

4 עמודי האבחנה ברמת ה- SHEN

"Zhen (to diagnose) to see. What is above physical form is called Dao, below physical form is Qi, for high level healing one need to look at the Shen." (Ling Shu 4)

ישנה משמעות מיוחדת לעיסוק ברפואה סינית. זו אולי הרפואה היחידה שיכולה לראות שלושה מימדים של חיים ולהתייחס אליהם בו זמנית- המימד הגופני, הרגשי-מודעות, הנפשי-רוחני.

הלימוד הבסיסי ברפואה סינית שם את הדגש על התבנית של המחלה, לדוגמא סטגנציה של צ'י בכבד. ההתייחסות הזו מדברת על מימד אחד- זרימת הצ'י, חוסר של דם בלב, וכו'. אם קוראים בעיון את הנייג'ינג אפשר לקרוא אותו כשיחה עמוקה בין הקיסר הצהוב והרופא שלו צ'י פו שמשוחחים על נפש האדם, על מיקום האדם ביקום. כך שבעצם הרפואה הסינית, במהותה ובעומקה, מכוונת לטיפול במקום הכי עמוק הכי משמעותי- הנפש.

אנו חיים בתקופה בה האדם לכאורה נמצא בנוחות רבה יותר מאשר היה אי פעם. החשיפה למחוללי מחלה חיצוניים קטנה יותר והאפשרות לקיים חיים נוחים היא גדולה יותר. דווקא בתקופה זו, התרופות הנמכרות ביותר הינן תרופות פסיכיאטריות "להרגעת הנפש", ויש עליה משמעותית בבעיות נפשיות. ניתן להסיק מכך ש 'כמות' האושר האישי היא כנראה נמוכה. על פי חשיבה מזרחית אפשר לומר שאנשים לא מחוברים לדרך שלהם, אל ה- DAO. הדרך הזו קשורה להבנה של המודע – MIND והבנת הנפש – SHEN כמו גם של גורמי מחלה פנימיים- EMOTION על מנת לטפל ברמת האושר והסבל ומחוללי המחלה הפנימיים צריך להבין וללמוד מושגים אלו..

השלב הראשון הוא האבחנה של הנפש. באבחנה של הנפש יש לשים לב לשני דברים: לסבל (למקור\שורש הסבל), ולעוצמה הפנימית-החיבור לנפש, יחודו של האדם והקשר שלו לדרכו בחיים. החיבור לנפש, החיבור לאחדות ולשקט פנימי, כל אלה יאפשרו ריפוי, בעוד שהחיבור לסבל ושורש הסבל מרחיק את האדם מדרכו האמיתית בחיים-DAO, וגורמת לו לרעש פנימי, חוסר שמחה ואושר.

רפואה סינית היא פשוטה ומבריקה כאחד. בבסיסה תמיד נמצא חלוקה פנימית לניגודים ליין ויאנג כלומר אנו רואים שני ניגודים:

נפש (shen) ניצוץ עוצמה השראה, ומנגד- **סבל** שמנתק את האדם ממקור הכוח וההשראה הפנימיים. **לנפש-אחדות**-שמחה/רגש-דרך, לעומת **סבל-פרוד-תאוות/רצונות**- חוסר דרך. כבר בהתבוננות במטופל צריך ללמוד להבחין בין הסבל והעוצמה-נפש.

נתבונן על 4 עמודי האבחנה (4 diagnostic pillars) ברפואה סינית.

המטרה היא לאבחן את 2 הכוחות המנוגדים של המטופל.

העמודים הם:

1. ראייה להתבוננות.
2. הרחה/הקשבה/הרגשה
3. תשאול/אנמזה
4. מגע

1. השימוש **בראייה הפנימית והחיצונית לצורך אבחנה**. **בראייה** -נראה את הסבל בעיניים מהאופן שבו הוא משתקף במגע, את הנפש נראה מהניצוץ, מהחיוניות והשמחה.
2. השימוש **בנפש** (shen) **ובמודע** (mind) של המטפל על מנת לאבחן **הקשבה/ הרגשה /הרחחה** - הדגש הוא על מה אנו מרגישים עם המטופל, איזה מחמשת הרגשות עולה בתוכינו. לדוגמא: פחד, מחשבה על טראומה.נקשיב למה שנאמר ולמה

שלא נאמר. הקשבה פנימית לאופן שבו הדברים שנאמרים משפיעים עלינו, תשומת לב לשינויים בקול, כך נוכל להרגיש ולהקשיב לסבל ולעוצמה הפנימית של הנפש.

3. לכוון בעזרת מילים

בתשאול – ישנן שאלות ששואלים את הנפש והדרך של האדם. אלו שאלות על משאלות הלב, החלומות, רגעים מיוחדים. וישנן שאלות ששואלים את הסבל- מה מקור הסבל, אירועים טראומטיים, סבל שעובר במשפחה גם מתקופות שלפני הלידה, וכל טראומה מרגע ההתעברות, הריון, לידה, במיוחד ילדות מוקדמת, והתקופות השונות של גדילה. למרות שאין דגש על הילדות ברפואה סינית (מי שהרבה לדבר על כך הוא פרויד ועולם הפסיכולוגיה המערבית), קיימת חשיבות מיוחדת להשפעות של ההורים והמשפחה הקרובה. להשפעות אלו משמעות קלינית רבה במיוחד על הרגש ועל ה-mind, כאן צריך להשתמש בכלי אבחנה נוספים ולהתאימם לעולם חמשת הרגשות ושבעת מחוללי המחלה הפנימיים.

4. לגעת בגוף ולהרגיש את הנפש

במגע- בכל מגע יש תגובה, התגובה למגע מצביעה על האלמנטים השונים. קיימות חמש תגובות למגע.

לסיכום אבחנה:

ראיה: להשתמש בראיה הפנימית והחיצונית לאבחון.

בהרחה/הקשבה/הרגשה: להשתמש בנפש ובמודע של המטפל על מנת לאבחון.

בתשאול: לכוון בעזרת מילים.

במגע: לגעת בגוף ולהרגיש את הנפש.

מקרה לדוגמא: דגש על אבחנה, וטיפול בהתקפי חרדה- אלמנט העץ.

מקרה: אישה בת 63 התקפי חרדה.

אישה בת 63 הגיעה עם תלונה עיקרית של דכאון והתקפות חרדה, בעברה מנהלת בנק, מתלוננת גם על אלרגיה, שומנים בדם לחץ דם גבוה. הבעיה התחילה לאחר פרישה מוקדמת מהעבודה. זמן קצר לאחר הפרישה היא התחילה לחוש בהתקפות חרדה ואף אושפזה לברור רפואי בעקבות. עברה בדיקות מקיפות ללב כולל בדיקת לב במאמץ, בדיקות הדמיה, בדיקות דם מקיפות. היא ניסתה טיפולים תרופתיים שונים ללא הצלחה, כולל SSRI, ותרופות אחרות. היא עוברת טיפול פסיכולוגי בשנה האחרונה אך לא רואה כל שיפור במצבה. נזכרה שטופלה אצלי בעבר בהצלחה בכאבי ראש והחליטה לחזור לטיפול.

צריך להבין שלכל מחלה יש שורש (שורש הסבל) ובמקביל קיים גם החלק הבריא של החולה. חיבור Shen- לעוצמה הפנימית של האדם ברמת המודע (mind) ניתן לאבחן ע"י 5 היסודות.

1. **בהתבוננות** אפשר היה לראות את הקושי של העץ בעיניה את אותה הקשיחות שנוצרת לאחר שהאדם חווה סוג של אלימות (לעיתים מספיק קשיחות רבה שפוגעת במודע של הכבד)

2. **התחושה** היא שהיא אישה חזקה, פתוחה בתאור המקרה ומודעת מאוד למצבה. היא באה באופן כנה לבקש עזרה (פרוגנזה טובה החלק העוצמתי של אלמנט העץ, נוכח ובריא).
3. **תשאול**- לאור ההתבוננות והתחושה הברורה של הסבל שמגיע ממקור של ה-HUN והכבד. השאלה כוונה למקור זה " האם חיות בילדות אלימות או מצבים קשים? ..היא מיד התחילה לתאר " בגיל 9 כבר התחלתי לעבוד כי אימי לא נתנה לי כסף. היא תמיד העדיפה את אחותי, תמיד שיבחה ותמכה באחותי ולא בי. האבא היה טוב אך חלש. אני לא הלכתי להלויה של אימי גם לימי האזכרות אינני הולכת. האם נפטרה לפני כ- 7 שנים. לימי האזכרה של אבי אני הולכת ונכחתי בלוויה של אבי. תמיד היית צריכה להוכיח שאני יותר טובה".
4. **מגע**- היא מגיבה טוב למגע במיוחד לבדיקת הדופק ומעוניינת לדעת אם גיליתי משהו. סקרנית לגבי הבדיקה ברפואה סינית, איזור מתחת לצלעות- מתוח ורגיש במיוחד. חגורת הצוואר מתוחה ומגע בה מרגיע אותה. התחושה של המגע יותר של היפר טונוס מתחת לפני השטח

דיין: הכבד ברמה העמוקה ביותר של ה- HUN מאפשר את היכולת לראות. היכולת לעשות תוכנית שייך לאלמנט העץ. בקריאת התיק מלפני שש שנים, שם כבר הופיעו כאבי ראש על רקע הסבל ברמת ה- Hun וגם אז הטיפול התייחס לשחרור ברמה זו, אלא שאז היא לא היתה מוכנה לכל שינוי. עכשיו היא בסוף המעגל של 9 X7 בחייה- כמעט השלמת המעגלים החשובים לשינוי. הפרישה המוקדמת עזרה לה להגיע להכרה אולי הכי חשובה בחייה, שהיא לא צריכה להיות כל הזמן בשליטה, לא צריכה להיות בתגובה לסבל פנימי ולייצר סימפטומים, אלא ניתן לגדול למקומות של התבוננות ועשייה פנימית של שלוה ותרומה לאחר. ההתמרה של רגש הכעס שסוגר ועוצר גרם למצב הכי קיצוני של איבוד שליטה- התקף פניקה/חרדה.

בדיקת לשון- חזקה מעט סגולה, חיפוי עם שורש.

בדיקת הדופק- מתגלגל וחזק ב-GB חלש ב-HT, מהסו בכבד, תחושה כללית של דופק מתוח תחושה שבאה והולכת.

מסקנה:

במקרה הזה צריך לטפל ברמת ה-HUN, צריך לטפל בטרואמה שמקורה בכעס, בסבל לאלמנט העץ ולחוסר יכולת ביטוי וגדילה נכונה שלו. העץ במצוקה- גורם לשליטה, התכווצות. יצר בעבר סימפטומים של כאבי ראש, והיום **ברמה הגופנית:** לחץ דם גבוה, שומנים בדם, היפר טונוס. **ברמת הרגש/מודע:** התקפי חרדה. **ברמת הנפש:** חוסר חיבור לפונציאל פנימי של גדילה ונתינה לאחר.

אבחנה: liver blood Qi Stagnation, GB hindering Heart, wood element as a source and causative factor trauma on the level of Hun effecting the Shen .

עקרון טיפולי: free liver Qi relieve the trauma on the level of the HUN
Transform the anger and control to kindness and ability to see ones path.

הצעות לטיפול:

(בחירת הנקודות נעשית במידה רבה על ידי האבחנה של היסוד של המטופל, הדופק ומטרת הטיפול. מצורפות מספר דוגמאות)

GB-24 נקודת ההתראה (FRONT MU) של ה-GB שמה "השמש והירח" (SUN AND MOON) שם זה יכול להתייחס לעיניים שלעיתים נקראות כך, וכן הצירוף של ה"שמש והירח" יוצר משמעות חדשה של בהירות (MING), הבהירות הנחוצה לכיס המרה על מנת להחליט נכון.

GB-13 שמה *SHEN-BEN* "שורש הנשמה", באותו שם נקרא גם פרק 8 ב-*ling shu*. הנקודה הזו מבהירה את היכולת להתחבר למודע דרך השפעתה על פתירת רוח וליחה שבמצב פתולוגי מערפל את החושים.

ד"ר יאיר מימון OMD PhD Ac
רפואות- מרכז לרפואה משלובת.
www.refuot.co.il