

Tradičná čínska medicína a **zrak**



Mgr. Marcela Klevarová
www.tcmclinic.sk

Oči vždy zohrávali dôležitú úlohu v medziľudských vzťahoch. Hovorí sa a určite nie náhodou, že oči sú zrkadlom do duše. Ich výnimočné postavenie vníma aj Tradičná čínska medicína. Opisuje oči ako jediné jangové miesto na inak jinovej mase ľudského tela. Ich výnimočnosť dokazuje aj fakt, že sú spojené s celým organizmom a so všetkými orgánmi tela. V starodávnych dielach sa píše, že podstatu očí tvorí nahromadená esenciálna qi piatich životne dôležitých orgánov zang (srdce, slezina, pľúca, obličky, pečeň) a šiestich dutých orgánov fu (žlčník, žalúdok, tenké črevo, hrubé črevo, močový mechúr a trojitý ohrievač).

Qi každého orgánu sa zhromažďuje v určitých očných zónach, ktorým podľa ich tvaru hovoríme 5 očných krúžkov (wu-lun). Zornička – vodný krúžok, je tvorený qi obličiek a esenciou kostí.

Dúhovka – vetrový krúžok, je tvorený qi pečene a esenciou šliach.

Očné kútiky – krvný krúžok, je tvorený qi srdca a esenciou krvi.

Očné belfo – qiový krúžok, je tvorený qi pľúc a esenciou qi očných jamiek.

Viečko – mäsový krúžok, je tvorený qi sleziny a esenciou svalstva.

Spojenie týchto esencií s cievmi tvorí očný systém – schopnosť vidieť. Zároveň na kondícii jednotlivých krúžkov vidíme stav prislúchajúceho orgánu.

Z pohľadu TČM sú oči vývodom pečene. Qi pečene prechádza očami.

„Keď je pečeň v harmónii, oči rozoznávajú päťoro farieb.“

Aj očný nerv je spojený s dráhou pečene a je vyživovaný krvou pečene. Preto stav pečene rozhodujúcou mierou ovplyvňuje kvalitu zraku.

Napríklad šeroslepota je podľa TČM spôsobená nedostatkom krvi pečene. Vyčerpanie jinových (zvlažujúcich) zložiek pečene má za následok sucho alebo pocit piesku v očiach. Keď z nedostatku jinu pečene začne stúpať pečeňový oheň, môže dôjsť k zákalu rohovky, zápalu očí s bolestivými červenými opuchmi. Náhly prudký vzostup pečeňového jangu spôsobuje závraty a mihanie pred očami. Takže vidíme, že problémy pečene sa ukazujú na očiach. Preto pri každom ochorení očí treba liečiť aj pečeň.

Slzy sú podľa TČM tekutinou pečene. Za normálnych okolností slzy zvlhčujú oči a pomáhajú ich udržať čisté. Pri chorobných poruchách pečene môže dôjsť k problémom s vylučovaním slz. Ak je nedostatok jinovej krvi pečene, tvorba slz je znížená a dostavuje sa pocit sucha, rezania alebo pálenia v očiach. Slzenie vo vetre zapríčiňuje vlhká horúčnosť v pečeni. Je teda príznačné najmä u žlčníkárov. Keďže emócia hnevu prináleží pečeni, hnev vidíme aj na očiach. Pri návale zlosti sa nadmerne spriechodní qi pečene, jang stúpne prudko nahor do tváre. Tvár a oči očervenejú „podlejú sa krvou od zúrivosti“.

V posledných rokoch je zrak azda najviac zaťažovaným zmyslom. Oči zatažujeme neustálym pozeraním do počítača alebo televízora. Ako sa na to pozerá TČM? Pri počítači je to dané tým, že ľudia, a to najmä pri počítačových hrách, upriamia všetku svoju pozornosť zblízka na monitor a tak sa napájajú priamo cez oči na pečeň a krv pečene je „spaľovaná“ žiarením a ostrým svetlom vychádzajúcim z monitora. Najhoršie je to práve v noci, keď už by sme mali spať. Lebo keď sa zotmie, jang tela má prirodzenú tendenciu zanoriť sa dovnútra, oči sa zatvárajú a telo môže oddychovať. Keď si umelo predlžujeme svetlo, oči neodpočívajú a unavujú sa. Namáhanie očí v noci oslabuje nielen samotné oči, ale najmä pečeň. Určite poznáte, aký je nervózny človek, ak si ho dovoľíte vyrušiť pri počítačovej hre alebo keď po niekoľkých hodinách skončí s hraním.

Východné kultúry vedeli už dávno, že prílišná farebnosť vyčerpáva oči. Určite ste si to uvedomili aj vy s príchodom farebnej televízie. Zrak je omnoho slabší a človek má problém so zaostraním, lebo obrázky sú čím ďalej tým väčšie a farby sytejšie.

Tradičná čínska medicína má veľmi účinné bylinné formuly na liečbu očných problémov. Dokonca aj u starších ľudí vie podstatne zlepšiť zrak a pomôcť zvlhčiť vysušené oči. Nie je to proces rýchly, ale výsledky sú veľmi dobré. Čím skôr si začnete vyživovať oslabené oči cez pečeň a obličky, tým lepší a stabilnejší výsledok dosiahnete. Terapeut TČM vám poradí a predpíše bylinnú zmes podľa vášho aktuálneho stavu. Zameria sa nielen na vrchol ochorenia – oslabenie zraku, ale hlavne na koreň – príčinu ochorenia, ktorá je spôsobená nerovnováhou v danom orgáne, najmä v pečeni a obličkách. Zlepší sa nielen zrak, ale aj celkový stav a človek má zrazu zo seba lepší pocit a vidí svet v krajších farbách.