

Amit Goswami, Ph.D.

KVANTOVÝ DOKTOR

Kvantový fyzik
nás provádí
zdravím
a léčbou

Informace, které jsou v této knize obsaženy, mohou změnit nejen svět medicíny, ale svět jakožto celek.

Deepak Chopra

Všechna práva vyhrazena. Tato publikace a všechny její části jsou chráněny autorskými právy. Žádná část této publikace nesmí být rozmnožována, uložena v rešeršním systému nebo dále předávána, a to v jakékoliv formě, jakýmkoliv způsobem, elektronicky, mechanicky, kopírováním, nahráváním apod., bez předchozího písemného souhlasu vydavatele. Osoba, která by učinila jakékoliv neoprávněné kroky v souvislosti s touto publikací, může být vystavena trestnímu stíhání a vymáhání náhrady za způsobenou újmu.

Obsah této knihy včetně rad v ní zveřejněných autor a nakladatelství velmi pečlivě rešeršovali, zpracovali a ověřili, avšak nemohou za něj převzít záruku a neodpovídají ani za žádné věcné škody, osobní újmu nebo škody na majetku. Každý čtenář či čtenářka by měl/a zacházet se svým zdravím a informacemi obsaženými v této knize s vědomím vlastní odpovědnosti, v případě potíží a nemocí si opatřit kompetentní radu, a zejména objeví-li se nové symptomy, neléčit se sám/sama bez odborné lékařské pomoci.

Původně vyšlo jako The Quantum Doctor
Copyright © 2011 by Amit Goswami, Ph.D.

Překlad © Petr Jochmann, 2014

Fotografie na obálce © dreamstime.com

Ilustrace © Ruth Laehman; ilustrace str. 50 a str. 123 Anne Dunn Louque

© Nakladatelství ANAG, 2014

ISBN 978-80-7263-890-1

Obsah

Předmluva	6
Slovo úvodem.....	10
1. Kvantový doktor se představuje	
1. Žádný strach, kvantový doktor je tady.....	14
2. Můj příběh – jak se kvantový fyzik začal plést do záležitostí zdraví a léčení.....	22
3. Integrace filozofií	31
4. Úrovně nemoci a úrovně léčení	41
5. Nové paradigma v myšlení některých současných lékařů.....	57
6. Více o kvantové fyzice a o tom, co může přinést medicíně.....	62
7. Místo alopatie v integrální medicíně.....	78
2. Medicína vitálního těla	
8. Vitální tělo	90
9. Ájurvéda a léčba nerovnováh vitální energie	98
10. Nerovnováhy vitální energie a jejich léčení v tradiční čínské medicíně.....	115
11. Medicína čaker	127
12. Dá se brát homeopatie vážně?.....	136
3. Medicína mysli a těla	
13. Kvantová mysl, význam a medicína	148
14. Mysl zabiják	155
15. Techniky medicíny mysli a těla z kvantového hlediska	175
4. Léčebná cesta k supramentální inteligenci	
16. Kvantová léčba.....	186
17. Nemoc a léčba jako příležitost k procitnutí do supramentální inteligence	199
18. Kvantový fyzik jako průvodce zdravím a léčením.....	215
Epilog: Nestárnoucí tělo – mýtus, nebo věda?	228
Bibliografie	236
Rejstřík.....	243
O autorovi.....	247

Předmluva

Když jsem pracoval jako mladý sekundář v Bostonu – před skoro čtyřiceti lety – byl do nemocnice společně přijat starší manželský pár. Manželka měla rakovinu ve finální fázi; manžel trpěl mnohem mírnější respirační poruchou. Vídal jsem je tehdy každý den a dojalo mne, jak si byli blízcí. Manžel odchod své ženy prožíval velmi těžce. Dny ubíhaly. Její stav se rychle zhoršoval; a na manžela léčba vůbec nezabírala, ačkoliv nebyl v přímém ohrožení života. Nakonec jsem mu musel sdělit, že jeho žena v noci zemřela. Kývl a já jsem se mohl jen dohadovat, jakou bolest skrýval.

Očekával jsem, že se za pár dní rozloučíme, ale stalo se něco pozoruhodného. Jeho stav se horšil, pak už byl kritický a do tří dnů byl muž mrtvý. Celý bezradný jsem šel za nadřízeným, který měl za sebou desítky let nemocniční praxe. Ten mi řekl: „Vy to nechápete? Byl rozhodnutý zemřít. Ale v každém případě musel jít až po ní. Pán vždycky čeká na dámu.“

Jeho slova mi znějí v uších stále, ale já už nejsem nezkušený mladý lékař. Vztah, jaký mají lidé ke svému tělu včetně oné úžasné oblasti nemoci a zdraví, je i nadále něčím tajemným. Ve své pozoruhodné knize Amit Goswami do tohoto tajemství proniká, a to lépe než kdokoliv jiný před ním. Všichni bychom měli zbystřit pozornost, protože spojení mysli a těla se zdá být velmi slibné. Například se slovem placebo se dnes setkáváme běžně, ale sílu a moc placebo efektu se teprve učíme využívat.

V rámci jedné studie byl skupině pacientů trpících chronickou žaludeční nevolností ordinován lék, o němž jim bylo řečeno, že působí proti nevolnosti. Běžně se provádí pokus s placebo efektem tak, že náhodně vybrané polovině pacientů se podá lék, zatímco druhá polovina dostává neúčinnou tabletu. Podle očekávání více než třicet procent pacientů, kteří dostali neúčinnou tabletu, hlásilo, že se jejich nevolnost zmírnila. Jenže v tomto případě byl pokus strukturován odlišně; namísto normálně užívané cukrové pilulky jim byl podán lék, který naopak nevolnost vyvolává. Víra pacientů byla nicméně tak silná, že nějakým způsobem zmírnila jejich symptomy – nebo, přesněji řečeno, jejich mysl zmenšila pocit nevolnosti, a to navzdory léku, který by měl spíše zapříčinit zvracení.

Profesor Goswami měl odvahu ukázat přímo na zdroj, ze kterého vychází placebo efekt a všechny ostatní formy léčby mysli a těla, a jasně prohlásit, že veškerá realita včetně lidského těla je založena ve vědomí. Propojil tak starodávnou moudrost s nejmodernější fyzikou.

Již před dvěma tisíci let filozofové *Védanty* hlásali, že materiální existence je iluzí, společně sdíleným snem, ze kterého je možné procitnout; a když k tomu dojde, můžeme si uvědomit, že za touto iluzí je čisté vědomí. Pro tento pohled mělo západní myšlení jen minimální pochopení, a to až do doby, kdy se na scéně objevili velcí kvantoví průkopníci z počátku 20. století. Jejich

jména jsou dnes proslulá – Albert Einstein, Erwin Schrödinger, Wolfgang Pauli, Werner Heisenberg – ale mnohem méně je známo, že téměř všichni se časem stali mystiky. Kvantoví průkopníci objevili, že základem materiálního světa jsou neviditelná energetická pole, která se vynořují z míst mimo prostor a čas; a veřejnost se díky tomu dozvěděla, že fyzický svět se pod našima nohama houpá jako pohyblivý písek. Niels Bohr prohlásil: „Vše, co považujeme za reálné, sestává z věcí, které za reálné považovat nelze.“ Ve svém projevu při přebírání Nobelovy ceny v roce 1932 Werner Heisenberg řekl, že atom nemá „vůbec žádné fyzikální vlastnosti“. A Albert Einstein vyslovil předpoklad, že vše ve vesmíru se děje v mysli Boží.

Pro ty z nás, kteří se pohybujeme mimo oblast fyziky, je velmi užitečné, že někdo s tak otevřeným myšlením jako Amit Goswami dospěl k tomu, že vzal tuto revoluci vážně, neboť nemá-li fyzikální podstatu atom, pak ji nemá ani vesmír a tudíž samozřejmě ani lidské tělo. Hlavní proud fyziky tuto překvapující ideu do značné míry ignoroval a raději se držel rady jednoho známého badatele, která zněla: „Drž pusu a počítej.“ Goswami ovšem vystupuje jako spekulativní myslitel, který pusu držet nehodlá. V této knize diskutuje o té nejjednodušší a přece nejhlubší hypotéze – pokud tělo není materiální věcí, kam až může medicína zajít ve své snaze chápat je jako něco jiného?

Ale čím jiným by to „něco jiného“ vlastně mělo být? A právě zde je neocenitelné, že máme co dělat s expertem na kvantovou fyziku. Když se ponoříme do světa mikročástic, kde hmota mizí, když se ocitneme na horizontu prostoru a času, na němž se oboje vrací do stavu prázdnoty, prázdnoty, jež je ve skutečnosti lůnem stvoření, realita vůbec nemizí. Právě naopak; jak učili starověcí vědští mudrcové, možnosti stvoření jsou nejbohatší u svého zdroje, neboť právě zde disponuje vědomí příležitostmi vpravdě nekonečnými. Pokud by byla mysl schopna zacházet s těmito možnostmi, stali bychom se my, lidé, spolutvůrci fyzického světa, který se promítá všude kolem nás.

Přesněji řečeno, byli bychom schopni vytvářet události v našem těle. Namísto toho, abychom byli obětmi nemoci a nejrůznějších poruch, byli bychom schopni navrátit se do stavu zdravé rovnováhy a vitality. Nemůže být pochyb o tom, že po čtyřiceti letech, jež uplynuly od počátku revoluce myslí a těla v medicíně, existují fyzikální nástroje schopné propojit mysl a tělo. Výsledky nesmírně bohatého výzkumu v oblasti signálních molekul (messenger molecules) ukazují, že i ta nejnepatrnější mozková aktivita se přepisuje do chemických látek, jež právě tuto aktivitu přenášejí do každé buňky v těle. Vzhledem k existenci stovek tisíc receptorů na vnější membráně každé buňky pak nemůže být pochyb o tom, že vlastnosti kdysi připisované pouze mozku – včetně inteligence a vědomí – se nacházejí v celém těle a jako takové jsou jím sdíleny.

Proč tedy onemocníme, když náš mozek očividně, coby zmocněnec nebo agent myslí, usiluje o to, abychom se cítili dobře? Na tuto otázku existují stovky možných odpovědí. Možná v nás působí toxické emoce. Možná máme genetické predispozice, které naše mysl není schopna překonat. Problém je, že neexistuje žádná koherentní teorie, jež by mohla sloužit jako základ pro vysvět-

lení, jakým způsobem je – nebo také není – mysl schopna tělo vyléčit. Pokud jde o dosažené výsledky, ocitáme se v oblasti medicíny myslí a těla spíše v hájemství metody pokusu a omylu. Je pravdou, že i ty nejvíce vychvalované přístupy alternativní medicíny si málokdy vedou lépe než zmíněný placebo efekt.

Kvantový doktor naplňuje potřebu vytvořit zastřešující teorii myslí a těla; činí tak s odvahou a inteligencí na pozadí starověkého indického myšlení i moderní fyziky. Profesor Goswami je navíc schopen okamžitě prohlédnout svody materialismu.

Správně připomíná, že tradiční medicína je konzistentní ve své filozofii, kdy považuje tělo za hmotný objekt ve fyzickém světě. Na bázi materialismu se západní vědecké medicíně podařilo triumfálně porazit mnohé choroby. Bakterie mohou být zlikvidovány chemickými látkami; poruchy srdce mohou být napraveny chirurgicky, např. bypassem. Ale i za těmito úspěchy tušíme záhadu myslí, které se materialismus dotknout nemůže.

Goswami tvrdí, že i materialismus jemnějšího typu, jenž využívá bylin nebo manipulace s čchi (čínský název pro životní sílu), nás vede špatným směrem. V tom ho plně podporuji. Ať se to tradiční medicíně a jejímu hlavnímu spojenci, velkým farmaceutickým firmám, líbí nebo ne, lidské tělo je řízeno myslí. V nejméně čtyřech tisícovkách případů spontánní remise rakoviny vedlo pacientovo přání vyléčit se skutečně k uzdravení, někdy doslova přes noc, bez další medikace nebo operativního zásahu. Jelikož onkologové i nadále tyto pozoruhodné případy uzdravení víceméně všeobecně ignorují, může tato kniha zaplnit vakuum, které si toho vskutku naléhavě žádá.

Existuje dobrý důvod, proč by měl fyzik do této problémové oblasti vstoupit. Když mysl aktivuje molekuly v mozku, jedná se vlastně o kvantovou operaci. Molekula (například dopaminu nebo serotoninu) vznikne z ničeho a společné působení milionů těchto molekul se stává fyzickým doplňkem nebo hmotnou analogií myšlenek, záměrů, tužeb, přání, nadějí a snů. To je jednoduše fakt. Pacient trpící obsedantně-kompulzivní poruchou (OCD) je standardně léčen medikací, např. Prozacem. Při CT mozku můžeme vidět, že oblast mozku, která v důsledku OCD nebyla v rovnováze, se začne chovat víceméně normálně. Když však pacient místo konzumace léků zajde k psychiatrovi, pak může úlevu přinést již hovor o problému a hledání osobních a osobnostních kořenů OCD. A i v těchto případech sken mozku odhalí, že se jeho stejné oblasti vracejí do normálu.

Přinejmenším tomu tedy je tak, že mozek reaguje na dvojí intervenci, na léky i na něco tak imateriálního, jako jsou slova. Ale to bychom přece měli v medicíně vědět už dávno. Podle materialistického pojetí je např. deprese důsledkem chemické nerovnováhy v mozku a základem intervence pomocí antidepresiv je předpoklad, že chemickou nerovnováhu je třeba napravit opět podáním chemické látky (vůbec se nebere v úvahu, že neaktuálnější výzkumy ukazují, že v mozku depresivních lidí nenastává chemická nerovnováha v tom smyslu, jak teorie předpokládá, a dokonce ani to, že populární antidepresiva nemohou takové nerovnováhy napravit). Faktem přitom je, že

člověk může upadnout do deprese jednoduše a výhradně v důsledku slovního sdělení – když mu například řeknete, že přišel o práci nebo mu někdo „vyluxoval“ bankovní účet. Tato nesporná skutečnost nás přivádí k bodu, který *Kvantový doktor* objasňuje, k onomu styčnému bodu, kdy se materiální svět ocitá pod vlivem imateriálních sil.

Ponechám na čtenáři, aby sám udělal ten vzrušující objev, že vědomí je odpovědné za přechod do stavu zdraví a pohody. Zásluhou profesora Goswamiho pak je, že se můžeme obejít bez onoho intelektuálního oparu, kterým jsou zahaleny exotické pojmy jako prána, životní energie a vrstvy ájurvédy. Po jeho zmizení se objeví to, čeho je nám třeba – koherentní, vnitřně sourodá filozofie, v jejímž rámci zaniká zeď mezi fyzikou a metafyzikou. Ve vesmíru založeném na vědomí taková zeď ostatně nikdy neexistovala.

Přibližně v době, kdy jsem praktikoval v Bostonu, pečoval v jiné nemocnici jistý mladý lékař o umírajícího muže. Lékaři vědí, že čas života a smrti je určen během osudu samého. Tento doktor tedy vešel do pokoje právě v okamžiku, kdy čas jeho pacienta vypršel. V tom okamžiku spatřil koutkem oka, jak něco neurčitého, podobného vlnění horkého vzduchu nad povrchem silnice v létě, vyšlo z těla umírajícího muže.

„Byl jsem ohromený, ale vím, co jsem viděl,“ vyprávěl lékař později. „Byla to jeho duše. Viděl jsem duši člověka, která opouštěla jeho tělo.“

Nikdy nezapomněl na tento prožitek, který zásadním způsobem ovlivnil jeho rozhodnutí stát se psychiatrem. V té době před čtyřiceti lety byla již psychiatrie velmi blízko vysvětlení hlubin i mezi lidské psyché. A nyní nás Amit Goswami vede ještě mnohem dál. Integrální medicína, jak ji on nazývá, se již poměrně široce prosazuje. Ale v této knize představuje skutečné vítězství teprve zrušení dualismu mysli a těla. Neboť to je svatý grál medicíny obecně, totiž nalezení jediné základny, z níž bude možné vysvětlit, proč to všechno funguje – léky a operace stejně jako byliny, léčba vkládáním rukou, homeopatie a energetická medicína – jak je prostě možné, že tolik různorodých přístupů může vést k vyléčení.

Kvantový doktor nás provází různými energetickými úrovněmi hierarchie stvoření, kterou lze znázornit jako jakousi mapu „subtilních těl“ tvořících bázi či podloží těla fyzického; tím je eliminována potřeba, aby si jakákoliv modalita medicíny činila nárok na to, že je jedinou správnou cestou. Bez této arogance se již můžeme obejít. Tradiční medicína bude rovněž moci opustit postoj hostilní opozice, s níž se vymezuje vůči medicíně integrální, postoj založený ostatně z velké části na neznalosti. Tato kniha mluví zcela jasnou řečí. To všichni potřebujeme víc než naléhavě a já s mnohem větší nadějí očekávám, že již velmi brzy se studenti medicíny bez četby *Kvantového doktora* neobejdou, a to ještě před tím, než obdrží diplom. Neboť informace, které jsou v této knize obsaženy, mohou změnit nejen svět medicíny, ale svět jakožto celek.

Deepak Chopra, MD, jaro 2011

Slovo úvodem

Dovolte mi uvést hned na začátku, že píšu tuto knihu jako teoretik, kvantový fyzik, který považuje medicínu za oblast zralou a vhodnou pro aplikaci nového paradigmatu vědy založeného na primátu vědomí. Jak čtenář možná ví, tato nová věda má vynikající schopnost integrovat mnohé různorodé oblasti lidského usilování, dokonce i vědu a spiritualitu.

Pokud nějaká oblast potřebuje integraci, je to medicína. Jestli některý obor potřebuje integrační paradigma, jež může dát smysl různým modelům léčby, je to opět medicína. Již nějakou dobu jsou zřejmě slabé stránky konvenčního modelu medicíny. Její postupy jsou velice invazivní a mají příliš mnoho škodlivých vedlejších účinků. Neexistuje tradiční medicínský model pro léčbu většiny chronických a degenerativních onemocnění (mikrobi, bakterie či genetická predispozice nejsou odpovídajícím vysvětlením většiny problémových situací). A v neposlední řadě, konvenční medicína je drahá.

Naproti tomu existuje mnoho různých modelů alternativní medicíny, jejichž základem je množství nejrůznějších filozofií! Zmíním zde tři. Medicína myslí a těla považuje mysl za zabijáka i léčitele zároveň. Čínská medicína vnímá nemoc a uzdravení jako problém a jeho řešení, respektive jako pohyb tajemné energie zvané čchi. Indická medicína ájurvěda považuje za příčinu nemoci nerovnováhu mezi oněmi našimi záhadnými atributy či vlastnostmi, které se nazývají *dosha* [dóša]; řešení pak hledá v nápravě těchto disbalancí.

Podle jakých kritérií vybíráme konkrétní typ medicíny z těch výše uvedených? Je zřejmé, že konvenční medicína je založena na jediné filozofii – na materialistickém realismu (základem všeho a jedinou realitou je hmota), takže její zastánci spolu mohou komunikovat bez zásadních filozofických sporů. V alternativní medicíně tento luxus neexistuje.

Pokus o definování jakési „holistické metafyziky“ jakožto základny pro alternativní medicínu je založen na myšlence, že celek je vždy větší než jeho části. Ale tato filozofie naráží na zásadní materialistický předsudek, že totiž mysl a energie čchi, jakkoliv je již nelze redukovat na části, jsou nicméně materiálního původu; jsou tedy chápány jako emergentní kauzální vlastnosti hmoty, již samotnou nelze redukovat na její komponenty. Kvůli tomuto materialistickému předsudku není zmíněný druh holismu ani příliš oblíbený, ani moc rozšířený.

Avšak pokud se pokoušíme porozumět alternativní medicíně z pozice materialistické metafyziky, setkáváme se neustále s paradoxy. Navíc všude narážíme na spoustu anomálií a zvláštností, z nichž nejznámější jsou různé případy spontánního uzdravení; příkladem zde budiž spontánní vyléčení rakoviny takřkajíc přes noc, bez jakékoliv medicínské intervence. Materialistické paradigma medicíny nedokáže vysvětlit ani jiné podobné jevy. Změna paradigmatu se tedy jeví jako nezbytná.

Naštěstí přichází pomoc, a to z nečekaného směru. Už od jisté doby pokazuje nové paradigma fyziky, totiž kvantová fyzika, na koncepční neúplnost materialistického realismu – oné metafyziky, kterou si tradiční medicína tak oblíbila. Andrew Weil, sám lékař, nazval kapitolu v jedné své knize *What Doctors Can Learn from Physicists* (Čemu se lékaři mohou naučit od fyziků). Weil v ní popisuje onu změnu paradigmatu, kterou fyzika již po jistou dobu prochází. Právě nedávno tento proces nabral nový směr; a nyní se stává zřejmým, že nová fyzika je důležitá nejen pro oblast tradiční fyziky a chemie, ale že se její poselství musí stát součástí rovněž biologických věd.

Tím se otevírá otázka, zda může nová fyzika integrovat nesourodé modely konvenční a alternativní medicíny. V této knize ukazují, že odpověď je kladná.

V mých předchozích knihách, které jsem psal jakožto kvantový fyzik, jsem představil nový způsob, jak dělat vědu. Říkám mu *věda v rámci vědomí* (science within consciousness). Jde o vědu založenou na primátu vědomí; za základ veškerého bytí je považováno vědomí, a jakmile je kvantová fyzika formulována v rámci této metafyziky, jsou všechny kvantové paradoxy, se kterými jsme se kdy setkali, vyřešeny. Mezitím další badatelé doložili nutnou existenci mimofyzických oblastí prožívání. Roger Penrose ukázal, že počítače nemohou simulovat onu podstatnou vlastnost, která definuje mysl - tedy význam. Takže mysl musí mít ne-fyzický charakter, musí existovat nezávisle na mozku. Rupert Sheldrake postuloval existenci ne-fyzikálních morfogenetických polí, kterými vysvětloval morfogenezi v biologii. Já sám jsem pak ukázal, že náležité studium dat z oblasti kreativity jasně naznačuje existenci dalšího ne-fyzikálního těla, tzv. supramentálního intelektu. A psycholog C. G. Jung teoreticky dovedl, že touto oblastí či tělem je naše intuice.

V této knize se snažím ukázat, že pokud by byla medicína založena na primátu vědomí a pokud bychom vzali v úvahu všechna tato „těla“ vědomí (vedle toho fyzického i morfogenetická pole, mysl a supramentální), mohou být konvenční i alternativní pojetí medicíny formulovány v rámci vždy své, pro sebe příhodné, niky. A ještě něco. Když použijeme kvantovou fyziku jako základnu pro naši formulaci medicíny, přestává platit onen starý argument o „dualismu“, kterým se tradiční medicína snaží popřít existenci oněch ne-fyzikálních, duševních a dalších těl či subjektů, s nimiž se v těchto našich teoriích setkáváme.

Nové paradigma medicíny, jež nazývám medicínou integrální, jasně ukazuje, jak funguje léčba mysli a těla, stejně jako léčebné soustavy čínské a indické a také homeopatie. Integrální medicína nám také může poskytnout dobrou vodítka ohledně možností společného využití všech těchto léčebných postupů včetně konvenční medicíny podle momentální potřeby.

Čím se liší integrální medicína, kterou zde představuji, od integrativní medicíny, jejímž výzkumem se zabývají mnozí další autoři? Můžeme ji považovat za jakousi odnož integrativní medicíny, protože obě mají stejný

předmět? Stávající modely integrativní medicíny využívají tzv. „systémovou teorii“ a na jejím základě se pokoušejí propojit různorodé modely. Avšak integrální medicína se pokouší o propojení všech modelů medicíny včetně konvenční alopacie na základě společné bazální metafyziky. To je zcela nový přístup. Jedná se zde o něco přelomového, co se může stát legitimním východiskem a základem změny paradigmatu v medicíně.

I v oblasti medicíny samotné už někteří lékaři, mezi nimi např. Andrew Weil, Deepak Chopra (autor onoho skvělého termínu „kvantová léčba“) a Larry Dossey, zkoumají kvantové aspekty léčby. Tato kniha všechny tyto předchozí výzkumy integruje.

Představuji v ní teorii, rozebírám nová data, vysvětluji pojmy, metody a techniky alternativní medicíny a pokouším se objasnit i fenomén spontánního uzdravení. Zabývám se i spirituálním aspektem léčení. Stejně tak se z tohoto nového pohledu věnuji i problematice smrti a umírání, otázce nesmrtnosti i tomu, co nazývám nestárnoucím tělem. Ale ze všeho nejvíc mi jde o to dát čtenáři představu, jaký *význam* nemoc má, co znamená léčba a jak dosáhnout moudrosti ohledně nemoci i léčby. Kniha má tedy především pomoci čtenáři najít nějaký řád a smysl v oné různorodé literatuře o medicíně – tradiční i alternativní – a také nalézt cestu k pozitivnímu zdraví.

Děkuji mé ženě Umě, která byla mou inspirací pro tuto knihu a přispěla k jejímu vzniku mnoha hmatatelnými i nehmatatelnými cestami a způsoby. Děkuji nakladateli Richardu Levitonovi, který mě požádal, abych ji napsal, a také za jeho vynikající zpětnou vazbu. Děkuji i všem pracovníkům nakladatelství Hampton Roads za spolupráci při jejím vzniku a výrobě. Nakonec děkuji všem profesionálům z oboru, lékařům a léčitelům, kteří mi byli neustálým zdrojem povzbuzení a inspirace.

3

Integrace filozofií

Většina těch, kdo provozují medicínu, věří v klasickou fyziku, tedy ve fyziku deterministickou, kterou vybudoval Isaac Newton v 17. století. Ta soudí, že veškerý pohyb je pohybem materiálním, pohybem hmoty a je určován fyzikálními zákony a počátečními hodnotami polohy a rychlosti příslušných hmotných objektů.

Ale ve 20. letech 20. století prošla fyzika zásadní proměnou od klasické deterministické fyziky k fyzice nové. Ta se nazývá kvantová a popisuje objekty jako vlny možnosti, jež se mohou vyskytovat na dvou (nebo více) místech najednou. Ale ve kterém z těchto míst se bude objekt skutečně manifestovat, se ukáže až při konkrétním měření; nelze to určit žádným fyzikálním zákonem nebo algoritmem.

Již tato neurčitost je dost „silná káva“, existují však ještě další podstatné rozdíly. V klasické fyzice jsou všechny interakce lokální povahy, tedy k nim dochází mezi objekty nacházejícími se ve vzájemné blízkosti, za pomoci signálů procházejících prostorem v určitém čase. Ale v kvantové fyzice je tomu jinak. Zde existují vedle lokálních propojení i spojení nelokální, která umožňují instantní, okamžitou komunikaci bez prostředkování signály. V klasické fyzice je veškerý pohyb kontinuální, spojitý, tudíž se dá určit pomocí matematiky a algoritmů, jež jsou na kontinuitě založeny. Ale v nové fyzice jsou vedle kontinuálního pohybu možné i nespojité, diskontinuitní „kvantové skoky“.

Proto přívrženci klasické fyziky často považují kvantovou fyziku za něco magického a mysteriózního, čemu nelze plně důvěřovat, co může nanejvýš sloužit jako nástroj pro vysvětlení některých dat a pro předpověď experimentálně ověřitelných výsledků. Ti, kteří pohlížejí na kvantovou fyziku tímto způsobem, jsou, co se metodologie týče, v podstatě přísnými materialisty (jedinou realitou je hmota) a redukcionisty (vše lze redukovat na elementární částice hmoty a jejich interakce). Ale pokud jste stoupenci integrálního přístupu a hledáte nové organizační principy (vědomí), pak pro vás může být

„magie“ kvantové fyziky přitažlivá a budete možná zvědaví, jestli tomu tak skutečně může být. Zpochybníte tím tedy platnost svého materialistického světového názoru.

V kvantové „magii“ pak třeba objevíte princip vědomí a obrácenou kauzalitu, která se nachází mimo oblast působnosti tradiční kauzality materialistů. Vědomí, které kauzálně působí na věci, jeho primát nad hmotou (obrácená, hierarchická kauzalita); právě to se zde stává silnou ideou, protože intuitivně cítíme význam této myšlenky pro biologii, psychologii a zejména pro medicínu.

Klasická fyzika nás vede k tomu, abychom se na objekty dívali jako na „věci“, jejichž pohyby jsou kompletně určeny zákony fyziky a některými počátečními parametry (počáteční poloha a rychlost). Naproti tomu kvantová fyzika objekty zkusmo odhaduje jako vlny možností, nikoliv jako determinované pohyby. Teprve až akt pozorování konkrétního pozorovatele *vybere* určitou událost z množiny možností. Tím se otevírá prostor pro vizionáře – tyto možnosti jsou možnostmi, ze kterých vybírá vědomí; když vědomí učiní volbu, konkrétní událost sestávající ze subjektu pohlízejícího na objekt nastane, projeví se. V kvantové fyzice se tato událost či jev nazývá „kolapsem“.

Slovem „kolaps“ se nesmíme nechat zmást. Kolaps znamená prostě změnu z možnosti na skutečnost. Tradiční kauzalita založená na interakcích elementárních částic možnosti přináší, nastoluje, otevírá; teprve nehmotné vědomí způsobí kolaps, tedy vybere z možností. Abych předešel nejasnostem, budu používat všude tam, kde je to nutné, fráze „kvantový kolaps“ místo pouhého slova „kolaps“. Tento kolaps představuje onu kauzální sílu vědomí, kterou hledáme; to je ona hierarchická, obrácená kauzalita (Goswami 1989, 1993).

Zase to všechno vypadá jako dualismus, ovšem jen dokud neprovedeme radikální zvrát v pojetí vědomí. Vědomí nemůže být vytvořeno z elementárních částic, nemůže být produktem mozku. Avšak stejně tak nemůže být duálním samostatným objektem. Existuje třetí způsob, jak je pojímat, který však musíme přijmout jako takový. Vědomí je základem či základnou bytí. Musíme pochopit, že materiální možnosti jsou možnostmi vědomí samotného, ze kterých právě ono vybírá; tyto možnosti mimo vědomí neexistují, nejsou od něj oddělené, neexistují jako separátní entity.

Pokud vám to ještě není jasné, podívejte se na obrázek-gestalt (tvar) (obrázek 2) znázorňující ve stejné kresbě dvojí zobrazení, starou a mladou ženu. Autor pojmenoval kresbu „Moje žena a má tchyně“. Zpočátku vidíte jedno ze dvou zobrazení, a to buď starou, nebo mladou ženu. Ale změníte-li úhel pohledu, svou preferenci, uvidíte další obraz. Co se to stalo? S kresbou samotnou jste neudělali nic! Prostě *provádíte volbu*, a to tak, že měníte perspektivu či úhel pohledu, svého rozpoznání. Tak tedy vypadá onen kolaps neboli hierarchická kauzalita.



Obrázek 2. *Moje žena a má tchyně (podle kresby W. E. Hilla).*

Takže to, co materialisté považují za pouhý epifenomén, je reálnou věcí s kauzální účinností. Když tedy pohlédneme na zdraví a léčbu optikou kvantové fyziky, vládnou okamžitě oba, léčitel i pacient, silou hierarchické kauzality a potenciální mocí vybrat si zdraví, nikoliv nemoc. Je třeba jen naučit se tuto volbu uskutečnit se všemi jemnostmi, které jsou její součástí. A když se to naučíme (viz kapitola 6), zjistíme, proč je tato samoléčba tradičně nazývána uzdravením skrze působení vyšší mocnosti, ducha nebo boha – proto, že nás vyzvedává z našeho každodenního izolovaného kokonu existence do celostní, nelokální úrovně bytí.

Tak dobrá, materiální léčba představuje léčení prostřednictvím tradiční kauzality, zatímco spirituální léčba znamená léčení prostřednictvím hierarchické příčinné souvislosti. Ale jak se do našeho integrativního paradigmatu zapojuje léčba mysli a těla nebo léčba využívající vitální energii?

Zkušenost s materiálními předměty získáváme cestou smyslového vnímání. Je smyslové vnímání jedinou formou prožívání, jíž jsme schopni?

Na tuto otázku odpověděl velmi výstižně psycholog C. G. Jung (viz obrázek 3). Ten se zabýval výzkumem osobnostních typů a zjistil, že u každého z nás je dominantní jeden ze čtyř způsobů prožívání, kterými jsou smyslové vnímání, myšlení, cítění a intuice.

Ájurvéda a léčba nerovnováh vitální energie

Ájurvéda je nauka o zdraví a léčení, která vznikla v Indii, kde se praktikuje již po tisíciletí. Díky svému širokému využití v Indii i v zahraničí a také díky jejím brilantním vykladačům, jako jsou Deepak Chopra (2000), Vasant Lad (1984) a David Frawley (1989), se některé ájurvédské pojmy, například nerovnováhy *dosha*, v poslední době dostaly do širšího povědomí i ve Spojených státech.

Abych uvedl příklad, nedávno jsem byl na večírku a nějaká úplně cizí žena se mě z ničeho nic zeptala: „Tak jaký je váš tělesný typ? Jste *vata*, *pitta*, nebo *kapha*?“ *Vata*, *pitta* a *kapha* jsou názvy, které ájurvéda používá pro nerovnováhy *dosha*. Implikace tedy byla jasná. Dříve než se tato žena odhodlala zahájit delší konverzaci s cizím člověkem, chtěla vědět, jaký je jeho tělesný typ; ten je podle ájurvédy určován specifickou nerovnováhou *dosha*, která je u něj dominantní. Před deseti lety se k prolomení ledů mezi cizími lidmi podobným způsobem využívala astrologie. „Jste Střelec?“ zněla tehdy otázka.

Ale co je to *dosha*? Moderní ájurvédský lékař vám podle vašich symptomů řekne spoustu věcí o vašich nerovnováhách *dosha*, ale co se týče jejich přesné definice, zůstane možná dost neurčitý. Řekne třeba, že z fyzikálního hlediska tyto nerovnováhy souvisejí s tělesnými šťávami a podobně, tedy *vata* s plynatostí střev, *pitta* se žlučí a *kapha* s hlenem. Pokud víte něco o tom, jak se v dřívějších dobách na Západě praktikovala medicína, budete možná schopni význam a důležitost tělesných šťáv uznat.

Na Západě se připisovala důležitost čtyřem tělesným šťávám. Cholerickou povahu reprezentovala žlutá žluč, které odpovídá ájurvédská *pitta*. Flegmatický temperament vyjadřoval hlen, kterému v ájurvédském systému odpovídá *kapha*. Dalšími dvěma byly melancholická povaha, jíž odpovídala černá žluč, a sangvinická povaha reprezentovaná krví. Tyto poslední dvě mají svůj ájurvédský protějšek v tělesné šťávě zvané *vata*. I náš současný jazyk nazývá ještě stav deprese melancholií, což je v souladu s názorem ájurvédy, že totiž

excesivní *vata* je do značné míry odpovědná za chronická onemocnění, která mohou být příčinou deprese.

Medicína dřívějších časů rovněž spojovala nerovnováhy *dosha* s tzv. „pěti elementy“ – se zemí, vodou, vzduchem, ohněm a éterem, kterým byla tehdy připisována převážně hmotná podstata. V tomto pojetí je *vata* vzduch, který však ke svému pohybu potřebuje „nádobu“ tvořenou éterem (tedy prázdný prostor); takže *vata* reflektuje éter a vzduch zároveň. *Pitta* je jasný oheň (digestivní, tedy trávicí), a vzhledem k tomu, že se neobejde bez „nádoby“ vody, je považována za reflexi elementů ohně a vody. A *kapha* je voda, jejíž „nádobou“ je země (jakožto element, nikoliv planeta). *Kapha* je tak reflexí vody a země.

Ale pokud toto ájurvédě stačí, na vás jakožto lékaře západní tradice medicíny to velký dojem neudělá. Starý systém je příliš svévolný a zjednodušující; navíc je, samozřejmě, založený na archaickém světovém názoru. Ve srovnání s tím je světový názor, na němž je založena moderní medicína (alopatická), mnohem složitější. Pokud dnes někdo poukazuje na empirické úspěchy ájurvédské praxe, západní lékař jen krčí rameny. Zdá se, že neexistuje způsob, jakým by bylo možné v rámci aktuálního vědeckého světového názoru uchopit a pochopit význam *vata*, *pitta* a *kapha*.

Mnozí zastánci ájurvédy postupně od zastřešujícího modelu zcela upustili, nebo jej alespoň přestali zdůrazňovat. Někdy dokonce zjednodušují způsob, jakým jsou nerovnováhy *dosha* spojeny s procesy těla:

vata – běžné pohyby (např. krevní oběh),

pitta – transformativní pohyby (spojené s látkovou výměnou, např. trávení),

kapha – struktura nebo to, co drží strukturu pohromadě (např. plicní obaly).

Tito lékaři mají za to, že je lepší nenechat se zatáhnout do bažiny komplikovaných světonázorových otázek. Možná je funkční systém člověka příliš složitý na to, aby bylo možné vytvořit jedinou teorii, jež by byla schopna propojit to všechno až po základy, na nichž je světový názor postaven.

Místo toho tito ájurvédští pragmatici využívají systém nerovnováh *dosha* ke klasifikaci lidí do sedmi typů:

1. Čistý typ *vata*, kdy je *vata* dominantní vzhledem k ostatním dvěma nerovnováhám *dosha* (tito lidé se vyznačují křehkou, subtilní tělesnou stavbou a proměnlivým chováním, abychom uvedli alespoň dvě jejich důležité charakteristiky).
2. Čistý typ *pitta*, kdy *pitta* dominuje zbývajícím dvěma nerovnováhám *dosha* (jsou to lidé střední tělesné konstituce a podnikavého, ostrého intelektu).
3. Čistý typ *kapha*, zde *kapha* dominuje zbývajícím dvěma nerovnováhám *dosha* (lidé robustní tělesné stavby, pomalí).

- 4–6. Tři smíšené typy nerovnováhy *dosha* – *pitta-vata*, *pitta-kapha* a *vata-kapha* (různé kombinace vlastností a charakteristik přináležejí různým nerovnováhám *dosha*).
7. Typ *pitta-vata-kapha* vyskytující se zřídka, v němž jsou rovnoměrně zastoupeny všechny tři nerovnováhy *dosha*.

V zásadě ještě existuje osmý tělesný typ, dokonale vyvážený, ten se však vyskytuje již zcela výjimečně a vzácně.

Základním předpokladem ájurvédy je, že člověk se již narodí s daným tělesným typem – s konkrétní „základní úrovní“ nerovnováhy (ta se v sanskrtu nazývá *prakriti*). Díky různým peripetiím a životním nahodilostem, v důsledku životního stylu a vlivů prostředí se pak dostává do dalších nerovnováh (*bikriti*), které se mohou stát příčinami onemocnění.

Ájurvéda usiluje o to, aby pomocí léčivých bylin, diet a dalších postupů a metod přivedla člověka zpět na základní úroveň jeho vrozených nerovnováh. Teoreticky by se mohlo zdát vhodné zkusit korigovat dokonce i onu základní nerovnováhu, ale to je velmi obtížné a obvykle se o to ani nepokouší.

Soudí se, že v průběhu našich formativních let, kdy se buduje celá naše struktura, dominuje tomuto procesu nerovnováha *kapha*. Ve střední části života je dominantní nerovnováhou *pitta*. A v závěrečné fázi, v létech poklesu, má tendenci ovládat náš život nerovnováha *vata*. Vzhledem k tomu, že nemoci se dostávají většinou, až když jsme ve středním věku či ještě starší, je jasné, že příčinou většiny z nich je nerovnováha *vata*. Druhou nejčastěji se vyskytující nerovnováhou je *pitta*. Nerovnováha *kapha* je tedy nejméně častá. A náš moderní životní styl má tendenci nerovnováhu *vata* dále zesilovat. Takže na první pohled to vypadá, že poselství ájurvédy je jednoduché – je třeba dávat si pozor na zhoršující se nerovnováhu *vata*.

Praxe ájurvédy je nicméně subtilní. Dokonce i moderní alopatická medicína začala klást mnohem větší důraz na životní styl (sociální teorie nemoci). Například onemocnění srdce bývá dokonce i alopatickými lékaři často spojováno s tzv. osobnostním typem A a s jemu odpovídajícím životním stylem (jde o hyperaktivní, úzkostný typ, s charakteristickým chováním ještě-jestě-jestě). Ale přístup ájurvédy je rozdílný, neboť ten více bere v úvahu skutečnost, že ne všichni lidé s osobností typu A skutečně srdeční chorobou onemocní. Ájurvéda se pokouší vrátit pacienta zpět na jeho základní úroveň distribuce nerovnováh *dosha*, tedy na jeho *prakriti*. Má-li již tato základní úroveň charakteristiky odpovídající osobnostnímu typu A, neusiluje o její korekci. A právě tato individualistická a individualizovaná povaha ájurvédy je tím, co ji činí tak užitečnou a dobře využitelnou při léčbě chronických onemocnění.

Zůstává zde samozřejmě řada důležitých otázek. Proč má každý z nás určitou *prakriti*, základní úroveň *dosha* nerovnováhy? Je jasné, že ájurvéda, soudě podle jejího úspěchu, může doplňovat alopatickou medicínu, ale ja-

kým způsobem? Existuje vědecká teorie tvořící pozadí či základ tohoto pojetí lidských tělesných typů, tedy typologie, která říká, k jakým nemocem budeme v průběhu našeho života náchylní a k jaké specifické léčbě se budeme přiklánět?

Ájurvéda a vitální tělo

Má se za to, že na jisté hlubší úrovni je základem ájurvédy širší obraz člověka, než jakým disponuje dnešní alopatická medicína (a moderní ájurvéda tudíž vlastně také), která nazírá člověka pouze jako fyzické tělo. V pojetí ájurvédy je člověk nejen fyzickým tělem, ale součástí jeho bytí jsou i pohyby vitálního těla a, což je v daném kontextu méně důležité, i pohyby mentálního a supra-mentálního těla; a základem toho všeho, jakož i základem veškerého bytí, je vědomí.

Formy fyzického těla, jako třeba tělesné buňky a orgány, jsou reprezentacemi plánů vitálního těla, které ájurvéda chápe jako takové; a díky tomu, že je uznává, je schopna nahlédnout více způsobů, jak člověk může onemocnět. Připomeňme si, že v moderní biologii Rupert Sheldrake názorně ukázal totéž – ne-fyzické morfogenetické pole (což je vědecktější název pro vitální tělo) zajišťuje plán pro tvorbu fyzické formy.

Z pohledu alopata nemoc znamená, že chemické (a fyzické) funkce fyzického těla jsou narušené či porouchané, a podobně léčba znamená pouze nápravu vadné chemie (nebo fyziky). Ale i pro moderního ájurvédkého lékaře existuje nemoc pouze na fyzické úrovni, a nerovnováha, kterou je třeba léčit, se týká fyzických rysů a vlastností jako *vata*, *pitta* a *kapha*; jde jen o trochu subtilnější přístup, než je ten alopatický.

Ale v hluboké ájurvédě může být onemocnění také důsledkem vadné povahy či poruchy vitálního těla, tedy nesprávných pohybů plánů. Vzpomeňme si, že tyto pohyby jsou propojeny s programy, které řídí vitální funkce fyzických orgánů (tedy reprezentací plánů). Je zřejmé, že dokud nedojde k nápravě chyby na vitální úrovni, není možné dosáhnout toho, aby se orgánové reprezentace chovaly řádně a vykonávaly své vitální funkce způsobem, který odpovídá fyzickému zdraví. Tradiční ájurvéda hluboké úrovně klade tudíž větší důraz na zajištění rovnováhy vlastností a kvalit vitálního těla (totéž platí v případech čínské medicíny), které jsou v ájurvédkém systému chápány jako prekurzory, předzvěsti či jakési zárodečné podoby nerovnováh *dosha*.

Tento náhled na nemoc, který zastává ájurvéda hluboké úrovně, se s alopatií doplňuje mnohem lépe (protože zavádí komplementární scénář příčin choroby, jenž zahrnuje i vitální tělo) než moderní ájurvéda, která se zabývá pouze nerovnováhami *dosha* na úrovni fyzického těla. Ale je tu jeden problém. Co je vlastně vitální tělo ve vztahu k oblasti fyzického?

Tradicionalista bude tvrdit, že vitální tělo je nefyzikální povahy. Pro moderního ájurvédkého lékaře však takový názor nezní příliš přesvědčivě. Co-

pak molekulární biologie neodstranila všechny formy vitalismu stejně jako koncept fyzikální životní síly samotné? Postulát vitálního těla také vyvolává přízrak dualismu spolu s otázkou, jakým způsobem by mohlo nefyzikální vitální tělo interagovat s tělem fyzickým.

Ale tento dualistický náhled na vitální tělo (a vědomí samo) je produktem oné krátkozraké, jakoby „sólové“ vize, jež je newtonovskému myšlení vlastní. Ve fyzice byla klasická newtonovská fyzika nahrazena kvantovou a důsledky této změny paradigmatu ve fyzice začínají postupně působit i v jiných oblastech lidské činnosti, jako třeba v medicíně. Pro kvantové myšlení již vitalismus neznamená dualismus. Jinými slovy, lze předpokládat nefyzikální vitální tělo, aniž bychom upadli do pasti interaktivního dualismu.

Již dříve jsme zmínili, že v kvantové fyzice jsou všechny objekty vlnami možností vědomí, které samo je základem všeho bytí; tyto možnosti lze rozdělit na fyzické a vitální (a mentální a supramentální). Tyto možné objekty se stávají „věcmi“ ve smyslu našeho prožívání tehdy, když vědomí *vybere* z množiny možností jistý aktuální prožitek v procesu konkrétního kvantového měření (to je ona událost, již fyzikové říkají kolaps vlny možnosti).

Je nesporné, že naše prožívání má svou fyzickou součást či komponentu, ale při pozorném pohledu zjistíme, že tato fyzická součást je doprovázena pocitem tvořícím vitální komponentu prožitku (a myšlenka a intuice jsou jeho mentální a supramentální komponentou). Tím je eliminován dualismus, protože fyzické a vitální lze vnímat jakožto paralelně fungující, přičemž tento paralelismus je udržován vědomím (viz obrázek 4).

Vitální energie jsou tedy tím, co cítíme v našem vitálním těle, když prožíváme naše fyzické orgány. Když toto prožívání vnímáme jako „nesprávné“, cítíme se nemocní. Ale všichni máme určité predispozice, s jejichž pomocí zpracováváme vitální energie. A tyto vitální predispozice jsou prekurzory či předzvěstmi fyzických „defektů“, pro něž se v sanskrtu užívá slovo *dosha*.

Proč existují tři typy nerovnováhy *dosha*?

Vědomí provádí kolaps vitálních pocitů a zároveň i kolaps korelovaného fyzického orgánu (pro tuto chvíli ponechme stranou mentální a supramentální aspekty našeho prožívání) kvůli prožívání života. Musíme mít na paměti, že naše fyzická těla jsou v neustálém pohybu; naše buňky a orgány se neustále obnovují, a to díky molekulám potravy, kterou přijímáme. Dále si musíme připomenout, že kvantové možnosti vitálního těla sestávají ze spektra možností (s odpovídající distribucí pravděpodobnosti, kterou určuje kvantová dynamika situace) morfogenetických polí, tedy plánů vitálního těla. Dynamické zákony řídicí funkce vitálního těla a kontexty jeho pohybu jsou uloženy v supramentálním.

Když se poprvé vytvářejí reprezentace – například když se jednobuněčné embryo stává mnohobuněčnou formou cestou buněčného dělení – je volba

Nerovnováhy vitální energie a jejich léčení v tradiční čínské medicíně

Čínská medicína je založena na velmi podobných idejích jako ájurvéda, ale pracuje s nimi zcela odlišně. Číňané si uvědomili, že onen základní pocit či entita v našem vitálním těle, tedy vitální energie, kterou nazývají čchi, má ještě svou doplňkovou složku. Tyto dva vzájemně se doplňující aspekty energie čchi nazvali jin a jang a už v tomto základním čínském pojetí můžeme spatřit kvantový vhléd.

Jang představuje transcendentní, vlnový charakter čchi. Šíří se v prostoru, je nelokální, kreativní a ve spojení s nebem (jeho obdobou je *tejas* v ájurvédě). Jin je imanentní, částicovou složkou čchi. Je vymezený, lokalizovaný, podmíněný a spojený se zemí. (Jin je obdobou dvou ájurvédských pojmů, *vayu* a *ojas*). Oba aspekty, jin i jang, jsou k vyjádření plné potence čchi nezbytné.

Filozofickým základem čínské medicíny je taoismus, který zdůrazňuje duální, vzájemně se doplňující charakter jin a jang spíše než onu trojí či trojdílnou povahu vlastností myslí *guna* a nerovnováh *dosha* v indické filozofii. Takže čínská charakteristika tělesných typů je podvojná – osobnosti typu jang jsou ty, které představují jangovou komponentu vitální energie; a lidé typu jin jsou ti, kdo představují složku jinovou.

Důsledkem rozlišení na dvě složky jin a jang na vitální úrovni jsou pak ony dobře známé dvojice protikladů, kterými se popisuje lidské tělo jakožto reprezentace vitálního. Dualita jin-jang se dobře hodí pro diferenciaci tělesných typů studený-horký, vlhký-suchý, těžký-lehký, pomalý-rychlý, pasivní-agresivní, stálý-aktivní (ve smyslu pohyblivý, proměnlivý), stabilní-kreativní, orientovaný dovnitř/dolů-navenek/nahoru atd.

Zároveň vidíme, že trojdílná diferenciacie je snad ještě efektivnější. Za příklad si můžeme vzít dvojici protikladů studené (jin) – teplé (jang). V ájurvédě by horkému odpovídal typ *pitta*, ale u studeného jsou možnosti dvě – *vata*

a *kapha*. *Vata* je studené a suché (vlastnost vzduchu) a *kapha* je studené a mokré (vlastnost vody). Trojdílná charakteristika tedy může sdělit více informací.

Ale Číňané vyrovnali nedostatky duální, podvojně diferenciacie tělesných typů jin-jang tím, že byli schopni velmi podrobně popsat a zmapovat tělesné orgány pomocí kombinace teorie jin-jang a originální čínské verze teorie pěti elementů.

Orgány v čínském systému

Až dosud je to dobré. Ale když do teorie čínské medicíny zavedeme orgány a snažíme se je propojit s teorií pěti prvků, vše začne být trochu nejasné a zavádějící. Když budete číst nějaké moderní pojednání o tradiční čínské medicíně, určitě zde bude zmíněno pět orgánů jinových a pět jangových. Kromě toho se dozvíte, že tyto orgány propojují meridiány, kanály, jimiž proudí energie čchi. Není divu, že moderní badatelé se pak ocitají v pokušení hledat meridiány (které hrají zásadní roli v akupunktuře) ve fyzickém těle. Ale ve fyzickém těle se nikdy nenašel žádný kanál pro tok energie, který by bylo možné považovat za meridián, stejně jako v něm nikdo nikdy nenašel energii, ať jemnou, nebo hrubou, která by se snad mohla podobat čchi. Obojí, čchi i meridiány, přináležejí vitálnímu tělu; proto končí veškeré úsilí o jejich nalezení v těle fyzickém neúspěchem.

Je tedy naprosto nutné vytvořit jazyk, který tento zmatek překoná. Aby mohl správně popsat všechno, k čemu zde dochází, musí se jeho pojmy vztahovat jak k vitálnímu tělu (jež sestává z morfogenetických polí neboli plánů, stejně jako plánů těla a módů jejich kvantového pohybu, tedy energie čchi), tak k jeho reprezentacím ve fyzickém těle (tedy k orgánům). Výsledek bude asi trochu složitější, než je obvyklé, ale budeme aspoň schopni vyhnout se veškerému nedorozumění.

Nyní si tedy představme ony důmyslné součásti tradiční čínské medicíny. Ta definuje morfogenetická pole a jejich vzájemné vztahy prostřednictvím pěti elementů – v čínském pojetí jimi jsou země, voda, oheň, kov a dřevo. Tato verze není z hlediska filozofie zcela uspokojivá, nicméně z hlediska fenomenologického se dá přijmout. Jinými slovy, stejně nevíme, jak vitální morfogenetická pole klasifikovat, tedy kromě toho, že se pokoušíme zjistit, jakým fyzickým orgánům odpovídají; stejně dobře tedy můžeme zvolit pět elementů podle toho, jaký vztah empiricky pozorujeme mezi fyzickými orgány našeho těla (včetně procesů, které v nich probíhají), nebo na základě toho, co pozorujeme v přírodě.

Staří Číňané měli za to, že v přírodě existuje mezi pěti elementy kruhový vztah. Čínská filozofie rozeznává dva takové vztahy – podpora (označovaná také jako vztah matka-syn) a kontrola či ovládnání. Například dřevo podporuje oheň. Ale setká-li se oheň s vodou, je uhašen – příklad, kdy jeden ele-

ment ovládá druhý. Podobné vztahy viděli Číňané i v našem fyzickém těle; například játra podporují srdce, ale srdce ovládá plíce.

Staří Číňané měli skvělý nápad roztrdit morfogenetická pole vitálního těla do pěti typů odpovídajících pěti elementům – zemi, vodě, ohni, kovu a dřevu. V každém z těchto typů jsou přítomny komplementární pohyby jin a jang. Proto v každém z nich existují dvě třídy orgánových reprezentací. Třída orgánů spojená s pohyby jin se nazývá orgány *cang*; třída spojená s pohyby jang odpovídajícího vitálního plánu se nazývá orgány *fu*.

Každá z orgánových reprezentací té které třídy je současně ve vztahu podpory i ovládní vůči ostatním členům třídy. To představuje zpětnou vazbu, kruhový vztah.

Cyklický charakter čínského způsobu chápání vztahů si objasníme na příkladu. Oheň je ovládán vodou, ale sám nemůže vodu přímo ovládat. Může však podporovat zemi, která *může* ovládat vodu. Tedy dochází k nepřímé zpětné vazbě, což vytváří právě onen cyklický charakter.

Co je mediátorem vztahů, o kterých mluvíme, tedy vztahu podpory nebo kontroly? Je jím samozřejmě proudění energie čchi meridiány, které propojují vitální plány.

Pět orgánů *cang* (fyzických) reprezentuje jinový aspekt pěti typů morfogenetických polí (dřeva, ohně, země, vody a kovu). Podobně představuje jangový aspekt pěti typů morfogenetických polí patero fyzických orgánů *fu*, z nichž každý odpovídá jednomu z pěti elementů.

Vzhledem k tomu, že jin představuje pozemskou stabilitu, jsou orgány *cang*, které manifestují jinový aspekt vitálních plánů, „plné“, ale tato plnost je dynamická, nikoliv stagnující či nehybná. Obecně se dá říci, že se do těchto orgánů ukládá různý „materiál“, ale tento do nich přichází a zase z nich odchází. Těmito orgány (určenými ke skladování) jsou játra, srdce, slezina, plíce a ledviny.

Jangový aspekt naopak představuje nebeský pohyb včetně pohybu kreativního, a proto orgány *fu*, které jsou reprezentacemi jangového aspektu vitálních plánů, jsou orgány, jejichž úkolem je přijímat nebo vylučovat. Lze je také označit za orgány transferu či přenosu – žlučník, tenké střevo, žaludek, tlusté střevo a močový měchýř.

Všimněte si, že ke každému orgánu *cang* můžeme přiřadit orgán *fu*, jenž je vůči němu vnější. Tak zde máme páry orgánů *cang-fu* (vnitřní/vnější), které reprezentují aspekt jin-jang každého z pěti typů morfogenetických polí vitálního těla:

- Játra a žlučník odpovídají vitálnímu dřevu.
- Srdce a tenké střevo odpovídají vitálnímu ohni.
- Slezina a žaludek odpovídají vitální zemi.
- Plíce a tlusté střevo odpovídají vitálnímu kovu.
- Ledviny a močový měchýř odpovídají vitální vodě.

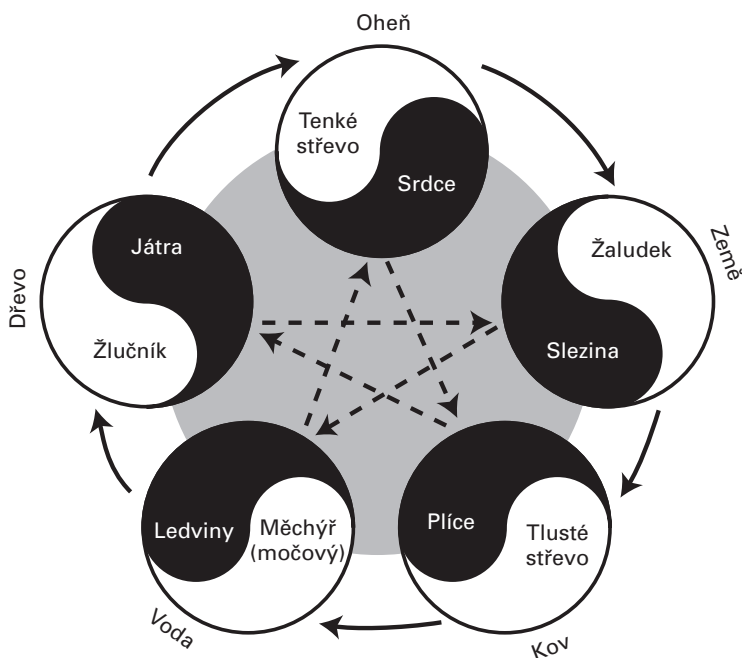
Vztah podpory mezi orgány *cang* lze ilustrovat následovně. Tak jako voda vyživuje dřevo, ledviny (které představují jinový aspekt morfogenetického pole typu vitální vody) vyživují játra (která reprezentují jinový aspekt dřeva), a to tak, že jim dodávají esenci.

Jako dřevo vyživuje oheň, vyživují játra (reprezentující jinový aspekt morfogenetického pole typu dřeva) srdce (které reprezentuje jinový aspekt morfogenetického pole typu ohně), a to tak, že je zásobují krví.

Jako oheň vyživuje zemi, tak i srdce (reprezentující oheň) vyživuje slezinu (která reprezentuje zemi), a to tak, že jí dodává teplo z krevního oběhu.

Jako země vyživuje kov, tak slezina (reprezentující zemi) podporuje plíce (reprezentující kov), a to tak, že jim poskytuje esenci jídla.

Jako kov podporuje vodu, plíce (reprezentující kov) podporují ledviny (reprezentující vodu), a to tak, že jim dodávají vodu (v sestupném pohybu).



Obrázek 13. Páry orgánů *cang-fu* a vztahy podpory (nepřerušované čáry) a ovládnutí mezi nimi (tečkované čáry).

Obrázek 13 ukazuje vitální elementy, jejich fyzické reprezentace (páry *cang-fu*) a vztahy podpory a ovládnutí mezi nimi. Když se na něj podíváte, můžete si jako analogii vztahů ovládnutí mezi vitálními elementy představit i vztahy kontroly a ovládnutí mezi fyzickými orgány. Například ledviny (voda) mohou pomoci uhasit žízeň, jelikož voda ovládá oheň, může kontrolovat vzplanutí srdce (oheň). Podobně jako kov může řezat dřevo, mohou i plíce (kov) kontrolovat a řídit vzplanutí v játrech (dřevo).

Vidíme tedy, že oba tradiční systémy, indický i čínský, jsou založeny na obecných zásadách platných pro vitální morfogenetická pole, a to za tím účelem, aby:

- a) definovaly zdraví jakožto rovnováhu a harmonii;
- b) definovaly nemoc jakožto narušení či absenci rovnováhy a harmonie;
- c) z toho odvodily vztahy mezi systémy fyzického těla, kterých pak lze využít k vytvoření a stanovení léčebných postupů.

Nemoc a léčba

V čínské medicíně znamená nemoc nerovnováhu jin nebo jang a také nerovnováhu na úrovni vitální energie čchi morfogenetického plánu deseti orgánů *cang-fu* (viz obrázek 13). Energie čchi se v každém vitálním plánu odpovídajícím určitému orgánu nazývá jménem tohoto orgánu s doplňkem čchi; například plicní čchi znamená čchi morfogenetického plánu plic, tedy kov; avšak pro stejné čchi se rovněž používá termínu kovové čchi. Může nastat situace přebytku nebo nedostatku čchi v konkrétním orgánu; a může také nastat stagnace. Ve všech třech případech by mělo dojít k nápravě.

Tradiční čínská medicína soudí, že vitální tělo má schopnost odolávat patogenním faktorům a může fyzické tělo opravit. Tato schopnost se nazývá antipatogenní čchi. Průběh nemoci je pak historií zápasu mezi patogenními faktory a antipatogenní čchi. Hlavním faktorem boje, v němž se antipatogenní čchi angažuje, je náprava rovnováhy mezi jeho složkami jin a jang, mezi podmíněnými a kreativními aspekty jeho pohybu. Tak lze nemoc pojmát i z hlediska nerovnováhy jin a jang.

Příkladem může být nachlazení. Ve fyzickém těle vystaveném studenému povětří vzniká převaha jin ve vitálním plánu odpovídajícímu pokožce a k ní přílehlým svalům. Protože je kůže ve vztahu vnější-vnitřní i vzhledem k plicím, může energetická nerovnováha ve vitálním plánu kůže ovlivnit rovněž vitální plán plic (tedy kov) a způsobit nerovnováhu i zde. Nadměrné jin vitálního plánu kůže pak může mít za následek nedostatek jang v jeho kovovém protějšku ve vitálním těle. Proto plíce (coby fyzická reprezentace vitálního kovu) nebudou možná schopny řádně vykonávat svou obvyklou funkci, kterou je výživa vody. Výsledkem bude nadbytek tekutin a hlenu, tedy symptomy běžné rýmy či nachlazení.

Avšak rýma může být také důsledkem vnitřní patogenní situace. Předpokládejme, že organismus prodělal delší nemoc, která zdecimovala jang na vitální úrovni. Deficit jangové energie se pak projevuje jako zhoršená funkce orgánů fyzického těla, která opět snižuje celkovou rezistenci těla, jež je tak více náchylné podlehnout rýmě. Podobně může mít přemíra jang za následek příliš intenzivní fungování dotyčného orgánu; výsledným symptomem je třeba horečka.

Onemocnění může být také důsledkem převahy nebo nedostatku jin a i z tohoto hlediska je dobré o něm uvažovat.

Čínský lékař využívá k nápravě energetické nerovnováhy v postiženém orgánu speciální bylinné léky a stravu (a také masáže a akupunkturu, o kterých pojednáme později). Jsou-li postiženým orgánem plíce, což je kovový orgán, aplikují se potraviny a byliny s kovovým čchi.

Některé z bylin používaných v tradiční čínské medicíně obsahují přírodní chemické látky, které se podobají syntetickým chemikáliím v alopatických léčivech. Proto se někdy uvažuje o těchto bylinách (a také o bylinách využívaných v ájurvédě) pouze z hlediska jejich chemických a fyziologických účinků. Přitom se však opomíjí důležitý aspekt bylinné medicíny, kterým je vitální energie. Zatímco účinek bylin se v čínské medicíně odehrává na *dvou úrovních*, a to na úrovni fyzické a vitální, situace je odlišná, když chemikálii v těchto bylinách obsaženou izolujeme. Pak totiž účinkuje pouze na úrovni fyziologické a my jsme o něco přišli.

A je vůbec čínská bylinná medicína účinná? Západní a čínští lékaři spolupracovali na experimentu, v němž léčili skupinu dětí trpících kožním ekzémem. Lékaři připravili „falšovaný“ čaj obsahující některé tradiční byliny, které však nemají nic společného s léčbou ekzémů, a jeho účinky porovnávali s účinky „pravého“ čaje připraveného z bylin předepsaných podle principů tradiční čínské medicíny.

Náhodně vybraná polovina dětí ve skupině dostávala po dobu osmi týdnů pravý čaj, pak následovalo čisticí období trvajících čtyři týdny, a pak dalších osm týdnů čaje „falešného“. Druhá polovina dětí podstoupila léčbu v obráceném pořadí, nejdřív tedy dostávaly falešný čaj, pak ten správný. Výsledky měly dramatický charakter. Když děti dostaly správný, tedy léčivý čaj, stav jejich pokožky se významně zlepšil; a kdykoliv dostaly falešný čaj, jejich stav se razantně zhoršil (Sheehan a Atheron 1992).

Stejně jako v ájurvédě, a v protikladu k alopatické medicíně, je i v čínské medicíně léčba naprosto individuální. Je tomu tak proto, že i když dva jedinci mohou trpět stejnou nemocí, třeba žaludečním vředem, mohou se velmi lišit nerovnováhy, které v každém z těchto případů daly vředu vzniknout. Z téhož důvodu mohou být dva lidé vykazující stejnou nerovnováhu pohybu čchi léčeni stejným způsobem, a to bez ohledu na jejich symptomy.

Samozřejmě, nejlepší léčbou fyzického orgánu s příliš vysokou či příliš nízkou hladinou energie čchi na některém z jeho vitálních plánů je převést na tento orgán energii čchi z jiného vitálního plánu a tím dospět k rovnováze. Odedávna právě toto představuje nejvýraznější, ba spektakulární aspekt čínské medicíny, a v současné době i její neznámější aplikaci mimo Čínu samotnou. Samozřejmě mluvím o akupunktuře.

Akupunktura je léčba spočívající v tom, že se do kůže na různých místech vpichují drobné jehly. Jak to, že takový jednoduchý postup může léčit? Přitom místo, ve kterém dojde k aplikaci jehly, nemá často žádný přímý prosto-

rový vztah k místu, kde se nachází zdravotní problém. Například akupunkturista aplikuje jehlu do palce u nohy, aby tím vyléčil bolest hlavy.

Jak účinkuje akupunktura

Předpokládá se, že akupunktura vznikla jako vedlejší produkt války. Bojovníci zranění nepřátelskými šípy zjistili, že ačkoliv šíp vniknuvší do těla působí bolest, zmírňuje zároveň chronické bolesti provázející artritidu nebo zánět šlach (tendonitis). Legenda také říká, že když se tato zpráva dostala k taoistickým mudrcům, kteří byli zajisté odborníky v čínské medicíně, hned si uvědomili, o co se jedná. Zcela v duchu vědeckých postupů aplikovali jehly na sebe samotné a pořídili mapy cest čchi, tedy meridiánů.

Jak jsem již zmínil výše, hlavní součástí teorie akupunktury je existence kanálů, jimiž proudí vitální energie mezi vitálními plány, které představují rezervoáry programů řídicích biologické funkce orgánů. Tyto kanály se nazývají meridiány. Jednoduše řečeno jimi proudí vitální energie mezi plány orgánů.

V následujícím podrobnějším výkladu budu vycházet z práce profesora Yen-Chih Liua (1988) z čínské Beijing College. Podle této teorie existuje dvanáct meridiánů v korelaci s tělem a význam či důležitost každého z nich odpovídá konkrétnímu orgánu *cang* nebo orgánu *fu*, se kterým je spojen. Proč dvanáct meridiánů, když existuje jen deset orgánů *cang-fu*? Čínská medicína rozlišuje ještě dva další vitální plány, zvané Trojitý ohřívač a Ochránce srdce, které nemají žádnou formu, ale hrají významnou úlohu v přenosu energie čchi mezi orgány.

Druhým nejdůležitějším aspektem teorie je předpoklad, že na povrchu lidského těla, tedy na kůži, existují místa, která mohou mít vliv na fungování těchto hlavních kanálů; dokonce i kanálům Trojitý ohřívač a Ochránce srdce odpovídají určité povrchové body, které jsou s nimi ve spojení. Jsou to místa, skrze něž lze zvnějšku ovlivnit orgány a jejich plány a také Trojitý ohřívač a Ochránce srdce. Špatnou zprávou je, že vnitřní orgán (a jeho plán) může být skrze tato místa ovlivněn vnějšími patogeny (těmi může být například vichřice, nebo prostě jen studený vítr). Ale samozřejmě je to také dobrá zpráva. Neboť cestou intervence v těchto místech můžeme využít vnější energie pro léčbu vnitřního orgánu (a jeho plánu). Tato místa se nazývají akupunkturními body.

V bezprostředním okolí akupunkturních bodů lze také aplikovat masážní terapii. Podle některých čínských expertů tomu bylo dokonce tak, že po objevu akupunktury využívali nejdříve lékaři k ovlivňování pohybů energie čchi pouze své prsty – alespoň tak zní jedna verze příběhu o objevu akupunktury. Dnes se léčebný postup, při němž dochází k ovlivnění energie čchi pomocí prstů, nazývá akupresurou.

Počátek slávy akupunktury ve Spojených státech (v Evropě byla v módě už dříve) lze datovat do roku 1972, do období prezidentsví Richarda Nixona.

Tehdy podstoupil jistý novinář, který cestoval s první americkou delegací do Číny, operaci slepého střeva přímo na místě, bez anestezie, ale s využitím akupunktury coby anestetika. Od té doby alopatictí lékaři hledají pro meridiány fyzikální vysvětlení; mnozí z nich si například myslí, že mohou souviset s nervovým systémem.

Znovu připomínám, že meridiány si nelze v žádném případě představovat jako fyzické kanály a ani pohyb v nich není pohybem ve fyzickém smyslu. Naopak přináležejí úrovni vitálního a představují přibližné cesty pohybu vitální energie čchi mezi vitálními plány (morfogenetickými poli) důležitých orgánů (orgány *cang-fu*). To by mělo být jasné už tehdy, když si uvědomíme, že některé z meridiánů spojují i dvě entity, Trojitý ohřívač a Ochránce srdce, které si představujeme jako entity čistě vitální povahy (tedy morfogenetická pole bez jakýchkoliv fyzických reprezentací).

Jakmile dojde k nápravě či obnově rovnováhy a harmonie vitálních plánů coby vitálního zdroje programů řídicích funkce orgánové reprezentace, následuje bezprostředně náprava a obnovení orgánových funkcí.

Proč představují meridiány pouze přibližný popis cest energie čchi? Protože vitální energie je koneckonců kvantové povahy, a tudíž je nemožné vyjádřit její pohyb v podobě přesné trajektorie. Tak zní Heisenbergův princip neurčitosti.

Způsob, jakým se dnes akupunktura skutečně praktikuje, podporuje kvantový náhled na vitální energii. Přestože tradicionalisté trvají na tom, že meridiány i akupunkturní body jsou víceméně pevně dané, souhlasí i oni s názorem, že nejde ani tak o body jako spíše o vymezení určitých oblastí. Dnes někteří akupunkturisté dokonce ani tradiční meridiány a akupunkturní body nepoužívají. Upřednostňují spíše cestu dotazování se pacienta, nebo dokonce volí takové metody, jako je svalový test (technika z oboru aplikované kineziologie – metoda diagnostiky a léčení fyzických a duševních poruch a odstraňování problémů při výuce dětí – red. pozn.), aby bylo možné určit místo pro vpich jehly co nejpřesněji a dosáhlo se tak co nejúčinnější léčby postiženého orgánu.

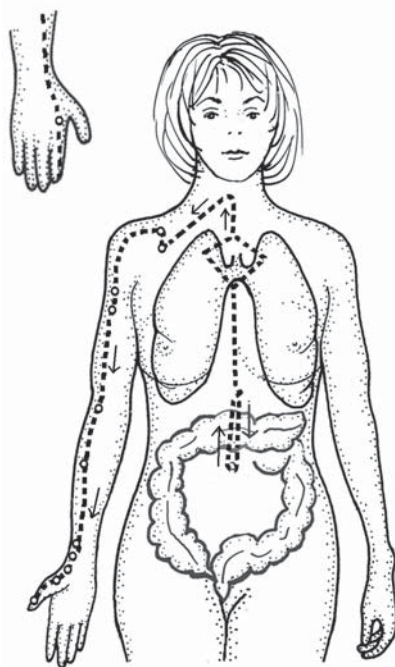
Zde vám chci sdělit jednu svou zkušenost s akupunkturou. Upadl jsem a následkem pádu mě bolel naražený sval v levé paži. A bolest neustupovala ještě ani měsíc po nehodě. Náhodou jsem tehdy byl v Sivananda ášramu ve Val Morin v Kanadě, nedaleko Montrealu, kde jsem dával řadu přednášek a rozhovorů. A zde jsem potkal Dr. Gopala, amerického akupunkturistu, který zde také přednášel. Slovo dalo slovo a já jsem se zmínil o své naražené paži. Dr. Gopala se zeptal, jestli bych nechtěl zkusit akupunkturní léčbu. Do té doby mě to vůbec nenapadlo (bylo to ještě předtím, než jsem se začal angažovat ve výzkumu integrální medicíny), ale byl jsem zvědavý a s léčbou jsem souhlasil. Již první ošetření znamenalo značné snížení bolesti a druhé, které následovalo po dvou dnech, vedlo k úplnému vyléčení.

I při mé akupunkturní léčbě využil dr. Gopala metody svalového testu. Prohmatával určitá místa na mé levé ruce a vyšetřil i svaly pravé paže kvůli jejich síle; pokud by byly dost silné, byla by to výhoda. Do toho místa by bylo možné aplikovat jehlu.

Jakým způsobem může akupunktura zmírnit bolest? V těle se zdravými orgány *cang-fu* může aplikace jehel na vhodných místech stimulovat a zvýšit obecnou úroveň jangové (manifestační) energie čchi, a to především v těch oblastech mozku, které produkují opiáty mozku, endorfiny. Manifestace vitality čchi na vitální úrovni ukazuje stav endorfinů v mozku. A skutečně, protinarkotické léky, které blokují působení opiátů, mohou neutralizovat i léčebný účinek akupunkturní léčby.

Akupunktura je vhodná k léčbě nejrůznějších onemocnění, nejen k úlevě od bolesti. Jak bylo uvedeno výše, lze jí využívat ke zlepšení proudění vitální energie mezi vitálními plány jakýchkoliv dvou orgánů *cang-fu* a díky tomu i k nápravě energetické nerovnováhy, tedy k léčbě.

Obrázek 14 ukazuje jeden z hlavních kanálů, kanál plic, a jeho průběh uvnitř těla i na povrchu. Všimněte si, že povrchová větev meridiánu v oblasti paže prochází bodem nad radiální tepnou na zápěstí. To vysvětluje, jak může čínský lékař diagnostikovat nemoc odčítáním pulzu, což je vysoce náročná, s uměním hraničící metoda tradiční čínské medicíny.



Obrázek 14. Hlavní meridián, meridián plic.

KVANTOVÝ DOKTOR

Dr. Amit Goswami přináší – ostatně jako vždy – skvělé vhledy do povahy vědomí; jak pracuje, tedy jak myslí, chápe, vládne, tvoří, a jak se posléze stává biologii samotnou. V novém miléniu může *Kvantový doktor* ukazovat směrem k medicíně založené na vědomí, která bude pojímat léčbu jako biologickou kreativitu a díky níž se úplně změní náš pohled na zdraví a nemoc.

Deepak Chopra,

*autor knih Quantum Healing
a The Book of Secrets*

Pro významného kvantového fyzika **Amita Goswamiho** představuje medicína příhodnou oblast aplikace nové vědy založené na primátu vědomí. Tento úkol vyžaduje onu úžasnou schopnost integrovat konvenční vědu, spiritualitu a léčbu. Pokud některá oblast skutečně potřebuje integraci, říká Goswami, je to právě medicína a péče o zdraví.

Kvantový doktor je tedy odvážnou novou interpretací nejdůležitějších postupů a metod alternativní medicíny – homeopatie, čínské medicíny, akupunktury, ájurvedy – stejně jako konvenční medicíny, a to z pohledu kvantové fyziky. Ukazuje, že tyto zdánlivě velmi různorodé modely mohou být sjednoceny do nového mnohohrstevného systému založeného na nové „vědě v rámci vědomí“.

Vědomí je v samém centru nemoci i léčby, říká autor. *Kvantový doktor* tak představuje pro lékaře i pacienty úplně nový způsob aplikace medicíny, cestu, jež přináší mnohem větší naději na uzdravení. Goswami tento přístup nazývá integrální medicínou. Říká k tomu: „Tento přístup je zcela nový a může se stát legitimní základnou pro změnu paradigmatu v medicíně.“



www.anag.cz

ANAG[®]
ANDRAGOGOS
AGENCY