АКУПУНКТУРА 360 · ПЕРСОНАЛЬНЫЙ РАЗБОР

# Ваша карта в одном документе

15.06.1990, 12:00 · Москва · мужской
разбор собран по вашей дате, времени и месту рождения

| ОПОРА | ДЕФИЦИТ | КОРНЕВАЯ ТОЧКА |
|---|---|---|
| **Огонь** | **Дерево** | **GV18** |
| Сердце, Тонкий кишечник, Перикард | Печень и Желчный пузырь | 强间 Цянцзянь — затылок, 1,5 цуня выше GV17 |

## Пять точек, с которых начать

Это ваши личные точки из карты: корневая стоянка рождения, две точки стихии «Дерево» (самая слабая) и по одной точке на питание и на снятие застоя. Остальное — раскладка по месяцам, стоянкам и каналам.

| № | Точка | Зачем именно вам | Где искать |
|---|---|---|---|
| **1** | **GV18** 强间 | стоянка рождения — корневая точка разбора | затылок, 1,5 цуня выше GV17 |
| **2** | **F3** **Тай-чун** | успокаивает Печень, снимает спазмы | на тыле стопы, между I и II плюсневыми костями |
| **3** | **F8** **Цюй-цюань** | питает кровь Печени | у медиального конца подколенной складки |
| **4** | **VB34** **Ян-лин-цюань** | укрепляет сухожилия | в углублении у передне-нижнего края головки малоберцовой кости |
| **5** | **C7** **Шэнь-мэнь** | успокаивает Шэнь, тревогу | у лучевого края сухожилия локтевого сгибателя запястья |

## Что внутри


| Раздел | Что внутри | Стр. |
|---|---|---|
| **Четыре столпа** | карта: столпы, скрытые стволы, 10-летние циклы, шэньша | **2** |
| **Баланс пяти стихий** | где у вас перекос и какие органы держать в поле зрения | **3** |
| **Точки по датам** | 12 месяцев: стихия месяца, органы, часы, точки ТКМ и Туна | **4** |
| **Лунные дворцы** | 28 стоянок, ваша стоянка рождения, календарь на 14 дней | **5** |
| **Питать при недостатке** | чем питать слабые каналы и как снимать застой | **8** |
| **Как этим пользоваться** | порядок работы, дневник, что входит в подписку | **8** |


## Порядок работы — первые две недели

| | | |
|---|---|---|
| **1** | **Каждый день** | 2 минуты: стимулируйте точку стоянки текущего дня из календаря (мягко, без иглы — пальцем или прогревом). |
| **2** | **Дважды в неделю** | точка питания канала (补母) — курс на слабую стихию, по 1 минуте на сторону. |
| **3** | **При застое** | точка-сын своего канала (泻子) — когда есть ощущение тяжести, распирания, застойной боли; не постоянно, а по состоянию. |
| **4** | **Каждые 7 дней** | отмечайте в дневнике сон, энергию, боль по шкале 0–10 — через месяц видно динамику и можно менять схему. |

Разбор сформирован 27.11.2026 17:22 МСК · acupuncture3.ru · страниц в документе: 8

Отчёт носит информационно-образовательный характер, основан на традиционной китайской медицине и не заменяет консультацию врача. Не занимайтесь самолечением: при наличии симптомов обращайтесь к квалифицированному специалисту. Акупунктуру должен проводить сертифицированный практик.

# Персональный разбор

Четыре столпа судьбы, 10-летние циклы и связь с телом (ТКМ)

| | |
|---|---|
| **Дата рождения** | 15.06.1990 |
| **Время** | 12:00 |
| **Место** | Москва |
| **Пол** | мужской |
| **Господин дня** | 辛 — Металл |
| **Метод расчёта** | настенное время · пояс UTC+3 |

## Карта: четыре столпа

| | Год | Месяц | День | Час |
|---|---|---|---|---|
| Небесный ствол | 庚 Geng<br>Металл, Ян | 壬 Ren<br>Вода, Ян | 辛 Xin<br>Металл, Инь | 甲 Jia<br>Дерево, Ян |
| Земная ветвь | 午 Wu<br>Огонь, Ян<br>(Лошадь) | 午 Wu<br>Огонь, Ян<br>(Лошадь) | 亥 Hai<br>Вода, Инь (Кабан) | 午 Wu<br>Огонь, Ян<br>(Лошадь) |
| Скрытые стволы | 丁 (Циша)<br>己 (Пяньинь) | 丁 (Циша)<br>己 (Пяньинь) | 壬 (Шангуань) | 丁 (Циша)<br>己 (Пяньинь) |
| Шишэнь (10 Богов) | Дуофу | Шангуань | Бицзянь | Чжэнцай |

## Сводка по карте

Господин дня — 辛 (Металл Инь). Преобладает Огонь. Не хватает Дерево. Благоприятны: Дерево, Земля.

## ШэньШа (символические звёзды)

★ **Тяньи Гуйжэнь (**天乙贵人**)** — Небесный помощник — защита, удача в кризисах.

★ **И Ма (**驿马**)** — Почтовая лошадь — переезды, путешествия, перемены.

★ **Ян Жэнь (**羊刃**)** — Лезвие барана — сила, агрессия, риск травм.

## Da Yun — 10-летние циклы судьбы

Старт цикла: 7.3 лет · направление: вперёд · 8 циклов по 10 лет

| Возраст | Годы | Столп | Стихия | Шишэнь |
|---|---|---|---|---|
| 7.3–17.3 | 1997–2006 | 癸未 Коза | Вода/Земля | Шишэнь |
| 17.3–27.3 | 2007–2016 | 甲申 Обезьяна | Дерево/Металл | Чжэнцай |
| 27.3–37.3 ◀ сейчас | 2017–2026 | 乙酉 Петух | Дерево/Металл | Пяньцай |
| 37.3–47.3 | 2027–2036 | 丙戌 Собака | Огонь/Земля | Чжэнгуань |
| 47.3–57.3 | 2037–2046 | 丁亥 Кабан | Огонь/Вода | Циша |
| 57.3–67.3 | 2047–2056 | 戊子 Крыса | Земля/Вода | Чжэнъинь |
| 67.3–77.3 | 2057–2066 | 己丑 Бык | Земля/Земля | Пяньинь |
| 77.3–87.3 | 2067–2076 | 庚寅 Тигр | Металл/Дерево | Дуофу |

## Баланс пяти стихий

| Стихия | Балл | Статус |
|---|---|---|
| Дерево | 1 | слабая |
| Огонь | 3.0 | нейтральна |
| Земля | 1.5 | благоприятна |
| Металл | 2 | нейтральна |
| Вода | 2.0 | нейтральна |

## Зоны внимания (слабые стихии)

**Дерево** — органы: Печень и Желчный пузырь. Уязвимость: спазмы, сухожилия, глаза, эмоциональное напряжение. Пик: весна (февраль–апрель).

## Точки акупунктуры ТКМ

**F3 Тай-чун** (Печень, Дерево) — успокаивает Печень, снимает спазмы

**F8 Цюй-цюань** (Печень, Дерево) — питает кровь Печени

**VB34 Ян-лин-цюань** (Желчный пузырь, Дерево) — укрепляет сухожилия

**E36 Цзу-сань-ли** (Желудок, Земля) — общетонизирующая, точка долголетия

**RP3 Тай-бай** (Селезёнка, Земля) — тонизирует Селезёнку

**RP6 Сань-инь-цзяо** (Селезёнка, Земля) — гармонизирует низ, убирает сырость

## Точки Мастера Туна

**11.06 Возвращение в гнездо** (Дерево)

**11.10 Дерево-Огонь** (Дерево)

**11.13 Желчный пузырь** (Дерево)

**11.14 Пальцевые Три Слоя** (Дерево)

**11.18 Опухание Селезёнки** (Земля)

**11.21 Три Глаза** (Земля)

**11.26 Контроль Грязи** (Земля)

**11.27 Пять Тигров** (Земля)

## Рекомендации по образу жизни

**Дерево** — сезон: весна (февраль–апрель), активные часы: ночные часы 23:00–03:00, вкус: кислый, эмоция: гнев и раздражительность.

Питание: зелёные овощи, проростки пшеницы, гречка, яблоки, зелёный чай.

Фито-направление: ягоды годжи, лимонник, мята (направление: поддержка Печени).

Образ жизни: регулярное движение, растяжка, прогулки на воздухе, ранний подъём.

---

Отчёт носит информационно-образовательный характер, основан на традиционной китайской медицине и не заменяет консультацию врача. Не занимайтесь самолечением: при наличии симптомов обращайтесь к квалифицированному специалисту. Акупунктуру должен проводить сертифицированный практик.

Акупунктура 360 · acupuncture3.ru · сформировано 27.11.2026 17:22 МСК

# Точки по датам

Двенадцать месяцев вперёд от 27.11.2026. Стихия месяца определяется его земной ветвью; часы — время максимальной активности органа по китайским «органным часам». Точки — базовые рабочие по стихии, не догма: при обострении набора берут по симптоматике.

| Месяц | Столп месяца | Стихия | Органы и часы | Точки ТКМ | Точки Туна |
|---|---|---|---|---|---|
| декабрь 2026 | 庚子 Гэн-Цзы · Крыса | Вода | Почки и Мочевой пузырь<br>вечерние часы<br>17:00–19:00 | R3 Тай-си, R7 Фу-лю | 11.12 Два Ярких Угла, 22.06 Средний Белый |
| январь 2027 | 辛丑 Синь-Чоу · Бык | Земля | Селезёнка и Желудок<br>утренние часы<br>07:00–11:00 | E36 Цзу-сань-ли, RP3 Тай-бай | 11.18 Опухание Селезёнки, 11.21 Три Глаза |
| февраль 2027 | 壬寅 Жэнь-Инь · Тигр | Дерево | Печень и Желчный пузырь<br>ночные часы<br>23:00–03:00 | F3 Тай-чун, F8 Цюй-цюань | 11.06 Возвращение в гнездо, 11.10 Дерево-Огонь |
| март 2027 | 癸卯 Гуй-Мао · Кролик | Дерево | Печень и Желчный пузырь<br>ночные часы<br>23:00–03:00 | F3 Тай-чун, F8 Цюй-цюань | 11.06 Возвращение в гнездо, 11.10 Дерево-Огонь |
| апрель 2027 | 甲辰 Цзя-Чэнь · Дракон | Земля | Селезёнка и Желудок<br>утренние часы<br>07:00–11:00 | E36 Цзу-сань-ли, RP3 Тай-бай | 11.18 Опухание Селезёнки, 11.21 Три Глаза |
| май 2027 | 乙巳 И-Сы · Змея | Огонь | Сердце, Тонкий кишечник, Перикард<br>дневные часы<br>11:00–15:00 | C9 Шао-чун, C7 Шэнь-мэнь | 11.01 Большая щель, 11.02 Малая щель |
| июнь 2027 | 丙午 Бин-У · Лошадь | Огонь | Сердце, Тонкий кишечник, Перикард<br>дневные часы<br>11:00–15:00 | C9 Шао-чун, C7 Шэнь-мэнь | 11.01 Большая щель, 11.02 Малая щель |
| июль 2027 | 丁未 Дин-Вэй · Коза | Земля | Селезёнка и Желудок<br>утренние часы<br>07:00–11:00 | E36 Цзу-сань-ли, RP3 Тай-бай | 11.18 Опухание Селезёнки, 11.21 Три Глаза |
| август 2027 | 戊申 У-Шэнь · Обезьяна | Металл | Лёгкие и Толстый кишечник<br>раннее утро<br>03:00–07:00 | P9 Тай-юань, P7 Ле-цюэ | 11.08 Палец Пять Металлов, 11.17 Дерево |
| сентябрь 2027 | 己酉 Цзи-Ю · Петух | Металл | Лёгкие и Толстый кишечник<br>раннее утро<br>03:00–07:00 | P9 Тай-юань, P7 Ле-цюэ | 11.08 Палец Пять Металлов, 11.17 Дерево |

| Месяц | Столп месяца | Стихия | Органы и часы | Точки ТКМ | Точки Туна |
|---|---|---|---|---|---|
| октябрь 2027 | 庚戌 Гэн-Сюй · Собака | Земля | Селезёнка и Желудок утренние часы 07:00–11:00 | E36 Цзу-сань-ли, RP3 Тай-бай | 11.18 Опухание Селезёнки, 11.21 Три Глаза |
| ноябрь 2027 | 辛亥 Синь-Хай · Свинья | Вода | Почки и Мочевой пузырь вечерние часы 17:00–19:00 | R3 Тай-си, R7 Фу-лю | 11.12 Два Ярких Угла, 22.06 Средний Белый |

## Как читать эту таблицу

**Господин дня** — то, что вы есть: 辛 (Металл). Господин дня — это «я» карты, всё остальное — то, среди чего это «я» живёт. Благоприятные стихии усиливают Господина дня; слабые — то, чего ему не хватает. В таблице месяцев выше ищите те месяцы, чья стихия совпадает с благоприятной: это лучшие окна для лечения и профилактики.

Точки из таблицы — **базовые по стихии месяца**, а не ваш персональный рецепт. Ваш персональный набор — в разделе «Точки ТКМ» на страницах карты, он собран по вашим благоприятным стихиям.

---

## Лунные дворцы: 28 стоянок и их точки Ду-Май

Ду-Май — «море янских каналов», проходит по спине и голове. Каждой из 28 стоянок соответствует своя точка Ду-Май. Работают в трёх режимах:

**По дню.** день, когда Луна проходит стоянку, — стимулируют её точку (лучше моксой).

**По рождению.** стоянка даты рождения — «коренная» точка человека, самая чувствительная к работе.

**Патогенетический.** дата травмирующего события → его стоянка → точки, «выталкивающие» застрявшую Ци. Так разбирают застарелую психотравму через тело.

| № | Стоянка | Точка | Название | Где искать | Основные показания |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 角 Цзяо | GV19 | 后顶 Хоудин | затылок, 1,5 цуня выше GV18 | головная боль, головокружение, ригидность затылка |
| 2 | 亢 Кан | GV18 | 强间 Цянцзянь | затылок, 1,5 цуня выше GV17 | головная боль, ригидность шеи |
| 3 | 氐 Ди | GV17 | 脑户 Наоху | затылок, 1,5 цуня выше GV16 | головокружение, афазия |
| 4 | 房 Фан | GV16 | 风府 Фэнфу | затылок, 1 цунь выше границы волос | головная боль, ангина, ригидность шеи |
| 5 | 心 Синь | GV15 | 哑门 Ямэнь | шея, 0,5 цуня выше границы волос | афазия, потеря голоса |
| 6 | 尾 Вэй | GV14 | 大椎 Дачжуй | под остистым отростком C7 | лихорадка, кашель, астма |
| 7 | 箕 Цзи | GV13 | 陶道 Таодао | под остистым отростком Th1 | головная боль, малярия |
| 8 | 斗 Доу | GV12 | 身柱 Шэньчжу | под остистым отростком Th3 | кашель, астма, эпилепсия |

| № | Стоянка | Точка | Название | Где искать | Основные показания |
|---|---|---|---|---|---|
| 9 | 牛 Ню | GV11 | 神道 Шэньдао | под остистым отростком Th5 | сердцебиение, забывчивость |
| 10 | 女 Нюй | GV10 | 灵台 Линтай | под остистым отростком Th6 | кашель, астма, боль в спине |
| 11 | 虚 Сюй | GV9 | 至阳 Чжиян | под остистым отростком Th7 | желтуха, боль в груди |
| 12 | 危 Вэй | GV8 | 筋缩 Цзиньсо | под остистым отростком Th9 | эпилепсия, боль в желудке |
| 13 | 室 Ши | GV7 | 中枢 Чжуншу | под остистым отростком Th10 | желтуха, рвота, боль в животе |
| 14 | 壁 Би | GV6 | 脊中 Цзичжун | под остистым отростком Th11 | диарея, желтуха, геморрой |
| 15 | 奎 Куй | GV5 | 悬枢 Сюаньшу | под остистым отростком L1 | диарея, боль в животе |
| 16 | 娄 Лоу | GV4 | 命门 Минмэнь | под остистым отростком L2 | импотенция, нарушения цикла |
| 17 | 胃 Вэй | GV3 | 腰阳关 Яоянгуань | между L3 и L4 | боль в пояснице, эпилепсия |
| 18 | 昴 Мао | GV2 | 腰俞 Яошу | крестец | нарушения цикла, слабость ног |
| 19 | 毕 Би | GV1 | 长强 Чанцян | копчик | геморрой, диарея, психозы |
| 20 | 觜 Цзы | GV28 | 龈交 Иньцзяо | верхняя десна | психозы, синусит |
| 21 | 参 Шэнь | GV27 | 兑端 Дуйдуань | верхняя губа | психозы, кровотечение из носа |
| 22 | 井 Цзин | GV26 | 水沟 Шуйгоу | носогубная борозда | кома, судороги у детей |
| 23 | 鬼 Гуй | GV25 | 素髎 Суляо | кончик носа | синусит, кома |
| 24 | 柳 Лю | GV24 | 神庭 Шэньтин | лоб, 0,5 цуня выше границы волос | головная боль, бессонница |
| 25 | 星 Син | GV23 | 上星 Шансин | лоб, 1 цунь выше границы волос | головная боль, лихорадка |
| 26 | 张 Чжан | GV22 | 囟会 Синьхуэй | лоб, 2 цуня выше границы волос | головная боль, головокружение |
| 27 | 翼 И | GV21 | 前顶 Цяньдин | темя, 1,5 цуня впереди GV20 | головная боль, головокружение |
| 28 | 轸 Чжэнь | GV20 | 百会 Байхуэй | темя, 7 цуней над затылком | инсульт, бессонница, депрессия |

**Ваша стоянка рождения — 2 · 亢 (GV18 □□ Цянцзянь).** Стоянка считается по календарю 值日 для даты рождения: 15.06.1990. Это «корневая» точка — самая чувствительная к работе. Её адрес: затылок, 1,5 цуня выше GV17. Показания: головная боль, ригидность шеи.

**Ближайшие 14 дней — стоянки и их точки.** День, когда Луна проходит стоянку, — лучшее время стимулировать её точку (игла или мокса, мягко).

| Дата | Стоянка | Точка | Название | Где искать |
|---|---|---|---|---|
| 27.11 ← сегодня | 娄 · 16 | GV4 | 命门 Минмэнь | под остистым отростком L2 |
| 28.11 | 胃 · 17 | GV3 | 腰阳关 Яоянгуань | между L3 и L4 |
| 29.11 | 昴 · 18 | GV2 | 腰俞 Яошу | крестец |
| 30.11 | 毕 · 19 | GV1 | 长强 Чанцян | копчик |
| 01.12 | 觜 · 20 | GV28 | 龈交 Иньцзяо | верхняя десна |
| 02.12 | 参 · 21 | GV27 | 兑端 Дуйдуань | верхняя губа |
| 03.12 | 井 · 22 | GV26 | 水沟 Шуйгоу | носогубная борозда |
| 04.12 | 鬼 · 23 | GV25 | 素髎 Суляо | кончик носа |
| 05.12 | 柳 · 24 | GV24 | 神庭 Шэньтин | лоб, 0,5 цуня выше границы волос |
| 06.12 | 星 · 25 | GV23 | 上星 Шансин | лоб, 1 цунь выше границы волос |
| 07.12 | 张 · 26 | GV22 | 囟会 Синьхуэй | лоб, 2 цуня выше границы волос |
| 08.12 | 翼 · 27 | GV21 | 前顶 Цяньдин | темя, 1,5 цуня впереди GV20 |
| 09.12 | 轸 · 28 | GV20 | 百会 Байхуэй | темя, 7 цуней над затылком |
| 10.12 | 角 · 1 | GV19 | 后顶 Хоудин | затылок, 1,5 цуня выше GV18 |

**Как работать с датой травмы.** Дата события → его стоянка → её точка Ду-Май иглой или моксой, курс 5–7 сеансов; параллельно ведётся работа с самой ситуацией. Это не «стирание памяти», а снятие телесного закрепления реакции.

## Питать при недостатке, успокаивать при застое

Правило из «Канона трудностей», 69-я трудность (难经 · 六十九难): «虚者补其母，实则泻其子» — «при недостатке питают мать, при избытке седатируют сына». В «Чжэнь цзю да чэн» (针灸大成) оно разобрано на точках: при недостатке Лёгких (Металл) берут земляную точку канала Лёгких P9 Тай-юань — Земля рождает Металл; при избытке Лёгких — водную P5 Чи-цзэ — Металл рождает Воду.

Как это читать. На канале между пальцами и локтем или коленом пять точек — 五输穴, каждая своей стихии. Стихия, рождающая стихию канала, — его «мать»; та, которую канал рождает, — «сын». Питать — значит взять на своём канале точку материнской стихии, седатировать — точку дочерней. Второй способ — через родственный канал (异经取穴): он в правой колонке таблицы. Берут один способ из двух.

В вашей карте меньше всего — **Дерево** (1), больше всего — **Огонь** (3). Каналы слабой стихии — кандидаты на питание, каналы сильной — на снятие застоя. Это рабочая гипотеза по балансу карты, а не диагноз: состояние Ци подтверждают пульсом, языком и симптомами.

| Канал | Что делать | На своём канале | На родственном канале |
|---|---|---|---|
| F · Печень | недостаток → питать (补) | F8 Цюй-цюань · Вода | R · Почки: R10 Инь-гу · Вода |
| VB · Жёлчный пузырь | недостаток → питать (补) | VB43 Ся-си · Вода | V · Мочевой пузырь: V66 Цзу-тун-гу · Вода |
| C · Сердце | застой → седатировать (泻) | C7 Шэнь-мэнь · Земля | RP · Селезёнка: RP3 Тай-бай · Земля |
| IG · Тонкий кишечник | застой → седатировать (泻) | IG8 Сяо-хай · Земля | E · Желудок: E36 Цзу-сань-ли · Земля |

«Питать» — тонизировать (мокса или вращение по ходу канала), «седатировать» — против хода. Курс — 5–7 сеансов через день, затем отдых 3–5 дней.

## Как этим пользоваться

1. Возьмите свои благоприятные стихии со страницы «Баланс стихий». Это ваш ресурс.
2. Сверьте с таблицей месяцев: месяцы своей стихии — время лечения и профилактики, месяцы слабой стихии — время покоя и наблюдения.
3. Точки ТКМ и Туна со страниц карты — ваш основной набор; точки по месяцам добавляют сезонную поправку.
4. Ведите дневник: дата, что ставили, что изменилось через сутки.

## Что входит в подписку «Акупунктура 360»

• этот персональный разбор — обновляется при каждом новом годе и цикле;
• расчёт по любым датам: месяцы, дни, лунные стоянки;
• точки Туна и ТКМ по стихиям с поиском по 684 точкам в приложении;
• база знаний: 208 книг, разбор симптома по трём источникам.
Подписка: acupuncture3.ru/app-pay/ — 349 ₽/мес.

Отчёт носит информационно-образовательный характер, основан на традиционной китайской медицине и не заменяет консультацию врача. При симптомах обращайтесь к специалисту; акупунктуру проводит сертифицированный практик.
Акупунктура 360 · acupuncture3.ru · сформировано 27.11.2026 17:22 МСК