



הפסיכולוגיה של הרפואה הסינית

מאת: סיני הראל

מזה כ- 10 שנים אני מתלבט בנושא "הפסיכולוגיה של הרפואה הסינית" - תוהה מדוע הוא נושא כל כך מוזנח, שלא בא לביטוי ולא מקבל את המקום הראוי לו.

פסיכולוגיה ורפואה סינית!!! ישאל המקטרג? כן...

השאלה היא לא כיצד מטפל הסיני בכלים שלרשותו ברמה הפיזית: דיקור, צמחים או הקרנת אנרגיה- התומכים כולם בתיעול אנרגיות במרידיאנים. אלא כיצד הוא מטפל בנפש, בכלים הקליניים שברשותו? אני נזכר במשלחת לבית חולים בשנחאי בה השתתפתי, שאלתי את מנהל המחלקה בבית החולים כיצד הם מטפלים בנפש? הוא ענה לי שיש בקצה המסדרון חדר בו הם מטפלים בנפש... אבל בשהייתי, שארכה 3 שבועות לא ראיתי שם נפש חיה.

אין בכוונתי לפגוע בדרך לימוד הרפואה הסינית בבתי הספר הפרטיים בארץ. הם עושים עבודה מצוינת אלא להוסיף נדבך חשוב ללימוד שלדעתי הוא כלי עיקרי לטיפול יעיל.

אני חושב שהגיע הזמן לצאת בקול רם ולהצהיר, כן! יש לנו המטפלים הסיניים אוצר של טיפול בגוף/נפש ואנחנו גאים בו. נכון, חלקו נמצא חבוי מתחת לפני השטח, כמו סודות אחרים שהם נחלת המסתורין של הרפואה הסינית. אך לעיתים יש להתעמק ולחקור בנשגב ממך. והגיע הזמן...

השאלה היא מה ראוי להדגיש יותר בלימודי הרפואה סינית ומה פחות?

תיאוריות מפליגות ומבחנים דקדקניים אותם ירשנו מהסינים על ה **hun** וה **po** (שדות הנפש המסורתיים) ראויים, אך את יישומם בפועל באופן יעיל מעולם לא חשתי. יש להם כנראה עומקים הקשורים בפולחנים מיסטיים מסורתיים שלתקופתם היו מאוד משמעותיים אך בעידן בו אנו חיים הם קשים ליישום. הם נוצרו במציאות שונה מזו שלנו היום ולכן הם דורשים שינוי.

לחלק מכם תהיה חשיבה זו חדשה לגמרי ולחלק מכם יתכן ותצוץ השאלה איך לא חשבנו על כך???

התיאוריה לא נבנתה בחיפזון. היא נסמכת על שילוב של: לימודי פילוסופיה ופסיכולוגיה, שוטטות ותשאול של יחפנים סיניים ברחבי הפארקים בסין ובקהילות סין במזרח הרחוק, לימוד והדרכת צ'י קונג במהלך מחצית חיים. כל אלו הובילו אותי לבניית שיטה תוך ניסוי וטעייה אליה הגעתי במרוצת השנים. יישום השיטה בא לידי ביטוי בניסיון של שנים בטיפול קליני ברפואה סינית. מסקנתי... טיפול מוצלח **ברפואה סינית** מושתת בעיקרו על שיחה. לא התשאול הקלאסי: האם ישנת טוב בלילה? או מה צבע השתן שלך? אלא על שיחה בפועל בעלת מרכיבים של - "הפסיכולוגיה של הרפואה הסינית".

בואו נבדוק היסטורית מדוע הפסיכולוגיה הסינית כל כך לא מוכרת (לתפיסה המערבית) ומדוע אנחנו עדים: לתשאול מדוקדק, הנותן לנו כלים נפלאים לאבחון של תופעות וסימפטומים, אך שום מילה על כיצד להדריך מטופל פסיכולוגית. לדוגמה: הרופאים הסינים מנחים איך לאבחן את הקשר בין כעס לכבד, אך לא על כיצד לטפל פסיכולוגית בכעס. ישנן שיטות מדיטציה אבל לא הצעה מפורטת לשיחה נפשית עם מטופל.

לתשובה, לא צריך ללכת רחוק. אלא לשאול כיצד הרמב"ם (שלנו) טיפל בנפש לפני 800 שנה כשהצהיר " נפש בריאה בגוף בריא" ? התשובה- הוא הלך לפי מוסכמות ההלכה היהודית.

באותה גישה נקטו הסינים במהלך הדורות – בצטטם כללי ההלכה של קונפוציוס ותלמידיו. בכוונם לאתיקה חברתית ופרטית.

לפני כ- 100 שנה, בשלהי המאה ה- 19 הלך והתגבש במערב מקצוע הפסיכולוגיה שאת תנופתו הגדולה קבל מיהודי בשם – פרויד. מאז המהפכה התעשייתית מצאנו את עצמנו פוסעים יותר ויותר בנתיב חילוני שקובע עד היום למרבית האוכלוסייה מוסכמות כיצד להתנהג.

אך מהם מרכיבי הפסיכולוגיה של הרפואה הסינית?

כולנו מכירים את ההיבטים הרגשיים של 5 היסודות או 5 אברי היין-

SAD	MANIC	FEAR	WORRY	ANGER	כבד - כעס, טחול - דאגה, כליות- פחד לב - להט, ריאות - עצב.

אנו לא מכירים את הרגשות המיוחדים לשאר 7 האיברים? הם כתובים אך במרומז.

שנים התלבטתי, התייעצתי עם רבים מהמורים לרפואה סינית ומצאתי שגם הם מתלבטים באותה שאלה. רובם נבוכים להעז ולהציע תרגום משלהם למונחים סיניים סתומים. עם כניסת תרבות סין למערב מסתמנת תמונה די ברורה של: **מפת נפש האדם**, כפי שראו אותה הסינים הקדמונים ובמרוצת הדורות. עם השתרשות הרפואה הסינית במוסדותינו, קודים מסורתיים של סודות תרבות סין מותאמים יותר ויותר לתרבות המערבית. לכן קודם כל יש למצוא ולהגדיר באופן ברור את כל - 12 הרגשות.

לדוגמה: הרגש המשווין ללב – over joy, מוטעה לעניות דעתי. שמחת יתר כפי שמתורגם מסינית לאנגלית לא מדויק. (והרי רב נחמן מברסלב אמר "רק לשמוח יש"). משמחת יתר לא מקבלים התקף לב, אבל מ"להט" יתר... כן. לכן, המושג "להט" הולם יותר לפתולוגיה הרגשית של הלב.

שנים התהלכתי סחור סחור לגבש **מילון תחושות** שנוצר והתפתח עד שהחלטתי להוציאו לאור ולדיין הציבורי. מאחר שכבר עזרתי אומץ ללמד אותו, אין סיבה שלא אשתף אתכם הקוראים ברעיונות אלו. אשמח לקבל מכם משוב לרעיונות ואולי תדייקו ממני.

המבנה, נלקח מהתבוננות במה שמכונה בצ'י קונג: **המעגל המיקרוקוסמי** המהווה מדיטציה בפני עצמה. קימות כמה תיאוריות על מיקומן של הנקודות עליהן יש להתמקד במהלך המדיטציה. מניסיוני הקליני בחרתי ב- 12 נקודות ושייכתי אותן ל- 12 האיברים המסורתיים של הרפואה הסינית. לאיברים הצמדתי את ההיבטים הרגשיים שאליהם הם מגיבים ומשויכים. בחרתי ברגש חיובי ולעומתו המניע הרגשי השלילי שיצר אותו. לבסוף התאמתי את האיברים להיררכיה הקיימת בקיסרות הסינית תוך התאמתה למבנה ההיררכי הדמוקרטי השגור במציאות חיינו כיום.

"המעגל" שמצוי על נתיבי המרידיאנים ה- CV/GV, מציג את 12 הנקודות הממוקמות עליהם. מידת הרגישות ללחץ על נקודה, מאבחן ומתריע על בעיה פיזית ונפשית באיבר המיוחס לה.

לכל איבר התאמתי: שר בממשלה, היבט נפשי (חיובי ושלילי) וצבע המאפיין אותו.

האיברים הם:

איבר	תחושה חיובית	תחושה שלילית	צבע	שר
LV	הערכה	כעס	ירוק	בטחון
GB	גמישות	אשמה	טורקיז	משפטים
TH	פתיחות	הדחקה	סגול	תקשורת
PC	אמינות	בגידה	ורוד	חינוך
KD	יציבות	פחד	כחול	אוצר
BL	זרימה	בדידות	תכלת	תחבורה
SI	יעילות	בלבול	כתום	אנרגיה
HT	שליטה	להט	אדום	קיסר
SP	הרמוניה	דאגה	צהוב	פנים
ST	שימתיות	ניצול	חום	תעשייה
LI	ויתור	פרידה	שחור	חקלאות
LU	קרבה	עצב	כסוף	חוק



מה הקשר ועל פי איזה קריטריונים נקבעו השרים, הצבעים וההיבטים הרגשיים האלו לאיברים? איזה סוג טיפול נפשי מתאים, שעל פיו ניתן למצוא הקשרים לרפואה הסינית? איזה תפקיד משותף (בהקשר הרגשי) יש לפריקארד, המחמם המשולש והמעני הדק (3- השרים המשויכים ליסוד האש) השומרים בקנאות על הקיסר? מבחינה התנהגותית בחיי היום יום? כיצד הותאם שר בממשלה לאיבר וכיצד הבחנה זו מובילה להבנה עמוקה יותר של תפקודו הרגשי? תשובות לשאלות אלו יזכו למענה בהקשר לתגובותיכם.

על נושאים אלו ועוד אדון בכתבה הבאה, אשמח לקבל מכם הקוראים משוב של התעניינותכם!!! ברעיונות מאתגרים אלו.

הערה: לנו אנשי הצ'י קונג המונעים מעולמה של תנועה הבוקעת מקודים סינים מעורפלים. חשוב לטפח את הדמיון הנושא אותנו אל מסלול מעוף הדרקון.

סיני הראל - 052-2526674 sinaih@hotmail.com

מיסד ומרכז מסלול צ'י קונג להסמכת מורים במכללת וינגייט
 מייסד היחידה "חזקים ביחד" לטיפול בסרטן באגודה למלחמה בסרטן
 מטפל בכיר ביחידה לטיפול אינטגרטיבי במערך האונקולוגי בבית החולים איכילוב
 מורה צ'י קונג ותיק, הוסמך ברפואה סינית, אקופונקטורה ואמנויות לחימה ביפן במזרח הרחוק.
 מידע נוסף אפשר למצוא באתר: <http://chikong.wincol.ac.il/>