



ZDRAVÍ A KRÁSA 22. 05. 2019

Meridián močového měchýře a jeho energetické dráhy

Meridián močového měchýře je jangovou drahou a jeho elementem je voda. Jeho dráha začíná u vnitřních koutků očí a vede přes čelo k nejvyššímu bodu...

Meridiány ovlivňují, jak se cítíme fyzicky i psychicky, a vzájemně na sebe působí. Meridián močového měchýře ovlivňuje nejen intenzitu našich pocitů a strachu, ale také fyzické projevy napětí. Pokud vás trápí potíže s prostatou, osteoporóza nebo bolesti různých částí těla, může být v nerovnováze váš meridián močového měchýře.

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

Meridián močového měchýře - charakteristika a průběh dráhy

Meridián močového měchýře je **jangovou** drahou a jeho **elementem je voda**. Jeho dráha začíná u vnitřních koutků očí a vede přes čelo k nejvyššímu bodu hlavy. Jedna část meridiánu se větví do mozku a další pokračuje přes týl a šíjí k páteři. Páteří procházejí dvě až čtyři **paralelní větve** k bederní oblasti, kde se stáčí k ledvinám a močovému měchýři. Přes hýždě po zadní straně stehna vedou větve meridiánu dále k podkolení jamce, kde se setkávají a jako jedna větev pokračují bérce, vnějším kotníkem a chodidlem na konec malíčku. Celá dráha má **67 akupunkturních bodů** a je nejdelší ze všech meridiánů. Přečtěte si také o [meridiánové masáži](#).

Meridián močového měchýře nás ovlivňuje nejsilněji v době **od 15. do 17. hodiny**. V té době má největší efekt pít bylinkové čaje. Tělo také v tomto čase dobře tráví vydatné jídlo. Během dne je to **období tzv. druhého výkonnostního vrcholu**, je tedy vhodné pro sportovní výkony nebo jiné náročné aktivity. Přečtěte si, [jak fungují meridiány](#) obecně.

Oblasti a orgány ovlivněné močovým měchýřem

- hlava
- šíje
- centrální nervový systém
- záda
- kůže
- hýždě a okolí

Meridián močového měchýře - projevy při nerovnováze

Potíže s močením, **inkontinence** či naopak zadržování moči jsou typickými projevy problematického meridiánu močového měchýře. Úzce jsou s tím spojeny i **potíže s prostatou**. Vzhledem k svému průběhu ale tento meridián ovlivňuje i následující potíže:

- bolesti hlavy, očí, šíje, zad
- **napětí svalů** šíje, zad, sedacích svalů
- bolesti nohou, především lýtek a pod koleny
- vznik **hemeroidů**
- horečka, třesavka
- **osteoporóza, artritida**
- slzení a výtok řídkých hlenů z nosu

Možná vás překvapí, že potíže s tímto meridiánem stojí i za **nízkou kvalitou vlasů** (vypadávání, šediny, chybějící lesk), kazivostí zubů a poruchami sluchu. Pokud pocítujete **bolestivý chlad v končetinách**, je také potřeba zaměřit se na tento meridián.

Meridián močového měchýře v těle ženy (nahore) a muže (dole)



Jak působí meridiány na naši psychiku?

S vyrovnaným meridiánem močového měchýře je spojen **klid, důvěra a odvaha**. Opakem je pak neklid a intenzivní až nekontrolovatelný **strach**. Nepříjemná je lehkovážnost a nedbalost nositele, horší je ale určitá bezohlednost v chování vůči druhým.

Zvládnutí strachu nepomáhá fakt, že narušený meridián neumožňuje majiteli uvolnit se a jeho **zvládání stresových situací** se zhoršuje. Vyšší míra netrpělivosti vede často k **frustracím**. Duševní poruchy se mohou projevovat blouzněním, pomateností a **záchvaty s poruchou vědomí**.

Jak dostanete svůj meridián močového měchýře do

rovnováhy?

Všechny meridiány lze ovlivnit pomocí **akupunkturních masáží**. Meridiány pomáhá ovlivnit i výživa – u močového měchýře je důležité dodržovat pitný režim. Z bylin je vhodný ***smilax lékařský***.

Po psychické stránce je meridián močového měchýře propojený s naší schopností se vyznat sami v sobě. Podívejte se do svého nitra, zda víte, **kam směřujete**. Často radíte druhým a sami si neumíte pomoci? **Zaměřte se sami na sebe** a na to, kde jste a čeho chcete dosáhnout. Jste spokojení s tím, jak proběhl váš dnešní den nebo byste něco udělali jinak? Když budete znát svůj cíl, zamyslete se nad tím, jak ho chcete dosáhnout. Co můžete udělat **každý den** pro dosažení svého cíle? Tímto cvičením získáte větší vnitřní klid a pokud dosáhnete vyrovnaného meridiánu močového měchýře, ustoupí i vaše další obtíže.

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](#)