkor túlzott Fékezésnek van kitéve, az öt fiziológiásan fékezett által, valamint kigúnyolja az a Fázis, mely fiziológiásan általa lenne fékezett”

Anya-Fiú kapcsolat sérülése. A Segítő kapcsolat anomáliáját jelzi az 5 Fázisnál.

Károsodása kétféle lehet:

1. Fiziológiás esetben a Víz segíti a Fát, azaz a Víz az „Anyja” a „Fának”. A Víz az „Anyja”, a Fa a „Fiú”. Ha károsodik a Víz, károsodik a Fa is „az Anya megbetegíti a Gyermekét”.
2. Ha a Fa károsul, ez negatívan hathat a Vízre, azaz „a Fiú megbetegítheti az Anyát”.

Öt Fázis elmélet felhasználása a kínai medicinában

A kínai medicinában az Öt elem tana. mely osztályozza a jelenségeket tulajdonságaik, kapcsolatuk szerint, magyarázhatók a fiziológiás és patológiás jelenségek, valamint vezető szerepe van a diagnosztikában, kezelésben

1. Az Öt Fázis és a Zang-Fuk közti kapcsolat.

Minden bel szerv valamelyik Fázissal kapcsolatos. A Fázisok tulajdonságaival magyarázhatók az Öt Zang szerv fiziológiás funkciói. A Segítő és Fékező fiziológiás egymásra hatással magyarázható a ZangFu szervek közti kapcsolat. Például a Máj a Vesével aktivizálható, segíti a Szívet, a Tüdő által fékezhető, fékezni képes a Lépet. Hasonló képpen magyarázhatók a többi szervek is.

A csatornák szoros kapcsolatban vannak a ZangFu szervekkel. A csatornák segítségével kapcsolódnak egymáshoz a segítő, illetve fékező fiziológiás kapcsolatnak megfelelően. A csatornák biztosítják az Öt Fázis közti egyensúlyt.

2. Az Öt Fázis és a Zang-Fuk közti patológiás kapcsolat.

Betegség megjelenése azt jelenti, hogy különböző okok miatt patológiás jelenségek jelennek meg bizonyos ZangFu szervekben, valamint a hozzájuk tartozó szövetekben. Az emberi szervezet egységes, minden mindennel kapcsolatos, egyszerre vannak jelen az Öt Fázisnak megfelelően segítő és fékező kapcsolatok, ezért, ha valamelyik szerv megbetegszik, a patológiás folyamat érinteni fog több szervet is, ezt a folyamatot „**betegség terjedésnek**” nevezik. A betegség terjedés követheti a Segítő, illetve Fékező kapcsolat útját.

Ha a betegség a Segítő kapcsolat útját követi, ekkor van az, hogy az Anya megbetegíti Gyermekeit, vagy a Gyermekek megbetegítik az Anyát. Például Máj betegsége esetén, ha károsul a Szív, azt mondjuk az Anya megbetegítette a Fiát, ha a Máj betegsége esetén károsodik a Vese, azt mondjuk a Gyerek megbetegítette az Anyját.

Ha a betegség a Fékező kapcsolat útját követi, ekkor vagy túl fékezés lehet jelen, vagy ellentétes irányú fékezés. Például beteg a Máj, a folyamat a Lép felé terjed, ez nem más, mint a Fa elnyomja a Földet jelenség, ha a Máj betegség esetén a Tüdő lesz érintve, azt mondjuk, hogy ellenuralom van jelen. A Tüdőnek kellene fékezni a Májat fiziológiásán, itt a Máj visszahat, erősebb, kigúnyolja a Tüdőt.

Megjegyzendő, hogy a valóságban is léteznek patológiás egymásra hatások a szervek között, egyesek az Anya-Fiu kóros kapcsolatból erednek, mások a túlfékezésből, vagy ellenuralomból származnak. Kijelenthetjük, hogy az Öt Elem, vagy Fázis elméletével magyarázhatók a klinikumban gyakran észlelt betegség terjedés.

3. **Az Öt Fázis elmélete a diagnosztikában és kezelésben.** Az Öt Fázis elmélet segítségével csoportosíthatjuk a diagnosztikus adatokat. Például a betegnek szem gyulladása van, dührohamokra hajlamos A Fa Fázis, Máj betegségére gondolunk, mivel a szem és a düh a Májhoz tartozik. Az Öt fázis tana a receptúra összeállításban is használatos

Két alapelv létezik a kezelésben, melyek az Öt Fázis Segítő kapcsolatra épülnek az Anya-Fiú szabálynak megfelelően:

Anya töltés Hiány esetén: Ebben az esetben az öt Antik - Shu pont kerül alkalmazásra (Antik – Shu pontok: Kút-Jing disztális, Forrás-Ying, Patak-Shu, Folyam-Jing proximális, Egyesülési-He) Mindegyik pont bizonyos Fázisnak felel meg. Például, ha Hiány van a Tüdő csatornában (tünetei: krónikus köhögés, kis fizikai terhelésre fulladás, halk hang, izzadás, a pulzus gyenge) ekkor tölteni kell a patak pontját a Tüdő csatornának a Tü9-t TaiYuant, vagy a Vab 11 egyesülési pontot, mivel ezek a Fém Fázishoz tartozó Tüdő és Vastagbél csatorna Föld pontjai. A Föld Anyja a Fémnek, így a Fémnél levő hiányt az Anya, azaz Föld képviselői pontokkal kezeljük. Továbbá kezelhetjük Tüdő Hiány esetén a Lép patak pontját a TaiBai-t L3-t (a Lép a Föld Fázishoz totózik, a Fém Anyja a Föld).

A Gyerek pont levezetése többlet esetén. Ebben az esetben is az öt Antik - Shu pont kerül alkalmazásra (Antik – Shu pontok: Kút-Jing disztális, Forrás-Ying, Patak-Shu, Folyam-Jing proximális, Egyesülési-He) Mindegyik pont bizonyos Fázisnak felel meg. Például ha a Tüdő csatornában Többlet van (tünetei: éles hangú köhögés, durva hang, mellkasi nyomásérzet, felszínes csúszós, erős pulzus), ekkor a Tü csatorna He pontját kell kezelni a Tü 5-t, vagy a Vab csatorna Antik-Shu Forrás pontját a Vab 2-t, mk pont a a Víz elemhez tartozik. A Tü és a Vastagbél a Fém elemhez tartozik, a Fém segíti a Vizet, a Fém Gyereke a Víz). Használhatjuk a Vese 10 pontot is. E pont a Vese He Egyesítési és egyben Víz pontja is.

A kezelés a Fékezés elvére is épülhet. Ha a fékezett gyenge azt erősíteni kell. Például ha megbomlik a harmónia a Gyomor és a Máj között(a Fa túlfékezi a Földet),ilyenkor a kezelési elv Föld erősítés, Fa gyengítés. A Gy csatorna He Föld pontját kezeljük a Gy 36-t, valamint a Májnak a patak-Föld pontját a M3-t

Anya – Gyerek pontok		
Csatorna	Anya pont (Feltöltő)	Gyermek pont (Levezető)
Tüdő	Tü 9	Tü 5
Vastagbél	Vab 11	Vab2
Gyomor	Gy 41	Gy 45
Lép	L2	L5
Szív	Sz 9	Sz 7
Vékonybél	Véb 3	Véb 8
Hugyhólyag	hh67	Hh 65
Vese	V7	V 1
Szívburók	Szb 9	Szb 7
Három Melegítő	Hm 3	Hm 10
Epehólyag	Eh 43	Eh 38
Máj	M8	M 2

Antik Shu pontok a Yin és Yang csatornákon

Mint látjuk a Yin csatornákon a képviselő a Fával, míg a Yang csatornákon a Fémmel kezdődik.

Az öt Szállító-shu pont - Yin csatornák					
	Pontok/ fázis				
Csatorna	Kút <i>jing</i> Fa	Forrás <i>ying</i> Tűz	Patak shu Föld	Folyam <i>jing</i> Fém	Egyesü lési he Víz
Tüdő	T-11	T-10	T-9	T-8	T-5
Szív	Sz-9	Sz-8	Sz-7	Sz-4	Sz-3
Lép	L-1	L-2	L-3	L-5	L-9
Máj	M-1	M-2	M-3	M-4	M-8
Vese	V-1	V-2	V-3	V-7	V-10
Az öt Szállító pont-shu - Yang csatornák					
	Pontok / fázis				
Csatorna	Kút <i>jing</i> Fém	Forrás <i>ying</i> Víz	Patak shú Fa	Folyam <i>jing</i> Tűz	Egyesü lési he Föld
Vastagbél	Vab-1	Vab-2	Vab-3	Vab-5	Vab-11
Hármas Melegítő	HM-1	IIM-2	IIM-3	IIM-6	HM-10
Vékonybél	Véb-1	- Véb-2	Véb-3	Véb-5	Véb-8
Gyomor	Gy-45	Gy-44	Gy-43	Gy-41	Gy-36
Epehólyag	Eh-44	Eh-43	Eh-41	Eh-38	Eh-34
Húgyhólyag	H-67	H-66	H-65	H-60	H-40