

経絡と感情

経絡	募穴	五神	否定的な感情	肯定的な感情
任脈	承漿		圧倒、恥、失敗	健全な自尊心、成功
			「何か自分では選べないこと、どうしようもないことがありますか？」	
督脈	兌端		困惑、援助がない	健全な自尊心
			「落ち着けない、安らげない、何か気になりますか？」	
肺経	中府 (悲)	「魄」 感覚器 運動器	過敏な、憂うつ、軽蔑、短気、偏見	陽気・快活、謙遜、忍耐、謙虚
大腸経	天枢 (憂)		罪悪感、悲痛・失敗	自尊心、解放、自己価値、熱意情熱
胃経	中脘	「意」 思考	不安、失望、貪欲、渴望、不確実	満足、静謐、頼りになる
脾経	章門 (思)		記憶力 注意	拒絶・排斥、不安
心経	巨厥 (喜)	「神」 全ての 精神 活動	怒り、不安定な、確信がない	愛、許し
小腸経	関元		悲しみ、好意を受け入れない	喜び、感謝
膀胱経	中極 (驚)	「志」 意志 信念	無駄な、不安、葛藤、いらいら、短気	平和、調和、確実な
腎経	京門 (恐)		恐怖・心配、不安、不注意、優柔不断	平穩、忠実な、性的自信
心包経	膻中	「神」 感情 意識 思考	困る、後悔、嫉妬、性的緊張、頑固	満足、過去の放棄、寛容、リラクゼーション
三焦経	石門		無気力、うつ、絶望、孤独感、落胆	希望、意気揚々、軽快
胆経	日月	「魂」 理性	激怒、性的不能、退屈	愛、許し、敬慕、謙遜、動機、誇り
肝経	期門 (怒)		判断力	困窮、不幸、苦い、敵意、復讐心
			「今、自分の限界を超え、処理できない問題がありますか？」	

「素問」拳痛論篇

「怒れば気が上がり、喜べば気が緩み、悲しめば気が消沈し、恐れれば気が下がり、寒ければ気が収斂し、暑ければ気がもれ、驚けば気が乱れ、勞すれば気が消耗し、思えば気が鬱結する」

- ①怒則気上⇒怒りは肝の疎泄を失調させ、「頭痛・めまい」など肝気が上逆した症状が現れる。
- ②喜則気緩⇒喜び過ぎると心気を弛緩させ心神が乱れて、「不眠・心悸・精神が集中できない」症状が現れる。さらに悪化すると、「精神錯乱・精神異常」等の症状が現れる。
- ③思則気結⇒思い悩むと脾の運化が失調して、「食欲不振・下痢・腹がはる・物事をするのがおっくう」になる。さらに心神が影響を受けると「不眠・多夢・健忘」等の症状が現れる。
- ④悲則気消⇒過度に悲しんだり、憂えると肺気を消耗し「疲れやすい・しゃべるのがおっくう・声がかすれる」等の症状が現れる。
- ⑤恐則気下⇒過度に恐れると腎気が損傷して、「失禁・脱糞・流産」等の症状を引き起こす。長期間恐怖が続くと、腎気を消耗し、「遺尿・遺精・早漏」になるなど腎気不固の症状。
- ⑥驚則気乱⇒突然驚くと、心気を乱し「心悸・不眠・精神錯乱」等の症状が現れる。

「素問」陰陽応象大論篇（心理上の相勝関係）

「怒は肝を傷り、悲は怒に勝る」	木（怒）	←	金（悲・憂）
「喜は心を傷り、恐は喜に勝る」	火（喜）	←	水（恐・驚）
「思は脾を傷り、怒は思に勝る」	土（思）	←	木（怒）
「憂は肺を傷り、喜は憂に勝る」	金（悲・憂）	←	火（喜）
「恐は腎を傷り、思は恐に勝る」	水（恐・驚）	←	土（思）