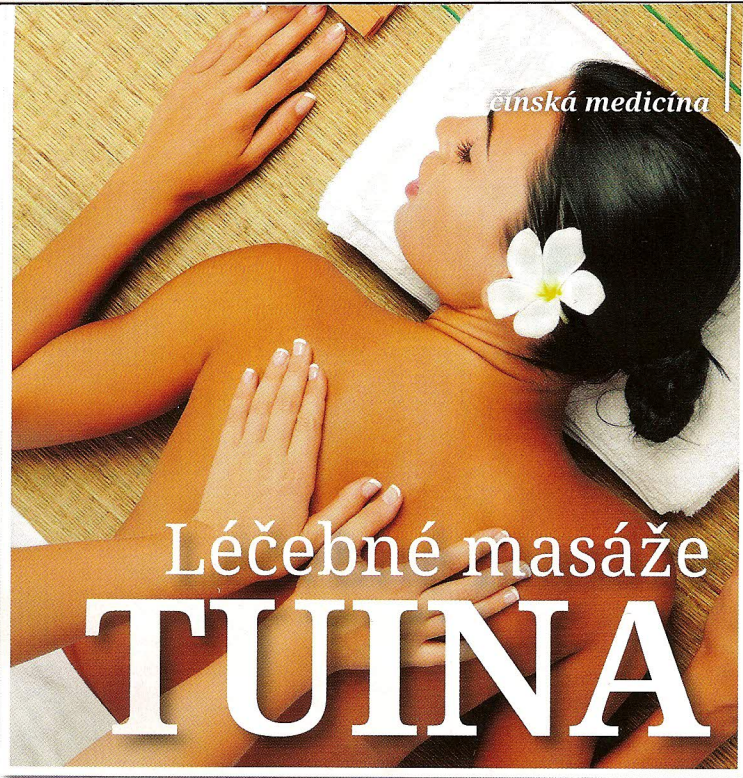


Čínská medicína se vyvíjela po tisíce let na území dnešní Číny. Nejstarší písemné zmínky se odkazují k dílu Huangdi Neijing (čti Chuang-ti nej-fing) – Vnitřní kánon žlutého císaře. Učení se předávalo z otce na syna v rodinných klanech či v různých duchovních sektách. Z toho důvodu je na poli čínské medicíny velký počet různých směrů, technik, disciplín. Za doby vlády Mao Zedonga (čti Mao Ce-tung) byla čínská medicína více systematizována a sestavena do dnešní podoby.

text: Václav Lukeš – praktik masáží tuina
foto: Shutterstock.com



Hlavními léčebnými disciplínami patřícími do čínské medicíny jsou čínská fyto terapie, akupunktura, masáže tuina (čti tchuej-na), čínské cvičení qigong (čti čchi kung) a dietetika. Dnes bude řeč o disciplíně, která v Čechách není doposud příliš známá, a to o léčebných čínských masáží tuina.

Co je to tuina?

Sousloví tuina v překladu znamená tui – tlačit (tisknout po linii) a na – uchopit. Dříve se pro masáže užívalo sousloví anmo (čti anmo), an – znamená stlačit (kolmo) a mo – hladit. Masáže tuina jsou dnes v čínských nemocnicích plnohodnotnou léčebnou disciplínou a patří k nejpracovanějším systémům manuálních terapií na světě.

Čím se masáže tuina vyznačují?

Tuina obsahuje přibližně 25 základních masážních technik – od různých typů hlazení, hnětení, stlačování, svírání, přes dynamické napravování kloubů až po – pro čínské masáže typické – vibrační techniky. Vibrační techniky se vyznačují výraznou schopností vzdáleně oživovat funkci orgánů (přes působení na body) a doplňovat energii celého těla. Masírovaný je převážně oblečen. Masážní oleje a emulze se obvykle nepoužívají. Čínské masáže se oproti západním masážím dále odlišují především teoretickým a filosofickým základem čínské medicíny. Pracuje se zde s celou šíří teorie této holistické nauky. Masér musí kromě svalů a kostí znát i principy dynamiky energie, krve a tělních tekutin, dále znát funkce orgánů a to nejen fyziologické, ale i patologické. Nejvíce odlišujícím prvkem oproti západním masážím je tedy kontext a záměr, se kterým praktik masáží k léčbě problému přistupuje. Masér si uvědomuje vztah dynamiky těla s dynamikou emocí, střídáním ročních období, se změnami klimatických a dalších vlivů. Diagnostika onemocnění se pak příliš neliší od diagnostiky v případě léčby akupunkturou či bylinami.

Na co jsou vhodné čínské masáže a jak působí?

Léčba tuina masáží pokrývá více tematických oblastí. Významnou oblastí je léčba problémů slach, svalů a kostí. Zde se používá několik základních pouček a principů. Např. „Tam, kde je bolest, qi (čti čchi – energie) neproudí správně“. „Pokud stagnuje tok qi, zpomaluje se i tok krve a výživa není dostatečná“. Léčba masážemi tedy spočívá v nápravě toku energie a krve daným místem, zastavení bolesti a v neposlední řadě v nápravě příčiny zpomalení (zastavení) toku energie. Příčina může mít více zdrojů. Např. člověk byl unaven dlouhodobým stresem a prací – pak je nutné celkově posílit organismus, podpořit regeneraci a uvolnit napětí. Další příčinou může být oslabení některého z orgánů (z důvodu předchozí nemoci či slabé konstituce) – pak je nutné podpořit činnost konkrétního orgánu. Zde je vidět, že masážemi neřešíme jen vrcholek (biao) obtíží, nýbrž i kořen (ben) nemoci. Tuinou řešíme např. tyto obtíže: bolesti beder, slabost kolenu, tenisový loket, zamrzlé rameno, bolesti zad, krční páteře, výhřez meziobratlové ploténky atd.

Další oblastí, na kterou masáže tuina cílí, jsou nemoci z vnitřních příčin. Do této oblasti patří např. nespavost, bolesti hlavy, migrény, deprese, dušnost, úzkost a sevření hrudi, bolesti břicha, zácpy, průjmky, dráždivý tračník, chronický kašel, časté záněty mandlí/hltanu, závrať/motání hlavy, bolesti podžebří, chronický zánět žlučníku, gynekologické problémy jako bolestivá menstruace, premenstruační napětí, neplodnost atd. Zde platí opět několik pouček, „Nemoc se projevuje na povrchu, je potřeba léčit nitro“, „Problémy nahoře léčíme dole“ (např. bolesti hlavy léčíme často stimulací bodů na dolních končetinách či dolních partiích trupu),

dále „Nitro ovlivňujeme přes síť energetických drah a spojnic“ a další. Prakticky masér onemocnění léčí výběrem techniky lokálních pro podporu a uvolnění oblasti daného orgánu a následně volí techniky stimulující vzdálené body na horních a dolních končetinách či na hlavě, které korespondují s daným problémem.

Je čínská masáž vhodná i pro děti?

Masáž dětí je jedna velká oblast patřící do masáží tuina. Masáž dětí (0–12 let) se oproti masáží dospělých výrazně liší. Jsou zde užívány jiné techniky, působí se na jiné okruhy a body na těle. Dětské masáže jsou vhodné pro řešení např. kašle, horečky, nočního pomočování, vychlípění střeva, výhřezu konečníku, tříselné kýly, nadýmání, zácpy, průjmu, obecně trávicích potíží, bolestí břicha, opožděného vývoje, podvýživy, nechutenství, a jsou také vhodné jako prevence správného růstu.

Pan prof. WANG Fuyin, primář ortopedické kliniky v Pekingu, tvrdí, že tuina je v dnešní době nezastupitelným a velmi prospěšným prostředkem, jak udržet plně zdraví v dnešním každodenním uspěchaném rytmu moderní doby.

▼ INZERCE



Evropská škola tuiny

- čínské léčebné masáže
- tříleté studium Tuina

Praktickou výuku vedou čínští profesori

58 výukových dní během 3 let

Program studia:

1. ročník
- teorie čínské medicíny
- základy masáží tuina

2. ročník
- regenerační masáž
- vnitřní onemocnění gynekologie
- masáž pro děti

3. ročník
- dynamické napravování
- klinická praxe
- reflexní terapie
- praktické diagnostika

Zahájení listopad 2013

www.evropkaskolatuieny.cz
www.facebook.com/EvropskaSkolaTuiny

+420 602 611 141,
+420 220 873 124,
+421 907 726 238

pořádáno ve spolupráci s 1. školou tradiční čínské medicíny TČM®, založenou 1990