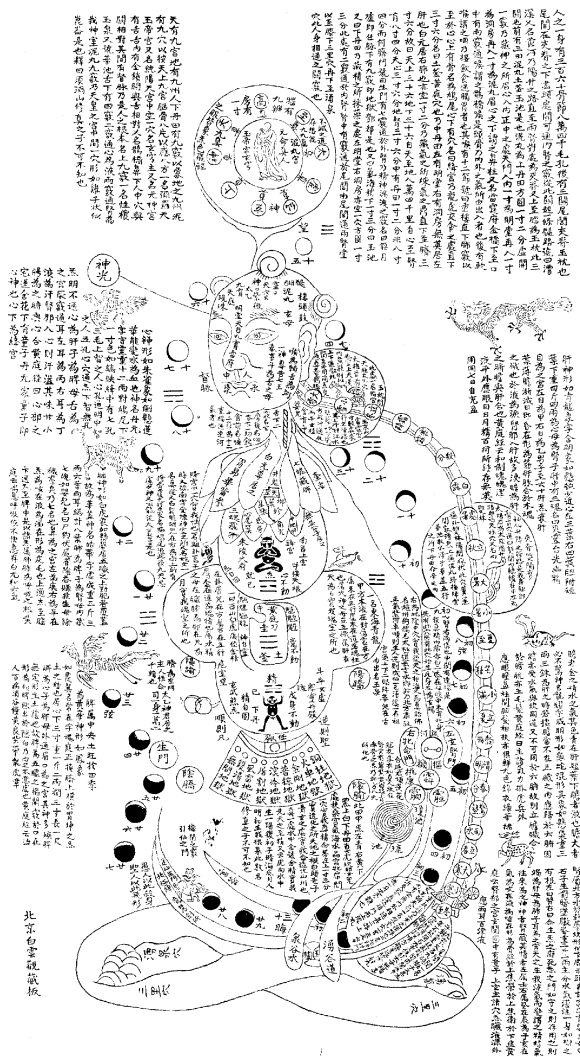


Kultivace pravého

修真圖

修真圖





Kapitola 1 - Člověk

Lidské tělo obsahuje 360 kostí a kloubů, 84 000 vlasů a pórů
Na zadní straně těla jsou tři brány: Weilu, Jiaji a Yuzhen.
Weilu se nachází na hraně kostrče. Tato brána se může otevřít do vnitřních ledvin,
Vychází z ní úzká dráha, která se nazývá Vodní kanál, nebo Žlutá řeka.
Yang vyvstává podél této dráhy a míří k Jiaji, nacházející se mezi lopatkami.
Odtud pokračuje do Yuzhenu a dále do mozku.
Toto jsou tři brány.
V přední části těla jsou tři tantieny: Niwan, Zemský kotel a Nefritové jezírko.
Niwan je nejvýše položený tantien.
Prázdnost otevírá dutinu, kde se skrývá příbytek Šen (Ducha).
V srdci obočí se nachází Nebeská brána.
O jeden cun hlouběji se nachází Sín jasnosti.
O další cun hlouběji se nachází Komora Jeskyně
a o další cun hlouběji se potom nachází Niwan.
Pod srdcem obočí na kořeni nosu je Sídlo burácejícího hromu a Zlatý most.
Pokračujeme-li dolů, narazíme na patro (ústní a nosní přepážka).
Uprostřed jsou dva otvory a cesta do hrdla.
Zde se nachází to, co je nazýváno Most strak.
Hltan se skládá z kostí a krku a je to příchozí a odchozí místo pro vnitřní a vnější čchi.
Za měkkým hrdlem je jícen, který přijímá jídlo a pití, které dál putuje do žaludku a střev.
Hrdlo má 12 regulátorů, které se nazývají Dvojitě věže.
Níže je vstup do plic a ještě níže je Srdce.
Kosti chránící Srdce se nazývají Ocas holubice.
Pod Srdcem je jeskyně nazývaná se Rudý palác. Je to místo, kde se spojí Drak a Tygr.

人之一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爲
夾脊又上至腦爲玉枕此三關也前有三田泥丸土釜玉池是也
泥丸爲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爲明堂再入一寸爲洞房再入一寸爲
泥丸眉心之下謂之鼻柱又名雷霆府金橋下至口中有兩竅通
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爲鳩尾心下有穴名曰絳宮乃龍虎交會
之處

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

Tři cun a šest fen níže se nachází Zemský kotel(Tufu),
který se také nazývá Žlutý (Zlatý) palác.
To je středním tantien.
Nalevo je Síň jasnosti.
Napravo je Komora Jeskyně (stejná jména jako nahoře, ale jiná lokace).
Vlevo je Příbytek Prázdnoty a játra (sídlo a regulátor tří duší Chun).
Vpravo je Příbytek Bílého počátku a Plíce (krotí sedm duší Pcho).
V rámci této dutiny je také prázdný otvor.
V této oblasti cun a dva fen je místo čchi a Zang (plných) orgánů.
To je Trojnožka očištěné čchi.
(Postnatální neboli ponebeské získané ze vzduchu dýcháním a z jídla a jejich
shromážděním.)
Přesně tři cun a šest fen níže se nachází pupek.
Proto se říká: „Nahoru do nebe 36, dolů do země a ledvin 36.“
Vzdálenost Nebe od Země je 84 000 li.
Ze srdce do ledvin je vzdálenost osm cun a čtyři fen.
Z Nebe do srdce je vzdálenost tři cun a šest fen.
Vzdálenost Země od Ledvin je také tři cun a šest fen.
Střední tantien je jeden cun a dva fen (níže), nikoliv (ve středu) osm cun a
čtyři fen.

Co je Brána pupku?

Nazývá se Brána Života.

Je zde sedm otvorů, které spojují k vnějším ledvinám (vnější ledviny znamenají varlata).

Ty mohou propouštět duchovní esenci ven (z penisu).

Ústí je známo jako Pec ubývajícího měsíce.

Níže (pod pupkem) v blízkosti Renmai (přední střední dráhy) je devět otvorů.

Z „Diyu“ Vězení (experiment, zkouška) země (přeneseně Podsvětí nebo též peklo)

dorazíme do Fengu (hlavní město za vlády dynastie Zhou během vlády krále Wena).

Také je nazýn Oceán čchi.

O něco málo níže, jeden cun a tři fen je Nefritové jezírko, známé jako spodní tantien.

Je to místo Jing (T'ing) Zang (plných) orgánů a místo shromáždění bylin (medicíny)

(nebo také místo, kde se nachází alchymický činitel).

Vlevo je Síň jasnosti,

vlevo je Komora Jeskyně

(opět stejné názvy jako u středního a horního tantien).

V rámci této dutiny je také otvor velký v průměru jeden cun a dva feny

a také tu jsou dva otvory napojené na vnitřní ledviny.

Uprostřed ledvin je otvor, napojený na Weilu,

protože Brána Weilu se může otevřít Palácům obou Ledvin

a jít dále dolů pod kolena do dutiny Sanli (Žaludek 36)

a ještě dále do dutiny Yongquán (Ledviny 1).

A lidské bytí je blízce spojeno s těmito otvory.

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
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
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

天

Kapitola 2 – Nebe

V Nebi je devět paláců, na Zemi je devět stavů,
ve spodním tantien je devět otvorů.
Přesně jako je na Zemi devět stavů, tak je devět jeskyní, které kontrolují
nebeské paláce.
Osm lebečních disků (kostí), které tvoří lebku, rezonují do 8 směrů.
Lebka je známa jako Nefritový Císař Nebeského paláce na hoře Xumi.
(Xumi je analogie hinduistického Sumeru, světové hory, místa života
nejvyšších božstev.)
Také se to nazývá Nebeský palác čistého Yangu.
Uprostřed prázdnoty je otvor známý jako Mistr tajemného nekonečna
a Palác Původního Šen (ducha).
Na jazyku je brána Zlatého zámku, který je znám, ve vztahu k patru, jako
Most strak.
(Podle legendy se dcera Bohyně zamilovala do pasáčka, ale byli odloučeni a bylo
jim dovoleno se setkat pouze jednou za rok, sedmý den, sedmého měsíce na Mostě
strak. V tuto dobu bylo možno vidět Vagu a Altaira, jak se setkávají na obloze.
Přesně v tento okamžik se Nebe a Země mohou spojit a znovu zrodit. Stejným
způsobem se může Původní a Pozdější Nebe potkat v člověku skrz jazyk.)
Pod nosem je Lidské centrum (ZS 26).
Mezi protichůdnými břehy je Dumai (Zadní střední dráha),
která je kořenem a kmenem člověka
a je nazývána Otvorem do Vyšší devítky.
Je také známo jako základ mé pravé přirozenosti (povahy)
do Nefritového jezírka, a také jako Přepychové jezírko.
Pod jazykem jsou 4 otvory.
Dva otvory jsou spojeny se srdcem a formují tekutiny,
druhé dva jsou spojeny s ledvinami a formují ego.
V Dutině Šen (ducha) je Niwan a 9 otvorů.
(Niwan doslova znamená Koule (též žmolek) z bahna. Někdy se používá
slovo mozek, ale spíše to odkazuje na šišinku (epifýzu)).
Ve středu Paláce Nebeského císaře se nachází jeskyně ve tvaru vejce,
je velká jako hora Kunlun,
komentáře hovoří o hoře Xumi.
Mistři Opravdové kultivace toto museli vědět.

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脉乃是人之根
本名上九竅一名性根玉泉又號華池舌下有四竅二竅通心爲
液兩竅通腎爲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

Kapitola 3 – Devět pravých (ryzostí)

Pravé je:
Povznesený
Nebeský
Duchovní
Nejvyšší
Mystický
Nesmrtelný
Prázdný
Veliký
Vrcholný





Kapitola 4 – Srdce

Šen (Duch) srdce je jako nachový ptáček,
který se podobá zavěšenému a obrácenému pupenu lotosového květu,
Srdce může přeměnit Vodu na Krev,
jeho Šen se nazývá Prapůvodní elixír a jeho role je nadnášet Ling.
Srdce váží 12 liangů (cca 450g), naproti jeden cun níže je Ocas holubice (PS 15).
Barva je karmínově červená, zářící skrz čistě bílé hedvábí.
Uprostřed je sedm vstupních otvorů a tři pera.
U člověka s vyšší moudrostí tyto otvory srdce komunikují s Jasností (Ming),
u člověka s vyšší moudrostí pět vstupních otvorů a Dutina Srdce
komunikuje s čchi Původního Nebe.
U člověka s nižší moudrostí žádný otvor, ani čchi ani Jasnost nekomunikují.
Srdce je dítě jater a matka sleziny,
jazyk je jejich úředník.
Císařské město se otevírá uším.
(Meridián srdce se obvykle nepovažuje za spojený s ušima, ale dráha
tenkého střeva se větví z Tinggongu do srdce. Ledviny a srdce jsou kanály
Shaoyin a ledviny se otevírají uším.)
Nalevo je Bing (3. božský stvol (kmen)) spojený s ohněm a jasností),
vpravo Ding (4. božský stvol, spojený s potenci).
Jeho tekutina je sladká.
Když patogeny v energii ledvin vstoupí do srdce,
proudí tam tato sladkost a chuť je sladká,
tenké střevo je jeho orgán Fu (dutý) a společník srdce.
Huang Ting Jing říká:
Lotosové květy v Paláci Srdce,
pod ním je původní sídlo mladého chlapce a elixíru,
z tohoto mladého chlapce vzniká Šen(duch) srdce,
pod srdcem je Purpurový Palác.

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
孔炁明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

Kapitola 5 – Játra

Šen (duch) jater se podobá Azurovému draku
Jeho jméno je Ztělesnění jasnosti.
Játra vypadají jako zavěšená láhev ve tvaru tykve a je v blízkosti srdce.
Jsou tu tři okvětní lístky vlevo a čtyři vpravo,
Žlučník je připojen pod nimi jako krátký lístek,
Játra váží čtyři jin a čtyři liang (Jin je 500g a liang je 37,4g)
Jsou matkou srdce a dítětem ledvin,
Uvnitř jsou tři Chun (duše), jmenují se:
Čistý jasný Ling, Světlo výšek a Jing ticha
(Tichá esence skrytá v osamění).
Oči jsou jejich úředníkem,
levé oko je Jia (1. božský stvol, semeno a začátek),
pravé je Yi (2. božský stvol, pučení, klíčení)
Když je člověku 60 let, jaterní čchi slábne a jeho okvětní lístky vadnou,
žlučník se zmenšuje, slábne a zrak se rozostří.
Tvoří svaly a šlachy.
Jaterní kanál je v harmonii se dřevem,
Je to plný orgán třech Chun (duší)
Tekutiny jsou slzy.
Když patogeny v energii ledvin vstoupí do jater, je mnoho slz.
Žlučník je Fu jater a jsou spojeny v harmonii.

Huang Ting Jing říká:

Játra harmonizují a regulují všechny Hun a Po,
Také regulují vyváženost čistých a proudících tekutin,
Vnějšek se otvírají očím, Jings(u) Slunce a Měsíce,
Je to dům sta chronických nemocí,
Je to kalich, který ukládá, aniž by rozkvetl,
A tím za sedm dní sám sebe naplní.
(Může to být též přeloženo: „Nech tomu sedm dní na propuštění
přeplněného“. Což se patrně vztahuje k taoistické myšlence, že je člověk
naplněn chorobami, které ještě nepropukly. Tyto semena nemocí se mohou
vyčistit skrz oči, díky praktikování cvičení.)

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

Kapitola 6 - Žlučník

Co je to žlučník?

Je to Jing Kovu a čchi Vody.

Jeho barva je modrozelená.

Jako malý sáček je připojený pod játry.

Žlučník je odvaha a jistota.

Když je žlučník velký, není strach ani ustrašenost.

Jeho Šen (duch) se nazývá Záře draka.

Jeho funkcí je být Majestátnou jasností.

Jeho forma je jako spojení želvy a hada,

Žlučník vypadá jako visící sáček,

váží tři liang a tři zhu (liang je 37,4g a zhu je 1/48 liangu).

Je Fu (dutý) a je jako by byl uchopený játry,

Žlučník by neměl být řazen mezi pěti Zang (plným) orgánů, patří k šesti Fu (dutým).

Přijímá čchi Vody a spolu s Kan (Kan je trigram bezedných vod) shromažďuje Tao.

Takže není podobný ostatním ze šesti Fu, a mohl by se řadit mezi Zang.

Společně s močovým měchýřem vládne vlasům.

Huang Ting Jing říká:

Žlučník řídí veškerou čchi a sílu (Li),

Vede strategii útočících tygrů,

Má vnější vztah k hledění, žákům,

A kořenu nosu mezi očima,

Podporuje mozek, vlasy a všechno co je jasné,

Jeho Šen má jasné devítibarevné maskování a skvostný zelený lem.

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

Kapitola 7 – Plíce

Šen plíc je jako bílý tygr,
Plíce vypadají jako visící Qing (Zvonkohra z kamenů)
Jsou umístěny nejvýše z pěti Zang, protilehle k děloze,
Plíce jsou jako poklice a nazývají se Vyzařující poklička (víko),
Šen plíc se nazývá Bílá květina.
Jejich funkcí je vyprazdňování.
Váží tři jin a tři liang (jin je cca 500g, liang 37,4g),
Mají šest okvětních lístků a dvě uši / držadla, dohromady tedy tvoří osm okvětních lístků.
Plíce jsou dítětem sleziny a matkou ledvin.
Uvnitř Zang je sedm duší Pcho, jsou jako malé děti a jejich jména jsou:
Mrtvolný pes – jeho touhou je jíst
Plíživá mrtvola – její touhou je šťárat
Ptáček yin – touží po kráse
Polykající zloděj – rád hazarduje
Matka, která nikdy nedá zrození – touží trestat
Špinavá utěrka – je nenasytá
Smradlavé plíce – mají rádi zmatek a chaos
To je proč Po má sedm jmen.
Nos je úředník plíc.
Levá nosní dírka je Geng (je to sedmý božský stvol a reprezentuje obnovu),
pravá dírka je Xin (osmý božský stvol a znamená otravný, ubohý a hořký).
V čchi je to vzdychání a kašel.
Jejími tekutinami je kapička u nosu (rýma).
V rámci tvaru je to kůže a chlupy.
Když se otevrou směrem nahoru, čchi proudí do mozku.
Když se otevrou směrem dolů, čchi dosáhne do sleziny a do středu.
Plíce řídí a shromažďují veškerou čchi,
Plíce jsou kořenem a podstatou výdechu a nádechu.
Huang Ting Jing říká:
Když dech je dýchavičný a přerušovaný,
tělo nebude zdravé a rychlé.
Plíce obsahují Bílý (prázdný, též nejpůvodnější) zdroj a šest čchi.

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

Kapitola 8 - Slezina

Slezina patří ke středu Země,
Rozkvétá ve čtyřech ročních obdobích,
Slezina je Žlutý císař, jehož Šen je jako pták Fénix,
Tvarem připomíná obrácenou mísu,
Její jméno je Nekonečná Existence (nebo též Přebývání ve věčnosti),
Slouží jako nádvoří duchů Chun.
Nachází se nad pupkem, pod žaludkem,
Je to Kun (země) přednebeské čchi a Jing(semeno) země.
Nachází se tři cun pod srdcem,
Váží jeden jin a dva liang (575g).
Její šířka je tři cun a délka je jeden chi (dříve za dynastie Zhou 22,5cm, nyní 35,8cm),
Je dítětem srdce a matkou plic,
Rozvíjí se, otvírá do obočí (a také mezi obočí).
Ústa jsou jejím úředníkem.
Její Šen (duch) je velice závistivý,
Nemá žádný pevný tvar a ovládá Zemi (a) Jin,
Slezina je osou pěti Zang,
Otvírá ústa a jejím smyslem je chuť.
Ve tvaru jsou to tváře (čelisti),
Kanál sleziny se vynořuje z Ukryté jasnosti (bod 1),
Takže je kořenem tělesnosti (též smyslů a žádostivosti) a Příbytek yi (mysli).
(Též by se dalo přeložit: „Tudíž je příbytkem původní myšlenky tělesnosti“)

Huang Tíng Jing říká:

Slezina léčí 100 nemocí člověka,
Rozpouští a harmonizuje zrna a potravu,
Její Šen má zlatý oděv a purpurový pás s pečeti, na které je drak a tygr.

脾屬中央土旺於四季爲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
兩闊三寸長一尺脾爲心子爲肺母外通眉口爲之官其神多嫉
脾無定形主土陰也故脾爲五臟之樞開竅於口在形爲頰脾脉
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

Kapitola 9 – Ledviny

Ledviny jsou přiřazeny severu a Vodě,
V trigramu je to klasifikováno pod Kan (voda),
Jejich Šen (duch) připomíná mystického dvouhlavého jelena,
Jejich jméno je Tajemná tma noci,
Jejich funkcí je vyživovat kojence (mláďě),
Vypadají jako kámen ve tvaru vejce,
jsou v páru v úrovni pasu a jsou napojeny na páteř,
Váží tři jin a jeden liang (1537g),
Řídí a distribuují Vodu a čchi, a zavlažují celou bytost.
Jsou jako kořeny stromů a květin.
Levá ledvina je ledvina a pravá je Ming
(osud a život, často se mluví o Ming Men – Brána života).
V životě je to Sídlo čchi a ve smrti je to Brána čchi.
Když je konzervována, tak se zachová, když je používána, vyčerpá se.
Ledviny jsou matkou jater a dítětem plic.
Uši jsou jejich úředníkem.
Individuálnost narozená mino Nebe a Čchi je známa jako Jing.
Jing a čchi cirkulují tam a zpátky kvůli Šenu.
Jaký to je Šen? V ledvinách jsou emoce - láska, touha a připoutání a také
vůle a moudrost.
Levá ledvina patří k devátému a pravá k desátému Nebeskému stvolu
(kmeni).
V čase je to první a dvanáctá zemská větev.
V čchi je to otékání, v tekutinách je to hlen a v tvaru jsou to kosti.
Ledviny se manifestují jako kanály v horním, vyživující čchi ve středním a
ochranná čchi ve spodním tantien.

Huang Tíng Jing říká:

V paláci ledvin se nachází černá kruhová hlídkující věž.
Ve středu toho kruhu je mladé dítě a nejvyšší tajemství.
Ledviny kontrolují všech šest Fu a jsou původem devíti tekutin.
Vnější spojení k oběma ušima a stovce tekutin.

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爲肝母
爲肺子耳爲之官天之生我流氣而變謂之精精氣往來爲之神
神者腎藏其情智左屬壬右屬癸在辰爲子亥在氣爲吹在液爲
唾在形爲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

Kapitola 10 – Dvě ledviny

Proč dvě ledviny?

Protože mají dva účely.

Mezi nimi je kruh a v tom kruhu je můj pravý Jing,

V rámci Zang jsou dvě čchi - červená a bílá,

Uprostřed matčina břicha ještě není Šen

(Tímto je míněn jiný Šen než v předešlých kapitolách. Gramaticky je v anglickém textu s ležatou čárkou nad e a je s vysvětlivkou: „To, co svazuje stovku Šen, se nazývá Šen.“ Patrně se jedná o jinou výslovnost téhož slova, jiný tón.)

Nejdřív tam je dutina,

Z této dutiny život prýští do tohoto Šenu.

Levá ledvina je jako tajemný Jang,

Pravá jako ženský Jin,

V centrální jeskyni je oceán Jingu Pozdějšího Nebe,

Pracuje jako skutečné(y) olovo (velitel).

Konfuciáni to nazývají Taichi (nejvyšší a největší vrchol),

Taoisté to nazývají Velitel Vodního regionu,

V severním směru ustupuje a ochabuje.

Je tam vodní kolo v nachovém zálivu autentické Čchi (Zhengqi),

Jít v souladu znamená dát život člověku.

Jít proti vytváří nesmrtelnost.

Nazývá se to Průchod mezi horami(řekami) a Palác předků.

Otevírají se nahoru a dolů dvěma otvory.

Klesající do Zářícího jezírka,

To, co vychází ven pod jazykem je známo jako Nefritová Voda.

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

尾閭關

Kapitola 11 – Brána Weilu

Brána Weilu, (doslovný překlad je Vesnická brána ocasu)
Známa jako Devět zahnutých otvorů a jako Devítihlavý lev.
Říká se, že Princ udeřil do Devítivrstvého železného bubnu
(Nebo též Prostřelení devíti zvonovinových bubínků.
Stejně jako Odysseus, když prostřeloval devět seker.
Technika, kdy se bouchalo do konce páteře, aby se probudila spící Hadí síla,
Kundaliní),
Brána Jinu byla těsně uzavřena,
Celé roky se neotevřela,
proto je to známo jako Devítivrstvý železný buben.
S nejčistší čchi (Yinguan) princ udělal čistou rosu vrcholu (hrotu),
A podařilo se mu provrtat skrz.
Proto se to nazývá Bouchání na Devítivrstvý železný buben.
S touto pomocí se dá stoupat Nebeskou cestou.
Brána je také známá jako Zemská Osa, což je Kalich Šen,
nebo Obrácení se k Nebeskému vrcholu,
nebo Jeskyně Draka a Tygra
a Tři zaklíněné kosti.
V ledvinách je Zlatý kotel,
vnitřní a vnější je úzce spojeno.
Společně tyto tři stezky vedou skrz Jilji,
stoupají nahoru skrz Bránu koruny (Ding men) do Niwan,
a pak se otevrou podstatě celého bytí.

尾閭關一名九竅又名九頭獅子之如太子射九重鐵鼓
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

Kapitola 12 – Jiajíguan

Jiajíguan je Dvojitá Brána
(také to znamená stlačit páteř a název odpovídá bodu ZS 10)
Skrz vede úzká stezka
pro stoupání a klesání pravé božské nesmrtelnosti.
Je to cesta mého bytí
a klesá do dutin Gaohuang (MM 43).
Taoisté to nazývají Dvojitá brána.
Vodní kolo je uprostřed,
Nalevo je Slunce (největší Jang) a napravo je Měsíc (největší Jin),
Jang zvedá Jin výdechem,
Zvedá se skrz Tiangzhu
(brána Yuzhen. Medicína zná toto místo jako Bod močového měchýře 10.
V taoistické tradici se ale jedná spíše o ZS 16. Dráha stoupá ze ZS 15 do
MM10 a vstupuje následně do mozku skrz ZS 16 a poté se opět vynořuje
v ZS 17)
Brána je také známá jako Vstup (pod) stromem Sala (Shuanglin) (fikus).
(V legendách se Buddha narodil, probudil a vstoupil do mahaparinirvány
pod fíkusem.)

Kanál se ponořuje u Brány Jang (Jangguan),
Tento (Gaoguangshu – MM 43) bude spálen a vypaří se po otevření brány.
S pomocí této brány energie klesá do Bublajícího pramene (bod Jongquán,
Ledviny 1)
A stoupá až nahoru k Niwan,
Kanály Luo připojí Rudý palác,
Honosné jezírko shromažďuje rosu,
a předává ji do Nádherné pokrývky.
Pět fází (pět proměn) uvedeno do pořádku uvnitř Stonku Života v dolním
tantien.

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
轆轤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

Kapitola 13 – Yuzhenguán

Brána Yúzhén (Nefritový polštář)
To je místo známé jako Palác Jang,
Hora nefritového hlavního města,
Podporující nebeský sloup
a Otvor nejvyššího klíčení.

Po velkém obratli (ZS 14) se kosti zmenšují,
aby se mohlo opravdu stoupat k Nebi,
Musí se jít proti úzké řinoucí se říční stezce.

Zlatý drak se otáčí a stoupá uvnitř.
Burácí z vařící se velké řeky.
Dole a nahoře prostupují celým bytí.

Tato brána je těsně uzavřena,
Strážce Yang Shén
Stoupej použitím Yang čchi
(Čchi vzniklá kontemplací na Niwan je známá jako Jang čchi),
touto cestou se lze rychle dostat skrz.
Transformuje život,
Skutečná čchi dosahuje Mostu Strak,
Pasáček a tkadlena se spojí, aby dali život dítěti.

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

Kapitola 14 – Jazyk

Pod jazykem jsou dva otvory známé jako Mystická řádra,
Po nich přichází hltan, polykač jídla a tekutin,
Před jícnem je dvanáct regulátorů,
Jsou jako dvanáct zdvojených věží,
Skrz ně proudí očištěná čchi.

絳宮

Kapitola 15 – Rudý palác

Uvnitř střední dutiny Rudého paláce
(Juany gong – zpravidla je tím míněn střední tantiém, někdy též srdce)
je moje pravá podstata,
Palác je nazýván trigramem Ohně,
Wushí (čas sedmi zemských větví, 11 – 13hod)
a Jižní Palác (Nagong)
Tady leží Komora očištěného Shen,
Je to také známo jako Svádějící mladá dívka,
Pravý Jin a Divoký mladý chlapec s nefritovými očima.

Směr je jih,
Nad tím se uzavírá kostní ochrana, lékaři nazývanou Ocas holubice (PS 15),
Když něčí Shen odtud odstoupí,
má potom myšlenky a starosti pozdějších devíti nebi (čas, prostor, forma).
Také se říká, že Drak následuje oheň unikající z vnitřku.

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

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

下丹田

Kapitola 16 – Spodní elixírové pole

Uvnitř středu tantiénu je čistá původní čchi,
Nalevo je modro-zelená a napravo je žlutá,
Dole je černá a nahoře je bílá

Dolní tantien je:
Opravdový tygr,
Kan (trigram bezedných vod),
Příbytek kojence (kosmický zárodek vytvořený ve spodním tantien),
Podpora pro Palác Morušového stromu (Sanggong)
Oceán čchi (PS 6),
Krystalový palác,
Vnitřní dveře Ženy.
Uprostřed je otvor,
Je to můj pravý Jing a původ mého života a osudu.
Jeden cun a tři feny nahoru je palác pravé Matky Podstaty
(ta co tvoří a transformuje)
Je to Kořen Nebe a Země,
Tmavě modro-zelený příbytek bělohlavého Lao zi,
Můj pravý osud a Krajina (stav) Matky Podstaty,
Místo pravé jednoty.
Uvnitř Vody je Kov jako zlatý Jing,
Moje Dřívější Nebe vrcholí v tomto Jingu.
Také se říká:
Tygr se narodil ve Vodě,
Jediný Jang se navrácí na začátek času Zi
(Zi - dítě, semeno, vejce a půlnoc. První pozemská větev)
Měsíc je na dně oceánu.
Je to světlo lidské bytosti (Renming. Ren je člověk a Ming je osvětlení)
Na začátku tvoří moje kořeny a můj základ.

Je tu mnoho jmen
Mistři opravdové kultivace to musí znát

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

Kapitola 17 – Pupek

Pupek je Dveřmi Života (Shengmén),
Příbytek Nejvyššího božství a Řídícího Shen.,
Je to vládce lidského života a osudu,
Ten, co vládne celému bytí a 12 000 Jing.

青龍

Kapitola 18 – Azurový drak

Modro-zelený drak Východních moří,
Směr prvního nebeského stvolu
Dřevo a tekutiny,
Trigram Hromu (Zhen)
Ve směru patří východu
V pěti fázích patří dřevu
V Tao je to Chun a mysl (podstata, jméno)
Matka ohně a Shen.
V pěti Zang patří játrům
V nebi je to Slunce
Je to pravý příbytek mých třech Chun

一名東海青龍
甲方木液在卦屬震
在方屬東在五行屬木
在道為魂性也
屬火神之母在五臟屬肝
在天為日實我魂室之所也

臍為生門
太乙神君居之
主人性命司一身一萬二千精也

白虎

Kapitola 19 - Bílý tygr

Bílý tygr Západních hor,
Nachází se v sedmém nebeském stvolu
Je to Jing Kovu
Trigram jezera (Dui)
Ve směru patří západu
V pěti proměnách kovu
V Tao je to Pcho a charakter (emoce, pocity)
Je to matka vody a Jing
V Zang-fu jsou to plíce
V Nebi je to měsíc
Je to pravý příbytek mých sedmi Pcho.

桃

Kapitola 20 – Broskev

Když je broskev šťavnatá a neporušená (nemění se, trvalá, odolná).
(Broskev (táo) je symbol elixíru života)
Je známá jako Lotosový klobouček
Pokrývka hlavy a Nachový oděv

Opravdová lidská síla přebývá v Paláci Ledvin
Zde je smaragdově zelená, purpurová, žlutá, bílá, zelená, zeleno-modrá,
červená a tmavě modrá čchi,
Z toho důvodu severní směr je transformátor Osmi nebeských směrů.

一日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