

修真圖

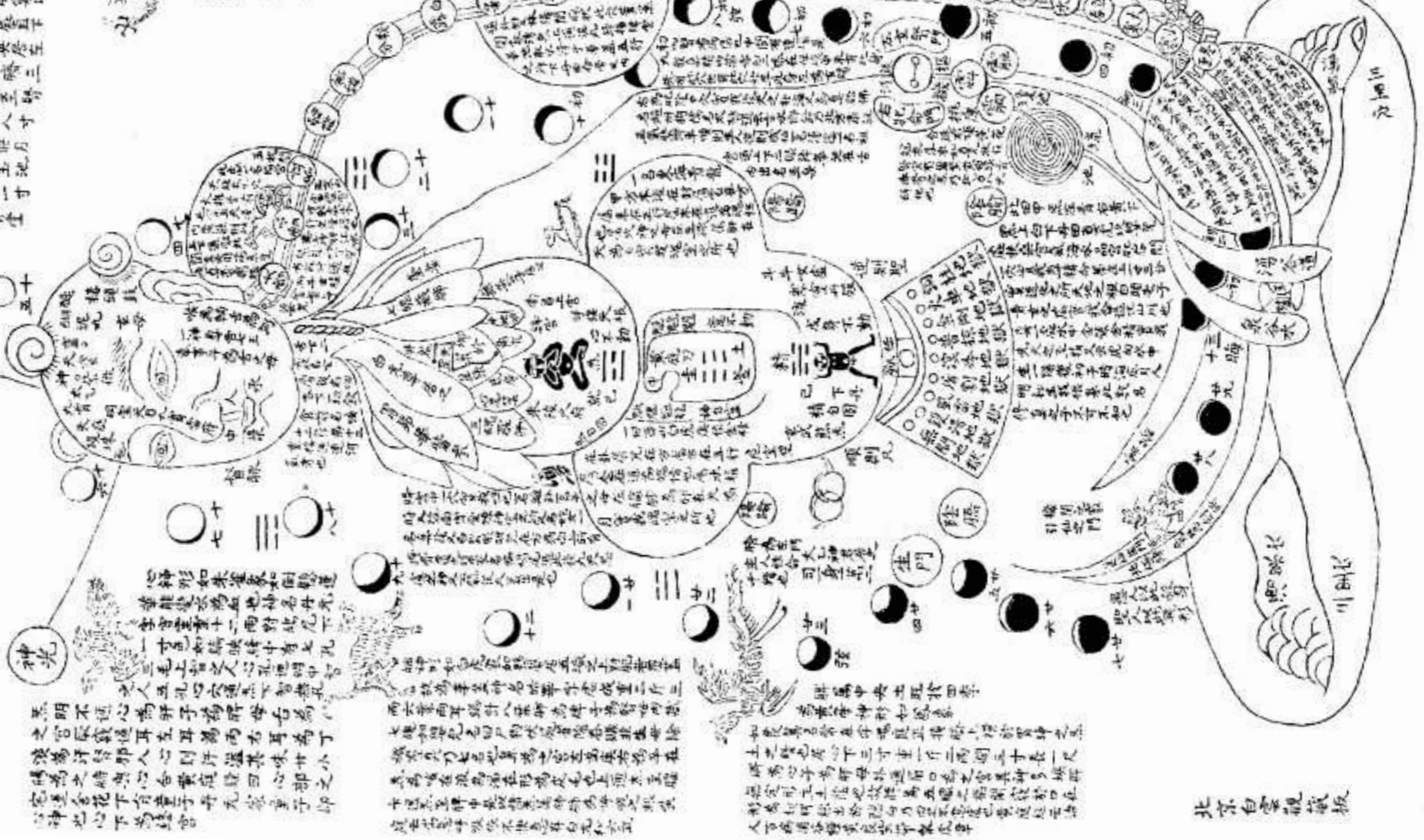
Tämä käännös on vapaasti ladattavissa ei kaupalliseen käyttöön sivustolta:
<http://taotao.fi>

人之身有三百六十骨節人頭四十毛孔後有三關尾闕五脊五柱也
尾闕在夾脊之下蓋頭骨間可通乃腎之靈從此關起降履路曰漚
溪又名黃河乃陽升之路直上兩腎對處為夾脊上至心為五柱此三
關也前有三田泥丸五柱是也泥丸為上丹田方圓一寸二分虛開
一畝乃靈神之所居心內正中之處天門八內一寸為明堂再入一寸
為洞房再入一寸為泥丸層心之下謂之昇柱又名雷聲傳金瑞下至口
中有兩竅通喉謂之橋樑是說氣乃由外氣所出者也後有軟
喉通之噴乃得氣食通腸胃者也其喉有十二節說曰赤柱直下喉竅以
至於心心上有骨名為枕尾字有尺名曰督宮乃氣之會也至腰下
三寸六分名曰去蓋蓋氣穴也乃中丹田在兩腎右有洞房無其居左
肝也白丸居右亦在二寸二分乃藏氣之所像氣之門直下至臍三
寸六分故曰天上三十六地下三十六自天至地人萬四千里自心至腎
有八寸四分天有三寸六分地有三寸六分中有丹田一寸二分八寸
四分而兩腎門最重門有六竅通於外腎乃神機之靈竅名曰日月
瞳印在膝下九竅即地獄即地是也又曰靈海於下寸三分曰玉池
又曰下丹田乃藏精之所採藥之處至兩腎右洞房亦在二寸六分一寸
三分此處有二竅通於內腎中有竅通於尾闕兩尾闕通兩腎室
以至膝下三寸六分下通泉
穴人身相連之靈氣也

天有九宮地有九州人下丹田有九竅以象地之九况
有九穴以指天上九宮錫骨八氣以應八方一名靈氣天
玉帝宮又名號陽天宮中靈穴名靈氣五氣無不神言
有古古而有全氣關與古相對人名稱橋鼻下人中穴與
關相背其間有督脈乃人之根本名上九竅一名性靈
玉泉又號平池舌下有四竅二竅通心為喉而飲通腎為
我神室泥丸九竅乃天皇之宮事關一穴形如子狀似
昆蟲是也釋曰須臾山行真之子不可不知也



神形如龍身字合明氣如龍氣通心三柱右曰靈氣通
靈下重四尺四兩每為腎子中有三靈台曰靈氣光靈
自為之靈五目為甲石目為玉子至六十所至靈
華得龍神靈即合五形為靈神於外魂
之賦也於後為神門神賦多法解為神
之靈噴矣肝合也靈氣通和則靈噴津
液中外靈眼日月精百術所錄存靈葉
用則七日自充靈



神光
神形如朱蓬象如倒懸
靈能變為鳥也神名丹元
字靈靈事十二兩對此凡下
一寸色如琥珀時中有五孔
三毛上智之人心孔通明中
之人五孔穴通靈下智無孔
黑明不通心為肝子為肝母古為
之宮辰靈通耳左耳為兩右耳為丁
淺為汗腎邪人心則汗濕其味甘小
鳴為之精也心合黃庭曰心部之
念是香花下有童子丹元家童子即
神也心下為靈宮

神形如龍身字合明氣如龍氣通心三柱右曰靈氣通
靈下重四尺四兩每為腎子中有三靈台曰靈氣光靈
自為之靈五目為甲石目為玉子至六十所至靈
華得龍神靈即合五形為靈神於外魂
之賦也於後為神門神賦多法解為神
之靈噴矣肝合也靈氣通和則靈噴津
液中外靈眼日月精百術所錄存靈葉
用則七日自充靈

神形如龍身字合明氣如龍氣通心三柱右曰靈氣通
靈下重四尺四兩每為腎子中有三靈台曰靈氣光靈
自為之靈五目為甲石目為玉子至六十所至靈
華得龍神靈即合五形為靈神於外魂
之賦也於後為神門神賦多法解為神
之靈噴矣肝合也靈氣通和則靈噴津
液中外靈眼日月精百術所錄存靈葉
用則七日自充靈

防身者必先於此... 靈氣通心三柱右曰靈氣通
靈下重四尺四兩每為腎子中有三靈台曰靈氣光靈
自為之靈五目為甲石目為玉子至六十所至靈
華得龍神靈即合五形為靈神於外魂
之賦也於後為神門神賦多法解為神
之靈噴矣肝合也靈氣通和則靈噴津
液中外靈眼日月精百術所錄存靈葉
用則七日自充靈

北京白雲觀藏板

修真圖

Xīuzhēntú

Kuvaus todellisen kultivoinnista

Xīu (修) tarkoitti alunperin korjata, koristella, rakentaa ja pitää hyvässä kunnossa. Myöhemmin sitä alettiin käyttää myös kun haluttiin ilmaista säätelemistä, kultivointia ja opiskelua.

Zhēn (真) tarkoittaa totuutta ja autenttisuutta. Samalla tavalla äännetty samankaltainen merkki 貞 kuvaa yritettyä, kokeiltua, oikeaa ja hyveellistä. Kaikkein vanhin merkitys merkille 貞 liittyy ennustamisen avulla saatuun tietoon. Merkki 真 viittaa kuitenkin alkuperäisempään ja kokonaisempaan tietoon kuin yrityksen ja erehdyksen tai oraakkeliin avulla selville saatuun. 真 viittaa siihen, mistä oraakkelit kertovat vain osan. Zhēn termiä käytetään vanhoissa lääketieteen klassikoissa kuvaamaan täydellistä ihmistä, kenessä täydellinen harmonia ja selkeys on hallitsevana. Osassa taolaisia suuntauksia termillä kuvattiin ihannetta täydellistyneestä ihmisestä.

Tú (圖) tarkoittaa kuvaa, kuvajaista, heijastunutta, diagrammia ja piirrettyä suunnitelmaa.

Xīuzhēntú:n alkuperästä ei ole tarkkoja tietoja. Alunperin teoksen sisältämistä tiedoista suurin osa sisältyi kokoelmaan teoksia, joita kaikkia kutsuttiin yleisesti nimellä Sisäisten näkymien kuvaus (Nèijīngtú 內景圖). Näitä kuvauksia on säilynyt ainakin 1100-luvulta asti. Taolaisten suuntausten välisten valtataisteluiden myötä tuli käyttöön uudempi kuvaus ihmisestä, nimeltään Sisäisten kanavien kuvaus (Nèijīngtú 內經圖). Vanhempia kuvauksia ruvettiin säilyttämään nimellä Xīuzhēntú (修真圖). Varhaisimmat tunnetut Xīuzhēntú-teokset ovat varhaiselta 1800-luvulta. Alkuperäisintä versiota niistä ei tunneta. Myöskään lähteinä käytettyistä teoksista ei ole tarkkaa tietoa.

Xīuzhēntú-teos alkoi kiertää taolaisissa luostareissa 1800-luvulla. Matkalla teoksiin ilmestyi uusia huomioita. Osassa kalligrafiana kulkeneita teoksia voidaan nähdä eri kalligrafien leimat ja heidän tekemänsä lisäykset. Tästä johtuen teoksesta tunnetaan useita toisistaan poikkeavia versioita. Joissain kuvissa ihminen esimerkiksi istuu kasvot toiseen suuntaa käännettynä.



Kuvassa on pala eräästä kalligrafiasta, johon useat kalligrafit ovat jättäneet jälkensä. Tässä versiossa on osia, joita ei useista muista löytynyt.

Sisällöltään teokset ovat hyvin samanlaisia. Osasta teoksia puuttuu joitain osioita kokonaan, mutta yhteiset osiot sisältävät kohtalaisen tarkasti samat merkit. Muutamat kopiot osoittautuivat kuitenkin hyvin epäluotettaviksi. Esimerkiksi yhdessä versiossa trigrammit oli kopioitu väärin paikkoihin, niin, että ne olivat ristiriidassa kuvatekstin kanssa. Keskellä vatsassa oleva trigrammi on siitä erikoinen, että se vaihtelee useinten. Teoksen eri versioita voi nähdä useissa luostareissa Guǎngdōngin maakunnassa, Húběi:n maakunnassa Wūdāng-vuoren ja Sìchuānin maakunnassa Qīngchéng-vuoren luostareissa. Myöhäisempiä versioita löytyy myös Běijīng'in ja Shànghǎi:n luostareista.

Xīuzhēntú:n sisältö viittaa osittain länsimaisen ajanlaskun ensimmäisiin vuosisatoihin. Xīuzhēntú:ssa lainaillaan hyvin merkittävää alkemistista teosta nimeltä Huángtíng Nèijīng Jīng (黃庭內景經). Ennen vuotta 250 kirjoitettu Huángtíng Nèijīng Jīng:issä kuvaillaan ihmisen olemusta ja sen sisältä löytyviä jumalallisia prinssiippejä. Teosta on käytetty hyvin paljon varhaisissa taolaisissa suuntauksissa, jotka painottivat kontemplointia, mietiskelyä ja hengitystekniikoita pyrkiessään kartoittamaan kosmoksen salat oman olemuksensa kautta.

Myös 1100- ja 1200 lukujen vaihteessa kirjoitetusta teoksesta nimeltään 丘長春真人秘傳大丹直指, on lainattu useita lauseita.

Useat Xīuzhēntú:ssa esiintyvät teoriat ja käsitykset juontavat juurensa kuitenkin vielä paljon varhaisemmalle ajalle. Esimerkiksi käsitettä täydellisyyden kultivoinnista on käytetty reilusti ennen ajanlaskumme alkua.



Taolaisessa kaanonissa on useita teoksia, joihin sisältyy kuvauksia ihmisen rakenteesta.



Esimerkkejä muista aikakauden ihmisen kuvauksista. Vastaavanlaisia kuvauksia on luultavasti käytetty suullisen perimätiedon kanssa Xīuzhēntú:n kokoamisessa.

Käännöstyön suurin ongelma oli eri versioiden väliset erot, huonolaatuiset kopiot ja se, ettei kiinan kieltä pysty kääntämään länsimaisille kielille keskustelematta teoksen tekijän kanssa. Käännös on vain tulkinta teoksesta, sillä suurella osalla merkeistä on useita merkityksiä. Olen kääntänyt vain ne osat, missä eri versiot vaikuttavat yhdenmukaisilta.

Etsiessäni tietoa muista lähteistä esimerkiksi keuhkoissa olevien Pò:n nimityksistä ja kuvauksista, törmäsin mielenkiintoiseen ongelmaan, jonka vaikutuksesta Xīuzhēntú-teokseen en osaa arvioida. Eri teoksissa oli useita erilaisia vaihtoehtoja nimille. Suurin osa on lausumisasultaan täysin identtisiä, mutta kirjoitusasultaan ja merkitykseltään hyvinkin erilaisia. Koska Xīuzhēntú:ta koottaessa osa sisällöstä on kerätty mitä erilaisemmista lähteistä, joista osa on saattanut kulkea pitkiä aikoja vain suullisena perintönä, teos voi itsessään pitää sisällään vääriä merkkejä. Tämän vuoksi tekstin yhteydessä on myös pinyin transliterointi nimistä, joiden pohjalta nimet voi löytää myös muista alan kirjoista.

-Mikael Ikivesi

人

Ihminen

Ihmisessä on 360 luuta ja niveltä, 84 000 karvaa ja aukkoa
 Selkäpuolella on kolme puomia: Wěilú, Jiājī ja Yùzhěn¹
 Wěilú on häntäluun kärjessä
 Tämä puomi voi avautua sisälle munuaisten aukkoon
 Tästä puomista nousee ohut ytimen käytävä, jota kutsutaan
 Kanaalin tulvavirraksi² ja Keltaiseksi joeksi³
 Sitä myöten yáng nousee ylös saavuttaen Jiājī:n lapaluiden välissä
 Josta se edelleen nousee aivoihin Yùzhěn:in kautta
 Nämä ovat kolme puomia
 Etupuolella on kolme eliksiirikenttää: Níwán, Maakattila ja Jadelampi
 Níwán on ylin Dāntián, sijaiten cùn:in ja kahden fēn:in kokoisella alueella
 Tyhjyys avaa aukon, joka kätkee Shénin olinpaikan
 Kulmakarvojen sydämestä sisään on Todellinen keskus
 Taivaan portilta yksi cùn syvemmällä on Kirkkauden palatsi⁴
 Cùn syvemmällä on Kuilun kammio⁵
 Ja vielä cùnin syvemmällä on Níwán⁶
 Kulmakarvojen sydämen alapuolella on nenän varsi, jota kutsutaan
 Jyrisevien salamoiden aarrekammioiksi⁷ ja Kultaiseksi sillaksi⁸
 Alempana saavumme kitalakeen.
 Kitalaen keskellä on kaksi aukkoa ja reitti kurkkuun
 Tässä on se, mitä kutsutaan Harakkasillaksi⁹
 Nielu muodostuu kaulasta ja luista
 Se on sisäisen ja ulkoisen sisään ja ulos menopaikka
 Pehmeän ja joustavan kurkun takana on nielu
 Se vastaanottaa juoman ja ruoan
 Siitä se menee vatsalaukkuun ja suolistoon
 Kurkussa on 12 säätelijää, joita kutsutaan kaksinkertaisiksi torneiksi
 Alaspäin mentäessä tulee keuhkojen aukko, josta alaspäin on sydän.
 Sydämen päällä ovat luut, joita kutsutaan Kyyhkysen pyrstöksi¹⁰
 Sydämen alapuolella on onkalo, jota kutsutaan Purppura palatsiksi¹¹
 Purppura palatsi on lohikäärmeen ja tiikerin yhdyntäpaikka

1. Katso kappaleet Wěilúguān, Jiājīguān ja Yùzhěnguān
2. Cáoxī
3. Huánghé
4. MíngTáng
5. DòngFáng
6. Katso myös kappale Ihminen. Kirjassa 抱朴子 sanotaan Níwán:in olevan 6 cùn:in syvyydessä.
7. Léitíngfǔ
8. Jīnqiáo
9. Katso kappale Taivas
10. Jīuwěi - Ren 15
11. Katso kappale Purppura palatsi

人之身有三百六十骨節八萬四千毛孔後有三關尾閭夾脊
 玉枕也尾閭在脊椎之下盡頭處關可通內腎之竅從此關起一
 條髓路號曰漕溪又名黃河乃陽升之路直至兩肩夾骨對處為
 夾脊又上至腦為玉枕此三關也前有三田泥丸土釜玉池是也
 泥丸為上丹田方圓一寸二分虛開一竅乃藏神之所眉心入內
 正中之處天門入內一寸為明堂再入一寸為洞房再入一寸為
 泥丸眉心之下謂之鼻柱又名雷霆府金橋下至口中兩竅通
 喉謂之鵲橋喉是頸骨乃內外之氣所由出入者也後有軟喉謂
 之咽乃接飲食通腸胃者也其喉有十二節號曰重樓直下肺竅
 以至於心心上有骨名為鳩尾心下有穴名曰絳宮乃龍虎交會
 之處

Kolme cùn:ia ja kuusi fēn:iä alempana on Maan kattila¹
Jota kutsutaan myös Keltaiseksi palatsiksi²
Se on keskimäinen Dāntián
Vasemmalla on Kirkkauden palatsi³
Oikealla on Kuilun kammio⁴
Vasemmalla on Terälehdetömän asuisija ja maksa⁵
Oikealla on Valkoisen alkuperän asuisija ja keuhkot
Myös tämän (Keltaisen palatsin) aukon keskellä on tyhjä onkalo
Cùn:in ja kahden fēn:in alueella on Zàng:ien Qì:n sija
Se on sulatetun ja puhdistetun Qì:n kattila⁶
Suoraan kolme cùn:ia ja kuusi fēn:iä alempana on napa
Siitä syystä sanotaan: "Taivaaseen ylös 36,
Maahan ja munuaisiin alas 36."
Taivaasta Maahan on 84 000 lí:tä
Sydämeestä munuaisiin on kahdeksan cùn:ia ja neljä fēn:iä
Taivaasta sydämeen on kolme cùn:ia ja kuusi fēn:iä
Myös maasta munuaisiin on kolme cùn:ia ja kuusi fēn:iä
Keskustan eliksiirikenttä on yhden cùn:in ja kaksi fēn:iä (alempana)
Ei kahdeksan cùn:in ja neljän fēn:in (puolessa välissä)

1. Tūfǔ

2. Huángtíng tarkoittaa keltaista tai kullanväristä puutarhaa tai palatsia.

3. Míngtáng. Sama nimi kuin päässä olevalla paikalla, sijainnin perusteella paikka on kuitenkin eri.

4. Dòngfáng. Sama nimi kuin päässä olevalla paikalla, sijainnin perusteella paikka on kuitenkin eri.

5. Maksa on kehossa oikealla. Luulen, että tässä viitataan kuitenkin Maksan ja Keuhkon Shéneihin.

太上老君內觀經: 無英居左, 制三魂也。白元居右, 拘七魄也。

"Terälehdettömän asuisija on vasemalla, se säätelee kolme Hún:ia

Valkoisen alkuperän asuisija on oikealla, se pidättää seitsemän Pò:ta"

6. 易筋經 kertoo tähän kohtaan kerääntyvän myöhemmän taivaan Qì:n.

Ravinnosta ja hengityksestä saatava Qi.

直下三寸六分名曰土釜黃庭穴也乃中丹田左明堂右洞房無
英居左肝也白元居右肺也亦空一寸二分乃藏氣之所煉氣之
鼎直下至臍三寸六分故曰天上三十六地腎下三十六自天至
地八萬四千里自心至腎有八寸四分天心三寸六分地腎三寸
六分中有丹田一寸二分非八寸四分而何

Mitä Navan portti¹ merkitsee?
 Sitä kutsutaan Elämän oveksi²
 Siinä on seitsemän aukkoa, jotka yhdistyen ulkoisiin munuaisiin³
 Voivat vuodattaa Henkisen essenssin⁴ ulos (peniksestä)
 Aukko tunnetaan nimellä Laskeutuvan kuun uuni⁵
 Alempana, lähellä Rènmai:ta, on yhdeksän aukkoa
 Alisessa⁶ saavumme pääkaupunki Fēng:iin⁷
 Lisäksi sitä kutsutaan Qì:n mereksi⁸
 Hieman alempana, cùn:in ja kolme fēn:iä, sanotaan olevan Jade lampi⁹
 Sitä kutsutaan myös alimmaksi Dāntián:iksi
 Se on Zàng:ien Jīng:in sija
 Se on kerätyn lääkkeen asuinsija¹⁰
 Vasemmalla on Kirkkauden palatsi¹¹
 Oikealla on Kuilun kammio¹²
 Myös tässä aukossa on tyhjä onkalo cùn:in ja kahden fēn:in alueella
 Täällä on kaksi aukkoa, jotka avautuvat sisäisiin munuaisiin
 Munuaisten keskellä on aukko, joka avautuu Wēilú:n puomiin
 Tästä johtuen Wēilú:n puomi voi avautua kummankin munuaisen palatsiin
 Jatkaen siitä alas polvien alle Sānlǐ-pisteeseen
 Ja vielä alemmaksi Yǒngquán pisteeseen
 Siksi ihmisen olemus on tiukassa yhteydessä näihin aukkoihin

-
1. Qímén
 2. Shēngmén
 3. Ulkoiset munuaiset tarkoittavat kiveksiä
 4. Jīngshén
 5. Yǎnyùelú. 丘長春真人秘傳大丹直指 teoksen mukaan navan ja munuaisten välissä on se, mitä kutsutaan Yǎnyùelú:ksi
 6. Dìyù. Dì tarkoittaa maata ja yù oikeudenkäyntiä tai vankilaa. Dìyù tarkoittaa helvettiä ja alista.
 7. Fēng oli King Wenin Chou dynastian pääkaupunki
 8. Qìhǎi - Ren 6
 9. Yùchí
 10. Yào tarkoittaa lääkettä. Termi käännetään usein englannin kielessä termiksi alchemical agent.
 - 11-12. Míngtáng ja Dòngfāng. Nämä nimitykset on mainittu myös ylimmän ja keskimmäisen Dāntián:in kohdalla.

關竅也
 尾閭通兩腎堂以至膝下三里穴再下至湧泉穴此人身相通之
 穴方圓一寸三分此處有二竅通於內腎腎中有竅通於尾閭由
 玉池又曰下丹田乃藏精之所採藥之處左明堂右洞房亦空一
 即任脈下有九竅即地獄艷都是也又曰氣海稍下一寸三分曰
 臍門號曰生門有七竅通於外腎乃精神漏洩之竅名曰偃月爐

天

Taivas

Taivaassa on yhdeksän palatsia
Maassa on yhdeksän valtiota
Ihmisen alemmassa Dāntián:issa on yhdeksän aukkoa
Aivan niin kuin maassa on yhdeksän valtiota
On yhdeksän luolaa, jotka säätelevät yhdeksää taivaallista palatsia
Kallon kahdeksan luuliuskaa resonoivat kahdeksan suunnan kanssa
(Kalloa) kutsutaan Taivaallisen Jadekeisarin palatsiksi Xūmí-vuorella¹
Sitä kutsutaan myös Puhtaan Yángin taivaalliseksi palatsiksi²
Keskellä tyhjyyttä on onkalo
Sitä kutsutaan Mysteerisen äärettömyyden mestariksi³
ja Alkuperäisen Shénin palatsiksi⁴
Kielessä on kultaisen lukon puomi, jota suhteessa kitalakeen kutsutaan
Harakka sillaksi⁵
Nenän alapuolella on ihmisen keskus⁶
Vastakkain olevien vallien välissä on Dū Mài
Se on ihmisen juuri ja perusta
Sitä kutsutaan Korkeuden yhdeksäksi aukoiksi⁷
Se tunnetaan myös Todellisen luontoni juurtumisena Jade-lähteeseen⁸
Ja myös Loistavana lampena⁹
Kielen alla on neljä aukkoa
Kaksi aukkoa yhdistyvät sydämeen ja muodostavat nesteitä
Toiset kaksi yhdistyvät munuaisiin muodostaen egon ja minuuden
Shénin kammiossa on Níwán¹⁰ ja yhdeksän aukkoa
Se on Taivaallisen keisarin palatsi¹¹
Keskellä on kananmunanmuotoinen luola
Sen suuruus on kuin KunLun vuoren
Kommentaarit puhuvat Xūmí-vuoresta
Totuutta kultivoineet mestarit eivät voineet olla tietämättä

-
1. Mí lúo Tiān Yùdì gōng - Jade keisarin sanottiin asuvan taivaissa Xūmí - vuorella. Xūmí vuori on Taolainen vastine Hindujen Sumeru vuorelle, jolla kaikkein korkein asuu.
 2. Chúnángtiāngōng 3. Xuánqióngzhǔ 4. Yuánshéngōng
 5. Quèqiáo - Legendan mukaan Jumalattaren tytär ja maanviljelijä (tai härkä) erotettiin toisistaan, mutta he saavat harakoiden sillan avulla tavata toisensa kerran vuodessa, seitsemännen kuun seitsemäntenä päivänä. Legendan mukaan Vega kohtaa silloin taivaalla Altair tähden. Sinä hetkenä taivas ja maa voivat yhtyä ja maa voi syntyä uudelleen. Samalla tavalla ihmisessä varhaisempi ja myöhäisempi taivas voivat yhtyä kielen välityksellä.
 6. Réngōng - Du 26 7. Shàngjūqiào 8. Xìnggēn Yùquán 9. Huāchí
 10. Níwán tarkoittaa sananmukaisesti sameaa mutapilleriä. Termiä käytetään usein aivoista. Sillä kuitenkin viitataan tarkemmin ottaen käpyrauhaseen, jonka sanotaan olevan pyöreä paikka suoraan Taivaan portista eli kolmannesta silmästä sisään.
 11. Tiānhuánggōng

天有九宮地有九州人下丹田有九竅以象地之九州有九穴以
按天上九宮腦骨八片以應八方一名彌羅天玉帝宮又名純陽
天宮中空一穴名玄穹主又名元神宮有舌舌內有金鎖關與舌
相對又名鵲橋鼻下人中穴與關相對其間有督脈乃是人之根
本名上九竅一名性根玉泉又號華池舌下有四竅二竅通心為
液兩竅通腎為我神室泥丸九竅乃天皇之宮中間一穴形如雞
子狀似崑崙是也釋曰須彌山修真之子不可不知也

九
真

Yhdeksän autenttista

Autenttinen on
Kohotettu
Taivaallinen
Henkinen
Korkein
Mysterinen
Kuolematon
Tyhjä
Suurin
Huipentunut





Sydän

Sydämen Shén on kuin helakanpunainen lintu
 Se muistuttaa ylösalaisin roikkuvaa lootuksen nuppua
 Se voi muuttaa veden vereksi
 Sen Shénin nimi on Eliksiirin lähde¹
 Ja sen tehtävänä on ylläpitää Língiä
 (Sydän) painaa 12 liäng:ia²
 Sitä vastapäätä ja yksi cùn alas on Kyyhkysen pyrstö³
 Väri on kuin valkoisen puhtaan silkin läpi hohtava tulipunainen
 Keskellä on seitsemän aukkoa ja kolme sulkaa
 Korkeamman viisauden⁴ ihmisessä Sydämen aukko
 Kommunikoi kirkkauden⁵ kanssa
 Keskimmäisen viisauden ihmisessä viisi aukkoa ja sydämen luola
 Kommunikoivat Qì:n⁶ kanssa
 Alemmassa viisaudessa yksikään aukko, Qì, eikä kirkkaus kommunikoi
 Sydän on maksan lapsi ja pernan äiti, kielen ollessa sydämen virkamies
 Keisarillisen kaupungin aukko avautuu korviin⁷
 Vasen on Bǐng⁸ ja oikea Dīng⁹
 (Sydämen) erite on hiki
 Munuaisten perverssien energioiden mennessä sydämeen
 Hiki vuotaa ylitse ja sen maku on imelä
 Ohutsuoli on sen Fǔ-elin ja sydämen kumppani

Huáng Tíng Jīng sanoo:
 Sydämen palatsissa lootus kukkii
 Sen alla on nuoren poikalapsen ja eliksiirin alkuperäinen koti
 Nuoresta poikalapsesta tulee sydämen Shén
 Sydämen alapuolella on Purppura palatsi¹⁰

1. Dānyuán
2. 12*37,4g -> n. 450g
3. Jīuweī - Ren 15
4. Zhì - tahto ja tietoisuuden valppaus aspekti. Nèiguānjīng sanoo Zhìn olevan se, mikä saa Yì:n ilmenemään ja tulemaan todeksi.
5. Míng
6. Qì - huomaa, että qì:n ideogrammi tässä viittaa varhaisen taivaan autenttiseen qì:hin, joka on yhä ykseyden tilassa.
7. Sydämen oma kanava ei yhdisty korviin, mutta ohutsuolen kanavan haara menee pisteestä Tīnggōng solisluun kuoppaan ja siitä sydämeen. Useat tekstit mainitsevat kuitenkin vain munuaisten avautumisen korviin.
8. Bǐng - 3. taivaallinen runko, johon liittyy tuli ja kirkkaus
9. Dīng - 4. taivaallinen runko, johon liittyy viriiliys
10. Jiànggōng - katso kappale Purppura palatsi

心神形如朱雀象如倒懸蓮蕊能變水爲血也神名丹元字守靈
 重十二兩對鳩尾下一寸色如縞映絳中有七孔三毛上智之人
 心孔通明上智之人心孔通明中智之人五孔心穴通炁下智無
 孔炁不通心爲肝子爲脾母舌爲之宮闕竅通耳左耳爲丙右
 耳爲丁液爲汗腎邪入心則汗溢其味甘小腸爲之腑與心合黃
 庭經曰心部之宮蓮含花下有童子丹元家童子即心神也心下
 爲絳宮

肝

Maksa

Maksan Shén muistuttaa Sinivihreää lohikäärmettä¹
 Jonka nimenä on Ruumiillistuva kirkkaus²
 Maksa näyttää kuin roikkuvalta pullokurpisalta ja on lähellä sydäntä
 Sen vasemmalla puolella on kolme terälehteä ja oikealla neljä
 Sappi on kiinnittyneenä kuin lyhyenä terälehtenä sen alle
 Maksa painaa neljä jīniä ja neljä liängia³
 Se on sydämen äiti ja munuaisen lapsi
 Sen sisällä on kolme Hún:ia
 Heidän nimensä ovat:
 Kirkas selkeä Lìng⁴, Korkeuksien valo⁵ ja Hiljaisuuden jīng⁶
 Silmät ovat maksan elin, vasen on Jiǎ⁷ ja oikea on Yī⁸
 Kun mies ylittää 60 vuotta maksan Qì heikkenee ja terälehdet kuihtuvat
 Sappi vähenee hitaasti ja silmät tulevat sameiksi
 Muodossa se on lihakset ja jänteet
 Maksan kanava on harmoniassa puun kanssa
 Se on Hùn:ien Zàng-elin
 Nesteissä se on kyyneleet
 Munuaisten patogeenien tunkeutuessa maksaan syntyy paljon kyyneliä
 Sappi on maksan Fǔ-elin ja ne yhdistyvät toisiinsa harmonisesti

Huáng Tíng Jīng sanoo:
 (Maksa) harmonisoi ja säätelee Hún:it ja Pò:t
 Se säätelee myös ohuiden ja paksujen nesteiden tasapainon
 Ukoinen suhde avautuu silmiin, auringon ja kuun Jīng:iin
 Se on satojen (kroonisten) sairauksien sija
 Se on malja, joka säilyttää ilman kukkien ilmentymistä
 Siten se tulee itsestään täyteen seitsemässä päivässä⁹

-
1. Qīnglóng
 2. Hánmíng. Hán tarkoittaa sananmukaisesti pitää suussaan tai inkarnoida. Míng tarkoittaa kirkkautta tai näkemystä.
 3. Jīn on 500g ja liǎng on 37,4g
 4. Shuǎnglíng
 5. Táiguāng. Tái tarkoittaa korotettua tasoa, pintaa, lavaa, terassia, observatoriota ja tornia. Se on myös korkea asemaa kuvaava titteli. Joissain teksteissä se viittaa tähtiin Ursa majorin jalassa. Muutamassa lähteessä nimessä on sikiön ideogrammi, joka lausutaan lähes samalla tavalla - Tái.
 6. Yōujīng olisi sananmukaisesti hiljanen, rauhallinen, yksinäisyyteen kätkeyty essenssi.
 7. Jiǎ on ensimmäinen taivaallinen runko, siemen ja alku
 8. Yī on toinen taivaallinen runko, itäminen
 9. Useimmissa HuángTíngJīng:in versioissa lukee kuitenkin: 同用七日自充盈. Sen voisi paremminkin kääntää tarkoittamaan: "Käytä seitsemän päivää vuodattaaksesi täyteen keräytynyt". Luultavasti tämä viittaa käsitykseen siitä, että ihmisten olemus on täynnä vielä ilmenemättömiä sairauksia. Tällaiset jīng:in pilaavat sairaudet pyrittiin puhdistamaan silmien kautta eräällä hyvin paljon joogan tratka-harjoitusta muistuttavalla tekniikalla.

肝神形如青龍象字含明象如懸匏少近心左三葉右四葉胆附
 短葉下重四斤四兩爲心母爲腎子肝中有三魂名曰爽靈台光
 幽精目爲之官左目爲甲右目爲乙男子至六十肝炁衰肝葉薄
 膽漸減目即昏在形爲筋肝脉合於木魂之臟也於液爲淚腎邪
 入肝故多淚膽爲肝之腑膽與肝合也黃庭經云和制魂魄津液
 平外應眼目日月精百病所鍾存無英用同七日自充盈

膽

Sappi

Mikä on Sappi?
Se on Metallin jīng
Ja Veden Qì
Sen väri on sinivihreä¹
Pienenä lisäkkeenä se on kiinni maksan alaosassa
Sappi on rohkeus ja varmuus
Sapen ollessa suuri ei pelkää eikä säikähdä
Shénin nimi on Lohikäärmeen loisto²
Sen tehtävänä on olla Majesteetillinen kirkkaus³
Se on kuin kilpikonnan ja käärmen sekoitettu muoto
Ulkomuodoltaan sappi on kuin roikkuva pussi
Se painaa kolme liǎng:ia ja kolme zhū:ta⁴
Se on maksan Fǔ ja on kuin se olisi maksan otteessa
Sappea ei sovi laskea viiteen Zàng:iin, vaan se kuuluu 6 Fǔ:hun
Sappi vastaanottaa veden Qìn ja Kǎn:in⁵ kanssa kokoaa Dào:n
Siksi se ei ole samanlainen kuin kuusi muuta Fǔ:ta
Vaan sopisi siksi olemaan sappen Zàng
Yhdessä virtsarakon kanssa se hallitsee hiuksia

Huáng Tíng Jīng sanoo:
Hallitsee kaiken Qì:n ja voiman⁶
Se ohjaa hyökkäävien tiikerien strategialla
Ulkoinen suhde katseeseen, pupilliin ja nenän juureen silmien välissä
Tukee aivoja, hiuksia ja lisäksi kaikkea kirkasta ja selkeää
(Sen shénillä on) Yhdeksän värinen loistava kudottu vaippa
Ja vihreät loistavat liepeet

-
1. Qīng tarkoittaa vihreää ja sinistä, samoin myös meren sinivihreää.
Vanhoissa teksteissä sekä maksan, että sapen väreiksi on kirjoitettu sama qīng.
 2. Lóngyào
 3. Wēimíng - tarkoittaisi ehkä paremminkin, että sen tehtävänä on olla kirkas majesteetillinen auktoriteetti, jolla on kirkas näkemys. Nèijīng kertoo kaikkien Shénien saavan joka aamu Wēimíngiltä tiedon ja määräykset.
 4. Liǎng = 37.4g ja Zhū on kirjoittajan kotiseudusta riippuen joko 1/48 tai 1/24 osa liǎngia.
Paino on siis noin 115g- 117g.
 5. Kǎn on Veden syvänteen trigrammi.
 6. Lì

膽者金之精水之氣其色青附肝短葉下膽者敢也膽大者必不
驚神名龍耀字威明形如龜蛇混形其象如懸袋重三兩三銖爲
肝之腑若據膽當不在五臟之數應歸於六腑因膽亦受水氣與
坎同道又不可同於六腑故別立膽臟合於膀胱亦主毛髮黃庭
經曰主諸氣力攝虎兵外應眼瞳鼻柱間腦髮相扶亦俱鮮九色
錦衣綠華裙

肺

Keuhkot

Keuhkojen Shén on kuin valkoinen tiikeri
 Keuhkot näyttävät roikkuvalta soitinkiveltä¹
 Ne sijaitsevat ylinpänä viidestä Zàng:ista vastapäätä kohtua
 Keuhkot muistuttavat kantta
 Tämän vuoksi ne ovat (nimeltään) Loistava peite²
 Keuhkojen Shénin nimi on Valkoinen kukka³
 Ja tehtävänä on tyhjäksi tekeminen
 Keuhkot painavat kolme jīn:iä ja kolme liǎng:ia⁴
 Niillä on kuusi terälehteä ja kaksi kahvaa
 Yhteensä se tekee kahdeksan terälehteä
 Keuhkot ovat pernan lapsi ja munuaisten äiti
 Sisällä Zàng:issa on seitsemän Pò:ta aivan kuin pientä lasta
 Heidän nimensä ovat:
 Ruumis koira⁵, Ryömivä ruumis⁶, Lintumainen yīn⁷, Nielevä varas⁸,
 Äiti joka ei synnytä⁹, Saastan pyyhkijä¹⁰ ja Pahanhajuiset keuhkot¹¹
 Tämän vuoksi Pò:illa on seitsemän nimeä
 Nenä on sen virkamies
 Vasen (sierain) on Gēng¹² ja oikea Xīn¹³
 Qì:ssä on huokaus ja yskä
 Nesteissä se on räkä
 Muodossa on iho ja karvat
 Ylös avautuessaan Qì saavuttaa aivot
 Alas avautuessaan Qì saavuttaa pernan ja keskustan
 Keuhkot hallitsee ja kokoaa kaikki Qì:t
 Keuhkot ovat ulos ja sisään hengityksen juuri ja varsi

Huáng Tíng Jīng sanoo:
 Raskaassa astmaattisessa ja katkonaisessa hengityksessä
 Keho ei ole tyytyväinen ja nopea
 Keuhkot säilyttävät Valkoisen alkuperän¹⁴ ja kuusi qì:tä

1. Qìng on eräs soiva kivilaji. Kiviä asetettiin naruihin roikkumaan ja tehtiin 'kellopelejä'.
2. Huágài - Ren 20
3. Hàohuā
4. Jīn on 500g ja liǎng on noin 37g.
5. Shīgǒu himoitsee syödä.
6. Fúshī himoitsee kaivautua.
7. Qiǎoyīn himoitsee kauneutta.
8. Tūnzéi himoitsee uhkapelejä.
9. Fēishēngmǔ haluaa rangaista.
10. Chúhuì on ahne.
11. Chòufèi pitää kaikesta sekaisesta.
12. Gēng on seitsemäs taivaallinen runko ja edustaa uudistumista.
13. Xīn on kahdeksan taivaallinen runko ja tarkoittaa työlästä, kitkerää ja ilkeää.
14. Báiyuán tarkoittaa myös tyhjää ja alkuperäisintä.



肺神形如白虎象如懸磬居五臟之上對胞若覆蓋故為華蓋神
 名皓華字虛成重三斤三兩六葉兩耳總計八葉肺為脾子為腎
 母內藏七魄如嬰兒名曰尸狗伏屍雀陰吞賊非毒除穢臭肺乃
 七名也鼻為之官左為庚右為辛在炁為咳在液為涕在形為皮
 毛也上通炁至腦下通炁至脾中是以諸炁屬肺肺為呼吸之根
 黃庭云喘息呼吸體不快急存白元和六氣

脾

Perna

Perna kuuluu keskustaan ja maahan
Se kukoistaa neljässä (väli?) vuodenajassa
Perna on Keltainen keisari¹ ja sen Shén on kuin Feenix-lintu
Perna muistuttaa ylösalaisin olevaa pesuvatia
Sen nimi on Ikuisessa olo²
Ja se toimii Hún:ien hovina³
Se on peitossa heti navan yläpuolella mahalaukun alla
Se on Kūn:in Qì⁴ ja Maan Jīng
Sijaiten kolme cùn:ia sydämen alapuolella
Perna painaa jīn:in ja kaksi liǎng:ia⁵
Se on kolme cùn:ia leveä ja yhden chǐ:n⁶ pitkä
Perna on sydämen lapsi ja keuhkojen äiti
Se avautuu ulos kulmakarvoihin⁷
Ja suu on sen virkamies
Sen Shén on hyvin kateellinen⁸
Pernalla ei ole pysyvää muotoa ja se hallitsee maata ja Yīn:iä
Perna on 5 Zàng elimen akseli
Avautuu aukoissa suuhun ja makuaistiin
Muodossa se on posket⁹
Pernan kanava tulee esiin Kätketystä selkeydestä¹⁰
Siten se on lihan juuri ja Yin asunto¹¹

Huáng Tíng Jīng sanoo:
(Perna) parantaa ihmisen sata sairautta
Se sulattaa ja yhdistää harmonisoiden jyvät ja ravinnon
Sen Shén:illä on kullan keltaiset vaatteet, purppurainen vyö
Vyön soljessa on lohikäärme ja tiikeri

1. Huángdì - Keltainen Keisari.
2. Chángzài tarkoittaa rajattomassa ikuisuudessa olemista
3. Húntíng tarkoittaa Hún henkien hovia
4. Huomaa tämän qì:n ideogrammin viittaavan taas varhaiseen taivaasen
5. Yksi Jīn on 500g ja kaksi liǎng:ia 74,8g. Perna painaa noin 575g
6. Yksi chǐ oli Zhou dynastian aikaan 22.5 cm nykyään 35,8cm
7. Méi tarkoittaa kulmakarvoja ja niiden välissä olevaa pehmeää, usein karvatonta, kohtaa.
8. Dūojí
9. Jiá tarkoittaa poskia, leukaa ja leukaluita
10. Yīnbái - Sp 1
11. Lause voidaan suomentaa siten, että se tarkoittaa joko sitä, että perna on yì:n eli intentioiden ja ajatusten asuinsija ja lihan juuri. Lisäksi lauseen voidaan myös nähdä tarkoittavan, että Perna Yīnbái:n kautta on koko lihallisen ruumiin alkuperäisen idean asuinsija

脾屬中央土旺於四季為黃帝神形如鳳象如覆盆名常在字魂
庭正掩臍上橫覆於胃坤之炁土之精也居心下三寸重一斤二
兩闊三寸長一尺脾為心子為肺母外通眉口為之官其神多嫉
脾無定形主土陰也故脾為五臟之樞開竅於口在形為頰脾脉
出於隱白乃肉之本意處也黃庭經云治人百病消谷糧黃衣紫
帶龍虎章

腎

Munuainen

Munuainen kuuluu pohjoiseen ilmansuuntaan ja veteen
 Trigrammeissa se kuuluu Kǎn:iin
 Sen shén muistuttaa mystistä peuraa, jolla on kaksi päätä
 Sen nimi on Mystinen yön pimeys¹
 Ja tehtävänä on ravita imeväisikäistä vauvaa
 Ulkonäöltään ne muistuttavat munanmuotoisia kiviä,
 Jotka vyötärön korkeudella kasvavat pareina kiinni selkärankaan
 Painavat kolme jīn:iä ja yhden liǎng:in²
 Hallitsee ja jakaa Veden ja Qì:n, ja ne kastelevat koko olemuksen
 Ne ovat kuin puun tai kasvien juuristo
 Vasen on munuainen ja oikea on Míng³
 Eläessä se on Qì:n kartano ja kuollessa se on Qì:n portti
 Säästeltynä se ylläpitää, kulutettuna se haihtuu
 Munuainen on maksan äiti, keuhkon lapsi ja korvat ovat sen virkamies
 Taivaan synnyttämä minuus ja siihen virtaava Qì muutoksineen
 Tunnetaan Jīng:inä
 Jīng ja Qì virtaa edestakaisin Shénin vuoksi
 Millainen Shén? Munuaiset Zàng:issa se on tuntemukset⁴ ja tahto⁵
 Vasen kuuluu 9. ja oikea 10. taivaalliseen runkoon⁶
 Ajassa se on 1. ja 12. maallinen oksa⁷
 Qì:ssä se on puhallus, nesteissä se on sylki ja muodossa se on luut
 Kanavina⁸ ylimmässä, Ravitsevan qì:nä⁹ keskimmaisessä
 Ja Puolustavana qìnä¹⁰ alimmassa lämmittimessä
 Huáng Tíng Jīng sanoo:
 Munuaisten palatsissa on musta pyöreä vartiotorni
 Ympyrän keskellä on nuori lapsi ja korkein mysteeri
 Munuaiset hallitsevat kaikki 6 Fū elintä ja on 9 nesteen alkuperä
 Ulkoinen suhde kumpaankin korvaan ja sataan nesteeseen

-
1. Xuánmíng
 2. Jīn on 500g ja liǎng on 37,4g. Eli yhteensä 1537,4g.
 3. Míng tarkoittaa kohtaloa ja elämää. Monissa teksteissä nimellä MíngMèn.
 4. Qíng eli tuntemukset, rakkas, halu ja kiintymykset.
 5. Zhì tarkoittaa tahtoa, viisautta ja kyky tehdä se, mitä on päätetty.
 6. Rén on veden yáng ja raskaana olo. Guǐ on veden yin.
 7. Zǐ on kello 23-01 ja Hàì 9-11. Zǐ tarkoittaa myös siementä, munaa, lasta ja alkua. Hàì taas on viimeinen ja uusi alku. Kiinalaisessa lääketieteessä viitataan usein, että munuaisten aika on klo 17-19. Kello 23-01 on taas sapen ja 9-11 pernan aika. Teksti ei kuitenkaan puhu tässä Yíngqì eli ravitsevan qìn kierto ajoista.
 8. Jīng
 9. Róng-Qì
 10. Wèi-Qì

腎屬北方水於卦屬坎形似玄鹿兩頭名玄冥字育嬰象如卵石
 子生對附腰脊重三斤一兩主分水氣灌注一身如樹之有根左
 曰腎右曰命生炁之府死炁之門如守之則存用之則竭為肝母
 為肺子耳為之官天之生我流氣而變謂之精精氣往來為之神
 神者腎藏其情智左屬壬右屬癸在辰為子亥在氣為吹在液為
 唾在形為骨經於上焦榮於中焦衛於下焦黃庭經云腎部之宮
 玄闕圓中有童子上玄主諸六腑九液源外應兩耳百液津

兩腎

Kaksi munuaista

Miksi kaksi munuaista?
 Niillä on kaksi tarkoitusta
 Niiden keskellä on ympyrä, jossa on minun todellinen Jīng:ini
 Zàng elimen sisällä on punaisen ja valkoisen kaksi Qì:tä
 Äidin vatsan keskellä ei ole vielä Shēn:iä¹
 Ensin on tämä onkalo ja tästä aukosta virtaa elämä tähän Shēn:iin
 Vasen on kuin mysteerinen Yáng²
 Oikea on kuin naisellinen Yīn³
 Keskellä oleva luola on myöhäisemmän taivaani Jīng:in meri
 Se toimii todellisena lyijynä
 Kungfutselaiset kutsuvat sitä Tàijí:ksi⁴
 Taolaiset kutsuvat sitä Vetisen seudun lyijyksi⁵
 Sen pohjoinen suunta kutistaa ja heikentää
 Autenttisen Qì:n⁶ purppuranpunaisessa virrassa on vesipyörä
 Sen mukaisesti kulkeminen synnyttää ihmisen
 Vastakkainen kulku muuttaa kuolemattomaksi
 Sitä kutsutaan nimellä Kanaalin tulvavirta⁷ ja Esi-isien palatsi⁸
 Avautuen ylös ja alas kahdesta aukosta
 Laskeutuen Loistavaan lampeen⁹
 Sitä, mikä tulee ulos kielen alapuoleisen aukon sisältä
 Kutsutaan Jade vedeksi¹⁰

1. Shēn. "Sitä, mikä kokoaa ja sulkee sisäänsä sata Shēn:iä kutsutaan Shēn:iksi."
 (太上老君內觀經：總括百神，謂之身)

2. Xuányáng

3. Pinyīn

4. Tàijí tarkoittaa korkeinta ja suurinta äärimmäisyyttä.

5. Shuǐ Xiāngqiān

6. Zhèngqì

7. Cáoxī

8. Zǔgōng

9. Huáchí

10. Yùquán

兩腎者兩儀也中間有連環是我真精內藏赤白二炁在母腹中
 未有此身先有此穴因有此穴始生此身左為玄陽右為牝陰中
 穴實我後天之精海又為真鉛儒名太極道名水鄉鉛乃北方肅
 殺正氣紫河車順則生人逆則成仙一名漕溪一名祖宮通上下
 二眼降華池在舌下竅內出名玉泉

尾閘關

Wěilúguān

Wěilú:n puomi¹
Sitä kutsutaan Yhdeksänkertaiseksi aukoksi²
ja Yhdeksänpäiseksi leijonaksi³
Sanotaan, että Prinssi kumautti yhdeksänkertaista rautaista rumpua⁴
Yīn:in puomi⁵ oli lujasti kiinni
Kokonaiseen vuoteen se ei auennut
Se tunnetaan Yhdeksänkertaisena rautaisena rumpuna
Puhtaalla Qì:llä⁶ Prinssi sai puhtaimman meden kastelemaan huipun
Ja onnistui porautumaan läpi
Siksi sitä kutsutaan Yhdeksänkertaisen rummun iskemiseksi
Sen avulla nouseaan Taivaan polkua

Puomia kutsutaan myös Maan akseliksi, joka on Shén:in malja⁷,
Kääntymiseksi kohti taivaallista vuorenhuippua⁸
Lohikäärmeen ja Tiikerin luolaksi⁹
ja Kolmeksi yhteen kiinnittyneeksi luuksi¹⁰

Munuaisissa on Kultainen kattila¹¹
Sisäinen ja ulkoinen ovat läheisesti yhteydessä
Yhdessä kolme tietä kulkevat läpi Jiājī:stä¹²
Ylös läpäisten Päälaen portin¹³ ja aina ylös Níwán:iin¹⁴
Avautuen koko olemuksen luuytimiin

-
1. Wěilúguān tarkoittaa sananmukaisesti hännän kyläportin puomia
 2. Jiūqiào
 3. Jǐutóushīzǐ
 4. Shè Jiūzhòngtǐegū. Joogaperinne tuntee tekniikan, jossa häntäluuta paukutellaan rautaisella kapulalla. Tekniikan tarkoituksena oli avata alin ja kaikkein vaikein brahmanin solmuista. Sanottiin, että kepillä saadaan nukkuva Kundalini-käärme heräämään unestaan. Luultavasti kyseessä on vastaava tekniikka.
 5. Yīnguān
 6. Huomaa alkuperäisen qì:n ideogrammi
 7. Dìzhúshénhú
 8. Cháotiānlǐng
 9. Lónghǔxué
 10. Sānchágǔ
 11. Jīndǐng
 12. Katso kappale Jiājī
 13. DǐngMén
 14. Katso kappaleet Ihminen ja Taivas

尾閭關一名九竅又名九頭獅子之如太子射九重鐵鼓陰關固
閉常年不能開名九重鐵鼓太子純陽炁也能醍醐灌頂方能穿
通故曰射九重鐵鼓乃上天之徑路也一名地軸神壺又名朝天
嶺一名龍虎穴一名三叉骨腎內有金鼎內外相通共三路上通
夾脊直透頂門而上泥丸通一身之骨髓也

夾脊關

Jiājǐguān

Jiājǐ¹ on Kaksinkertainen puomi²
Se on todellisen jumalallisen kuolemattomuuden
Nousemisen ja laskemisen kapea väylä
Se on olemukseni kanava
Saapuen Gāohuāng pisteisiin³
Taolaiset kutsuvat sitä Kaksinkertaiseksi puomiksi
Nostopyörä on välissä keskellä
Vasen on Aurinko⁴ ja oikea on Kuu⁵
Yáng nostaa Yīn:iä uloshengityksen mukana
Kuljettaen läpi Tiānzhù:sta⁶
Puomia kutsutaan myös nimellä:
Astua sisään Śāla-puun alla, ymmärtää ja tulla ulos Śāla-puun alla⁷

Yángin puomissa⁸ kanava painuu sisään
Tätä pistettä on poltettu ja haihdutettu⁹ puomin avaamiseksi

(Puomin avulla energia) laskee alas Kuplivaan lähteeseen¹⁰
Nousee ylös aina Níwán:iin¹¹
Lùo-radat yhtyvät Purppura palatsiin¹²
Loistava lampi¹³ kokoaa vesipisarat
Ja laskee ne Loistavaan peitteeseen¹⁴
Viisi elementtiä asettuu alimmassa Dāntián:issa Elämänrungon¹⁵ sisälle

-
1. Jiājǐ tarkoittaa sananmukaisesti puristaa selkäranka väliinsä. Se on myös yksi nimi pisteelle Du 10
 2. Shuāngguān
 3. Gāohuāng(shū) - BL 43
 4. Tàiyáng tarkoittaa suurinta yáng:ia ja aurinkoa
 5. Tàiyīn tarkoittaa suurinta yīn:iä ja kuuta.
 6. Katso kappale Tiānzhù
 7. Shuānglín. Śāla-puu. Legendan mukaan Buddha syntyi, valaistui ja kuoli (astui mahaparinirvanaan) Śāla-puun alla.
 8. Yángguān
 9. Pisteitä on moksattu äärimmäisen voimakkaasti. Esimerkiksi 100-300 moksajyvällä.
Qihǎi:ta on sen jälkeen moksattu suojaamaan syntyneeltä kuumuudelta.
 10. Yǒngquán on munuaisten 1. piste
 11. Katso kappaleet Ihminen ja Taivas
 12. Katso kappale Purppura palatsi
 13. Katso kappale Kieli
 14. Huágài. Katso kappale Keuhkot
 15. Míngdì viittaa usein napaan.

夾脊雙關實神仙升降之徑路是我身脉即膏肓穴道曰雙關內
輓轡在中左爲太陽右爲太陰陽升陰呼路通天柱穴又名內雙
林通外雙林陽關脉伏此穴薰蒸關竅下湧泉上通泥丸絡接絳
宮華池取水降于華蓋五行之所下丹田命蒂之內

玉
枕
關

Yùzhěnguān

Yùzhěn puomi¹

Tätä paikkaa kutsutaan Yángin palatsiksi²,

Jadepääkaupungin vuoreksi³

Taivaan tukipilariksi⁴

ja Korkeimman itämisen onkaloksi⁵

Suuren nikaman⁶ jälkeen luut pienenevät

Todella Taivaaseen kohotakseen

Täytyy mennä vastaan tätä ohutta virtaa

Sisällä Keltainen lohikäärme kääntyy ja nousee ylös

Hyökyn kiehuvasta suuresta virrasta

Ylös ja alas läpäisten täysin kaiken

Tämä puomi on hyvin tiukka

Yáng Shénin suoja

Päästäkseen ylös täytyy käyttää Yáng Qì:tä⁷

Näin voidaan nopeasti hyökyä suoraan läpi

Muuntaen elämän

Todellinen Qì saavuttaa Harakoiden sillan⁸

Härkä ja nainen kohtaavat synnyttääkseen lapsen

1. Yùzhěnguān tarkoittaa Jadetyynyn puomia. Nimi luultavasti juontaa osittain juurensa vanhoista
Jadesta tehdyistä tyynyistä. Tämä on se kohta, joka painui tyynyä vasten.

2. Yánggōng

3. Yùjīngshān

4. Tiānzhù. Akupunktuuri tuntee BL 10:n tällä nimellä, mutta Taolaiset pisteen DU 16.

5. Tàiyǐxué

6. Dàzhū tarkoittaa isoa niska nikamaa, jonka alla on saman niminen akupunktiopiste Du 14.

7. Vanha alkuperäisen qì:n ideogrammi, joka viittaa todelliseen qì:hin.

Tämän ei ravinnosta peräisin olevan qì:n sanotaan olevan liitoksissa Níwángōngin kanssa.

Sen kontemplointia sanotaan myös Yángqì:n kontemploinniksi.

8. Quèqiáo. Katso kappale Ihminen.

玉枕關此處一名陽宮玉京山天柱太乙穴大椎骨前寸較處來
也實上天逆行之徑路也內黃龍倒以捲上沖湘江水上下通徹
此關緊陽神守至必用陽炁方能沖通化生真炁至鵲橋而牛女
相會育事嬰兒

舌

Kieli

舌下二竅名玄膺後名咽吞下一切飲食前名喉十二節爲十二重樓通達清氣者也

Kielen alla on kaksi aukkoa, joita nimitetään Mystisiksi rinnoiksi¹
Niiden jälkeen tulee nielu, joka nielee alas kaiken ruoan ja juoman
Ennen kurkkua on 12 säätelijää
Ne ovat kuin 12 kaksoistornia
Niiden läpi kulkee puhdistuva Qi

1. Xuányīng

絳宮

Purppura palatsi

Purppura palatsin¹ keskimmaisessa onkalossa on todellinen luontoni²
(Palatsia) kutsutaan Tulen trigrammiksi³.
Wǔshí:ksi⁴ ja myös Eteläiseksi palatsiksi⁵
Sielä sijaitsee Jalostuneen Shénin kammio⁶
Lisäksi sitä kutsutaan Vietteleväksi nuoreksi tytöksi⁷,
Todelliseksi Yīniksi⁸ ja Jadesilmäiseksi villiksi pikkupojaksi⁹

Ilmansuunnissa se on etelä
Sen yläpuolella sulkeutuu luinen peitto
Lääketieteen perinne tuntee sen Kyyhkysen pyrstönä¹⁰
Lähdettyään täältä
Shénin valtaa jälkimmäisen 9 taivaan ajatukset ja huolet
Sanotaan myös, että lohikäärme seurarentulta tulee sisältä ulos

-
1. Jiàng gōng - Käytetään myös usein viittaamaan keskimmaiseen lämmittimeen kokonaisuutena.
Lisäksi nimitystä on usein käytetty tarkoittamaan sydäntä.
 2. Wǒ Xing tarkoittaa minun luontoni. Wǒ sanaa on käytetty aikakauden taolaisissa teoksissa harkiten.
Usein sitä käytettiin vain silloin kuin haluttiin korostaa egoa. Buddhalaisuudessa käytettiin wǒ termiä egosta, siitä epätodellisesta entiteetistä, joka hallitsi kehoa.
Xing tarkoittaa luontoa, laatua, sukupuolta ja olemusta.
 3. Lígù
 4. Wǔshí on 7. maallinen oksan ajan jakso. Vastaa meidän kelloissamme aikaa 11-13.
 5. Nángōng
 6. Liànshénshì
 7. Chànǚ
 8. Zhēnyīn
 9. Bìyǎnhuér - Bì tarkoittaa jadea, joka on sinistä, sinivihreää ja vihreää.
 10. Jīuwěi - Ren 15

絳宮中穴實我性也一名離卦一名午時又號南宮受煉神室之
所又名炁女一名真陰又名碧眼胡兒在方爲南上所有掩骨覆
之醫家名爲鳩尾退此後九天思慮之神又云龍從火裏出是也

下
丹
田

Alin eliksiiri kenttä

Eliksiirikentän keskellä on puhdas, alkuperäinen Qi
Vasemmalla on sinivihreä, oikealla keltainen
Alapuolella on musta, yläpuolella valkoinen

Alin eliksiirikenttä on:

Todellinen tiikeri

Kǎn¹

Imeväisikäisen lapsen asuinsija²

Tuki Silkkiäispuu palatsille³

Qi:n meri⁴

Kristallipalatsi⁵

Naisen sisäinen ovi⁶

Kentän keskellä on aukko

Se on todella Jīng:ini ja Kohtaloni runko⁷

Yhden cùn:in ja kolme fēn:iä ylös on todellinen Luontoäidin⁸ sija

Taivaan ja Maan juuri

Vanhan valkohapsisen Lǎozǐ:n tumman sinivihreä asuisija

Todellisen Kohtaloni ja Luontoäidin maa⁹

Autenttisen ykseyden asuinsija

Veden keskellä on metalli kultaisena Jīng:inä

Aikaisempi Taivaani kulminoituu Jīng:iin

Sanotaan myös:

"Tiikeri syntyy veden keskeltä

Yhden Yáng:in paluu alussa, Zǐ:n aikana¹⁰

Meren pohjalla on Kuu. Se on ihmisen valo¹¹

Alussa syntyy juureni ja perustani"

Näin monia nimityksiä

Totuutta kultivoineet mestarit eivät voineet olla tietämättä

1. Kǎn on veden trigrammi.

2. Imeväisikäinen lapsi viittaa myös kosmisen sikiön kehitysvaiheeseen alimmassa kattilassa.

3. Sāngōng

4. Qihǎi (Ren 6)

5. Shǔjīngōng

6. Pínhù

7. Míngdì tarkoittaa elämän, kohtalon ja taivaan asetuksen runkoa. Termillä viitataan usein myös napaan.

8. Zàohuà tarkoittaa sitä joka tekee ja transformoi. Käännetään usein Luontoäidiksi.

9. Sananmukaisesti vuoret ja joet. Ilmausta käytettiin valtiosta tai maasta. Nykyään ilmaus tarkoittaa maisemaa.

10. Zǐ tarkoittaa lasta, siementä, munaa, keskiyötä. Se on 1. maallinen oksa. Kello 23-01.

11. Rénmíng. Rén tarkoittaa ihmistä ja Míng kirkastumista, tiedostamista, valoa, valaistumista ja loistoa.

此田中炁左青右黃下黑上白下丹田真虎坎嬰兒處扶桑宮氣
海水晶宮牝戶中間一穴實我真精命蒂在上一寸三分實造化
之所天地之根白頭老子青玄之處實我命造化山川也真一處
水中金號金精實我先天之至精又云虎向水中生一陽復初子
時海底月人明初生我根基此數名修真之子不可不知也

臍

Napa

臍爲生門太乙神君居之主人性命司一身一萬二千精也

Napa on Elämän ovi¹
Korkeimman Jumaluuden² ja Hallitsevan Shén:in asuinsija
Hän on ihmisen elämän ja kohtalon herra
Kuka hallitsee koko olemusta ja 12 000 Jīng:iä

1. Shēngmén
2. Tàiyǐ

青龍

Sinivihreä lohikäärme

Itäisen meren sinivihreä lohikäärme¹
Ensimmäisen taivaallisen rungon² suunta
Puu ja nesteet
Trigrammeissa se kuuluu Zhèn:iin³
Ilmansuunnissa se kuuluu Itään
Viidessä elementissä se kuuluu puuhun
Taossa se on Hún ja mieli⁴
Tulen ja Shén:in äiti
Viidessä Zàng:issa se kuuluu Maksaan
Taivaassa se on Aurinko
Hún:ieni todellinen asuinsija

1. Dōnghǎiqīnglóng

2. Jiǎ tarkoittaa sananmukaisesti uuden syklin alkua, pois lähtöä ja haarniskaa

3. Zhèn on ukkosen trigrammi

4. Xīng tarkoittaa mieltä, sukupuolta, luonnetta ja nimeä

一名東海青龍甲方木液在卦屬震在方屬東在五行屬木在道
爲魂性也屬火神之母在五臟屬肝在天爲日實我魂室之所也

白
虎

Valkoinen tiikeri

Läntisten vuorten valkoinen tiikeri¹
Sijaitsee seitsemännessä taivaallisessa rungossa²
Se on metallin Jīng
Trigrammeissa se kuuluu Duì:hin³
Ilmansuunnissa se kuuluu Länteen
Viidessä elementissä se kuuluu metalliin
Taossa se on Pò ja luonne⁴
Veden ja jīng:in äiti
Zàng-fǔ elimissä se on keuhkot
Taivaassa se on Kuu
Pò:ideni todellinen asuisija

1. Xīshānbáihǔ

2. Gēng on seitsemäs taivaallinen runko, se edustaa uudistumista

3. Duì on "järven tyyneys"

4. Qíng tarkoittaa rakkautta, halua, kiintymystä, tuntemusta, tilannetta; jonkin asian tunteellista luonnetta tai olemusta

一曰西山白虎庚位金精在卦屬兌在方屬西在五行屬金在道
爲魄情也屬水精之母在臟腑爲肺在天爲月實我魄室之所也

桃

Persikka

桃康合延名頂蓮花冠衣朱衣如真人狀住腎宮有碧紫黃白綠
青赤蒼之炁乃北方八天所化也

Persikan (kypsyttyä) kimmoisaksi ja pysyväksi¹
Sitä kutsutaan myös Päälaen lootukseksi²
Päähineeksi³
ja Helakanpunaiseksi puvuksi⁴

Todellinen ihmisen voima asuu munuaisten palatsissa
Sielä on emeraldin vihreän, purppuran, keltaisen, valkoisen,
vihreän, sinivihreän, punaisen ja syvän sinisen Qi
Siten pohjoinen suunta on kahdeksan taivaallisen transformoija

1. Táo kāng hé yán.

Táo tarkoittaa persikkaa. Se antoi kuolemattomille kuolemattomuuden ja oli elämäneliksiirin symboli. Jumalten persikkapuun sanotaan kukkivan kerran 3000 vuodessa ja sen kuolemattomuuden antava hedelmä kestää 3000 vuotta kypsyä.

Kāng tarkoittaa mielenrauhaa, terveyttä, hyvinvointia. Hedelmistä puhuttaessa se tarkoittaa kimmoisaa.

Hé tarkoittaa harmoniaa, yhdistämistä, samanaikaista ja integroitunutta ja yhteistyötä

Yán tarkoittaa jatkuvaa ja kestävää

2. Dǐngliánhuā

3. Guānyī

4. Zhūyī

月

Kuu

Kuvassa näkyvät kuun vaiheet.

Taolainen ja lääketieteellinen traditio sisältävät erilaisia näkemyksiä kuun vaiheista ja niihin liittyvistä muutoksista ihmisen energioissa.

Yleisin lääketieteellisen tradition mukainen käsitys on, että täydenkuun aikaan veri saavuttaa täyteen ja naisilla alkaa kuukautiset.

Muutaman nykytutkimuksen mukaan, säännöllisen 29 päivän rytmin omaavilla naisilla kuukautiset alkavatkin useammin täydenkuun kuin uudenkuun aikaan.

Taolaiset teoriat kuitenkin kertovat energian nousevan Dū-kanavaa myöten ylös kuun kasvaessa ja saavuttavan huippunsa samaan aikaan täydenkuun kanssa. Taolaisten mukaan energian ja veren lisääntymisen myötä seksuaaliset halut ja hedelmällisyys saavuttavat huippunsa. Laskevan kuun aikaan energia vetäytyy alas ja kuun laskeuduttua meren pohjaan naisilla on kuukautiset.

Tähän kriittiseen hetkeen, juuri ennen veren vuodon alkua, Taolaiset ajoittavat Punaisen lohikäärmeen hännänkatkaisun. Se on tekniikka, jonka avulla naiset lopettavat kuukautisensa.

Koska energia oli saapunut Merenpohjaan (Merenpohja on myös yksi huìyīn pisteen nimi) voitiin se saada porautumaan Wēilú puomista läpi ja nousemaan Dū kanavaa ylös. Apuna käytettiin keskustan nostopyörää ja verenkierron alkupistettä rinnassa. Näin energia aloitti uuden kiertonsa vuotamatta ulos.

Näyttää siltä, että menstruaatio ajankohdat ovat muuttuneet. Useissa vanhoissa kulttuureissa juhliittiin täydenkuun aikaan juhlia, joihin liittyi hedelmällisyys ja jälkeläisten hankinta. Uudenkuun aikaan sanottiin, että nainen puhdistuu tai syntyy uudelleen niinkuin kuu.

Huomaa, että kuvassa on 30 vaihetta. Vaiheessa 29 kuu on laskeva, mutta vaiheessa 30 nouseva. Uuttakuuta ei ole piirretty tarkasti mihinkään.

Kuun kierto suhteessa tähtikuvioihin on 27.322 vuorokautta. Suhteessa Aurinko-maa linjaan kierto (=synodinen kierto) kestää 29d 12h 44m 03s.

