

## Namacalna medycyna: wywiad z Andrew Nugent-Head'em

Andrew Nugent-Head mieszka w Chinach od osiemnastego roku życia. W 1986 roku wyjechał tam ze Stanów Zjednoczonych, aby studiować medycynę chińską, sztuki walki i taoistyczne praktyki medytacyjne. W 1989 roku wchodząc w relacje mistrz-uczeń rozpoczął formalnie studia medycyny chińskiej, a w 1993 roku zaczął pobierać nauki w tradycji Bagua Stylu Yin pod przewodnictwem dr Xie Peiqi. Jest założycielem *Association for Traditional Studies* (ATS zob: [www.traditionalstudies.org](http://www.traditionalstudies.org)), organizacji non-profit zajmującej się zachowaniem tradycyjnej wiedzy Chin. Prowadzi wykłady w wielu krajach, a kiedy nie podróżuje, jest głównym lekarzem kliniki ATS w małej wiosce leżącej wśród porośniętych herbatą wzgórz w okolicach Hangzhou. Ten artykuł jest zredagowaną wersją wywiadu, jaki przeprowadził Daniel Maxwell, wydawca *The Journal of Chinese Medicine*.

**DM:** Biorąc pod uwagę, że zajmujesz się zachowaniem tradycyjnej wiedzy, czy możemy zacząć rozmowę od linii przekazu? Wielu praktykujących medycynę chińską obecnie bardzo fascynuje się studiowaniem klasycznych systemów opartych na liniach przekazu, które wydają się oferować coś lepszego niż współczesna, dotowana przez państwo „tradycyjna medycyna chińska” (TMCh). Czy istnieją jakieś mankamenty takiej postawy?

**ANH:** Wszyscy jesteśmy częścią linii przekazu. Linia medycyny chińskiej rozpoczęła się przed panowaniem Żółtego Cesarza i obejmuje wszystkie książki i wszystkich praktyków, którzy kształtowali tę dziedzinę aż do czasów współczesnych. Pragnienie znalezienia czegoś na zewnątrz świadczy o braku połączenia pomiędzy klasycznymi naukami a klinicznym zastosowaniem, które jest związane z brakiem odpowiedniego stażu pod okiem nauczyciela w panującym obecnie paradygmacie medycyny chińskiej. W programach realizowanych w Stanach Zjednoczonych, praktykę kliniczną odbywa się z innymi studentami, polega ona głównie na krótkim obserwowaniu cudzych umiejętności, po czym dostajesz dyplom i masz wielki studencki dług do spłacenia. Dla chińskiego studenta w Chinach staż ma formę zajęć grupowych, podczas których ogromną liczbę pacjentów obsługuje się z taką szybkością, że niemal niemożliwe jest przyswojenie sobie jakiejś głębszej wiedzy.

Linie przekazu, mikrosystemy i medycyna protokolarne wypełniają tę lukę. Jednak z praktykami opartymi na liniach przekazu musisz być ostrożny, ponieważ one mogą być zarówno pomocne, jak i szkodliwe dla twojego rozwoju. Do pewnego stopnia jest tak, że jeśli praktykujesz w obrębie jakiejś linii przekazu można wnioskować, że masz coś, czego nie mają inni, co oznacza, że nie robisz tego, co inni by zrobili... ponieważ inaczej praktykowałbyś medycynę chińską, tak jak przedstawiają ją klasyczne dzieła, a nie pewien styl lub system wykładany przez jednostkę lub szkołę, nawet jeśli on nadal opiera się na klasyce.

Jeśli jesteś w klinicznej linii przekazu opartej na erudycji, wtedy unikalność twojej linii polega na tym, w jaki sposób interpretuje się klasyczne podręczniki i jak tę wiedzę stosuje się w praktyce. Uzyskujesz wtedy unikalne lub potwierdzone szczególnie skuteczną skutecznością rozumienie tekstu lub teorii. W dobrych liniach przekazu korzystne jest to, że twoi nauczyciele byli tam już przed tobą i popełniali błędy, których pomagają ci teraz uniknąć, a z kolei ich nauczyciele też wcześniej robili błędy, których potem pomagali uniknąć twoim nauczycielom... i tak dalej w górę linii. To również oznacza, że nie tylko masz nad sobą nauczycieli, ale masz też własnych uczniów, którym musisz wyjaśnić to, co sam wiesz, a dzięki temu twoja praktyka coraz bardziej dojrzewa.

Jeśli dołączysz do linii, która jest tylko praktyczna albo oparta na protokołach postępowania, wtedy „linia” oznacza jedynie podążanie za sztywną kodyfikacją technik pochodzących od tej lub tamtej rodziny lub szczególnej sekty taoizmu czy buddyzmu. Nawet w najbardziej sprzyjających okolicznościach wiąże się to ze spetryfikowaną, niepodatną na zmiany szkołą myślenia.

Żyjemy w czasach paradoksu: wielu studentów całymi latami uczy się podręcznikowej teorii, ale nie zdobywają znaczących umiejętności, które potwierdzałyby ich wykształcenie, z kolei licencjonowani praktycy na seminariach uczą się mikrosystemów i innych protokołów zabiegowych, więc cała ta sytuacja prosi się o pytanie: dlaczego w ogóle miałyby istnieć jakieś szkoły czy teorie, jeśli wklucie igieł w brzuch lub wokół ucha czy oka może wyleczyć wszystko? Problem polega na tym, że medycyna chińska w obecnych czasach, na Wschodzie i na Zachodzie, w większości zajmuje się leczeniem chorób przewlekłych czy stanów podostrych lub tych, których medycyna zachodnia albo nie rozpoznaje albo nie potrafi skutecznie leczyć. Tego rodzaju praktyka rzadko pociąga za sobą jakiegokolwiek reperkusje, jeśli pacjentowi się nie poprawi albo zabieg przyniesie tylko małą lub przemijającą ulgę. Zawsze mi wpajano, że złe rezultaty powinny pociągać za sobą jakieś reperkusje. W przeszłości, jeśli niedbale ćwicyłeś się w sztuce walki, mogłeś zostać ugodzony. Jeśli źle wykonywałeś swoją praktykę medyczną, nie miałeś pacjentów. Jednak obecnie ludzi praktykujących chińskie sztuki bardzo rzadko dosięgają jakiegokolwiek nieprzyjemne konsekwencje. Tai-chi jest praktykowane dla zdrowia i medytacji, a nie dla umiejętności skutecznej walki, które przecież przyczyniły się do jego sławy. Akupunkturę stosuje się do leczenia przewlekłych chorób, zamiast do stanów ostrych, jak jest to opisane w klasycznych podręcznikach. Tak więc sukces praktykującego nie jest już związany z jego zdolnością do mierzenia się z sytuacjami wymagającymi szybkiej interwencji lub wręcz ratowania życia.

**DM:** Zwłaszcza, jeśli jesteś dobry w marketingu...

**ANH:** Dobry w marketingu tutaj na Zachodzie albo jeśli pracujesz w szpitalu w Chinach. Codziennie przychodzi tam tak wielu pacjentów, dzień po dniu, bez względu na rezultaty, jest to po prostu związane z liczebnością populacji, poszukującej jakiejś ulgi w swoich dolegliwościach. Jednak prowadzenie udanej pod względem finansowym praktyki lub pozwalającej ci głośić, że leczysz 80 pacjentów na dzień nie oznacza, że osiągnąłeś nawet najniższy poziom lekarza opisywany w *Nei Jing*. To klasyczne dzieło mówi wyraźnie, że to rezultaty nadają rangę praktykowi – lekarz na najwyższym poziomie potrafi poprawić stan zdrowia 9 na 10 pacjentów, lekarz na średnim poziomie uzyskuje poprawę u 7 na 10 pacjentów, a na niskim poziomie u 6 na 10 pacjentów.

***Jeśli chodzi o próby badawcze, prawdziwe nakłucia są tak samo pozorne, jak pozorowane nakłucia.***

**DM:** Pamiętam jak pewien wykładowca mówił, że bez względu na to, co robisz z akupunkturą, to i tak u 70% ludzi wystąpi poprawa. Ten rodzaj myślenia jest potwierdzany przez dużą ilość najnowszych badań, których wyniki sugerują, że to gdzie wkłuwasz igły właściwie nie ma znaczenia.

**ANH:** Takie stwierdzenie może być prawdziwe, jeśli chodzi o przewlekle lub podostro chorych pacjentów, o których wcześniej mówiliśmy, ale jest nie do utrzymania jeśli jako przykład weźmiesz amebową dyzenterię, ostry uraz, szok anafilaktyczny lub zatrzymanie akcji serca. Jeśli chodzi o próby badawcze, prawdziwe nakłucia są tak samo pozorne, jak pozorowane nakłucia. Jeśli umieszczasz igłę w prawdziwym punkcie i nic dalej nie robisz – czyli jeśli nie starasz się poruszyć Qi za pomocą

manualnej techniki, niechby to było samo wzmacnianie lub rozpraszanie, nie obserwujesz skutków swojego wyboru na twarzach swoich pacjentów, tego czy oblewają się rumieńcem, czy bledną, czy zaczynają się pocić lub mają silne odczucia – wtedy takie nakłucia to pozorowane nakłucia. To oznacza, że w naukowych eksperymentach często bada się pozór w odniesieniu do innego pozoru, a oba doprowadzają do podobnych rezultatów. Ale takie rezultaty nie są wcale powodem do dumy. W dawnych dziejach medycyny chińskiej twoje umiejętności były oceniane na podstawie leczenia pacjentów, którzy potrzebowali natychmiastowego ratunku. Do drzwi wielkiego lekarza nie pukało się z przewlekłym stanem „łokcia tenisisty”.

Los tak sprawił, że pierwszym rodzajem medycyny chińskiej, jakiej na sobie doświadczyłem, była medycyna ratunkowa, więc nie wiedziałem, że oprócz niej jest coś jeszcze. Miałem 18 lat i na Tajwanie złamałem sobie kości stopy. Obawiając się w owym czasie jakości opieki medycznej w szpitalach, udałem się do swojego nauczyciela sztuk walki, który praktykował również medycynę chińską. On najpierw mocno wmasował jakąś ziołową pastę w obszar złamania, następnie kilkakrotnie ponakłuwał igłą widoczną tam opuchlizną wielkości grejpfruta, potem postawił na niej bańki i za ich pomocą poprzez nakłucia, które wcześniej zrobił, wyciągnął skrzepniętą krew. Dziesięć minut później mogliśmy wyraźnie widzieć kości pod skórą, ponieważ udało mu się całkowicie usunąć obrzęk. Wtedy przesunął kości tak, by wróciły na swoje miejsce, zastosował inną ziołową maść, unieruchomił stopę szyną i zalecił mi przez tydzień codziennie nakładać tę maść, jak i przyjmować zioła wewnętrznie. To było prawdopodobnie najboleśniejsze doświadczenie w moim życiu, ale dwa tygodnie później już na niej chodziłem.

Pierwszego dnia mojego medycznego stażu u doktora Xie Peiqi przyszedł do niego 21-letni robotnik ze wsi, który większą część swojej dłoni miał zmiażdżoną przez młockarnię. W szpitalu obawiano się zakażenia szpiku kostnego i chciano amputować mu rękę aż do barku, ale ten młody mężczyzna nie zgodził się na taką operację. Dr Xie kazał mi zdjąć mu opatrunek, oczyścić ranę, nałożyć ziołową pastę, którą sam przygotował i ponownie zabandażować. A pierwszym przypadkiem urazu, który kazał mi samodzielnie leczyć, podczas gdy on tylko obserwował, było złamanie kości ogonowej. Leczenie oznaczało włożenie jednego palca do odbytnicy, podczas gdy kciukiem należało z zewnątrz nastawić odpowiednio kości, a następnie nałożyć ziołowe maści zarówno wewnątrz odbytnicy, jak i na pośladkach.

Z powodu tych pierwszych doświadczeń, medycyna chińska jest dla mnie bardzo namacalną, konkretną medycyną. Jest to też jeden z powodów, dlaczego podtrzymujemy praktykę leczenia chińskich pracowników sezonowych za darmo – ludzi, którzy nie mają dostępu do opieki zdrowotnej, chociaż to oni najbardziej potrzebują medycyny. Zostajesz wtedy skonfrontowany ze stanami, które zagrażają życiu, jak też z chorobami przewlekłymi czy zaniedbanymi, jak pęknięty wyrostek robaczkowy u kogoś, kto odmawia pójścia do szpitala bez względu na to, co mu mówisz. To, jak nakłujesz punkt ekstra Lanweixue i jakie reakcje wystąpią u pacjenta decyduje, czy rozwinie się u niego zakażenie, czy może jego ciało zacznie przekształcać ropę i wyzdrowieje. Nie ma tu miejsca na „wkłuj igłę i pozwól działać magii akupunktury”, także 70% pękniętych wyrostków nie uzdrowi się bez względu na to, co zrobisz. Jeśli w swojej praktyce znajdziesz miejsce na takie działania, to zaprowadzi cię daleko od świata pozorowanej akupunktury, gdzie właściwie nie ma znaczenia, jak nakłuwasz. To ma znaczenie.

**DM:** Jednak mnóstwo odnoszących sukcesy akupunkturzystów nie przejmuje się osiągnięciem *deqi* – może ich pacjenci tak naprawdę go nie lubią – a jednak wydaje się, że uzyskują sensowne rezultaty. Zatem coś musi się dziać podczas tego rodzaju zabiegów.

**ANH:** Ale tylko dopóki stan ich pacjentów pasuje do paradygmatu, o którym mówiliśmy i nie wymaga ostrej interwencji lub medycyny ratunkowej. Po prostu nie możesz opanować zagrażającej życiu dyzenterii lub szoku anafilaktycznego stosując ten styl nakłuwania. Moja żona opowiada cudownie pouczającą historię z czasów, kiedy rozpoczęła swoją praktykę w Colorado. Zadzwoiła do niej pacjentka, mieszkająca na tej samej ulicy, na której mieścił się gabinet podeksycytowanej tym faktem JulieAnn. Okazało się, że ta kobieta uszkodziła sobie ścięgno Achillesa i już od ponad roku odbywała godzinne podróże do Boulder, jeżdżąc tam na wizyty do akupunkturzysty. Kiedy przyszła, JulieAnn zrobiła jej „prawdziwy” zabieg. Pacjentka wróciła po tygodniu i powiedziała, że było jej trudno skłonić się do ponownego przyjścia, ponieważ zabieg był bardzo intensywny w porównaniu do tego, do czego wcześniej przywykła, ale po tej jednej sesji stan jej ścięgna poprawił się o wiele bardziej, niż po całym roku leczenia. Tydzień po drugim zabiegu pacjentka zadzwoniła do mojej żony, by przekazać jej w swoim odczuciu ważną informację o ponownej zdecydowanej poprawie, ale także o tym, że zamiast przyjść na kolejny zabieg, wróci do akupunkturzysty w Boulder. Zdała sobie bowiem sprawę, że bardziej od stanu swojego ścięgna ceniła sobie czas spędzany w spokoju i medytacji w przyjemnym otoczeniu tamtejszej kliniki.

***Każdy mówi o Zhang Zhongjingu, Hua Tuo lub Sun Simiao – modelowych postaciach – ale nikt nie chce praktykować takiego stylu medycyny, jaki oni uprawiali.***

Ważne jest by uświadomić sobie, że sam fakt dziania się czegoś podczas zabiegu nie oznacza jeszcze, że jest to już medycyna chińska. Na przykład, możesz mieć pacjenta, który nie jest przyzwyczajony do siedzenia bez ruchu i zachowywania spokoju, podczas gdy w jego ciało wkłuwają się igły. Ten sam pacjent prawdopodobnie nie byłby w stanie medytować w samotności przez pół godziny. Wiele rzeczy może się dziać, gdy weźmie się pod uwagę reakcję danej osoby na wymuszony spokój i fizyczny bezruch – wydzielanie substancji chemicznych wywołane przez odpoczynek lub obawę przed poruszeniem albo przez proces lęku, potem akceptacji i w końcu rozluźnienia – więc u wielu ludzi nastąpi poprawa pod wpływem samego pobytu na łóżku zabiegowym. Wiele rzeczy przynosi skutek w świecie przewlekłych lub podostrych chorób. Jeśli nie potrafisz tak rozszerzyć używanych przez siebie metod i strategii leczenia, żeby móc leczyć nimi poważne i konkretne choroby, wtedy powstaje pytanie, czy w rzeczywistości w ogóle praktykujesz medycynę chińską. Otaczamy wciąż teksty, w których omawia się sposoby leczenia groźących śmiercią chorób, ale najczęstsza zgryźliwa opinia, jaką można obecnie usłyszeć od przeciętnego Chińczyka, brzmi: „medycyna chińska nie potrafi leczyć stanów wymagających szybkiej interwencji”. Do szpitala leczącego zachodnią medycyną idziesz, kiedy zachorujesz, do gabinetu medycyny chińskiej, kiedy nie czujesz się dobrze. Jakie to głupie – to by oznaczało, że przez ostatnie trzy tysiące lat przed nadejściem zachodniej medycyny każdy, kto złamałby sobie rękę, musiałby chodzić z nią dyndającą mu u boku, mówiąc: „Medycyna chińska nie potrafi naprawić mojej ręki, ale moje alergie z pewnością są słabsze w tym sezonie!” Okoliczności powstania *Shang Han Lun* były takie, że dwie trzecie spośród 200 członków rodziny Zhang Zhongjing’a umarło na różne choroby w ciągu mniej niż dziesięciu lat i dlatego on zaczął gromadzić wszystkie receptury, jakie w owym czasie stosowano do leczenia grypy. Każdy mówi o Zhang

Zhongjingu, Hua Tuo lub Sun Simiao – modelowych postaciach – ale nikt nie chce praktykować takiego stylu medycyny, jaki oni uprawiali. Nakłuwanie „punktu ducha” nie obejmuje jedynie łagodnego wkłucia igieł i pozostawienie pacjenta na leżance. Przeczytaj, na co takie punkty były stosowane. Leczysz nimi kogoś, kto jest w maniakalnym szale, być może zrzuca z siebie ubranie i głośno śpiewając biega nago po ulicach. Ja to widziałem. Albo lecysz kogoś w środku ataku drgawek, kiedy piana i krew wychodzi mu z ust, bo miotając się, ugryzł się w język. To oznacza, że dwóch lub trzech ludzi przytrzymuje pacjenta podczas gdy ty na siłę wbijasz igłę w jeden z takich punktów. Zajmowanie się spalaniem na kimś 300 stożków moksy wiąże się z pęcherzami na twoich palcach i na ciele pacjenta. Ludzie nie chcą uznać tego, co uczyniło tę medycynę tak sławną chociaż twierdzą, że chcą się uczyć autentycznej medycyny chińskiej.

Chińska medycyna rozpoczęła się jako medycyna pola walki, a nie spokojnych gabinetów, w których zaspokajano pragnienie długowieczności kolejnych cesarzy. Do tego doszło później i jest to ważna część tej medycyny, ale najpierw to była medycyna bitewnego pola – lecząca cholera, rany odniesione w walce, pasożyty, odmrożenia. Armie, jakie przemieszczały się w okresie Wiosen i Jesieni [ok. VIII – V w. p.n.e. – przyp. tłum.] i w epoce Trzech Królestw [III w. n.e. – przyp. tłum], były ogromne. Jeśli setki tysięcy ludzi przemierzają dany obszar, nawet w najbardziej sprzyjających okolicznościach będą wśród nich występowały wszelkie możliwe choroby, w dobrym dniu musiałbyś choćby tylko leczyć każdego rodzaju dyzenterię, co nie zostawia zbyt wiele miejsca na zastanawianie się nad znaczeniem feng shui twojego gabinetu. Dużo rozmyślałem o edukacji, kiedy zajmowałem się organizacją, tłumaczeniem lub wykładaniem na ponad stu pięćdziesięciu seminariach i podróżach po Chinach, odkąd założyłem ATS. Uświadomiłem sobie, że ludzie przyjeżdżali do Chin, by się uczyć, ale to czego chcieli się uczyć, nie zawsze było tym, co właśnie było nauczane. Kiedy taka sytuacja przydarza się nauczycielom wystarczająco wiele razy, wtedy albo przestają nauczać, albo zaczynają robić to, czego chcą od nich ich studenci. W taki sposób „to, co prawdziwe, staje się fałszywe, a fałszywe staje się prawdziwe”.

**DM:** Jednak chińska medycyna i chińskie sztuki walki wydają się być nieodłącznie związane z czymś, co kieruje zachodnie umysły raczej w stronę ezoterycznej, abstrakcyjnej tajemnicy, niż oczywistej praktyczności.

***Jeśli to jest medycyna holistyczna... powinieneś potrafić wkłuwać bez wywołania odczucia i z olbrzymim odczuciem oraz wszelkimi odcieniami odczuć pomiędzy.***

**ANH:** To tragedia, że szarlataństwo zawsze miało swoje miejsce w chińskich sztukach – po chińsku nazywa się to *jianghu*. *Jianghu* to bardzo rozpowszechniony termin z bardzo długą historią. Wraz z utratą medycyny ostrych przypadków jako miary jakości lekarza albo sparingowych walk dla mistrzów tai-chi, szarlataństwo mogło rozwijać się bez przeszkód przez ponad 60 minionych lat. Zaledwie dwa lata temu pewien „telewizyjny lekarz” w programie „Zostań zdrowy” nadawanym w czasie największej oglądalności twierdził, że za pomocą fasolki mung potrafi wyleczyć wszystko, od cukrzycy po raka. W ciągu kilku tygodni cena fasolki mung wzrosła trzykrotnie w całym kraju, a ów lekarz na pół roku z góry miał zarezerwowane swoje 15-minutowe konsultacje, wycenione na 500\$, co wszędzie jest astronomiczną ceną, a zwłaszcza w Chinach. W końcu jego działalność zamknięto i zaskarżono go do sądu, ale nieskutecznie. Jednak prawdziwą tragedią nie jest to, że pacjenci są oszukiwani, ale to że studenci są oszukiwani. Nie zdają sobie nigdy sprawy, że byli nauczani płytkiej

ścieżki. To prowadzi nas do bardzo drażliwego tematu, kiedy owi studenci stają się później nauczycielami.

**DM:** To nieco bardziej złowieszcze wyjaśnienie, niż moje własne, czyli że w paradygmacie Qi jest coś inherentnego, co kieruje zachodnie umysły w tym kierunku. Nawet proste wskazówki, jak „wkłuj igłę i wywołaj *deqi*” albo „rozprowadzaj odczucie wkłucia wzdłuż meridianu” przez wielu ludzi – łącznie ze mną – były odbierane jako związane raczej z czymś w rodzaju bajkowej magii niż konkretnym, fizjologicznym zjawiskiem. Wiesz, wysyłasz magiczną moc w tym lub tamtym kierunku albo w *qigong* trzymasz kulę magicznego pyłu... ten bajkowy paradygmat i paradygmat Qi wydają się świetnie do siebie pasować...

**ANH:** Jest miejsce dla wszystkiego i dla każdego – ja raczej włączam, niż wykluczam. Daj temu, co nienamagalne swoją rolę do odegrania – to jakoś działa i niektórym ludziom jest lepiej. Rozpoznaj to, nadaj temu osobną nazwę, ale nie nazywaj tego medycyną chińską.

**DM:** Omówmy teraz nakłuwanie i *deqi*, by wejść w temat nieco głębiej. Czy *deqi* jest ważne? Na naszej ostatniej dorocznej konferencji akupunktury w Wielkiej Brytanii odbyła się dyskusja z panelem chińskich autorów literatury medycznej, której motywem przewodnim było *deqi*; po półtorej godziny rozmów nawet dobrze nie wystartowaliśmy – nie mogliśmy dojść do zgody w kwestii terminologii, żeby w ogóle rozpocząć tę dyskusję.

**ANH:** No cóż, to nie jest Yin lub Yang – to jest Yin i Yang. Jeśli nie masz umiejętności, żeby móc umieścić igłę tak powierzchownie, że leży płasko na skórze, a także móc wkłuć igłę tak, by przeszła na wylot przez kończynę, albo wkłuć ją w mięsień, by zaczęła drgać, albo móc użyć jej do wyprowadzenia ropy, albo zakorzenia Yuan Qi w Dolnym Ogrzewaczu, wtedy jeszcze nie zrealizowałeś w pełni szerokiego zakresu *deqi*. Żeby zrozumieć ten zakres, zadaj sobie pytanie, kogo albo czego Qi została uzyskana? Czy to akupunkturzysta uzyskuje odczucie Qi poprzez igłę? Czy pacjent uzyskuje odczucie Qi z igły? Albo czy wpłynęła na Qi chorobotwórczego patogenu przez wywołanie potów? Można to przemierzać od jednego końca do drugiego, to bardzo szeroka koncepcja, która ma ci przypominać o tym, żebyś poszukiwał konkretnej zmiany u twojego pacjenta, ale nie zasługuje na to, by się nad nią nadmiernie zastanawiać czy kodyfikować.

**DM:** Zatem pewne style japońskiej akupunktury specjalizują się w jednym krańcu tego spektrum, a chińskie style w drugim – jeśli wykonujesz chińską akupunkturę, używasz dużych igieł i zadajesz ludziom ból, a kiedy robisz to w stylu japońskim, używasz drogich, cienkich igieł i nie chcesz, żeby cokolwiek poczuli...

**ANH:** Robi mi się smutno, kiedy jakiś akupunkturzysta albo cały kraj zostaje zaszufłakowany do jednego rodzaju nakłuwania. Mam wątpliwości, czy istniała jakaś większa różnica pomiędzy kimkolwiek albo jakimiś krajami przed nastaniem zachodniej medycyny w Azji i odesłaniem akupunktury i ziół do leczenia przewlekłych chorób. Moim zadaniem jest uzyskanie takiego zakresu możliwości *deqi*, który obejmie każdą sytuację i będzie się coraz bardziej rozszerzać i pogłębiać wraz z moim rozwojem. Jedna osoba może potrzebować tylko pracy z Qi, ktoś inny potrzebuje przekłucia czyraka, inny pacjent może mieć zapalenie płuc albo może być sportowcem z naderwanym mięśniem, albo być w wielkim smutku po stracie bliskiej osoby – każda osoba otrzyma innego rodzaju zabieg. Jeśli to jest medycyna holistyczna, powinieneś być w stanie praktykować holistycznie – co oznacza, że

powinieneś potrafić wkuwać bez wywołania odczucia i z olbrzymim odczuciem oraz wszelkimi odcieniami odczuć pomiędzy.

**DM:** Ale nie spotkałem takiego rodzaju edukacji czy stylu, który by tego wszystkiego uczył. Ludzie muszą szukać wszędzie - trochę japońskiej akupunktury stąd, trochę chińskiej stamtąd, trochę zachodnich punktów spustowych – żeby uzyskać tak szeroki zakres możliwości.

**ANH:** Nie ma niczego złego w posiadaniu więcej niż tylko jednego nauczyciela. Ja sam miałem trzech głównych nauczycieli, którzy zdefiniowali to, kim jestem jako osoba i jako akupunkturzysta. Wszystkich moich nauczycieli spotkałem w Chinach, ale twoi może są w Korei, Japonii albo gdzieś całkiem blisko. Jakkolwiek będzie przebiegała twoja droga chodzi o to, żeby ostatecznie postrzegać wszystko w kontekście chińskiej teorii medycznej, a nie jako oddzielną praktykę czy szkołę myślenia. Tu chodzi o uczenie się różnych rzeczy, żeby uzyskać lepszy ogląd tego, skąd się to wszystko wywodzi.

**DM:** Czy mógłbyś powiedzieć coś o tym, co oznacza „praca z Qi” i o nieporozumieniach, jakie spotkałeś w odniesieniu do tego tematu. Na przykład często można spotkać się z koncepcją, że kiedy nakłuwamy, wtedy „wkładamy” trochę energii – poprzez igłę do nakłuwanej osoby. W tym kontekście przywołuje się także ideę „intencji”, czyli że podczas nakłuwania musisz mieć po prostu pewnego rodzaju życzliwą intencję, żeby wydarzyło się coś dobrego.

**ANH:** Największa dobra intencja nie jest nawet tak dobra, jak najmniejszy dobry czyn. Intencja oznacza, że planujesz coś zrobić, ale jeszcze tego nie zrobiłeś. Mogę mieć zamiar, żeby pójść gdzieś jutro albo zamówić dziś na kolację coś z włoskiej kuchni. Mogę mieć intencję dotyczącą wydarzenia się wszelkiego rodzaju rzeczy, ale to nie oznacza, że je zrobiłem albo że je zrobię. Więc jeśli masz intencję, żeby poruszyć Qi, powinieneś dalej zadać sobie pytanie, co zamierzasz zrobić, żeby to osiągnąć, kiedy już określiłeś swój zamiar.

**DM:** Ale istnieje tradycyjne powiedzenie, że Yi prowadzi Qi [umysł prowadzi energię – przyp. tłum.], prawda?

**ANH:** No dobrze, Qi ciągnie za sobą Krew, a Yi prowadzi Qi, ale co to naprawdę znaczy? Nigdy nie uda ci się sprzedać komuś pomysłu, że wystarczy tylko myśleć o graniu na pianinie i któregoś dnia nagle można zagrać serenadę. Jednak kiedy zamienisz pianino na Qi, to już się udaje sprzedać. Medycyna chińska jest praktyczna, logiczna – nie ma w niej niczego ezoterycznego. Ona tylko wydaje się ezoteryczna, kiedy nie rozumiesz, o czym mówi. To tak jak z błyskawicą – patrzysz w górę i albo myślisz, że to Thor [bóg burzy i piorunów w mitologii nordyckiej – przyp. tłum.] albo efekt wyładowania elektronów. Prawda dotycząca tej materii jest taka, że im bardziej ezoterycznie coś wygląda, tym prostsze jest tego wyjaśnienie, kiedy w końcu to rozpoznasz.

Kiedy już masz zamiar coś zrobić, wtedy rzeczywiście musisz coś fizycznie zrobić. Nie możesz po prostu myśleć o tym i być przekonany, że to się wydarzy. W mojej praktyce to się zaczyna od umiejętności rozwinięcia silnego ciepła w dłoniach, a następnie zdolności do poruszania tego ciepła, tak żeby pacjent miał podobne do elektryczności odczucia mrowienia poza okolicą nakłuwającej dłoni. To całkowity nonsens, że Qi wychodzi na zewnątrz twojego ciała poprzez igłę do ciała pacjenta. To, co się tutaj dzieje, to że moje pole się rozszerza i wpływa na Qi pacjenta, na jego pole.

**DM:** Co rozumiesz jako pole?

**ANH:** No cóż, jeśli nie potrafisz naprawdę wytworzyć ciepła i mrowienia u pacjenta przy pomocy swojej dłoni, wtedy twoja zdolność do zrobienia czegoś podobnego za pomocą akupunktury będzie o wiele słabsza. Przypomina to trochę poruszanie opiłków żelaza poprzez warstwę papieru za pomocą magnesu. To właśnie robię z moją Qi. Skóra i ciało pacjentów to papier, ich Qi to opiłki. Powiniennem być w stanie zebrać ich Qi do danego punktu, jak te opiłki, a następnie skierować je moim wysiłkiem – a nie jedynie moją intencją. Muszę to fizycznie zrobić.

***Jeśli jesteś przekonany, że intuicja jest ważna w medycynie, umów się na intuicyjną operację i niech chirurg usunie ci cokolwiek intuicyjnie wyczuje...***

**DM:** Zatem jeśli akupunkturzysta ma skłonność do zimnych dłoni to oznacza, że będzie musiał zdać się na Qi pacjenta, by wykonała potrzebną pracę? Wielu akupunkturzystów jest dosyć słabych fizycznie – może zajęli się akupunkturą, ponieważ sami byli chorzy, wiesz, chodzi o tzw. „zranionych uzdrowicieli”, oni mogą nie mieć bardzo ciepłych dłoni...

**ANH:** Dłonie powinny być ciepłe z właściwego powodu. Jeśli piłbym dużo i objadał się tłustym żarciem, moje dłonie mogłyby być zawsze ciepłe. Nie oznacza to jednak, że byłbym w stanie zrobić coś z Qi. To musi być właściwy rodzaj ciepła, a żeby móc namacalnie i faktycznie wpłynąć na Qi pacjenta, taką zdolność trzeba wyćwiczyć. Tu nie chodzi o intuicję, tu chodzi o wiedzę. Często jestem pytany o znaczenie intuicji. Moja odpowiedź jest taka: jeśli jesteś przekonany, że intuicja jest ważna w medycynie, umów się na intuicyjną operację i niech chirurg usunie ci cokolwiek intuicyjnie wyczuje. Nikt nigdy by czegoś takiego nie zrobił, ale ludzie myślą, że kiedy leczysz medycyną chińską to w porządku używać intuicji! Przypuszczam, że jeśli nie robisz niczego konkretnego, to nie ma wielkiego znaczenia, czy opierasz się na intuicji. Ale kiedy pojawiają się konsekwencje, kiedy chodzi o czyjeś życie, czy chciałbyś, żeby intuicja była częścią tego równania? Nie. Czy to oznacza, że intuicja jest czymś złym? Nie. Jednak jeśli masz jakieś odczucie, ale nie potrafisz wyjaśnić dlaczego je masz, musisz iść dalej i spróbować to odkryć – poszukać wiedzy o tym, zapytać innych praktyków. Jeśli odkryjesz dlaczego, to przestanie być intuicją. Obecnie problem polega na tym, że medycyna chińska jest praktykowana w środowisku w większości pozbawionym konsekwencji. Często nie chodzi o to, by pacjentowi było lepiej, ale o zapewnienie, żeby mu nie było gorzej.

**DM:** To prawdopodobnie całkiem dobrze zakładając, że większość z nas nie ma umiejętności leczenia w sytuacjach zagrożenia życia?

**ANH:** Ale nie masz tych umiejętności, ponieważ nie masz takich wyzwań. Dopóki nie zostaniesz skonfrontowany z czymś, czego nie potrafisz leczyć i co będzie dręczyć cię po nocach, jakie wyzwanie skłoni cię do rozwoju?

***W nakłuwaniu chodzi o poruszenie Qi – ale życie porusza Qi, smutek porusza Qi, kibicowanie twojej drużynie piłkarskiej porusza Qi... to się niczym nie różni.***

**DM:** Jaki jest twój pogląd na współczesną akupunkturę w stylu TMCh zakładając, że wydaje się ona doprowadzać do sensownych rezultatów?

**ANH:** Jeśli zadałbyś mi to pytanie w zeszłym roku, zanim rozpocząłem swój doktorat w chińskim uczelnianym systemie nauczania powiedziałbym, że TMCh to nie jest styl, to po prostu oznacza tradycyjną medycynę chińską. Widzisz, ja zawsze funkcjonowałem i uczyłem się poza oficjalnym



chińskim systemem - w tradycyjny sposób, z tradycyjnymi praktykami i dlatego mówiłem, że praktykuję tradycyjną medycynę chińską. Jednak odkąd rozpocząłem doktoryzować się w Hangzhou, dostrzegam, że TMCh naprawdę staje się stylem i zawłaszcza sobie ten termin, który przez lata broniłem. Ludzie, którzy uprawiają ten styl akupunktury w Chinach i mają sensowne rezultaty, potrafią przynajmniej uzyskać namacalne *deqi* tego czy innego rodzaju. Ale żaden z nich nie ma wyników, o których faktycznie warto byłoby mówić. Jeśli przyjmuję 50 pacjentów dziennie, a 15 do 20 z nich całkowicie wyzdrowieje, to jest naprawdę złą średnią. Jeśli żeby osiągnąć tę złą średnią muszę prosić pacjentów, by przychodzili codziennie, a przy każdym zabiegu wkłuwam 20 lub 30 igieł, to nie świadczy o dobrej praktyce.

Podobnie do medycyny zachodniej, to nie jest skuteczne. Kiedy spojrzysz na ilość pieniędzy i badań, jakie zachodnia medycyna używa w celu osiągnięcia specyficznego rezultatu, to jest niewiarygodnie niewydajne. Każda przynosząca rezultaty zachodnia procedura medyczna przypomina wielki generator prądu włączony po to, aby zapalić pojedynczą żarówkę. Podobnie jest z akupunkturą TMCh, która używa wielu igieł i wymaga od pacjenta codziennych wizyt, aby osiągnąć wynik, który nie robi szczególnego wrażenia. Ja chcę, żeby moim pacjentom poprawiło się możliwie jak najszybciej przy użyciu możliwie jak najmniejszej ilości igieł i ziół, a swoje umiejętności oceniam biorąc pod uwagę to, czy stosuję mniej środków niż poprzednio by osiągnąć lepsze rezultaty. Takie podejście wymaga większego wysiłku z mojej strony – więcej studiowania, myślenia, praktyki i eksperymentowania.

**DM:** Mówi się często, że diagnoza TMCh oparta na Zang-Fu świadczy o hermalizacji [„uziołowieniu” – przyp. tłum.] akupunktury i że akupunktura miała swoje własne systemy diagnostyczne, które nie weszły do TMCh.

**ANH:** „Uziołowienie” nie przytrafiło się tylko akupunkturze – „uziołowienie” ziół to jeszcze większy koszmar. Ale są tam wszystkie wiadomości, których potrzebujesz, jeśli podejmiesz ten wysiłek i poświęcisz się rzetelnej praktyce klinicznej.

**DM:** Leczą to nie z powodu lenistwa po stronie praktykujących – często jest tam wola.

**ANH:** Nie. Może jest tam intencja, ale nie ma woli. Jeśli byłaby wola, zrozumieli by to.

**DM:** Ale prawdopodobnie musieliby pojechać do Chin, tak jak ty to zrobiłeś?

**ANH:** Musieliby podjąć wysiłek, jak ja to zrobiłem, ale niekoniecznie tam, gdzie ja. Świat jest duży i pełen wspaniałych praktyków akupunktury. Paradoksalnie, Chiny są najlepszym, ale też najtrudniejszym miejscem, aby uczyć się skupionej na praktyce klasycznej medycyny chińskiej, dlatego dla wielu nie jest to dobry wybór. Gdzie indziej też jest mnóstwo ludzi, którzy są w tym dobrzy, jest wiele rzeczy do odkrycia, pytań do zadania i odpowiedzi do znalezienia, nawet jeśli twoja stopa nigdy nie stanęła w Chinach. Jeśli podchodzisz do tego poważnie i z poświęceniem, będziesz się rozwijać gdziekolwiek jesteś. Możesz nakłuwać samego siebie, zebrać się z przyjaciółmi i ćwiczyć nakłuwanie wszystkich punktów – ale wydaje się, że ten poziom poświęcenia nie występuje u osób uzalających się nad tym, że nie mają dostępu do medycyny wyższej jakości. Ja stale eksperymentuję na sobie. Oczywiście może się zdarzyć, że trafię w nerw i przez tydzień mój partner będzie powłóczył stopą, ale potem będzie mu lepiej. Qi nie jest czymś mięczakowatym – spójrz na trybuny podczas meczu piłkarskiego w Wielkiej Brytanii i zobacz, jak kibice przechodzą intensywne emocjonalne

doświadczenia smutku, gniewu, szczęścia i euforii. Nie potrafię odtworzyć takiego poziomu ruchu Qi u pacjenta za pomocą igły! W nakłuwaniu chodzi o poruszenie Qi – ale życie porusza Qi, smutek porusza Qi, kibicowanie twojej drużynie piłkarskiej porusza Qi... to się niczym nie różni. Jeśli postanowię zostać mistrzem olimpijskim, mogę spodziewać się bólu kolan, podartych ścięgien, braku snu, siniaków. To nie jest darmowa przejażdżka – albo doświadczenie bez konsekwencji. Ryzykując obrażenie niektórych ludzi, jeśli medycyna chińska byłaby sportem, obecnie byłaby zdominowana przez fotelowych sportowców.

**DM:** Nie jestem pewien, czy w medycynie występuje koncepcja *gongfu* – jest raczej tak, że jeśli przestudiowałeś niezbędną teorię i zdałeś egzaminy, wtedy wydaje się, że masz już wszystko.

**ANH:** To jest fizyczna medycyna, więc musisz zastosować fizyczne *gongfu*. Obecnie wydaje się, że ludzie skłaniają się ku wierze, iż musisz tylko poznać wszystkie teorie i wtedy ta medycyna zadziała. Jeśli chcesz mieć konkretne umiejętności, musisz mieć konkretną praktykę. A ta praktyka nie powinna się kończyć w momencie, kiedy dostajesz dyplom i stajesz się profesjonalistą – jeśli jesteś zawodowym graczem NBA, nie kończysz przecież swoich treningów, kiedy zostajesz członkiem drużyny. To jest zdaje się taka idea, że kiedy ukończyłeś swoją edukację, nie musisz już dłużej się w tym ćwiczyć, a igły wkłuwasz tylko wtedy, gdy masz pacjenta. Zdaję sobie sprawę, że jest pewien poziom frustracji u akupunkturzystów, którzy autentycznie chcą być dobrzy w tej medycynie, ale prawda jest taka, że nie załapali tej podstawowej koncepcji wysiłku. Czy czytasz książki, czy wykonujesz wielokrotne ćwiczenia nakłuwania by rozwinąć siłę palców, albo czyścisz baseny w hospicjum, żeby poznać, jak naprawdę wygląda choroba – to jest praca. Ale to nie jest to, co obecnie dzieje się w naszej dziedzinie i dlatego nie dojdziemy do tego samego miejsca, co lekarze z przeszłości.

**DM:** A co teraz osobiście najbardziej cię fascynuje?

**ANH:** Moje Stowarzyszenie na rzecz Tradycyjnych Studiów (Association for Traditional Studies - ATS) organizacja non-profit od ponad sześciu lat skupia się na dokumentowaniu jednego z ostatnich żyjących lekarzy, którzy urodzili się i kształcili przed rokiem 1949. Odkąd pracujemy w klinice z doktorem Li Hongxiang (ur. 1924), zdołaliśmy zebrać setki historii przypadków, tysiące godzin nagrań i filmów dokumentujących, jak w swoim domu rozmawia o medycynie chińskiej, ukończony został też manuskrypt o studiowaniu medycyny chińskiej, który tłumaczę. Mamy nadzieję, że jego zdrowie pozwoli nam na ukończenie serii nagrań video, na których omawia *Shang Han Lun* z perspektywy klasycznej i klinicznej. Mamy do czynienia z niewiarygodną kulminacją pracy ATS będąc świadkami tego, jak tradycyjny praktyk medycyny chińskiej dochodzi do kresu swego życia. Lekarze młodszy pokolenie od doktora Li kształcili się już według socjalistycznego systemu nowych Chin, więc on naprawdę jest ostatnim przedstawicielem tego rodzaju wiedzy na kontynencie.

To również oznacza, że główny nacisk swoich działań ATS przenosi z zachowywania na rozpowszechnianie całej tej wiedzy, jaką dokumentujemy w Chinach od ponad 20 lat. To niesamowicie ekscytujące dojsć do takiego etapu, kiedy cała nasza praca przez tak wiele lat może teraz nagle mieć wpływ na jakość praktyki klinicznej na Zachodzie – praktyki klinicznej postrzeganej z perspektywy klasycznej medycyny chińskiej.

W końcu, jeśli chodzi o moją osobistą ewolucję, najbardziej ekscytuje mnie fakt, że moim następnym nauczycielem będą klasyczne dzieła. Pewnego dnia dr Li odejdzie i - jak Zhang Zhongjing mówi w

swoim wstępie - wtedy nie będzie kogo zapytać. Tak więc zamierzam podążać za jego przykładem i wrócić do klasyków, czytać obszernie i głęboko, zatapiając się w różnych komentarzach. Jednak jeszcze bardziej ekscytuje mnie wizja dzielenia tej podróży z innymi ludźmi – nauczanie klasycznych dzieł tak, jak ja się ich uczyłem, z filiżanką herbaty w dłoni. Żywy przekaz to niezwykle fascynujący sposób uczenia się. Nauczyciel czyta księgi na głos, mówi ci o nich, a przez ciebie przepływa adrenalina, kiedy błysk zrozumienia uderza w ciebie jak fala za falą. Przyglądałem się pisanym tłumaczeniom i bez przewodnika, mogą działać jak niezły środek usypiający.

**DM:** Mówi się, że „szklany sufit” w medycynie chińskiej wyznacza to, czy znasz język chiński, czy nie. Czy powiedziałaś, że nauczanie się chińskiego jest niezbędne, by zostać dobrym praktykiem? Ponieważ inaczej oczywiście nie będziesz w stanie zgłębiać klasycznych dzieł – będziesz musiał pozostać przy tych usypiających tłumaczeniach.

***Co naprawdę robisz, to wprowadzasz w ruch Qi – albo skłaniając ją, by się nagromadziła i zebrała w danym miejscu i przez to działała wzmacniająco, albo kierując ją wzdłuż meridianu, żeby usunęła zablokowanie.***

**ANH:** Szklany sufit to nonsens. To powtarzają ci, którzy „to mają” by wydawać się bardziej uczonymi od tych, którzy „tego nie mają”. Ja jestem tym, który „to ma” i który przeżył całe swoje dorosłe życie w Chinach, więc to nie są puste słowa. W Chinach tysiące chińskich lekarzy, którzy są z pochodzenia Chińczykami, wcale nie posiadają klinicznych umiejętności. To kryzys, o którym profesorowie na uniwersytetach TMCh otwarcie mówią w swoich wykładach. A wracając do mnie założmy, że ktoś przychodzi do mnie by odbyć staż i otrzymuje niezbędną ilość szkoleń i praktyk, ale nigdy nie nauczy się mówić po chińsku. Taka osoba może mieć o wiele większe umiejętności od wielu innych, którzy znają język chiński, ponieważ ja ponaglałbym ją do nauki, a siebie do nauczania. Wolałbym mieć stażystę, który spędził pięć lat na czyszczeniu basenów niż takiego, który pięć lat spędził na nauce chińskiego albo korzystania z programów OCR i bieżących tłumaczeń w sieci internetowej. Ale dlaczego nie chciałbyś nauczyć się chińskiego – to niezła zabawa! Podobnie jest z pracą z Qi – dlaczego nie chciałbyś podjąć wysiłku, by mieć dobrą Qi? W rzeczywistości jedyny sufit, jaki wisi nad czyjąś głową, jest wyznaczony przez poziom wysiłku, jaki ta osoba wkłada w samą siebie.

**DM:** Czy możemy powiedzieć coś więcej o błędnych przekonaniach na temat akupunktury i Qi? Jak postrzegasz różnicę w skuteczności pomiędzy akupunkturą a ziołolecznictwem?

**ANH:** No dobrze, co faktycznie robisz za pomocą akupunktury, oprócz poruszania Qi? Akupunktura to nie zioła – nie możesz dodać czegoś pacjentowi. Mogę dać ci zioła, które odbudują twoją Qi – wkładasz coś do swego ciała, trawisz to i uzyskujesz więcej Qi. Albo mogę podać ci zioła, które osłabiają twoją Qi, ponieważ po ich zażyciu pół godziny spędzisz siedząc na sedesie. Nie znam żadnego punktu akupunkturowego, który mógłbym nakłuć i w skutek tego nagle wypełniłbyś się Qi płynącą z kosmosu, jakby igła była pustą słomką, kierującą tę energię do ciebie. Za pomocą igły nie mogę nabudować w tobie więcej Qi. Mogę natomiast sprawić, że Qi, którą masz, będzie działać lepiej albo że część systemu, który buduje Qi, będzie lepiej funkcjonować. Jednak nie mogę dodać czegoś z zewnątrz. I nie wiem, w jaki sposób nakłuć punkt, żeby wywołać u ciebie natychmiastową, nieustanną biegunkę - z chęcią zgłoszę się na ochotnika do takiego nakłucia przez kogokolwiek kto twierdzi, że potrafi to zrobić. Co naprawdę robisz, to wprowadzasz w ruch Qi – albo skłaniając ją, by się nagromadziła i zebrała w danym miejscu i przez to działała wzmacniająco, albo kierując ją wzdłuż

meridianu, żeby usunęła zablokowanie, jak i wszelkie wariacje pomiędzy. Jako praktykujący akupunkturzysta nie powinieneś bać się robienia tego u swoich pacjentów, powinieneś aktywnie zdobywać te umiejętności. Na ostatnim seminarium, które prowadziłem w Londynie, jeden z uczestników wspomniał, że nigdy nie nakłuwał głęboko punktu Huatoujiaji, ponieważ obawiał się uszkodzenia Qi. Od razu ściągnąłem z siebie koszulę i kazałem mu wkuć długą na trzy cun igłę i wprowadzić ją aż do uchwytu, przez cały czas dodawałem mu przy tym odwagi. Te trzy minuty praktycznego ćwiczenia były mu bardziej potrzebne, by zmienić swoje rozumienie akupunktury, niż dwa dni słuchania jak o tym wykładam, dlatego poszedłem na ten stół i kazałem mu się nakłuć. Ludzie boją się nieznanego, a inni ludzie zarabiają na ich lęku przed nieznanym. Jestem głęboko przekonany, że powinienem robić wszystko, co tylko mogę, by usunąć to nieznanne.

**DM:** Zasadniczo odkryłem, że akupunktura nie jest zbyt dobra dla naprawę niedoborowych przypadków.

**ANH:** Jak to możliwe? W takich sytuacjach masz przecież tak niewiele do zrobienia. To znaczy pod warunkiem, że sam masz naprawdę silną Qi i potrafisz zebrać Yuan Qi pacjenta na miejsce, żeby zaczęła się odbudowywać i pomnażać. Wtedy pacjent będzie czuł ciepło, będzie czuł się ożywiony i dzięki temu jego organizm „zaskoczy” i zacznie budować Qi. Wszystko, co możesz tutaj zrobić, to pobudzić ten mechanizm w ciele, który tworzy Qi, ale nie możesz dodać Qi. Kosmiczna Qi nie wpływa do ciała poprzez igłę – to są bajki. Ludzie czasami doznają spontanicznych zmian i uwolnienia emocjonalnego, które korzystnie wpływa na ich zdrowie po zabiegu – podobnie jak wyjście na spacer gdzieś w naturę albo zwierzanie się przyjacielowi do późnych godzin nocnych. Czy to oznacza, że niebiańska Qi wniknęła w pacjenta i poprawiła jego stan? To tak, jakby wyjaśniać grzmot działaniem młota Thora, zamiast zatrzymać się i spróbować zbadać miriady złożonych czynników, które tworzą ten rezultat.

**DM:** A co jeśli chodzi o przyżeganie moksą - masz tu gorąco i związki chemiczne...

**ANH:** I ich zapach, i płuca pacjenta, które go wchłaniają – wiele różnych rzeczy. W swojej praktyce nie stosuję zbyt wiele moksy, więc nie jestem odpowiednią osobą, by odpowiadać na to pytanie. Ale ostatecznie to nie jest pożywienie. Zioła są pożywieniem. Zioła muszą przejść przez Żołądek i być strawione, zanim wpłyną na twoją Qi. Akupunktura nie jest tym ograniczona. Z jednej strony, mogę bezpośrednio wpłynąć na twoją Qi przez akupunkturę, ale nie za pomocą ziół, ponieważ wtedy po drodze jest jeszcze twój Żołądek. Z drugiej strony, nie mogę akupunkturą dodać ci Qi, ale mogę to zrobić ziołami, ponieważ twój Żołądek czerpie Qi z ziół. Z tego powodu mamy zioła i akupunkturę. Korzystaj z nich obu – uzyskasz lepsze rezultaty. Są pewne rzeczy, których nie możesz naprawić pojedynczym narzędziem, a nawet żaden z naszych chińskich medycznych przodków nie próbował tego robić. Jeśli nawet nie masz jeszcze umiejętności posługiwania się oboma z nich, ważne jest, żeby nie myśleć o sobie jako albo akupunkturzyście albo ziołarzu – to są po prostu narzędzia tego, kim jesteś, czyli praktyka medycyny chińskiej.

Tłumaczenie: Iwana Zagroba