

CZOSNEK – PRAWDY I MITY

Obraz energetyczny czosnku:

- **smak:** ostry – aromatyczny
- **termika:** rozgrzewająca do gorącej, w zależności od sposobu przygotowania (smażenie)
- **obieg energetyczne:** Płuca, Jelito Grube, Pęcherzyk Żółciowy
- **działanie:** przekształca Wilgoć, usuwa Zimny Śluz, zabija pasożyty
- **wskazania:** nagromadzenie Zimnego Śluzu w Płucach: kaszel, astma z białą wydzieliną, syndrom Meniere'a (Śledziona atakuje Pęcherzyk Żółciowy), depresja (Tan zamyka Kanały Serca), brak odporności, podatność na przeziębienia (niedobór Yang i Qi), wtórna Gorąca Wilgoć w Yang Ming względnie biegunki, stagnacja pożywienia i obecność pasożytów.
- **przeciwwskazania:** niedobór Yin Płuc z Pustym Gorącym i Gorąco Krwi, Gorąca Wilgoć w Pęcherzyku Żółciowym, Gorąco i odwrotny kierunek Qi, Gorąco i Gorąca Wilgoć w Dai Mai (dolegliwości odcinka lędźwiowego kręgosłupa), ostre zapalenie zatok i zapalenie błony śluzowej nosa (Śluz z Gorącym w Yang Ming i Shao Yang), jaskra, migrena (obejmująca jedną część głowy) itd.

Cudowne właściwości przyprawowe czosnku są obecnie wykorzystywane do leczenia wielu chorób, przede wszystkim jednak dolegliwości płucnych takich jak astma, zapalenie oskrzeli, gruźlica, krztusiec, grypa, rozedma płuc itd.

Czosnek jest również chętnie stosowany przy nadciśnieniu, miażdżycy, reumatyzmie, dnie moczanowej, występowaniu kamieni moczowych i żółciowych, biegunkach, czerwonce, pasożytach jelitowych oraz zapobiegawczo przy nowotworze.

Czosnek działa wysuszająco, rozluźnia śluz (Zimny Śluz) i porusza Qi w klatce piersiowej. Ta przyprawa sprawdza się bardzo dobrze przy zimnej i wilgotnej konstytucji, w przypadku wegetarian i osób jedzących tylko surowe produkty.

Jego ostra, aromatyczna i rozgrzewająca termika rozprasza Zewnętrzną Wilgoć (Wei Shi), osusza Wewnętrzną Wilgoć jak też rozprasza zastój Zimnego Śluzu w Górnym Ogrzewaczu. Działanie czosnku jako przyprawy obniżającej ciśnienie tętnicze pozostaje dla mnie zagadką i nigdy też nie zostało dowiedzione naukowo. Nadciśnienie tętnicze ma w TCM różne przyczyny. Jedną z najbardziej znanych jest nadmiar w Shao Yang (stres). Odwrócony kierunek przepływu Qi Pęcherzyka Żółciowego, wspomagany przez ostrą naturę i gorącą termikę czosnku wystarcza, by wywołać nadciśnienie o jednostronnej patologii.

Czosnek podrażnia Pęcherzyk Żółciowy i może wywołać powstanie Gorąca oraz Gorącego Śluzu (typ *pitta* w Ayurwedzie). Odwrócony kierunek przepływu Qi Pęcherzyka Żółciowego nasilony jest w przypadku wysuszenia Yin Płuc, Gorąca Krwi i rozgrzania Jelita Grubego (Wu Xing > cykl kontrolny). Dwie trzecie moich pacjentów z nadciśnieniem tętniczym je za dużo czosnku!

Obojętnie, czy gotowany czy spożywany na surowo – jego rozgrzewająca natura pozostaje taka sama. W postaci smażonej czosnek jest najgorzej tolerowany w przypadku Gorącego Śluzu w Pęcherzyku Żółciowym i obecności kamieni żółciowych. Ten sposób przygotowania może wywołać nawet kolki. Spożywany na surowo atakuje śluzówki, uszkadza Yin oraz oczy (jaskra). Natomiast przyprawa ta potrafi przekształcić Zimny Śluz w Górnym Ogrzewaczu i unicestwić pasożyty jelitowe. Czosnek zaprawiony w alkoholu wspomaga krążenie Qi i Krwi (w Górnym Ogrzewaczu oraz w obszarze głowy), pobudza również wznoszący ruch Qi Pęcherzyka Żółciowego w kierunku głowy i może w przypadku Gorąca i Gorącego Śluzu w Pęcherzyku Żółciowym wywołać migrenę i nadciśnienie. Zaprawiony w occie porusza zastój Krwi w Dolnym Ogrzewaczu – jest jednakże niebezpieczny w przypadku Gorąca Krwi (atopowe zapalenie skóry, łuszczyca, nadmierna miesiączka).

Ponadto czosnek może prowadzić do sztywnienia mięśni karku (PŻ 21) i do rwy kulszowej. (Gorąco w Dai Mai - zwyrodnienie stawu biodrowego). Czosnek jest trucizną dla Pęcherzyka Żółciowego (kolki) przede wszystkim w postaci surowej i smażonej. W tybetańskiej tradycji tantrycznej czosnek jest zabroniony. Przez Płuca czosnek wchodzi do Nadis (subtelne kanały „Tsa“). Jego działanie drażniące libido jest z pewnością powodem, dla którego zabrania się spożywania tej przyprawy w klasztorach w Tybecie (podobnie jak u Hildegardy z Bingen).

Kto więc może jeść czosnek? Przede wszystkim w małych ilościach zalecany jest osobom o słabym Yang, dla konstytucji zimnych i wilgotnych można go stosować bez jakichkolwiek obaw.

Łączenie czosnku z innymi produktami:

Ostra i rozgrzewająca natura czosnku kontrolowana i łagodzona jest przez jogurt (tzaziki w Turcji lub Raita w Indiach) i jego kwaśno-chłodne właściwości.

Dodanie czosnku do dresingu wyrównuje zimną termikę sałaty, pomidorów i ogórków. Czosnek polecany jest dla wegetarian, osób odżywiających się produktami surowymi, a przede wszystkim zaleca się go osobom, które jedzą za dużo sera wytwarzając w ten sposób Zimny Śluz w warstwie Krwi.

Różne sposoby przyrządzania czosnku

1. Smażony w oleju > słodki i ostry, termicznie gorący. Ten sposób przygotowania ogrzewa Yang w Yang Ming i Tai Yin, wytwarza jednak w przypadku „przedawkowania” Śluz i Gorąco. W przypadku obecności Wilgoci i Śluzu w Yang odradza się spożywanie tak przyrządzonego czosnku.
2. Smażony w smalcu wieprzowym lub przyrządzony z mięsem wieprzowym > słodki i ostry, termicznie gorący > wytwarza Śluz i Gorąco oraz TAN > atakuje naczynia i Pęcherzyk Żółciowy > tworzenie się kamieni, nadciśnienia i nowotworów. Połączenie białka i resztek tłuszczów z udziałem soli i czosnku należy traktować jako zagrożenie dla zdrowia. Pacjenci, którzy odżywiają się w ten sposób, mają skłonności do alkoholizmu i agresji.
3. Gotowany w wodzie i wywarze warzywnym > słodki i ogrzewający > wzmacnia Yang w Tai Yang, pobudza wchłanianie, wspomaga trawienie. Jest to najmniej obciążające przygotowanie czosnku i zimą można je stosować przy przeziębieniach.
4. Marynowany w oleju z serem > ser owczy > wytwarza również Śluz i Gorąco przede wszystkim w Xue Fen (warstwa Krwi) > zagęszczenie Krwi > zaburzenia ukrwienia i wypryski skórne > łuszczyca, czyraki, sącząca egzema.
5. Marynowany w occie > ocet = kwaśny i ciepły, smak Drewna wzgl. Wątroby = Jue Yin > ten sposób przygotowania pobudza krążenie, przede wszystkim w Dolnym Ogrzewaczu > dobry w leczeniu miesiączek ze skrzepami krwi (zaburzenia miesiączkowania wywołane Zimnem). Podobnie w leczeniu chronicznych migren wywołanych obecnością Zimnego Śluzu w wyniku spożywania produktów mlecznych lub kawy z mlekiem. Ten sposób przyrządzenia prowadzi bezpośrednio do powstania Gorąca Krwi. Stąd przeciwwskazanie w przypadku dolegliwości dermatologicznych jak atopowe zapalenie skóry, trądzik lub łuszczyca.
6. Czosnek marynowany w wódce > wódka jest ostra i termicznie gorąca > zaprawianie w alkoholu zalecane jest przede wszystkim przy leczeniu dolegliwości Górnego Ogrzewacza (Centralny Układ Nerwowy, narządy zmysłów, serce, naczynia i Płuca). W tym przypadku działa on unosząco, rozpuszczająco, rozpraszająco, poruszająco na Qi i Krew. W medycynie ludowej stosowany jest w leczeniu nadciśnienia. Myślę, że czosnek nadaje się do leczenia formy nadciśnienia wywołanej Zimnem (Prawdziwe Zimno / Fałszywe Gorąco = Ogień Yin), natomiast nie w przypadku nadciśnienia wywołanego Gorącem, Ogniem, Gorącym Śluzem, Pustym Gorącem i Tan Re.

Z moich osobistych obserwacji zinterpretowałbym czosnek w sposób następujący.

Energetyczny obraz czosnku: niedobór Yang w Tai Yin > nagromadzenie Wilgoci i Zimnego Śluzu w Płucach > Wilgoć i Zimny Śluz w Shao Yang > Tan (Serce) > wtórny zastój Qi w klatce piersiowej (Serce, Płuca i Centralny układ Nerwowy).

Domyślam się, że zasmucam wielu z Was w tej chwili, ale uzupełnienie fitoterapii o zalecenia dietetyczne jest niezbędne.

I jeszcze jedna informacja:

Czosnek = Pęcherzyk Żółciowy

Cebula = Jelito Grube

Por = Nerki

Szczypior = Serce, Jelito Cienkie

Koper = Xue Fen > warstwa Krwi i Serce

Cebula dymka = Żołądek i Płuca

Te wspaniałe warzywa należy usunąć z codziennej diety w przypadku Ognia, Gorącego Śluzu, Gorąca Krwi i Pustego Gorąca.

Serdeczne pozdrowienia ze słonecznej Dordogne

Czwartek, 12 sierpnia 2010

Claude Diolosa

Tłumaczenie z języka niemieckiego: Anna Kremnicka