



HAMID MONTAKAB

MEDYCYNA CHIŃSKA W PRAKTYCE

TEORIA, DIAGNOSTYKA
I TERAPIA W ROZUMIENIU
ZACHODNIM

GALAKTYKA



HAMID MONTAKAB

MEDYCYNA CHIŃSKA W PRAKTYCE

TEORIA, DIAGNOSTYKA
I TERAPIA W ROZUMIENIU
ZACHODNIM

Przekład: Marta Nizioł-Wojniusz, Michał Iwanicki

G A L A K T Y K A

Treść tej książki nie może zastępować fachowej opieki medycznej. Nie powinieneś wprowadzać żadnych zmian w sposobie odżywiania czy aktywności fizycznej bez konsultacji z lekarzem, w szczególności jeśli leczysz się z powodu chorób układu krążenia, podwyższonego ciśnienia krwi czy cukrzycy. Wydawca sugeruje kontakt z lekarzem w związku z wszelkimi problemami zdrowotnymi, leczeniem lub ustaleniem niezbędnego zakresu opieki medycznej. Wydawca nie odpowiada za niekorzystne skutki, jakie mogą się pojawić w konsekwencji skorzystania z rad czy informacji omawianych lub sugerowanych w niniejszej książce.

Tytuł oryginalny: *Chinese Medicine Revisited*

Copyright © 2015 by Hamid Montakab, M.D.

All rights reserved. Wszelkie prawa zastrzeżone.

WYDANIE POLSKIE:

© for the Polish edition: Galaktyka Sp. z o.o., Łódź 2017

90-644 Łódź, ul. Żeligowskiego 35/37

tel. +42 639 50 18, 639 50 19, tel./fax 639 50 17

e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

www.galaktyka.com.pl

ISBN: 978-83-7579-592-9

Konsultacja: *Mariusz Giżycki, Marta Markowska*

Redakcja: *Aneta Wieczorek*

Redakcja techniczna: *Marta Sobczak-Proga*

Korekta: *Monika Ulatowska*

Redaktor prowadzący: *Marek Janiak*

Projekt okładki: *Artur Nowakowski*

Skład: *Garamond*

Druk: *POZKAL*

Księgarnia internetowa!!!

Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych

Zapraszamy

www.galaktyka.com.pl

e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez pisemnej zgody wydawcy książka ta nie może być powielana ani w częściach, ani w całości. Nie może też być reprodukowana, przechowywana i przetwarzana z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, mechanicznych, fotokopiarskich, nagrywających i innych.

Spis treści

Autorzy	ix
Przedmowa	xv
Wstęp	xix
Podziękowania	xxi
Jak należy czytać tę książkę	xxi
Wprowadzenie	xxiii
I. Założenia chińskiej myśli medycznej	1
1. Wizja Wszechświata	3
2. Systemy dialektyczne	7
II. Fizyczna i energetyczna struktura ciała	41
3. Chińska koncepcja ciała i narządów	43
4. Potrójny Ogrzewacz	75
III. Koncepcja zdrowia i choroby w medycynie chińskiej	101
5. Źródła chorób	103
6. Zewnętrzne przyczyny chorób	105
7. Wewnętrzne przyczyny chorób	111
8. Inne przyczyny chorób (na wpół wewnętrzne – na wpół zewnętrzne)	117
IV. Diagnoza w medycynie chińskiej	125
9. Cel i zamysł chińskiej diagnozy	127
10. Obserwacja	129
11. Wąchanie	197
12. Słuchanie	199
13. Identyfikacja wzorców	217
14. Dotykanie	265
15. Całościowe spojrzenie na diagnozę	303

V. Narzędzia i moduły leczenia w medycynie chińskiej	307
16. Zakres leczenia	309
17. Metody terapeutyczne	311
18. Chińskie ziołolecznictwo; farmakopea	329
19. Dietetyka chińska – leczenie pożywieniem	343
20. <i>Qigong</i> – pielęgnowanie energii leczniczych	349
21. Automasaż <i>qigong</i>	361
22. Doskonalenie umysłu / psychoenergetyka	365
23. Jakie lekarstwo, jaka metoda?	381
VI. Dodatkowe metody stosowane w medycynie chińskiej	387
24. <i>Yi Jing (I Ching), Księga przemian</i> i jej zastosowanie w medycynie chińskiej	389
25. Astrologia chińska (<i>ba zi</i>) 八字	399
26. Akupunktura pni i konarów	409
27. <i>Feng shui</i> (風水) w praktyce medycznej	423
Dodatki	429
1. Akupunktura oparta na dowodach	431
2. Historyczne tło akupunktury chińskiej i francuskiej	467
3. Słowniczek terminów chińskich używanych w książce	471
4. Bibliografia	479

IV. Diagnoza w medycynie chińskiej

9. Cel i zamysł chińskiej diagnozy

Centralną osią chińskiej praktyki medycznej jest koncepcja diagnostyczna. Chińska diagnoza jest pod wieloma względami podobna do zachodniego podejścia, charakteryzującego się krytyczną analizą i logicznym rozumowaniem, prowadzącymi do grupowania objawów w kontekście danej choroby. Główna różnica leży w modalności podejścia. Zachodnia diagnoza opiera się na badaniach wewnętrznych, badaniach laboratoryjnych, RTG lub rezonansie magnetycznym, a czasami na-

wet na bardziej inwazyjnych metodach, natomiast chińska diagnoza wywodzi się z koncepcji, że mikrokosmos jest odzwierciedleniem makrokosmosu, a zewnętrzne objawy są odzwierciedleniem zaburzeń wewnętrznych, organicznych.

[...] wszystko, co znajduje się wewnątrz, manifestuje się na zewnątrz, by poznać wewnątrz, obserwuj zewnątrz.

Zhu Zheng Hen

9.1. Cztery filary diagnozy

Żeby zgromadzić potrzebne informacje i postawić diagnozę, opisuje się klasycznie cztery fazy diagnostyczne, znane jako cztery filary diagnozy:

- obserwacja: analiza morfologii i ruchów, twarzy, dłoni, kolorów i języka;
- wąchanie: zapach ciała i wydzielin ciała;
- słuchanie: głosu i dźwięku oddechu, jak również zadawanie pytań i przeprowadzanie pełnego wywiadu chorobowego;
- dotykanie: badanie pulsu, palpacja różnych obszarów ciała i punktów akupunkturowych.

W przeszłości „najlepsze” doktorowi wystarczyła jedynie obserwacja, by rozpoznać chorobę, „średni” lekarz używał również zmysłu słuchu, natomiast „słabszy” lekarz musiał także dotknąć pacjenta, aby sformułować diagnozę. To stwierdzenie odzwierciedla okres w dziejach, w którym badanie ciała, przede wszystkim kobiecego, uznawano za tabu, stąd powstało wiele modalności diagnostycznych opartych na obserwacji. Meto-

dy diagnostyki palpacyjnej, z wyjątkiem badania pulsu, nie były popularne w Chinach, natomiast rozwinęły się w Japonii.

To synteza Czterech Faz składa się na chińską diagnozę, nie wyizolowane objawy.

Celem diagnostyki jest określenie trzech punktów:

- „miejsca” choroby, czyli kanału, warstwy ciała lub zaburzonego systemu;
- czynnika „przyczynowego”, zewnętrznego, wiatr-gorąco-zimno, bądź wewnętrznych emocji lub mieszanych przyczyn, takich jak słabość konstytucyjna, błędy w stylu życia czy nazbyt obfita dieta;
- ogólnej kondycji danej osoby, mogącej wskazać na zaburzenie układu, który pozwolił czynnikowi przyczynowemu na wywołanie choroby; na przykład wewnętrzna słabość *yang* sprawia, że jesteśmy podatni na zewnętrzne zimno, prowadzi do przeziębień, wyparcia emocjonalnego, co następnie powoduje zastój *qi* Wątroby i objawia się migrenowymi bólami głowy.

To podejście diagnostyczne było popularnie określane jako „konar-sęk i korzeń” na obraz drzewa, którego widoczne liście i gałęzie porównane są do miejsc, na których manifestuje się choroba i gdzie uwiadcniają się objawy (rozdz. 5, ryc. 5.1). „Sęk” jest miejscem, w którym gałęzie się łączą, i określa czynnik przyczynowy. „Korzeń”, często ukryty, to prawdziwy stan wyjściowy lub leżąca u podłoża, wewnętrzna przyczyna choroby.

We współczesnej TMCh, w której ziołolecznictwo przeważa nad akupunkturą, identyfikacja wzorców narządowych zaczęła mieć fundamentalne znaczenie,

natomiast bardziej starożytne, klasyczne medyczne podejście było przede wszystkim zorientowane na kanały.

Wraz z rozwojem i integracją „systemu odniesień” Pięciu Przemian w medycynie, objawy ustalane podczas czterech etapów diagnostycznych, a także kolory, zapachy i dźwięki mogły zostać połączone ze szczególną przemianą lub układem narządowym. Ponadto, opierając się na zasadzie, że każda część ciała odzwierciedla całość, w ciągu lat rozwinięto specjalne metody diagnostyczne, takie jak diagnoza z pulsu, języka, twarzy, tęczówki, ucha i brzucha.

9.2. Trzy poziomy diagnozy, trzy poziomy leczenia

Koncepcja „konaru, sęka i korzenia” automatycznie prowadzi do trzech strategii terapeutycznych. Leczenie „konaru” lub objawu, z powodu którego konsultuje się pacjent, jest bardzo podobne do przepisywania środka przeciwbólowego na ból głowy, antybiotyku na infekcję lub tabletek nasennych na bezsenność. Starożytni Chińczycy uznaliby ten sposób leczenia jako podrzędną praktykę medyczną. Leczenie czynnika przyczynowego, „sęka”, jest już krokiem w dobrym kierunku. Jednak zrozumienie i leczenie „korzenia” choroby jest domeną najlepszego lekarza i stanowi o prawdziwej sztuce chińskiej medycyny i wszystkich innych holistycznych praktyk.

Na Zachodzie lekarze uznają chorobę i śmierć za wrogów numer jeden, natomiast taoiści rozumieli nemezys choroby jako faktyczne błaganie o zdrowie. Ukryty korzeń choroby jest kluczem do rzeczywistego wyleczenia się. Ważne, by pamiętać, że prawdziwy lekarz leczy pacjenta, a nie chorobę. Choroba to indywidualny proces u każdego pacjenta i aby mógł on w pełni

wyzdrowieć, musi zrozumieć i skojarzyć jej głębsze konsekwencje. Taoiści powiedzieliby, że aby wyleczyć chorobę, osoba najpierw musi ją nazwać, następnie ją osiąść i dopiero jak to się stanie, może ją wyleczyć. Oznacza to, że pacjent musi najpierw umieścić właściwą etykietę na swoim cierpieniu, na przykład stwierdzenie, że wystąpiła angina spowodowana infekcją gronkowca, to tylko określenie miejsca i przyczyny problemu. „Korzeń” choroby rezyduje w cierpiącej osobie. To nie lekarz powinien oznaczyć ją etykietą, stwierdzając: „Masz problem z pracą, rodziną itd.”, lecz pacjent sam musi do tego dojść – dopiero wtedy może nastąpić głębokie leczenie.

Sztuka chińskiej diagnozy polega na odkrywaniu tych „korzeni”, a prawdziwą sztuką uzdrowiciela jest rzucenie światła na te zakamarki ciała i ukierunkowanie pacjenta, by usłyszał swoje wewnętrzne wołanie o pomoc, oraz wprowadził zmiany, które są niezbędne do wyleczenia się.

Całościowe spojrzenie na diagnozę przedstawiono w rozdziale 15.

10. Obserwacja

[...] Poprzez zewnętrzne odbicie rozpoznawany jest wewnętrzny narząd i w ten sposób można rozpoznać chorobę.

Lingshu, rozdz. 47

10.1. Ogólna obserwacja

Wyraz twarzy, *shen*

Shen jest zewnętrzną manifestacją aktywności życiowej ciała, jak również stanu umysłowego danej osoby.

To w oczach koncentruje się *jing qi* narządów, są one „zewnętrznymi otworami” Wątroby, „wysłannikiem” Serca i komunikują się z mózgiem.

Shen jest przechowywane w Sercu i odzwierciedla się w oczach. Blask oczu, czyli *yan shen*, informuje o aktywności życiowej, stanie umysłu oraz zdolności do koordynacji ruchów danej osoby i jest istotne przy ocenie ogólnej siły pacjenta oraz natężenia choroby.

Możliwe są trzy sytuacje:

• Silne *shen*:

- o oczy są pełne życia, błyszczące i roziskrzane;
- o ogólny stan zdrowia jest dobry, świadomość i mowa są klarowne;
- o oddychanie i ruchy są prawidłowe;
- o kolor twarzy jest pełen blasku.

Silne *shen* wskazuje na silne *jing qi* i nawet jeśli choroba jest poważna, zazwyczaj rokowanie jest dobre.

Interesujące, że żywotność i bystrość dzieci są oznakami silnej energii witalnej, natomiast błyskotliwość u starszego pacjenta będzie bardziej odzwierciedleniem siły jego ducha.

• Utrata *shen*:

- o oczy są matowe, wzrok nieruchomy;
- o występuje ogólna apatia, połączona

z powolnymi reakcjami lub nieprawidłowymi ruchami;

- o oddychanie jest nieregularne;
- o kolor twarzy jest matowy.

Brak *shen* oznacza utratę *zheng qi* (*qi* właściwego), w takiej sytuacji rokowanie zazwyczaj nie jest dobre.

• *Shen* fałszywe:

- o obserwowane w przewlekłych i ostrych stanach chorobowych: następuje nagle poprawa w wyglądzie oczu, koloru twarzy, głosu oraz stanu fizycznego i mentalnego; najczęściej świadczy to o chwilowej poprawie stanu pacjenta przed śmiercią;
- o możliwe do zaobserwowania u pacjentów obłąkanych: ich oczy mają prawie nienormalny blask; spojrzenie może być nieruchome, prawie groźące lub mogą się pojawiać niekontrolowane ruchy oczu, co uznaje się za stan jeszcze poważniejszy, szczególnie w przypadkach, kiedy białkówka jest widoczna ze wszystkich stron tęczówki oka (ryc. 10.13d).

Spojrzenie oczu, czyli *jing ming*, również odzwierciedla konstytucję:

- bezpośrednio: konstytucja Drzewa,
- roziskrzona: konstytucja Ognia,
- ciepłe, wspierające: konstytucja Ziemi,
- rozmarzone, rozpaczliwe: konstytucja Metalu,
- tajemnicze, uwodzicielskie: konstytucja Wody.

Kształt i kolor twarzy

Podczas diagnozowania z twarzy można odczytać z jednej strony odziedziczone silne i słabe cechy, z drugiej zaś cechy charakterystyczne danej osoby, a także zaburzenia narządów.

Zazwyczaj kształt twarzy jest odzwierciedleniem konstytucji i zwykle będzie odpowiadać dominującemu elementowi. By ustalić konstytucjonalny morfotyp danej osoby, trzeba wziąć pod uwagę nie tylko kształt twarzy, ale również formę ciała i kształt dłoni. Chińscy astrologowie analizowali czas narodzin, by ustalić wpływ *tian* (Nieba) na daną osobę. Zazwyczaj rok informował o przeważającym wpływie naczynia nadzwyczajnego, miesiąc o *luo* (kanał łączący), a dzień i czas wskazywały kanały główne. W taki sposób ustala się silne i słabe strony. *Ming* (przeznaczenie) danej osoby analizuje się na podstawie linii dłoni i przede wszystkim na podstawie kształtu twarzy i uszu. Ważną wskazówką stanowi obecność pieprzyków i bruzd.

Analiza na podstawie kształtu twarzy

Uważa się, że podczas fazy płodowej *ling po* (dusza materialna), *ling hun* (dusza eteryczna) i indywidualny duch („małe *shen*”) wnikają poprzez ciemniaczkę i DM 20 i wpływają na rozwój anatomiczny twarzy, a zatem jej rysy. Tym sposobem wpływ Drzewa manifestuje się na obszarze czoła, Ogień pojawia się na policzkach, Ziemia wpływa na obszar brody, a energia Metalu

koncentruje się na nosie. Działanie Wody jest widoczne na uszach. Końcowy kształt twarzy jest interakcją i kombinacją tych przedurodzeniowych energii.

Należy jednak pamiętać, że ten przedniebiański wpływ elementów różni się bardzo od systemu korespondencji Pięciu Elementów i narządów (ryc. 10.4), tak jak zostało to opisane w *Suwen* i jak obecnie stosuje się w diagnostyce.

W związku z tym najpierw analizuje się podstawowy kształt twarzy w odniesieniu do Pięciu Elementów.

Opisy podstawowych pięciu konstytucji zob. rozdz. 10.2.

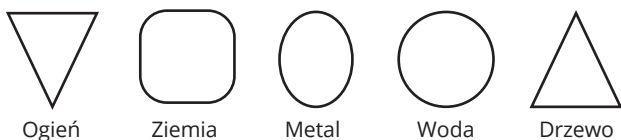
Najczęściej ludzie będą prezentowali warianty i kombinacje tych kształtów. Zgodnie z chińskimi zasadami charakter osoby odzwierciedla się na twarzy (ryc. 10.1).

Kształt twarzy zmienia się z czasem i wagą osoby i mimo że podstawowa struktura pozostaje niezmieniona, określone cechy charakterystyczne mogą zostać uwydatnione lub stłumione.

Analiza oparta na *yin* i *yang*





Zazwyczaj uznaje się wychudzoną twarz za *yang*, natomiast pełną za *yin*.

Twarz dzieli się na dwie połowy, prawą stronę (*yin*) i lewą (*yang*). Prawą uważa się za „publiczną”, jest to twarz, którą dana osoba pokazuje światu. Odzwierciedla ona lewopółkulową aktywność analityczną, logiczną i linearną (*yin* odzwierciedlającą *yang*). Lewa strona, „prywat-



Ryc. 10.1. Kształty twarzy w relacji do Pięciu Elementów

Tab. 10.1. Przykłady „chińskiego czytania twarzy”

<p>Na przykład kształt trapezoidalny jest połączeniem jakości Ognia i Ziemi, dodającym Ogniewi więcej tendencji praktycznych i realistycznych. L. Bridges łączy ten kształt z artystami i wynalazcami</p>	
<p>Odwrócony trapez jest połączeniem jakości Drzewa i Ziemi i może dodawać jakości współzawodnictwa i agresji do stałości Ziemi, sprawiając, że osoba jest zorientowana na cel i apodyktyczna. L. Bridges opisuje, że taki kształt twarzy mają dyktatorzy lub hedoniści</p>	
<p>Twarz prostokątna łączy jakości Ziemi i Metalu, ma ją osoba praktyczna, niepoddająca się emocjom, taki człowiek dwa razy pomyśli, zanim coś zrobi; taką twarz często mają arystokraci, dobrzy politycy, nauczyciele lub lekarze</p>	
<p>Romboidalny kształt twarzy łączy naturę Ognia i Drzewa; osoba o takiej twarzy jest wszechstronna i wybuchowa, ma skłonność do bycia autorytatywną i wymagającą, a jednocześnie jest uwodzicielska i urocza</p>	

na”, odzwierciedla prawdziwe uczucia. Jest kontrolowana przez prawą półkulę mózgu, która odpowiada za emocje, intuicję i kreatywność; jest emocjonalnym i holistycznym mózgiem (*yang* odzwierciedlające *yin*).

Szczególnie interesująca jest analiza obu połówek twarzy u dzieci. Strona o większej mimice odzwierciedla stronę dominującą mózgu, a zatem odziedziczone zdolności. Na przykład, dziecko z dominującymi rysami prawej strony twarzy będzie miało większą łatwość do przyswajania akademickiej wiedzy i nie powinno być zmuszane do nauki gry na pianinie.

U dorosłych można zrobić ciekawe ćwiczenie, które polega na przecięciu zdjęcia twarzy na pół, a następnie stworzeniu dwóch nowych zdjęć, raz używając prawej strony twarzy i jej lustrzanego odbicia, a raz lewej strony i jej lustrzanego odbicia. Ten fotomontaż można bardzo łatwo zrobić w dowolnym programie fotograficznym. Powstałe w ten sposób bliźniaki będą czasami przedstawiały zupełnie inne osoby.

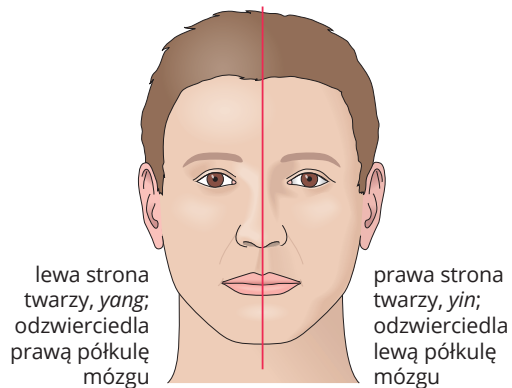
Prawa strona może być poważna i smutna i ukazuje twarz, jaką osoba przedstawia światu zewnętrznemu, a lewa strona może być radosna i beztroska, obrazując prawdziwą naturę danej osoby.

Analiza oparta na trzech rejonach (*san bu* 三部)

Podział na trzy rejony (ryc. 10.3):

- Górny rejon: rozciąga się pomiędzy linią włosów a brwiami. Związany z Niebem, odzwierciedla rozwój umy-

10



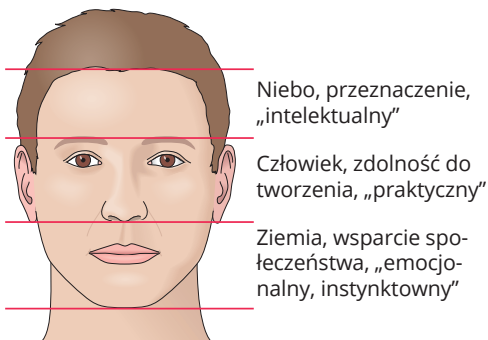
Ryc. 10.2. Połówki *yin* i *yang* na twarzy

słowy danej osoby. Ten obszar reprezentuje również energie dziedziczone i *ming* (przeznaczenie). Wysokie i duże czoło oznacza intelektualistę.

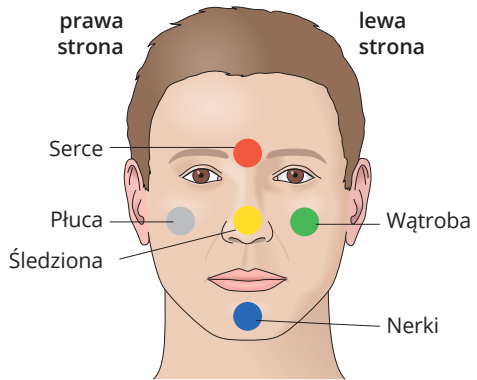
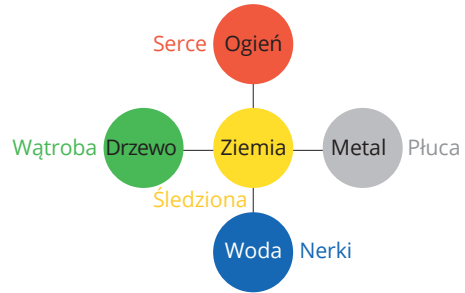
- Środkowy rejon: od brwi do obszaru pod czubkiem nosa. Strefa „człowiecza” odpowiada zdolności do konstruowania i tworzenia. Osoba z długim i wydatnym nosem jest praktyczna.
- Dolny rejon: od czubka nosa do miejsca pod brodą, związany jest z Ziemią i odzwierciedla wsparcie społeczeństwa. Długa i wydatna broda wskazuje na osobę emocjonalną i kierującą się instynktem.

Analiza oparta na Pięciu Elementach: obszary twarzy

Istnieje kilka map twarzy odzwierciedlających narządy wewnętrzne. Najczęściej używana jest prostsza wersja, opisana w *Suwen* (rozdz. 32), łącząca pięć obszarów twarzy z Pięcioma Elementami i odpowiadającymi im narządami. Zazwyczaj pojawienie się zaczerwienień na danych obszarach świadczy o obecności choroby z Gorąca w odpowiadającym narządzie (ryc. 10.4).



Ryc. 10.3. Trzy rejonu (*san bu*): Niebo, Człowiek, Ziemia



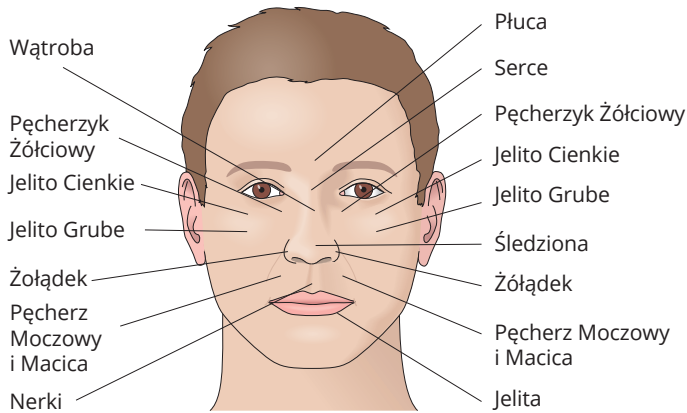
Ryc. 10.4. Obszary twarzy w relacji do Pięciu Elementów (*Suwen*, rozdz. 32)

Analiza oparta na częściach ciała i narządach

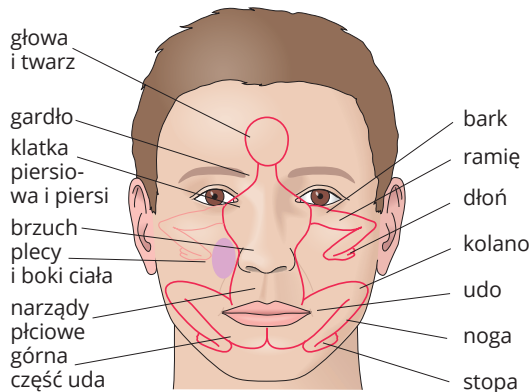
Inna mapa twarzy jest opisana w *Lingshu* (rozdz. 49). Zaburzenia funkcji narządów wewnętrznych odzwierciedlają się na twarzy w postaci zmian koloru, wyprysków, czyraków, nawracających chorób skóry, suchości i nieprawidłowych wydzielin (ryc. 10.5).

Kolejna mapa twarzy przedstawia odwzorowanie części ciała na twarzy (ryc. 10.6).

W praktyce żadnego z tych systemów nie można rozpatrywać oddzielnie, ponieważ szczególne znaki na twarzy mogłyby przedstawiać cechę konstytucjonalną albo bieżący problem narządowy, a nawet problemy emocjonalne. Najważ-



Ryc. 10.5. Odzworowanie narządów wewnętrznych na twarzy (*Lingshu*, rozdz. 49)



Ryc. 10.6. Odzworowanie części ciała na twarzy

niejsze to przeanalizować różne części twarzy, aby ocenić stan odpowiedniego narządu.

Nerki

Następujące obszary odzwierciedlają aspekty psychologiczne i energetyczne Nerek:

Uszy	siła dziedzicznego <i>jing</i>
Pod oczami	funkcja <i>qi</i> , <i>yin</i> i <i>yang</i> Nerek
Dolna powieka	<i>yang</i> Nerek, Nadnercza
Rynienka podnosowa	płodność, funkcje narządów płciowych
Broda	siła woli
Włosy	siła Nerek i <i>jing</i>

Wątroba i Pęcherzyk Żółciowy

Stan funkcji Wątroby można ocenić na następujących częściach twarzy:

Brwi	grubość i długość wskazują na siłę i <i>qi</i> Wątroby
Łuk brwiowy	moc i przywództwo
Pomiędzy oczami	ekspresja emocjonalna Drzewa; złość
Podkrążone oczy	niedobór <i>qi</i> Wątroby
Skronie	pragnienie odmiennych stanów świadomości
Szczęka	siła wiary i siła woli
Twardówka	Gorąco Wątroby
Drżenia	niekontrolowane ruchy oczu, tiki, drgania, drżenia głowy: Wiatr Wątroby

Serce

Stan Serca i *shen* można ocenić na następujących częściach twarzy:

Oczy	siła i stan <i>shen</i>
Kąciaki oczu	emocje: linie radości lub smutku
Cera	kolor twarzy: funkcja Serca
Koniuszek nosa	kształt i kolor odzwierciedlają funkcję Serca
Kąty oka	kąt wewnętrzny i kąt zewnętrzny
Wierzchołek języka	stan emocjonalny
Mowa	przejrzystość lub trudności z mową: afazja lub jąkanie

Śledziona i Żołądek

Ich funkcje odzwierciedlają na twarzy:

Usta i wargi	grubość i długość wskazują na siłę i funkcje Żołądka i Śledziony
Nad górną wargą	funkcje Żołądka
Grzbiet nosa	emocje: martwienie się
Sakwy (mięsiasty obszar poniżej policzków i nad szczęką)	stan <i>qi</i> Śledziony
Owrzodzenie jamy ustnej	Gorąco Żołądka
Suche i żółte zęby	Gorąco Żołądka

Płuca

Stan Płuc i ich funkcje odzwierciedlone są na tych obszarach:

Nos	długość i kształt: siła i stan <i>qi</i> Płuc
Nozdrza	kolor odzwierciedla stan <i>qi</i> Płuc i typ czynnika patogennego
Policzki	(poniżej kości policzkowych), kolor i pełność: stan <i>qi</i> Płuc
Kąciaki oczu	linie smutku i żalu
Wydzielina z nosa	typ czynnika patogennego

Jelita

Stan jelit i wypróżnianie się można ogólnie ocenić dzięki:

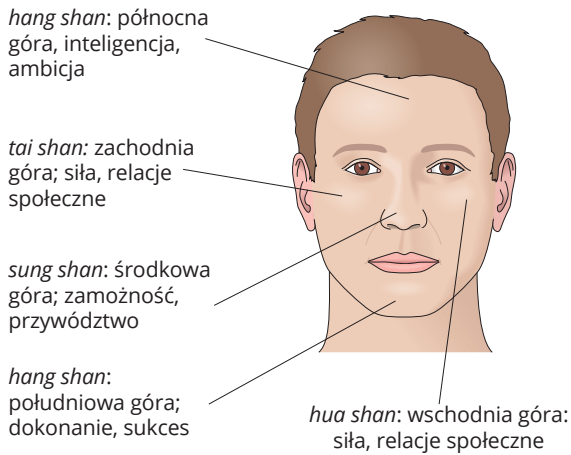
Kąciakom ust	odzwierciedlają Dwunastnicę
Obszarowi poniżej ust	kolor jest powiązany z Jelitami Grubym
Bocznej stronie twarzy	linia od kąta oka do policzka: przewlekłe zatwardzenie; słabe przyswajanie pożywienia

Analiza oparta na górach i rzekach

Tradycyjnie uważa się, że Niebo rzeźbi twarz, pokrywając ją górami i rzekami. Góry tworzą obszary wystające, czoło, nos, brodę i policzki. Rzekami są usta, uszy i oczy (ryc. 10.7).

1. Czoło

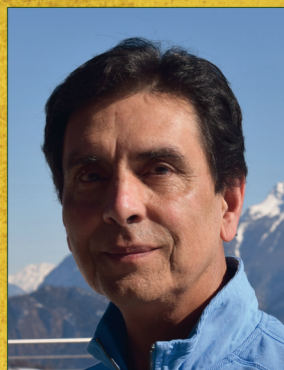
Bada się uwypuklenie, wysokość, kształt, ślady i linie na czole. Czoło zazwyczaj reprezentuje aktywność umysłową, intelekt i skłonność do przemyślenia różnych spraw. Jest również związane z ambicją i odzwierciedla wpływ rodziców, edukacji oraz odnosi się do kontroli, etyki i socjalizacji, a także zdolności do dostosowywania swoich emocji wobec społeczeństwa.



Ryc. 10.7. Pięć gór

Szerokość czoła	związana jest z Krwią Wątroby	
	szerokie czoło	dobra pamięć
	wąskie czoło	słaba pamięć, problemy z nauką, taka osoba uczy się lepiej na własnym doświadczeniu niż w szkole
Wysokość czoła	związana z <i>yang</i> Wątroby; również w pewnym stopniu związana z nauczaniem przez rodziców i socjalizacją; wysokie czoło wskazuje na wolność od zasad i przekonań	
Kształt czoła	jest odzwierciedleniem energii dziedziczonych	
	uwypuklona prawa strona	przeważają cechy odziedziczone po matce
	uwypuklona lewa strona	przeważają cechy odziedziczone po ojcu
	wgłębienie pośrodku	trudności w połączeniu dwóch dziedzictw
	plaskie z profilu	myślenie linearne
	pochyłe do tyłu	dobry negocjatorzy
Kształt linii włosów	związany jest ze zdolnością do socjalizowania się	
	w kształcie serca	jeżeli symetrycznie (ryc. 10.8a), zdolność do socjalizacji
		jeżeli asymetrycznie (ryc. 10.8b), możliwość przemocy w rodzinie, nadmiernej kontroli
	prosta (ryc. 10.8c)	konformizm społeczny
	szpiczasta (ryc. 10.8d)	„wdowi szpic” wskazuje na jakości przywódcze; ponętność; żywiołowe <i>qi</i> Wątroby; u kobiet możliwe bolesne miesiączkowanie
	owalna, łagodna (ryc. 10.8e)	spryt, dobry przywódca
	przerzedzająca się (ryc. 10.8f)	słabość kanału Żołądka; <i>xu</i> Krwi lub zastój Krwi; zdolność do myślenia poza ustanowionymi normami, kreatywność
	kwadratowe czoło (ryc. 10.8g)	bezkompromisowość, buntowanie się przeciwko regułom
	wysokie czoło (ryc. 10.8h)	moralizatorskość, skłonność do bycia niespokojnym
	czoło o zaokrąglonych brzegach (ryc. 10.8i)	zmysłowość; problemy z harmonizacją emocji
Piegi lub inne ślady	toksyny z Ognia	

HAMID D. MONTAKAB, lekarz medycyny, łączy swoją wiedzę z zakresu medycyny zachodniej, chirurgii i osteopatii z ponad trzydziestoletnią praktyką w stosowaniu oraz nauczaniu medycyny chińskiej i akupunktury. Jego wcześniejsze publikacje: *Acupuncture and Insomnia. Sleep and Dreams in Chinese Medicine* (2011) oraz *Bridging the Gap. Acupuncture Point and Channel Energetics* (2014), spotkały się z uznaniem wśród terapeutów zajmujących się zarówno tradycyjną (TMCh), jak i klasyczną (KMCh) medycyną chińską.



Medycyna chińska w praktyce to książka wyjątkowa. Doktor Hamid Montakab – jeden z najbardziej doświadczonych specjalistów medycyny chińskiej w Europie – oraz jego współpracownicy przejrzyście i dokładnie omówili cały system medycyny chińskiej. Doskonale przedstawili jego powiązania z filozofią taoistyczną oraz kulturą Chin, co pozwala zrozumieć specyfikę diagnozowania i leczenia metodami medycyny chińskiej. W sposób przystępny objaśnili również jej paradygmat oraz przybliżyli terminologię. Liczne tabele i rysunki ułatwiają naukę i porządkują tę rozległą wiedzę.

Medycyna chińska w praktyce jest moim zdaniem najlepszym podręcznikiem dostępnym na polskim rynku i polecam ją wszystkim praktykującym medycynę chińską, a także lekarzom, fizjoterapeutom oraz innym osobom zainteresowanym tym tematem.

DR MAREK KALMUS

prezes Polskiego Towarzystwa Tradycyjnej Medycyny Chińskiej

Niniejsza książka zgłębia podstawowe teorie medycyny chińskiej z perspektywy lekarza, wykształconego zarówno w zakresie medycyny zachodniej, jak i orientalnej. W sposób praktyczny prezentuje fizyczną, ale przede wszystkim energetyczną budowę ciała, system kanałów, koncepcje zdrowia i choroby oraz bardzo oryginalny chiński system diagnostyczny. Kładzie przy tym nacisk na właściwą ocenę konstytucji i temperamentu pacjenta.

Ostatnia część, stworzona we współpracy z różnymi ekspertami, przedstawia nie tylko cztery filary terapii chińskiej – akupunkturę, ziołolecznictwo i dietę, masaż *tuina* i *qigong* – lecz także inne formy praktyki chińskiej, które mają związek ze zdrowiem.

Medycyna chińska w praktyce stanowi doskonale narzędzie zarówno dla początkujących, jak i zaawansowanych terapeutów. Można ją również polecić laikowi jako szczegółowe wprowadzenie do koncepcji medycyny chińskiej.

ISBN: 978-83-7579-592-9



9 788375 795929

Cena: 119,90 zł (w tym 5% VAT)