

Tradiční čínská medicína

Sedím ve zkušební komisi před ztichlým sálem studentů, kteří právě píšou závěrečný test na konci studia akupunktury 1. školy čínské medicíny v Praze. Vznikla v roce 1990 s cílem uchovat bohatství čínské medicíny pro příští generace i v České a Slovenské republice a vychovat vlastní kvalifikované odborníky na čínskou masáž, fytoterapii, akupunkturu i čínskou nauku jangšengfa, což je specifická prevence onemocnění podle taoistické filosofie.

Od roku 1998 naše 1. škola čínské medicíny spolupracuje s dvěma čínskými univerzitami a za dobu její existence školou prošlo 750 studentů. Někteří po složení zkoušek získali čínský diplom a působí v dalších školách tradiční čínské medicíny u nás i na Slovensku. Další si odnesli rekvalifikační osvědčení. (Nebylo by to možné bez kvalitních překladatelů z čínštiny, jako je PhDr. V. Ando nebo Mgr. Z. Drahovzalová.)

Jako vždy, i teď je mi líto, že studenti, kteří dnes skládají zkoušky, možná už neuvidím, a v duchu se loučím s večery u táboráku se zpěvem, kytarou a fujarou na letní praxi. Mohu jen doufat, že ještě přijdou na postgraduální kurzy. Zároveň se ale začínám těšit i na nové studenty, kteří do naší školy nastoupí v listopadu 2012. Pak se však opět dívám zpátky a přemýšlím, kolik českých či slovenských lektorů nebo přednášejících ze zahraničí i Číny si studenti, kteří nyní končí, vyslechli, kolik absolvovali praktických seminářů a kongresů, jaké napsali písemné práce atd. Bylo to málo nebo moc? Jak co nejlépe teoreticky i prakticky připravit studenty, lékaře i nelékaře, v dálkovém studiu čínské medicíny na rozmanitost života a jeho neduhů, je věčné téma.

Po dvaceti letech zkušeností stále vidím mnoho možností ke zlepšení studia a dochází k němu i s pomocí zpětné vazby od studentů i lektorů. Na každém běhu studia se podílí tým lékařů, fyzioterapeutů, masérů i profesorů ze zahraničí včetně Číny. Součástí jsou stáže na klinikách čínské medicíny v Číně, konkrétně v Pekingu a Tchientinu.

Tao je cesta

Čínská medicína má co nabídnout i v 21. století a podle mého názoru se její pole působnosti s nárůstem chronických onemocnění naopak stále rozšiřuje. Ve starověku se čínská medicína předávala v rodech z otce na syna, z děda na vnuka nebo na další příbuzné. Nicméně císařské zkoušky probíhaly v malých komůr-

kách, kde byl adept izolován na dva dny a podávalo se mu jídlo špehýrkou. Propast času, kterou byla tato nauka schopná překlenout, je nepředstavitelná a nelze ji ani přesně určit. Vždyť první písemná kniha, která je dodnes uznávána za základ čínské medicíny, se datuje z doby 300 až 500 let před naším letopočtem. Jde o Vnitřní knihu Žlutého císaře – Chuang-ti nej ting (*Huangdi Neijing*). Je psána formou rozhovoru Žlutého císaře Chuang-ti a jeho lékaře Čchi-po a v jejím úvodu můžeme číst:

Chuang ti: „Vyprávěli mi, že v dávném starověku člověk viděl sto jar a sto podzimů, aniž by jeho činnost ochabla. Dnešní lidé jsou zesláblí již v padesáti. Stalo se tak změnou epochy nebo chybou lidí?”

Čchi-po: „Naši předkové, poslušni učení Cesty, se řídili podle jejích pravidel a žili v souladu s ní. Stravovali se přiměřeně a chovali se umírněně. Vyhýbali se nadměrné zátěži, hleděli si neničit tělo ani ducha, což jim umožnilo žít celé jedno století. Dnešní lidé takto pranic nejednají, pijí alkohol místo vody, jsou troufalí a rozmařilí, milují se, když jsou opilí. Strasti a touhy vyčerpávají jejich esenci a vášně promrhávají jejich přirozenou životní energii. Nenasytně a lehkomyšlně se oddávají svým sklonům, obrací se zády k opravdovým radostem života, přepínají se a jsou tak předčasně znaveni již v padesáti.“ (Suwen, kap. 1).

Zhruba ve stejné době vzniká i první písemné dílo filosofie taoismu, na kterém je čínská medicína založena. Kniha o tau a jeho ctnosti, jejíž autorství je přisuzováno Lao c', začíná dvojverším: „Tao, které lze postihnout slovy, není věčné a neměnné tao. Jméno, které lze pojmenovat, není věčné a neměnné jméno.“

Život nelze zastavit, změřená hodnota, histologický preparát už nejsou život sám, ale jen jeho odlesk. Každý překlad slova tao je jen přiblížením, těžko jej vystihnout, podstata života je nevyslovitelná. Nejčastějším pře-

kladem však bývá slovo cesta, což může znamenat pouť životem i řád vesmíru, rovnováhu dvou principů jin a jang, která stojí u samého základu čínské medicíny a připomíná nám novodobý pojem homeostázy.

Ruka podaná přes propast času

V úsilí o harmonii spočívá síla čínské medicíny. Je to prevence prostřednictvím vyvážené životosprávy. Jde o tresť zkušeností stovek generací čínských lékařů, kteří v průběhu věků pozorovali a zaznamenali sklony jednotlivých konstitucí a prvotní příznaky, kterými se u nich projevovaly počátky onemocnění. Jako pilné včelky sbírali svůj med vědomostí a strádali ho pro příští generace. Můžeme jen v tichosti a němém úžasu stát nad mnohotvárností a množstvím informací a děkovat ruce podané přes propast času, že se nám tento systém dochoval až do dnešních dnů. Možná ještě na prahu středověku byly i v našich končinách rozsáhlé vědomosti o bylinách a léčení, ale mnoho z jejich nositelů skončilo upálením na hranici. V žádném případě však nemáme živou tradici dvou tisíc let.

Tam, kde západní medicína nenašla hmotný podklad obtíží a lidé se přitom cítí znaveni, bez nálady a trápí je různé zdravotní problémy, vzniká nejdělejší oblast pro čínskou medicínu. Starověký čínský velmož si platil lékaře, dokud byl zdravý. Na pozorovací schopnosti lékaře záleželo, do jaké konstituční kategorie svého chlebováře zařadí a jakou stravou, bylinkami či akupunkturními body bude posilovat slabá místa jeho organismu. Čínská kuchyně rozhodně nepatří mezi asketické systémy a dvorní lékař musel umět podat císaři lék tak, aby nebyl znechucen, a nevyvolal jeho nelibost. Proto vzniklo celé odvětví léčebné čínské kuchyně, do něhož pronikají i dnešní studenti. Starověký lékař totiž neměl k dispozici mocné léky a operační zásahy, které nás dnes vedou k tak velké aroganci, že jdeme k lékaři, až když už je skoro

pozdě. Díky zázrakům moderního zdravotnictví se tak vracíme zpět do života bohatší o nelehkou zkušenost utrpení.

Starověcí Číňané rozhodně nebyli askety a neodepírali si žádné potěšení života, ale všech užívali s mírou. Mnoho staletí bylo v Číně běžné mnohoženství a pro klid domova i zajištění potomstva se jako samostatný obor začala rozvíjet také gynekologie a to již na počátku našeho letopočtu v období dynastie Chan, datované

CAM – (Complementary and alternative medicine) – a je vypočítáno, že v péči o zdraví lidí přináší úspory ve stovkách milionů dolarů. Například Australská vláda udává, že kdyby byla podpora CAM výraznější, mohlo by se ročně ve zdravotnictví ušetřit až 220 milionů dolarů. Z rozsáhlých výzkumů totiž vyplynulo, že lidé vyhledávající CAM mají zároveň aktivní přístup k prevenci nemocí, snaží se nekouřit, sportovat, nepřibývat příliš na váze apod. Pro stát se

jehličkami, čínskou dietetikou a bylinkami. Komplexním přístupem se dá předejít i nádorovým chorobám.

Profese akupunkturisty nebo praktika čínské medicíny je uznávána jako samostatný obor a částečně hrazena zdravotním pojištěním také v Belgii, Lucembursku, Anglii, Španělsku, Portugalsku a rovněž v USA, Austrálii, Rusku, Číně, Japonsku apod. O své místo na slunci právě bojují i akupunkturisté z Francie.

Návrat k harmonii

Ztichlý sál jemně ševelí vzdechy nad otázkami z testů a někteří studenti vyplněné testy brzy na to odevzdávají. I ostatním však tvrdím, že jsou prudce inteligentní, což vyvolává úsměvy na jejich tvářích. V naší škole se snažíme minimalizovat stresy při zkouškách, protože laskavý a úsměvný přístup pomáhá bez výjimky. Smích uvolňuje napětí a radost překonává smutek – i tyto poznatky patří do čínské medicíny, v níž nikdy nedošlo k odtržení nemocí duše a těla. Lidské tělo je vnímáno jako celek a každému orgánu přísluší určité emoce. Ze společenských důvodů se ve starověké Číně jen obtížně dostávali k mrtvému tělu, o to více však pozorovali tělo živé a naučili se usuzovat na jeho vnitřní poruchy právě z psychiky, držení těla, vzhledu a barvy kůže, rysů obličeje, jazyka, pohmatu kůže a pulzu. To vše je i dnes součástí praxe a pozorovací talent se pěstuje od prvních okamžiků studia.

Jdu se přesvědčit, zda už začaly pracovat obě zkušební komise – studenti ještě čeká praktická část zkoušky tj. lokalizace akupunkturálních bodů na těle. Není nutné vždy používat jehly, body je možno stimulovat i prostým dotekem či tlakem prstů, tahem, třením a dalšími hmaty čínských masáží tuina, které jsou vědnou součástí léčby. Můžeme ale použít i magnety, baňky, ladičky, polarizované světlo, slabý elektrický proud či laser. Na schodech potkávám rozzářené obličeje studentů, jeden z nich ke mně přibíhá a poskakuje radostí: „Mám to! Mám deset z deseti, všechny body jsem našel správně!“ Přeju mu, aby ho brzy stejně těšilo i to, když pomůže lidem najít ztracenou vnitřní rovnováhu, zdraví a klid duše.

MUDr. Ludmila Bendová
1. Škola TČM Praha
www.tcm.cz



▲ „V současné době se čínskou medicinou léčí nejvyšší počet obyvatel na planetě. Zájem o komplementární metody léčby a to zejména v průmyslově rozvinutém světě totiž stále stoupá,“ tvrdí MUDr. Ludmila Bendová.

v období 200 let př. Kr. až 200 let po Kristu. Menstruační bolesti, poruchy cyklu, výtoky, záněty, neplodnost, menopauza a veškeré psychické doprovodné jevy byly denním chlebem čínských lékařů. I moderní výzkumy prokazují účinnost akupunktury na ušní boltec při umělém oplodnění, což zvyšuje pravděpodobnost početí. Toto spojení pochopitelně ve starobylých knihách nenajdeme, ale může sloužit jako doklad o využití a účinnosti akupunktury ve spojení s moderní medicinou, což je ideální kombinace jak pro státní kasu, tak pro zdraví pacientů. Z metod a postupů na podporu otěhotnění máme v čínské medicíně na výběr mnoho, vždyť štěstí živých vždy záviselo na spokojenosti těch, kteří ze života odcházeli. Potomstvo a pokračování rodu bylo prioritní záležitostí. Jedinec jako takový neměl mnoho hodnoty, důležitý byl rod a společenství a to platí v Číně dodnes.

Lze říci, že v současné době se čínskou medicinou léčí nejvyšší počet obyvatel na planetě. Je to jednak proto, že Číňanů je jako etnika na Zemi nejvíce, a jednak stoupá zájem o komplementární metody léčby a to zejména v průmyslově rozvinutém světě. Bývají označovány zkratkou

tedy mohou stát součástí řešení problémů, zatímco u nás jsou stále mylně považováni spíše za problém samotný.

Čínská medicína je plně hrazená ve Švýcarsku

V rámci Evropy se však, jak se zdá, také blýská na lepší časy. Ve Švýcarsku bylo totiž všeobecným referendem schváleno uhrazení veškeré péče čínské medicíny ze zdravotního pojištění a to včetně masáží tuina, akupunktury i fytotherapie. Celá oblast čínské medicíny je zde takřkajíc na pokladnu. Že by spořiví Švýcaři podlehl klamu, nebo by si v zemi ekonomie a sídel mnoha bankovních institucí nespočítali, kolik je to bude stát? Ukazuje se, že prevence kardiovaskulárních chorob (na které umírá polovina naší populace), léčba bolestí pohybového aparátu a podpora rehabilitace akupunkturou po úrazech nebo prevence, rychlá léčba nachlazení a alergií (tyto diagnózy patří k nejčastějším důvodům pracovní neschopnosti), jsou pro státní pokladnu zřejmě přínosné. A pacient tím také jenom získá, když se řeší jeho poruchy trávení a další psychosomatické potíže hned v době zrodu