



ZDRAVÍ A KRÁSA 02. 04. 2019

Meridián žlučníku ovlivňuje nerozhodnost a vztek

Meridián žlučníku je jangovou drahou a jeho elementem je dřevo. Jeho dráha začíná u vnějšího koutku oka přes spánek a záhlaví k přední straně...

Meridiány ovlivňují, jak je nám na duši i na těle. Jedná se o energetické dráhy, které na sebe vzájemně působí. Meridián žlučníku je jedním z těch, které mají velký vliv na rozsáhlé oblasti našeho těla - od hlavy až k nohám. Pokud tedy trpíte bolestí hlavy či kloubů, máte **problémy se spánkem**, ale také s negativními emocemi, může být v nerovnováze právě váš meridián žlučníku.

Podívejte se na [velký přehled meridiánů](#) a jejich funkcí v těle.

Meridián žlučníku - charakteristika a průběh dráhy

Meridián žlučníku je **jangovou** drahou a jeho **elementem je dřevo**. Jeho dráha začíná u vnějšího koutku oka přes spánek a záhlaví k přední straně hrudníku. Dále pokračuje po boční straně břicha, vnější straně kyčle až k noze, kde končí na vnější straně nehtu prsteníčku. Celá dráha má **44 akupunkturálních bodů**. Přečtěte si také o [meridiánové masáži](#).

Meridián žlučníku nás ovlivňuje nejsilněji v době **od 11. hodiny večerní do 1. hodiny ranní**. Osoby s problémy tohoto meridiánu v té době špatně spí nebo se často budí. V tuto dobu se také nejčastěji projevují **žlučnickové záchvaty**.

Oblasti a orgány ovlivněné meridiánem žlučníku

- oči
- uši
- hrudník
- játra
- žlučník
- hýždě
- dolní končetiny
- svaly a šlachy

Fyzické potíže při nerovnováze meridiánu žlučníku

Nepřekvapí vás, že u nevyrovnaného meridiánu žlučníku dochází k potížím se žlučníkem a **žlučnickými kameny**. Typické jsou dále:

- hořkost v ústech a pocit na zvracení
- **bolesti v oblasti pod žebry**
- bolesti hlavy u koutků očí a na čele
- **onemocnění očí a uší** včetně závratí
- ztuhlost a **napětí šíje** a ramen
- bolest v kříži, kyčlích, kolenou a kotníku
- hemeroidy

Nelze pominout ani vysychání pokožky, bledost v obličeji, nepříjemné otoky v podpaží a v jamce klíční kosti, samovolné pocení a záchvaty zimnice nebo naopak horečky. Pozor si dejte na městnání krve v nohách.



Jak působí meridiány na naši psychiku?

Pokud je meridián žlučníku vyrovnaný, je jeho nositel skromný, **tolerantní** a shovívavý, kreativní a **podnikavý**. Jeho majitel je rozhodný a cílevědomý.

Rozladěný meridián žlučníku s sebou nese riziko mnoha **negativních emocí** – častá je vznětlivost, celková netrpělivost, vztek, hněv a neustálá nespokojenost. Osoby trpící nerovnováhou tohoto meridiánu sobě i ostatním velmi komplikují život **nadměrným smyslem pro detail**. Nejsou často schopni samostatně uvažovat, chybí jim kreativita.

Na jednu stranu tito lidé přeceňují své síly, když berou na svá bedra více zodpovědnosti, než jsou schopni unést, na druhou stranu **neumí prakticky realizovat své životní plány** či žádné ani nemají – stávají se tak jakýmsi plniči úkolů, kteří nespokojeně bloudí životem. Nebezpečné je v jejich případě **riziko depresí**, bezohlednost či nedbalost. Vše ještě zhoršuje neschopnost se odreagovat a celkové **špatné zvládnání stresu**.

Jak dostanete svůj meridián žlučníku do rovnováhy?

Všechny meridiány lze ovlivnit pomocí **akupunkturních masáží**. Meridiány pomáhá ovlivnit i výživa – žlučníku ulehčí, pokud **omezíte příjem sacharidů**. Mezi doporučené potraviny patří **artyčok**. Podle konkrétních potíží je možné užívat bylinky pro podporu zažívání a vylučování sekretů zažívacího ústrojí včetně žluči jako je například **smil písečný**. Z bylin je vhodná i **čekanka**.

Vašemu životu dodejte klid a rovnováhu. Zkuste třeba **jógu**, klidně i několik druhů, než najdete ten, který vám bude vyhovovat. Procházky v přírodě, především za slunečného počasí, vám udělají dobře. **Věřte svým rozhodnutím**, nedejte prostor pochybám. Pokud přeci jen uděláte chybu, poučte se z ní, ale nic si nevyčítejte. Svá **rozhodnutí neoddalujte**, zbytečně se tím dostáváte pod tlak.

Energetické dráhy neboli meridiány v těle - přečtěte si také

- [Meridián plic](#)
- [Meridián ledvin](#)
- [Meridián slinivky](#)
- [Meridián tenkého střeva](#)
- [Meridián srdce](#)
- [Meridián žlučníku](#)
- [Meridián tlustého střeva](#)
- [Meridián jater](#)
- [Meridián močového měchýře](#)
- [Meridián štítné žlázy](#)
- [Meridián osrdečníku](#)
- [Meridián početí](#)
- [Meridián žaludku](#)