

LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
MODERNO VALODU FAKULTĀTE  
ĀZIJAS STUDIJU NODAĻA

**DAOISMA ELEMENTI AKUPUNKTŪRĀ**  
**BAKALaura DARBS**

Autore: Anna Nezhentseva

Stud. apl. numurs: an16039

Darba vadītāja: Karīna Jermaka

Rīga

2019

## Anotācija

Bakalaura darbs „Daoisma elementi akupunktūrā” ir veltīts ķīniešu dziedināšanas pirmsākumiem, daoisma jēdzienam un galvenokārt akupunktūrai kā daoisma daļai. Galvenais darba apskatāmais temats: daoisma koncepcija akupunktūrā.

Daoisms ir ticības sistēma un filozofija, kuru var uzskatīt par vienu no ķīniešu kultūras pamatiem. Daoisma pirmsākumi ir meklējami IV-III gs. p.m.ē, taču daoismā var atrast arī senāku uzskatu atspoguļojumu - *holisma* teoriju, alķīmiju. Nevar noliegt, ka, tik ilgā laikā krājies, Ķīnas kulturālais mantojums ir caurvīts ar daoisma elementiem. Ķīniešu tradicionālā medicīna bija attīstījusies stiprā daoisma ietekmē, formulējot savu raksturīgu skatījumu uz ārstnieciskām metodēm.

Mūsdienās tradicionālā ķīniešu medicīna joprojām paliek aktuāla. Pasaule tiek konstatēti vairāki gadījumi, kad ārsti dažādu iemeslu pēc iesaka izmēģināt tradicionālus ārstnieciskus līdzekļus, zāles un metodes, nevis konvencionālo mūsdienu medicīnu. Pateicoties tam, interese par tradicionālās medicīnas metodēm, tostarp akupunktūru, pieaug ne tikai Ķīnā, bet arī pasaulē. Darba mērķis nav izkliegt kritiku par tradicionālās medicīnas ārstēšanas metodēm, bet gan apsvērt medicīnu kā svarīgu kultūras aspektu, kas veidojās daoisma ietekmē.

Pirmā darba daļa tiek veltīta iepazīstināšanai ar daoisma jēdzienu un daoisma pamatkoncepciju skaidrojumu. Daoisma galvenā koncepcija ir *dao* - ceļš, kosmiskās kārtības avots un princips, dzīvības spēka plūdums. *De* bieži apzīmē darbību, kas izpaužas cilvēkā no *dao*. Trešais jēdziens ir *vuvei*, ko varētu interpretēt kā „ir nepieciešams saprast, kad palikt pasīvam (bez rīcības)”.

Otrā darba daļa ir veltīta tradicionālās ķīniešu medicīnas analīzei no daoisma skatupunkta, ieskaitot *holisma*, piecu elementu teorijas, *cji* enerģijas, *sjue*, *jiņ-jan* un *dzan-fu* teoriju atspoguļojumu apskatu tajā.

Trešā daļa veltīta tieši akupunktūras metodes analīzei. Akupunktūra kā zinātne aizsākās jau pirms vairāk nekā 2500 gadiem un kopš tā laika ir pastāvīgi attīstījusies. Akupunktūras metode ir balstīta uz īpašu „akupunktu” aktivizēšanu ar adatu palīdzību. Plašā skatienā ķīniešu akupunktūras ārstēšanas mērķi ir: atbloķēt meridiānus (*dzjinluo*), kas ir kanāli, pa kuriem plūst dzīvības enerģija - *cji*, aktivizēt asins (*sjue*) un *cji* enerģijas cirkulāciju, harmonizēt *jiņ* un *jan* elementus pacientā.

## Annotation

Bachelor's thesis "Elements of Taoism in Acupuncture" is devoted to the beginnings of Chinese healing, the explanation of Taoism and acupuncture as a part of Taoism. The main topic of the paper is: the concept of Taoism in acupuncture.

Taoism is a system of faith and philosophy that can be regarded as one of the foundations of Chinese culture. Taoism has emerged circa IV-III centuries B.C., however taoism is also closely associated with more ancient beliefs - the theory of *holism*, alchemy, etc. It cannot be denied that, in such a long period of time, the Chinese cultural heritage is permeated with elements of Taoism. Chinese traditional medicine had evolved under the strong influence of Taoism, formulating its own characteristic view of therapeutic methods.

Nowadays acupuncture still remains an actual topic. In the world, there are always cases when doctors, for different reasons, recommend to use traditional medicine remedies and methods, rather than those of conventional modern medicine. In modern era of globalization, interest in traditional medicine methods, including acupuncture, is growing not only in China, but also elsewhere throughout the world. The aim of this work is not to dispel the criticism of the traditional medicine methods of treatment, but to consider traditional Chinese medicine as an important aspect of culture, which, in particular, was influenced by Taoism.

The first part serves as an introduction to Taoism and a brief description of main concepts behind it. The paramount concept of Taoism is *tao* - the path, source and principle of the cosmic order, the flow of vitality. *De* often refers to the activity that is manifested in the *tao*. The third guiding principle is *wuwei*, which could be interpreted as "For everything it is necessary to understand when to stay passive".

The second part of this thesis is focused primarily on analysis of the theories of traditional Chinese medicine, such as: *holism*, the five element, the *qi* energy, *xue*, *yin-yang*, and *zang-fu* theories.

The closing, third, part is devoted to method of acupuncture and its analysis. Acupuncture began to take shape more than 2500 years ago and was constantly evolving since. The methods of acupuncture are based on acupuncture point – "acupoint" activation with a needle. In a broad perspective, Chinese acupuncture treatment aims to unblock the meridians (*jingluo*) - channel network through which the life-energy known as "*qi*" flows, increase blood circulation and *qi* energy flow, as well as harmonize the *yin* and *yang* elements.

## Saturs

Anotācija.....	2
Annotation.....	3
Ievads .....	6
1. Daoisms.....	9
1.1.Daoisma jēdziens .....	9
1.1.1.Dao.....	10
1.1.2. De .....	11
1.1.3.Vuvei.....	12
1.2. Daoisma pirmsākumi .....	13
1.3. Daodedzjin .....	14
2. Tradicionālā ķīniešu medicīna .....	16
2.1. Tradicionālās ķīniešu medicīnas jēdziens .....	16
2.2. Ķīniešu dziedniecības augu medicīnas pirmsākumi .....	18
2.3. Holisma teorija.....	20
2.8. Jiņ jan teorija .....	21
2.9. Piecu elementu teorija .....	24
2.10. Cji enerģijas teorija .....	26
2.11. Sjue teorija.....	28
2.13. Dzan-fu teorija .....	28
2.5. Diagnostika tradicionālajā ķīniešu medicīnā. ....	30
2.6. Astoņi sindromi.....	32
2.7. Dzeltenā Imperatora Iekšējais Kanons .....	33
3. Akupunktūra .....	36
3.1. Akupunktūras metode.....	36
3.2. Akupunktūras adatas .....	36
3.3. Divpadsmit pamatmeridiāni .....	37
3.3.1. Meridiāns I.....	39
3.3.2. Meridiāns II.....	40
3.3.3. Meridiāns III.....	41
3.3.4. Meridiāns IV.....	41
3.3.5. Meridiāns V.....	42
3.3.6. Meridiāns VI.....	43
3.3.7. Meridiāns VII.....	44
3.3.8. Meridiāns VIII.....	45
3.3.9. Meridiāns IX.....	45

3.3.10. Meridiāns X.....	46
3.3.11. Meridiāns XI.....	47
3.3.12. Meridiāns XII.....	48
3.4. Akupunkti.....	48
3.4.1. Ķermeņa punktu izvēle un kombinācija ķīniešu akupunktūrā .....	48
3.4.2. Piecu transporta punktu grupas .....	49
Secinājumi.....	51
Literatūras saraksts.....	52
Izziņu literatūra un interneta avoti.....	56
PIELIKUMI .....	57
Pielikums 1. Jiņ – jan savstarpēju attiecību shematiskais attēlojums.....	58
Pielikums 2. Jiņ – jan dabā.....	58
Pielikums 3. Cilvēka ķermeņa klasifikācija pēc jiņ-jan principa.....	59
Pielikums 4. Jiņ – jan cilvēkā organismā .....	59
Pielikums 5. Piecu elementu cikls.....	60
Pielikums 6. Piecu elementu sistēma dabā .....	60
Pielikums 7. Piecu elementu sistēma cilvēkā organismā .....	60
Pielikums 8. Atbilstošas attiecības starp pieciem elementiem un dzan-fu orgāniem. ....	61
Pielikums 9. Divpadsmit pamatmeridiāni. ....	62
Pielikums 10. Divpadsmit pamatmeridiānu apzīmējumi.....	63
Pielikums 11. Divpadsmit pamatmeridiānu gaita.....	64

## Ievads

Darba galvenais apskatāmais temats ir „Daoisma elementi akupunktūrā”. Darbā tiek pētīts daoisma koncepciju atspoguļojums tradicionālajā ķīniešu medicīnā. Mācība par *dao* jeb „daoisms” spēja veiksmīgi apvienot sevī gan reliģijas, gan filozofijas elementus<sup>1</sup>, kas laika gaitā nodrošināja tām lielu piekrišanu Ķīnas teritorijā. Daoisma ideju plaša izplatība jau Senajā Ķīnā iedvesmoja un sekmēja tā elementu atspoguļošanu vairākās ikdienišķās dzīves sfērās, ieskaitot tā saucamo „tradicionālo ķīniešu medicīnu” (TĶM), kuras teorijas un prakses arī bija attīstījušās stiprā daoisma ietekmē.<sup>2</sup>

Līdz I tūkstošgades pirms mūsu ēras vidus Ķīnas civilizācija pastāvēja izolēti, atsevišķi no citām senajām civilizācijām.<sup>3</sup> Tāpēc ķīniešu kultūra ir oriģināla un unikāla, tā ir arī racionāla, pragmatiska, vērsta uz reālas zemes dzīves vērtībām. Daoisms savus kosmoloģiskos pamatus ieguva no *jin jan dzja* (阴阳家) skolas, kas izveidojās Karojošo valstu periodā - IV-III gadsimtā pirms mūsu ēras.<sup>4</sup> Daoisms novērtē individuālo dzīvi un uzskata, ka katrs cilvēks pasaulē var dzīvot mūžīgi, kļūstot par nemirstīgu, kultivējot sevī paklausību *dao* likumiem.<sup>5</sup> Lai sasniegtu šo mērķi, daoisma piekritēji cenšas arī uzkrātās zināšanas par cilvēka ķermeni saistīt un izskaidrot ar savu dzīves redzējumu, kā ietekme var tikt novērota, attīstoties TĶM.<sup>6</sup>

Akupunktūra ir viena no senākajām tradicionālās ķīniešu medicīnas praksēm, kuras pirmsākumi ir meklējami jau pirms vairāk nekā 2500 gadiem. Akupunktūra ir bijusi un joprojām ir būtiska Ķīnas kultūras daļa. Tautas kultūra, domāšanas veids, cilvēka priekšstats par sevi, vidi un to mijiedarbību - tas viss atspoguļojas arī ķīniešu medicīnā.<sup>7</sup> Šīs metodes pamatā ir pieņēmums, ka uz orgānu sistēmām un pat individuāliem orgāniem var iedarboties, „aktivizējot” īpašus cilvēka ķermeņa punktus ar adatu palīdzību.<sup>8</sup> Tiek domāts, ka akupunktūras punkti jeb vienkārši “akupunkti” uz ķermeņa virsmas ir izvietoti gar speciāliem enerģētiskiem kanāliem jeb meridiāniem – *dzjinluo* 经络<sup>9</sup>, uz kuriem iedarbība maina *cji*

---

<sup>1</sup> **Kononenko B. Кононенко Б.** *Boļšoj tolkovij slovarj po kuļturologii/Большой толковый словарь по культурологии.* 18. lpp.

<sup>2</sup> **Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁.** *Zhong yi/中医.* 27. lpp.

<sup>3</sup> **Hsieh. S.** *Chinese Thought: An Introduction.* 92. lpp.

<sup>4</sup> **Robinet I.** *Taoism: Growth of a Religion.* 6. lpp.

<sup>5</sup> **Fowler J.** *An Introduction to the Philosophy and Religion of Taoism.* 120.-123. lpp.

<sup>6</sup> **Hsieh. S.** *Chinese Thought: An Introduction.* 94. lpp.

<sup>7</sup> **Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁.** *Zhong yi/中医.* 22. lpp.

<sup>8</sup> **Aung S., Chen W.** *Clinical Introduction to Medical Acupuncture.* 116. lpp.

<sup>9</sup> **Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁.** *Zhong yi/中医.* 38. lpp.

enerģijas plūsmas efektivitāti ķermenī.<sup>10</sup> Slimības, savukārt, TĶM redzējumā ir saistītas ar *cji* enerģijas līdzsvara nobīdi un/vai neesamību.<sup>11</sup>

Šobrīd akupunktūra kā daļa no tradicionālās ķīniešu medicīnas ne tikai pašsaprotami saglabā savu izplatību Ķīnā, kur tā tiek uzskatīta pat par nopietnu zinātnisko disciplīnu, bet izplatās arī citur pasaulē.<sup>12</sup> 6. gs. akupunktūra izplatījās uz Koreju, pēc tam uz Japānu un pēc tam, pateicoties "medicīnas misionāriem",<sup>13</sup> uz Eiropu, sākot ar Franciju. No 1950. gadiem Ķīnas Tautas Republikā mēģināja integrēt tradicionālajā ķīniešu medicīnā mūsdienas anatomijas un patoloģijas jēdzienus.<sup>14</sup> Ķīniešu valdība sāka aktīvi pozicionēt TĶM kā vienu no galvenajiem valsts dārgumiem un Ķīnas simboliem, un 2010. gadā UNESCO iekļāva akupunktūru cilvēces nemateriālā kultūras mantojuma sarakstā.<sup>15</sup>

Akupunktūras metožu efektivitāti, pirmkārt, mēģina pamatot ar ķīniešu filozofijas idejām un teorijām.<sup>16</sup> Ķīnā, kā arī vairākās citās Āzijas valstīs, tostarp Korejā, Taivānā, Honkongā, Indonēzijā, Malaizijā, Singapūrā un Japānā<sup>17</sup>, akupunktūru un tās paveidus un variācijas plaši pielieto vairāku patoloģisko stāvokļu un hronisko slimību ārstēšanai.<sup>18</sup> Protams, akupunktūrai tika atrasta piekrišana arī mājas mīluļu ārstēšanai, radot samērā jaunu akupunktūras atzarojumu – veterināro akupunktūru.<sup>19</sup> Pēdējos gados interese par tradicionālo ķīniešu medicīnu un akupunktūru arvien vairāk pieaug arī starp Rietumu pasaules valstīm vai nu kā alternatīvo ārstēšanas metodi pretstatā konvencionālajai mūsdienu medicīnai, vai nu pētījumos ar mēģinājumiem noliegt jebkuru tās efektivitāti.<sup>20</sup> Vairāki ārsti joprojām noteiktos gadījumos iesaka masāžas, psihofizioloģiskās prakses, diētas un „tradicionālās” zāles no pagātnes. Vai tas ir pareizi un vai tas nav placebo – jautājums, uz kuru atbildei vairāku neierastu ārstnieciskas metožu gadījumā pietrūkst pētījumi un dati.

Neskatoties uz to, ka par akupunktūras efektivitāti stāsta vairākas dažāda mēroga organizācijas veselības jomā, tā tiek bieži kritizēta no galvenokārt Rietumu pētnieku puses, noliedzot tās efektivitāti apstiprinošos pētījumus, pamatojoties uz sagrozītiem vai pilnībā

---

<sup>10</sup> **Deng Yu, Zhu Shuanli, Xu Peng.** *Essence and New Translation of Channel.* 615. lpp.

<sup>11</sup> **Ellis A., Wiseman N..** *Fundamentals of Chinese Medicine: Zhong Yi Xue Ji Chu.* 147. lpp.

<sup>12</sup> **Nestler G.** *Traditional Chinese medicine.* 63. lpp.

<sup>13</sup> **Lu G., Needham J.** *Celestial Lancets: A History and Rationale of Acupuncture and Moxa.* 210.-212. lpp.

<sup>14</sup> **Levinovitz A.** *Chairman Mao Invented Traditional Chinese Medicine.* 1. lpp.

<sup>15</sup> *Acupuncture and moxibustion of traditional Chinese medicine // UNESCO Intangible Heritage Lists.*

<sup>16</sup> **Charlton B.** *Philosophy of medicine: alternative or scientific.* 437. lpp.

<sup>17</sup> **Matsuomoto M., Inoue K., Kajii E.** *Integrating traditional medicine in Japan: the case of Kampo medicines.* 254-255. lpp.

<sup>18</sup> **Park Hye-Lim, Lee Hun-Soo, Shin Byung-Cheul, Liu Jian-Ping, Shang Qinghua, Yamashita Hitoshi, Lim Byungmook .** *Traditional Medicine in China, Korea, and Japan: A Brief Introduction and Comparison.* 1-2. lpp.

<sup>19</sup> **Kazeev G./Казеев Г.** *Veterinarnaja akupunktūra/Ветеринарная акупунктура.* 12. lpp.

<sup>20</sup> **Shang A., Huwiler K., Nartey L., Juni P., Egger M.** *Placebo-controlled trials of Chinese herbal medicine and conventional medicine comparative study.* 1086.-1088. lpp.

falsificētiem datiem, nepareizu metodoloģiju izvēli, statistiskas jaudas un pietiekoša būtiskuma neesamību, kā arī Visuma sliktiem pētījumu dizainiem.<sup>21</sup>

Darba uzdevums ir apskatīt tradicionālo medicīnu, galvenokārt, akupunktūru, kā svarīgu kultūras aspektu, kas savukārt veidojās daoisma ietekmē, nevis kritizēt tradicionālās ķīniešu medicīnas ārstēšanas metodes. 20. gs. kontinentālajā Ķīnā sākās tradicionālās ķīniešu medicīnas „zinātniskā izpēte”, cenšoties šīs senas prakses „modernizēt” un „eksportēt”, mēģinot tās integrēt Rietumu medicīnā.<sup>22</sup> Vairākas zinātniskās un medicīniskās iestādes un institūti ir mudinājuši pētniekus un mediķus pētīt un kategorizēt tradicionālās ķīniešu medicīnas prakses atbilstoši to efektivitātei un izmantošanas iespējām Rietumos.<sup>23</sup>

Darbā tika izmantotas virzienam atbilstošas pētnieciskās metodes. Daoisma un TĶM pirmsākumu analizēšanai tika pielietota „vēsturiskā” (medicīnas vēsture) metode.

---

<sup>21</sup> **Ulett G., Han J., Han S.** *Traditional and Evidence-Based Acupuncture: History, Mechanisms, and Present Status.* 1118.-1119. lpp.

<sup>22</sup> **Charlton B.** *Philosophy of medicine: alternative or scientific.* 437. lpp.

<sup>23</sup> **Ulett G., Han J., Han S.** *Traditional and Evidence-Based Acupuncture: History, Mechanisms, and Present Status.* 1118.-1119. lpp.

# 1.Daoisms

## 1.1.Daoisma jēdziens

Daoisms 道教 ir reliģiski filozofiska uzskatu sistēma.<sup>24</sup> Daoisms ir daudzšķautņaina koncepcija, eksistences ceļš, kurā gars, materiāls, rīcība un doma tiek savākti "haotiskā" vienotībā. Iluzoriskā, protams, noslēpumainā un simboliskā daoisma pasaule sevī ietver patiesības pilnību. Daoismam nav raksturīga sociālā hierarhija vai arī stingrie rituāli. Daoisma galvenā ideja ir apkopota apgalvojumā, ka viss pakļaujas *dao*, viss no tā izriet un viss arī atgriežas pie tā. Daoisms apkopojot ir iedalāms divās kategorijās.

1. *Dao dzjao* (道教) ir "reliģiskais" daoisms, kas ir radies apmēram II gs. m. ē.

2. *Dao dzja* (道家) ir "filozofiskais" daoisms, kurš radās pirms reliģiskā daoisma. Vieni no pazīstamākajiem *Dao dzja* kustības pārstāvjiem ir Laodzi (老子) un Džuandzi (莊子). Tiek uzskatīts, ka Laodzi un Džuandzi ir pieskaitāmi ne tikai filozofiem, bet arī praktiķiem, tāpēc termins *daodzja* var tikt saprasts arī kā "praktiskais" (nereliģiskais) daoisms. Praktiskais daoisms ir senā reliģiska pašpilnveidošanās metožu sistēma, kuru daudzas praktiķu paaudzes pārbauda ar visdziļākajām praksēm un teorētiski-filozofisko doktrīnu par visiem cilvēka harmoniskās attīstības aspektiem.<sup>25</sup>

Daoisms nav ieinteresēts jēdzienu un loģisko pierādījumu definīcijās, no tā izriet, ka daoisms nav uzskatams par „filozofiju” klasiskajā, sabiedrībā visizplatītākajā vārda nozīmē. Daoismu nevar arī saukt par tīri reliģisko doktrīnu, jo Dieva, kurš pieprasa no saviem sekotājiem ticību un paklausību, daoismā nav. Mācība par *dao* tomēr ir cieši saistīta ar reliģiju, maģiju, burvību.

Daoistiskā ētika variē atkarībā no konkrētās skolas, kuras savā starpā atšķiras, bet parasti visi no tiem mēdz uzsvērt dabiskumu - vienkāršību, spontanitāti un trīs dārgumus: būtību, dzīvības enerģiju un dvēseli.

Dabiskums (*ciraņ* 自然) tiek uzskatīts par centrālo vērtību daoismā<sup>26</sup>. Dabiskums ir visuapprakstošs, tajā ir aprakstīts visu lietu "primārais stāvoklis", un tas, parasti, ir saistīts ar spontanitāti un radošumu.<sup>27</sup> Lai sasniegtu dabiskumu, ir jāatbrīvo sevi no egoisma izpausmēm un jebkādam vēlmēm, jānovērtē vienkāršība.<sup>28</sup>

---

<sup>24</sup> **Кононенко В./Кононенко Б.** *Boļšoj tolkovij slovarj po kulturologii/Большой толковый словарь по культурологии.*

<sup>25</sup> **Pregadio F.** *Daoist Canon. Vol. 1.* 327. lpp.

<sup>26</sup> **Fowler J.** *An Introduction to the Philosophy and Religion of Taoism.* 122. lpp.

<sup>27</sup> **Slingerland E.** *Effortless action: Wu-wei as conceptual metaphor and spiritual ideal in early China.* 97. lpp.

<sup>28</sup> **Girardot N.** *Myth and Meaning in Early Taoism: The Themes of Chaos (Hun-Tun).* 56. lpp.

Trīs dārgumi, kuri tiek saukti arī par trīs dārgakmeņiem (*sanbao* 三宝), ietver sevī būtību - *jin* 精, dzīvības enerģiju - *cji* 气 un dvēseli - *šej* 神. Šie termini ir arī raksturīgi tradicionālajiem ķīniešu uzskatiem par cilvēka ķermeni, kas saistīti ar kosmoloģiskajiem pamatiem – *jiņ-jan* un dabiskumu. Katrs no augstākminētajiem trīs dārgumiem ir nepieciešams dzīvības uzturēšanai. Daoismam mērķis ir dzīvot dabiskā harmonijā ar *dao*.<sup>29</sup>

### 1.1.1. Dao

*Dao* (道) burtiski var iztulkot no ķīniešu valodas kā „ceļš”. Jēdziens *dao* ir visaptverošs un ļoti daudznozīmīgs, tas ir atspoguļots daoisma pamatgrāmatā „Daodedzjin”, ko, pēc leģendas, pierakstīja Laodzi. „Daodedzjin” grāmatas pamatideja ir par pareizo, dabisko ceļu, kas aptver debesis un zemi. Šis jēdziens parādās arī daudzu citu filozofu darbos, *dao* var būt gan lietvārds („ceļš”, „metode”, „Visuma pamatprincips”, „dabas ritums”), gan darbības vārds („iet pa ceļu”, „sekot”, „teikt”).<sup>30</sup> *Dao* viennozīmīgi ir svarīgākais daoisma jēdziens, kurš daoismā simbolizē nepārtrauktu Visuma maiņu un jebkādas izmaiņas visplašākajā nozīmē. *Dao* var tikt uzskatīts par bezpersonisko spēku, savā ziņā Visuma gribu, kura atbilst visu lietu kārtībai pasaulē.<sup>31</sup> Lai arī vārda literārie tulkojumi ir ļoti dažādi (sk. augstāk rindkopā, kā arī „virziens”, „princips”, „doktrīna”), tomēr pārsvarā vārds tiek lietots, lai apzīmētu abstraktu koncepciju, kuru nav tik viegli izteikt vārdos, bet ko var raksturot kā Pirmatnējo Būtību, Visuma un dabiskās kārtības pastāvēšanu.

Lielākā daļa „Daodedzjin” tulkojumi sākas ar vārdiem: „*Dao*, ko var izteikt, nav pastāvīgais *dao*. Vārds, ko var nosaukt, nav pastāvīgais vārds”.<sup>32</sup> Daoismā *dao* ir kosmiskās kārtības avots un princips, dzīvības spēka plūdums. *Dao* ir gan dabiskās pasaules kopums, kas ir nepārtrauktā un spontānā kustībā, gan Visuma vispārējais likums. *Dao* ir vitālās enerģijas avots, tā ir universāla nepieciešamība, kas pakļaujas debesu gribai un Visuma ritmam. *Dao* – tas ir viss, kas pastāv pats par sevi, kas nav radīts garīgās darbības rezultātā.<sup>33</sup> *Dao* ir pilns ar noslēpumiem; tas nav zināms, to nevar aprakstīt, nevar precīzi definēt. Tā galvenais noteikums ir sekot savam liktenim („dzīves plūsmai”) bez pretestības. Varenais *dao* ir bezgalīgs, tas netika radīts, tas pastāvēja, pastāv un pastāvēs. Daoisti mēdz *dao* saukt arī par „augstāko meistarū”, „debesu priekštecī”, „pasaules māti” vai „lietu radītāju”, *dao* („ceļu”) personificējot, bet tajā pašā laikā uzskatot kā *dao* ir bezpersonisks. *Dao* vienmēr agri vai vēlu noved pie harmonijas, veselības un miera. Kad cilvēkam ir izdevies nokļūt *dao* plūsmā, tas

<sup>29</sup> Lin Yutang. *The Wisdom of Laotse*. lpp. 292.

<sup>30</sup> Liu Jee Loo. *An Introduction to Chinese Philosophy*. lpp. 132.

<sup>31</sup> Visums - viss laika-telpas kontinuums, kurā mēs pastāvam, ieskaitot visu tajā atrodošos matēriju un enerģiju.

<sup>32</sup> Laozi/Лаоцзы. *Yanh Xingshun/Ян Хиншун. (tulks.)*. Daodedzjin / Дао дэ цзин, 1.

<sup>33</sup> Pollard E., Rosenberg C., Tignor R. *Worlds Together Worlds Apart*. lpp. 164.

atrod harmoniju, veselību un mieru dzīvē. Taču *dao* nav ieinteresēts nevienā liktenī, jo viss notiek pats par sevi.

*Dao* piemīt vairākas īpašības, kas ir aprakstītas Laodzi darbā „Daodedzjin”.

#### 1. Neesamība (无 *wu*)

„Daodedzjin” tekstā ir rakstīts, ka visas lietas nāk no esamības, bet esamība nāk no neesamības. Visumā vienmēr eksistē gan esamība, gan neesamība. Neesamība kļūst par esamību, tiklīdz tai tiek dots nosaukums.<sup>34</sup>

#### 2. Neizsīkstošais (冲 *čun*)

Laodzi uzskatīja, ka *dao* ir visu lietu pirmatnējā būtība. Neskaitāmu lietu radīšana ir viena no *dao* funkcijām. Lietas nav mūžīgas, tās parādās un izzūd, tomēr matērija, no kā lietas rodas, ir neizsīkstoša, jo no tās rodas viss jaunais.<sup>3536</sup>

#### 3. Pastāvība (常 *čan*)

„Daodedzjin” tekstā rakstīts, ka *dao* ir bez skaņas un bez formas, tas nav ne no kā atkarīgs un ir nemainīgs. *Dao* tiek raksturots kā bezgalīga substance, kura apņem visu un kurai nav robežu.<sup>37</sup>

#### 4. *Dao* ir „piedzimis pirms debesīm un zemes”.<sup>38</sup>

#### 5. *Dao* ir „bez vārda” (无名 *wu min*), *dao* nevar izteikt ar vārdiem, jo vārdi to ierobežo.

Tas ir nepamanāms un neaprakstāms.<sup>39</sup>

#### 6. *Dao* dod dzīvību.<sup>4041</sup>

### 1.1.2. De

*De* (德) - burtiski "tikumība" vai "morāle". Žēlastība, liela garīgā vara, ko debesis piešķir Ķīnas valdniekam un ko viņš varēja nodot saviem pēctečiem. *De* bieži apzīmē arī darbību, kas izpaužas cilvēkā no *dao*. Tikumība ir „Daodedzjin” teksta otrs svarīgākais jēdziens, kas ir cieši saistīts ar *dao* un norāda uz *dao* izpaušmi cilvēka dzīvē. *De* ir uzskatāms par otro pēc svarīguma daoisma pamatjēdziena.<sup>42</sup>

Tikumība visaugstākajā pakāpē piemīt tiem, kas spēj izziņāt un sekot *dao*, šādus cilvēkus Laodzi nosauc par „viedajiem”. *De*, tāpat kā *dao*, arī ir visaptverošs, jo tas piemīt un attiecas

<sup>34</sup> Liu Jee Loo. *An Introduction to Chinese Philosophy*. 135. lpp.

<sup>35</sup> Baltgalve A.(red.), Avvakumova S., Gorbačeva M., Koltova M. *Ievads senķīniešu valodā*. 42. lpp.

<sup>36</sup> Liu JeeLoo. *An Introduction to Chinese Philosophy*. 136. lpp.

<sup>37</sup> turpat, 137. lpp.

<sup>38</sup> Laozi/Лаоцзы. *Yanh Xingshun/Ян Хиншун. (tulk.)*. Daodedzjin/Дао дэ цзин, 25.

<sup>39</sup> turpat, 32.

<sup>40</sup> turpat, 51.

<sup>41</sup> Baltgalve A.(red), Avvakumova S., Gorbačeva M., Koltova M. *Ievads senķīniešu valodā*. 41.-43.. lpp.

<sup>42</sup> Emerson J. *The Highest Virtue is like the Valley*. 47.-61. lpp.

uz visām eksistējošām lietām. *De* šajā gadījumā nozīmē paraugu, kā lietām jāpastāv Visumā, un šis paraugs kalpo par etalonu attiecībā uz to, kā vajag atgriezties pie pirmsākuma, saglabāt sevī jaundzimušā stāvokli, tas nozīmē maigumu, tiešu uztveri. Tādā veidā piešķirot *de* noteiktās īpašības, Laodzi apraksta vadlīnijas, kurām sekojot var ievērot *dao*.<sup>43</sup> *De* norāda arī uz spēku un potenciālu, kas piemīt jebkurai lietai, tādējādi padarot to pilnvērtīgu.<sup>44</sup>

### 1.1.3. Vuvei

*Vuvei* (无为) - burtiski „nedarīt” - saprast, kad rīkoties un kad palikt neaktīvam. Trešais svarīgākais princips un jēdziens, ko Laodzi min savā tekstā, ir nerīkošanās jeb „bez rīcības” princips. *Vuvei* apzīmē neiejaukšanos dabiskajā lietu kārtībā, viss risinās un risināsies arī turpmāk pats par sevi.<sup>45</sup> *Vuvei* ietver sevī vairākus aspektus:

1. Nerīkojoties nekas nepaliek neizdarīts.<sup>46,47</sup>
2. Rīkoties bez nolūka un vēlmēm nozīmē - rīkoties bez rīcības, darīt neiesaistoties, garšot neizgaršojot.<sup>48</sup>
3. Rīcība, kas neko neuzspiež, bet uztur.

*Dao* pastāvīgi rīkojas bez rīcības, nekas nepaliek neizdarīts, bet visas lietas mainās pašas no sevis.<sup>49</sup> Daoisms māca, ka šāds stāvoklis (*vuvei*) ir mērķis, uz kuru cilvēkam ir jātiecas. Nav domāšanas, nav aprēķinu, nav vēlmes. Starp cilvēka iekšējo dabu un viņa rīcību pasaulē nav starpposmu. Darbība notiek pēkšņi un domādams parasti sasniedz mērķi īsākajā no iespējamajiem veidiem, jo tā balstās uz uztveri šeit un tagad.<sup>50</sup> *Vuvei* nozīmē dabisku darbību jeb darbības esamību, neveicot darbību. Laodzi uzsver, ka tad, kad ļauj lietām notikt dabiski, nekas nepaliek nepabeigts, neizdarīts.<sup>51</sup> Šis jēdziens ietver sevī rīkošanos bez piepūles un attiecas uz ētisko, morāli pareizo uzvedību, kā arī uz politiku, mākslu un pat kaujas tehnikām.<sup>52</sup> Īsta izcilība ir sasniegta, kad rīcības notiek bez nepieciešamības domāt līdzī.<sup>53</sup>

---

<sup>43</sup>Bo Mou (ed.), *Routledge History of Chinese Philosophies, Vol. 3: History of Chinese Philosophy*. 225. lpp.

<sup>44</sup>Baltgalve A., Avvakumova S., Gorbačeva M., Koltova M. *Ievads senķīniešu valodā*. 41. lpp.

<sup>45</sup>Liu Jee Loo. *An Introduction to Chinese Philosophy*. 142-144. lpp.

<sup>46</sup>Laozi/Лаоцзы. Yanh Xingshun/Ян Хиншун. (tulk.). Daodedzjin / Дао дэ цзин, 48.

<sup>47</sup>Baltgalve A., Avvakumova S., Gorbačeva M., Koltova M. *Ievads senķīniešu valodā*. 41. lpp.

<sup>48</sup>Laozi/Лаоцзы. Yanh Xingshun/Ян Хиншун. (tulk.). Daodedzjin / Дао дэ цзин, 63.

<sup>49</sup>turpat, 37.

<sup>50</sup>Chia M., Wei W. U. *Living in the Tao: The Effortless Path of Self-Discovery*. 115. lpp.

<sup>51</sup>Laozi/Лаоцзы. Tulk. Yanh Xingshun/Ян Хиншун. (tulk.). Daodedzjin/Дао дэ цзин, 63.

<sup>52</sup>Baltgalve A., Avvakumova S., Gorbačeva M., Koltova M. *Ievads senķīniešu valodā*. 41. lpp.

<sup>53</sup>Liu Jee Loo. *An Introduction to Chinese Philosophy*. 142-144. lpp.

## 1.2. Daoisma pirmsākumi

Uz doto brīdi tiek pieņemts, ka daoismam raksturīgās prakses sāka veidoties apmēram V gs. - III gs. p.m.ē.<sup>54</sup> Daoisma dziļākās saknes ir meklējamas Ču (楚) valstības šamanu un cilšu kultos Ķīnas dienvidos. Tika uzskatīts, ka šamani var sazināties ar dzīvniekiem, augiem, un pat minerāliem. Daoismā var atrast sajaukumu no senākiem uzskatiem, galvenokārt tiem, kuri bija attīstījušies Karojošo valstu periodā<sup>55</sup>, - ticībai senču gariem, alķīmijai un burvestībām. Taču savu kosmoloģisko pamatu daoisms bija kaut kādā mērā paņēmis no *Jiņ jan dzja* (阴阳家) skolas.<sup>56</sup>

Par daoisma dibinātāju uzskata seno ķīniešu gudro Laodzi(老子). Daoistiskā tradīcijā viņam piešķir vienu no daoisma galvenajām grāmatām – „Daodedzjin” autorību. Džuandzi (莊子), kurš arī tiek uzskatīts par vienu no daoisma dibinātājiem, uzrakstīja literāro darbu, kas mums ir pazīstams ar viņa vārdu - Džuandzi, un šī darba ietvaros arī bija pieskaries daoisma pamatidejām un koncepcijai.<sup>57</sup> Džuandzi uzskatīja, ka dzīve ir ierobežota, bet zināšanas — neierobežotas, līdz ar to ir muļķīgi mēģināt iegūt neierobežoto, izmantojot ierobežoto.<sup>58</sup>

II gadsimta sākumā tika izstrādāta sarežģīta dievību un dēmonu hierarhija, kam sekoja kulta, kur zīlēšana un rituāli, kas izspiež ļaunos garus, ieņem galveno vietu, rašanos. Haņu dinastijas<sup>59</sup> valdības laikā bija veidojies organizēts daoisms, kuram bija raksturīgas arī „svētvietas”, kam par patroniem ir bijušas tādas noteiktas „dievības” kā Laodzi, Dzeltenais imperators (Huaņdi 黄帝) utt.<sup>60</sup>

Daoismā ir saskatāma individuālisma, nevis kolektīvisma filozofija, kas ir plaši raksturīga Āzijas pasaulei. Galvenais mērķis daoistiem ir panākt vienotības stāvokli ar pasauli. Daoisma atbalstītāji izvirza priekšplānā indivīda, nevis sabiedrības, intereses. Personai nevajadzētu vadīties pēc ārējās motivācijas, sabiedrības morāles vai cerības uz iedrošinājumu vai nosodījumu. Protams, patvaļīgām darbībām nevajadzētu būt antisociālām, bet personai, kura nolēma kaut ko darīt, nevajag ņemt vērā citu intereses. Senajā Ķīnā daoisti tika uzskatīti par vientuļniekiem, vērts pieminēt, ka viņi arī bieži vien atteicās piedalīties politiskajā dzīvē.

<sup>54</sup>Nadeau R. *The Wiley-Blackwell Companion to Chinese Religions*. 42. lpp.

<sup>55</sup>Karojošo valstu periods 战国时代 ir posms senās Ķīnas vēsturē starp 481. un 403. g. p.m.ē., kas sekoja Pavasara un Rudens periodam un beidzās ar pirmās impērijas izveidošanu Ķīnā.

<sup>56</sup>Djomin R./Дёмин Р. *Škola jiņ jan /Школа инь ян*. 109.-110. lpp.

<sup>57</sup>Goldin P. *The Thirteen Classics*. 8.-96. lpp.

<sup>58</sup>Roth H., Loewe M. (ed.). *Chuang tzu 莊子. Early Chinese Texts: A Bibliographical Guide*. 56.-66. lpp.

<sup>59</sup>Haņu dinastija (Haņ čao 汉朝) - no 206. gada p.m.ē. līdz 220. gadam bija senās Ķīnas dinastija un Ķīnas vēstures posms, kas sākās ar Cjiņu dinastijas gāšanu un beidzās ar vienotas valsts sabrukumu četrus gadsimtus vēlāk.

<sup>60</sup>Nadeau R. *The Wiley-Blackwell Companion to Chinese Religions*. 42. lpp.

Daoismam ir raksturīga pretestību vienotība: debesis un zeme, *jiņ* un *jan*, vīrieši un sievietes. Daoisms pievēršas dabai un pašam cilvēkam, viņa iekšējai pasaulei, pareizas attieksmes veidošanai pret visu apkārtējo. Cilvēkam jāprot dzirdēt ar izpratni, viņam ir jābūt piemīlīgam, godīgam, atklātam, nopietnam. Šaubu gadījumā jāprasa padoms citiem, vienmēr jādomā par taisnīgumu.

Ideāls cilvēks, vadoties pēc daoisma uzskatiem, godā debesu gribu, ievērojamās personas un gudro izteikumus. Viņš pats sevi attīsta un dod citiem cilvēkiem miera un drošības sajūtu savā klātbūtnē. Naidu tāds atmaksā ar taisnīgumu, netikumību - ar tikumību. Tādam cilvēkam ir jābūt ne tikai ar jūtīgu sirdsapziņu, bet arī ar patiesu mīlestību pret darbu. Jāprot arī labas manieres un pieklājīga izturēšanās.

### 1.3. Daodedzjin

„Daodedzjin” (道德经) ir senķīniešu manuskripts – traktāts par *dao* un *de*, kurā apkopoti dabas vērojumi un mistiska izpratne par pasauli kopumā. „Daodedzjin” ir viens no būtiskākajiem darbiem ķīniešu filozofijā un reliģijā, daoisma galvenā grāmata.

Laodzi tiek uzskatīts par klasiskā teksta autoru. Viņa vārdu var iztulkot kā „vecais bērns” un arī kā „vecais skolotājs”. Šo neparasto kombināciju izskaidro leģenda, saskaņā ar kuru viņš ir dzimis 72 gadus vecs.<sup>61</sup> Pastāv vairāki viedokļi par Laodzi dzīves laiku, taču daudzi pētnieki un vēsturnieki uzskata, ka Laodzi dzīvoja VI. gs. p. m. ē. un bija Konfūcija laikabiedrs.<sup>62</sup> Laodzi nāca no Ču (楚) valsts.

Leģenda stāsta, ka Laodzi dzīves laikā pilnveidoja sevī *dao* un *de*, un līdz ar to nodzīvoja 200 gadu. Laodzi dzīvoja Džou(周) valstī, kur strādāja par karalisko arhīvu glabātāju, bet, kad tā sāka zaudēt varu, viņš nolēma aiziet prom, taču robežsargs pieprasīja, lai Laodzi vismaz kaut ko uzrakstītu pirms aiziešanas, lai atstātu pasaulei kaut kādu piemiņu par sevi.<sup>63</sup> Pēc tam dažu stundu laikā viņš uzrakstīja traktātu par *dao* un *de*. Joprojām nav zināms vai Laodzi ir bijusi reāla persona vai arī mītiskais tēls, pastāv viedokļi, ka traktāts „Daodedzjin” ir vairāku autoru sarakstīts kopdarbs.<sup>64</sup>

„Daodedzjin” traktāta valoda ir nedaudz atšķirīga no klasiskās senķīniešu valodas tajā laikā, bieži vien nav izmantoti palīgvārdi, tāpēc oriģinālais teksts ir grūti saprotams, kas veicina daudzpusīgas, brīvas rakstītā interpretācijas. Laika gaitā teksts ir mainījies un

<sup>61</sup>Liu Jee Loo. *An Introduction to Chinese Philosophy*. lpp.131.

<sup>62</sup>Sima Qian/Сыма Цянь, Vjatkin R. /Вяткин Р. (tulk.). *Istoricheskie zapisk/Исторические записки*. lpp. 36.-37.

<sup>63</sup>Boltz W. "Lao tzu Tao-te-ching", *Early Chinese Texts: A Bibliographical Guide*. 269. lpp.

<sup>64</sup>Sima Qian/Сыма Цянь, Vjatkin R. /Вяткин Р. (tulk.). *Istoricheskie zapisk/Исторические записки*. lpp. 37.- 39.

attīstījies līdzās ķīniešu valodai. Pašreizējais traktāta variants ir no mūsu ēras II gs., bet oriģinālais manuskripts, domājams, tika uzrakstīts apmēram 600. g. p.m.ē.<sup>65</sup> Traktāta stils ir lakonisks, tajā ir maz gramatisko daļiņu. Retorikas stils apvieno divus galvenos teksta mērķus: īsus, deklaratīvus paziņojumus un tīšas pretrunas. Pirmais no šiem mērķiem ir radīt āķīgas frāzes, bet otrais mērķis - likt lasītājam domāt un pašam saskaņot apgalvotās pretrunas, atrast līdzsvaru. Teksta tulkošana un interpretācija ļoti lielā mērā ir atkarīga no paša indivīda pieredzes, viņa izpratnes par apkārtējo pasauli un pārpratumiem par doktrīnu. Rezultātā literārie tulkojumi var tikt izlaisti caur tulkotāja subjektivitātes prizmu, satura ziņā tie var būt gan diezgan līdzīgi, gan ļoti atšķirīgi no oriģināla.

„Daodedzjin” ir īss teksts ar aptuveni 5000 ķīniešu rakstzīmēm. Darbs sastāv no 81 paragrāfa. Manuskripts ir iedalāms divās daļās: *Daodzjin* (道经) - 1. - 37. nodaļa un *Dedzjin* (德经) - 38. - 81. nodaļa. Pirmajā daļā aprakstītas pasaules vispārīgās sakarības, lieliski parādīta lietu un parādību iekšējā mijiedarbība un savstarpējās attiecības. Otrās daļas 44 paragrāfos tiek minētas atziņas par cilvēku, tā dabu un cilvēku kopuma – sabiedrības likumsakarībām.<sup>66</sup>

---

<sup>65</sup> Chan A. "Laozi", *Stanford Encyclopedia of Philosophy*. 10. lpp.

<sup>66</sup> Austin M. *Reading the World: Ideas that Matter*. 158. lpp.

## 2. Tradicionālā ķīniešu medicīna

### 2.1. Tradicionālās ķīniešu medicīnas jēdziens

Tradicionālā ķīniešu medicīna ir mācību un prakšu sistēma, kas radusies Senajā Ķīnā, rūpīgi novērojot cilvēka ķermeņa darbību un pēc tam sistematizējot un izskaidrojot šos novērojumus ar reģionam raksturīgām paradigmām. Ķīnā tradicionālo medicīnu uzskata par “dzīvības kopšanas mācību” („jan šen sje” - 养生学) zinātnes daļu, kas papildus medicīnai ietver īpašās diētas un arī dažādas psihofizioloģiskās prakses un metodes, piem., vušu (武术) - cīņas māksla un ciguns (气功), kas ir vingrinājumu un meditāciju kopums, kura izmantošana aktīvi, ar cilvēka pašiesaisti, maina *cji* apriti un ražošanu.<sup>67</sup> Tradicionālā ķīniešu medicīna ir disciplīna, kurā tiek pētīta organisma fizioloģija un patoloģija, diagnozes, profilakses un ārstēšanas metodes. Tā, pēc tradicionāliem uzskatiem, palīdz sasniegt ķermeņa *jiņ* un *jan* līdzsvaru, izmantojot dažādus ārstēšanas līdzekļus, piemēram, augu izcelsmes zāles, akupunktūru, masāžu, cigunu un uztura terapiju, kam seko veselības stāvokļa uzlabošanās.<sup>68</sup>

Tradicionālā ķīniešu medicīna ir dziedināšanas sistēma, kuras pamatā ir Ķīnas filozofiskie uzskati par dabu un cilvēkiem. Tā parāda Ķīnas cilvēku dabisko izpratni par pasauli un pasaules, kā arī dzīves, uztveri.<sup>69</sup> Par šāda domu gājiena kvintesenci var uzskatīt apgalvojumu, ka dzīvība nāk no vielu pārveidošanas, un dzīves aktivitātes ir vielu kustība, tādējādi dzīvība ir vielu kustības rezultāts. Būtība, *cji* un gars ir vērtīgi cilvēka ķermeņa elementi. Būtība ir dzīves pamats, *cji* ir spēks dzīvībai,<sup>70</sup> un gars ir dominators, neredzams spēks, kas uztur visu dzīvo būtņu dzīvību, tā ir arī cilvēka domāšana un apziņa. Šie trīs elementi nav savā starpā atdalāmi, tiem jābūt harmonijā, un tie jāuzskata par vienību, kura saglabā normālu veselīga cilvēka dzīvības statusu, cilvēka gara un ķermeņa savstarpēja pastāvēšana harmonijā ir pamats veselībai.<sup>71</sup>

Par svarīgu ir uzskatāms arī mikrokosma-makrokosma<sup>72</sup> princips, kurš balstās uz vairāku tūkstošu gadu novērojumu, ka daba spēj būtiski ietekmēt cilvēku veselību.<sup>73</sup> Veselība,

---

<sup>67</sup> Charlton B. *Philosophy of medicine: alternative or scientific*. 437. lpp.

<sup>68</sup> Dubrovīn D./Дубровин Д. *Trudinje voprosi klassičeskoj kitajskoj medicini/Трудные вопросы классической китайской медицины*. 10. lpp.

<sup>69</sup> Luvsan G./Лувсан Г. *Tradicionnīje i sovremennīje aspekti vostočnoj medicini/Традиционные и современные аспекты восточной медицины*. 4. lpp.

<sup>70</sup> Unschuld P., Tessenow H., Zheng Jinsheng. *Huang Di nei jing su wen. An Annotated Translation of Huang Di's Inner Classic – Basic Questions. Volume 1*. 34. lpp.

<sup>71</sup> Luvsan G./Лувсан Г. *Tradicionnīje i sovremennīje aspekti vostočnoj medicini/Традиционные и современные аспекты восточной медицины*. 5. lpp.

<sup>72</sup> Mikrokosms – senajā, dabiskajā filozofijā cilvēka izpratne par Visumu (makrokosms) miniatūrā. Šī koncepcija ir pazīstama daudzās attīstītājās mistiskajās mācībās un kalpo par pamatu daudzām metafiziskām teorijām,

būdam saistīta ar atbilstošu *jin* un *jan* līdzsvaru organismā<sup>74</sup>, atspoguļojas vairākos atšķirīgos veidos, bet vissvarīgākās ir *cji* attiecības, dzīvības spēks, enerģija, kura it kā plūst caur īpašo kanālu sistēmu organismā, kuru anatomiska pastāvēšana cilvēka organismā netika pierādīta.

*Cji* ir atbildīga par visu ķermeņa fizioloģisko funkciju aktivizēšanu un uzturēšanu. Vitālajai enerģijai jābūt brīvā cirkulācijā visā ķermenī, gadījumā, ja rodas tās cirkulācijas traucējumi (piem., nepareizi izvēlēts plūsmas ceļš), tie var izraisīt slimības. Ķīniešu medicīna ir vērsta uz *cji* enerģijas atjaunošanu, izmantojot dažādu sarežģītības pakāpju metodes un prakses, no kurām īpaši izplatītas arī citu valstu vidū palika akupunktūra, augu terapija, *ciguns* un *tui na masāža*<sup>75</sup>.

Vērts pieminēt, ka “augu izcelsmes” zāļu izgatavošanā lieto ne tikai augus, bet arī dzīvnieku izcelsmes materiālus un minerālvielas, kuru kombinācijām it kā piemīt spēja mainīt iekšējās enerģijas attiecības, ietekmējot *cji* līdzsvaru un apriti.<sup>76</sup>

Akupunktūrā slimības simptomu ārstēšanai izmanto asu objektu (parasti adatu) ievietošanu noteiktajās ķermeņa vietās (ko sauc par akupunktiem), kuriem ir noteiktais savstarpējais novietojums (akupunkti novietojas gar meridiāniem). Savukārt, vingrojumu terapija ietver sevī ārstēšanu ar sistemātiskiem slimnieka ķermeņa vai to daļu stāvokļa izmaiņām, ko veic vai nu pats pacients (*ciguns* un *tai čī*)<sup>77</sup>, vai nu cits cilvēks (*tui na masāža*)<sup>78</sup>.

Daoismam ir cieša saikne ar tradicionālo ķīniešu medicīnu. Daoisms novērtē individuālo dzīvi un uzskata, ka katrs cilvēks var dzīvot mūžīgi un kļūt par nemirstīgu kādu laiku pēc būtiskas enerģijas kultivēšanas. Lai sasniegtu šo mērķi, daoisti vērsās pēc zināšanām par cilvēka ķermeni no tradicionālās ķīniešu medicīnas attīstības laikiem, kad tika īstenota būtiska enerģijas mācības izzināšana. Vēsturē daudzi pazīstami tradicionālās ķīniešu medicīnas ārsti bija arī daoisti, piemēram, Sun Simiao (孙思邈) bija slavens tradicionālais ķīniešu medicīnas ārsts Sui un Tan dinastijas laikā. Viņš bija nosaukts par Ķīnas “Medicīnas karali” (Jaovan 药王) par viņa nozīmīgo ieguldījumu ķīniešu medicīnā un milzīgu aprūpi viņa pacientiem. Vēl viens no slavenākajiem senās Ķīnas ārstiem bija Hua Tuo (華佗), viņš

---

saskaņā ar kurām cilvēka norises procesi ir analogiski vispārējiem procesiem un ir pakļauti vienādiem procesiem.

<sup>73</sup> **Liu Lihong/刘力红.** *Sikao zhongyi/思考中医*. 16. lpp.

<sup>74</sup> **Luvсан G./Лувсан Г.** *Tradicionnīje i sovremennīje aspekti vostočnoj medicīni/Традиционные и современные аспекты восточной медицины*. 18. lpp.

<sup>75</sup> **Leung, L.** *Traditional Chinese Medicine—A Beginner's Guide*. 49.–54. lpp.

<sup>76</sup> **Ergil K., Kramer E.** *Chinese herbal medicines*. 275.-279. lpp.

<sup>77</sup> **Jahnke R., Larkey L., Rogers C., Etnier J., Lin F.** *A comprehensive review of health benefits of qigong and tai chi*. 24. lpp.

<sup>78</sup> **Lanqing Liu, Xiao Jiang.** *World Century Compendium to TCM: Vol. 7: Introduction to Tui Na*. 10. lpp.

dzīvoja Haņu dinastijas ( no 206. gada p.m.ē. līdz 220. gadam.) pēdējos gados un bija pirmais, kurš izmantoja anestēziju ( izmantojot vīnu ar kaņepēm).

## 2.2. Ķīniešu dziedniecības augu medicīnas pirmsākumi

Ķīniešu herboloģija (*džonjao sjue* 中药学) ir tradicionālās ķīniešu zāļu terapijas teorija, kas veido lielāko ārstēšanas daļu tradicionālajā ķīniešu medicīnā. Ķīniešu ārstniecības augi ir paredzēti, lai normalizētu nelīdzsvarotu enerģiju *cji*.

Saskaņā ar daoisma filozofiju, viss, ieskaitot ķermeņa orgānus, atbilst pieciem elementiem: uguns, zeme, metāls, ūdens un koks. Augi ir līdzīgi iedalīti piecās garšās - saldi, sāļi, rūgti, asi un skābi.<sup>79</sup>

Dažādiem augiem ir atšķirīgas īpašības un tie var līdzsvarot atsevišķas ķermeņa daļas. Ārstam ir jāņem vērā pacienta *jiņ* un *jan* stāvoklis, kas ietekmē pacienta veselību.

Ķīniešu medicīnas ārsti parasti apvieno vairākus dažādus ārstniecības augus, kas ir izvēlētas atkarībā no pacienta individuālajām vajadzībām. Tie var būt kā tējas, kapsulas (mūsdienās), tinktūras vai pulvera veidā.

Ārstniecības augi, ko parasti izmanto tradicionālajā ķīniešu medicīnā:

- tragantzirņi (*Astragalus membranaceus*),
- ginks (*Ginkgo biloba*),
- kanēlis (*Cannellaceae* dzimtas augi),
- ingvers (*Zingiber officinale*),
- žeņšeņs (*Panax ginseng*),
- Āzijas vairoglape (*Centella asiatica*).

Termins herboloģija ir maldinošs tādā nozīmē, ka, lai gan augu elementi ir visbiežāk izmantotās vielas, tiek izmantoti arī dzīvnieku un cilvēka izcelsmes produkti vai pat ķermeņa daļas, kā arī minerālprodukti.<sup>80</sup> Tradicionālajā ķīniešu medicīnā izmantoja ap 35 cilvēka ķermeņa daļas, piemēram: kaulus, nagus, matus, blaugznas, ausu vasku, zobus, orgānus un pat urīnu un sviedrus. Lielākā daļa no aprakstītiem cilvēka izcelsmes ārstniecisko līdzekļu sastāvdaļām mūsdienās, pašsaprotami, vairs netiek izmantotas, vismaz likumīgi.<sup>81</sup> Daži no izmantotiem dzīvniekiem un augiem šobrīd ir uzskatāmas arī par apdraudētām sugām, kuru izmantošana TĶM nolūkiem ir nosodāma un nepamatota. Ir dokumentēti gadījumi, kad sugas izmiršanas apdraudējuma galvenais iemesls ir cilvēku vēlme iegūt sastāvdaļas TĶM receptēm – piem., degunradžiem un tīģeriem, kas tiek medīti to ragu (degunradžiem) un kaulu (tīģeriem)

<sup>79</sup> **Chen J., Chen T.** *Chinese Medical Herbology and Pharmacology*. 3.–6. lpp.

<sup>80</sup> **Still J.** *Use of animal products in traditional Chinese medicine: Environmental impact and health hazards*. 118.–122. lpp.

<sup>81</sup> **Tierra L., Tierra M.** *Chinese traditional herbal medicine*. 225. lpp.

dēļ, kuriem, domājams, piemīt ārstnieciskas īpašības. Saules lāči (*Helarctos malayanus*) un Āzijas melnie lāči (*Ursus thibetanus*) tiek ķerti no mežiem vai pat audzēti nebrīvē ar mērķi, lai varētu izņemt viņu žulti no žultspūšļa un pārdot TKM receptēm. Tomēr 2010. gadā Ķīnas medicīnas biedrību federācija izdeva paziņojumu, kurā aicināja neizmantot tīģera kaulus vai citas dzīvnieku daļas no apdraudētām sugām.<sup>82</sup> Zāļu izgatavošanai ir izmantojami arī indīgie augi. „Huandi neidzjin” traktātā tos sauc par *duyao* 毒药, kas nozīmē toksīnu.

Par visagrāko vēsturisko literāro avotu, kas satur ķīniešu dziedniecības augu medicīnas pamatus, ir uzskatāms Šeņ Non Ben Cao Dzjin (本草经) jeb „Debešķīga zemkopja ārstniecisko augu klasika”. Šeņ Non var tulkot arī kā "Dievišķais zemnieks" vai „Lauksaimniecības Dievs”. Saturu ir it kā apkopojis pats Šeņ Non (Debešķīgais Zemkopis), leģendārā ķīniešu mitoloģijas figūra, kas tā kā iemācījusi pirmsvēsturiskiem Ķīnas teritorijas iedzīvotājiem zemkopības pamatus un arī vairāku augu dziednieciskas un toksiskas īpašības<sup>83</sup>. Lai iegūtu šīs zināšanas, Šeņ Non it kā pats ir pagaršojis katru no grāmatā aprakstītajiem augiem, izvērtējot tā efektu uz sevis.

Grāmatā tiek aplūkoti 365 veidu terapeitiskas substances, lielākoties augi vai to daļas, taču figurē arī minerāli. Šīs substances ir iedalītas trīs lielajās kategorijās pēc to “statusa”: 120 cēlas, 120 vidējas un 125 zemākas substances.

Cēlie augi, ko izmanto arī valdnieki, atbilst debesīm, tie ir netoksiski, un tiek uzskatīts, ka tos var lietot lielā apjomā bez jebkādam negatīvām sekām. Pilnīgi pretēji – to izmantošana stimulēs, palīdzēs palielināt cji enerģiju, attīstīt cilvēciskus tikumus un aizkavēt novecošanu.<sup>84</sup>

Vidējie augi simbolizē cilvēci, viņiem tiek atvēlēta „ministru” loma. To lietošana var būt saistīta ar nelabvēlīgām sekām, iespējamo toksiskumu, tāpēc tos ir jālieto atbildīgi, rūpīgi izvērtējot visus “par” un “pret”. Vidējos augus ir jāpielieto slimības vai stipra noguruma, vai emocionāla izmisuma gadījumā.<sup>85</sup>

Zemākie augi tiek uzskatīti par „sūtņiem” un „palīgiem”, to simbols ir zeme. Tiek uzskatīts, ka tie ārstē slimības, taču parasti tie ir toksiski, tāpēc nav ieteicams lietot ilgāku laika posmu.<sup>86</sup> Zemākie augi spēj palīdzēt kā ļauna *cji* (kas, pēc Jan Šou-Žon domām, šeit nozīmē nopietnas neparedzamas kondīcijas, piem., epilepsiju vai citas mentāli neuroloģiskās slimības), tā arī saaukstēšanās vai paaugstinātas temperatūras gadījumos.<sup>87</sup>

---

<sup>82</sup> Actman J. *How can traditional Chinese medicine threaten wildlife?* 1.-2. lpp.

<sup>83</sup> Unschuld P. *Medicine in China, A History of Pharmaceutics.* 11.-50. lpp.

<sup>84</sup> Yang Shouzhong. (transl.). *The Divine Farmer's Materia Medica: A Translation of the Shen Nong Ben Cao.* 85. lpp.

<sup>85</sup> turpat, 95. lpp.

<sup>86</sup> Unschuld P. *Medicine in China, A History of Pharmaceutics.* 12.-15. lpp.

<sup>87</sup> Yang Shouzhong. (transl.). *The Divine Farmer's Materia Medica: A Translation of the Shen Nong Ben Cao.* 151. lpp.

Haņ dinastijas beigās, no 196. līdz 220. m.ē., Džan Ji<sup>88</sup> apkopoja traktātu par dažādiem traucējumiem un dažādām slimībām. Koncentrējoties uz zāļu receptēm<sup>89</sup>, tas bija pirmais medicīniskais darbs, kas apvienoja *jiņ-jan* un piecu elementu teorijas ar zāļu terapiju. Šis bija arī agrākais ķīniešu medicīnas teksts, kurā simptomi bija sagrupēti klīniski noderīgos "modeļos" (džen 証)- simptomu grupās, kas varētu kalpot terapijas mērķiem.

Jau Sja<sup>90</sup>, Šanu<sup>91</sup> un Džou<sup>92</sup> dinastijās Ķīnā parādījās ārstnieciskie dzērieni un novārtījumi. Saskaņā ar leģendām novārtījumu kā vienu no galvenajām tradicionālās ķīniešu medicīnas zāļu formām izgudroja Ji Jiņ (伊尹), kurš kalpoja kā premjerministrs Šanu dinastijas laikā imperatora Čen Tan (成湯) valdīšanas laikā. Ji Jiņ dzīves laikā uzrakstīja 32 novārtījumu receptes, kuras diemžēl tika pazaudētas vēstures gaitā.

Ši Dzjin (诗经) – "Dziesmu grāmata" ir viens no vecākajiem ķīniešu literatūras pieminekļiem, unikāls informācijas avots par valodu, ideoloģiju, ētiku un tradīcijām. Grāmata Ši Dzjin tika uzrakstīta Rietumu Džou dinastijā, grāmata, kas satur 305 darbus, kuri bija rakstīti no 11. līdz 7. gadsimtam pirms mūsu ēras. Tā ir viena no agrāk esošām grāmatām par zālēm kā tādām Ķīnā. Grāmatā, kas satur 305 darbus no 11. līdz 7. gadsimtam pirms mūsu ēras, ir ierakstīti vairāk nekā 50 ārstniecības augi, tostarp sirds mātere (*Leonurus cardiaca*) un saldās vērmeles (*Artemisia annua*). Džou dinastijā jau tika izmantotas arī diagnostikas metodes, piemēram, novērošana, auskultācija<sup>93</sup>, izmeklēšana un palpācijas metode<sup>94</sup>, terapeitiskās metodes, piemēram, zāles un akupunktūra.

### 2.3. Holisma teorija

*Holisma* teorija - *džen ti gvaņ niaņ* (整体观念) ir svarīga ideja tradicionālajā ķīniešu medicīnā, tā ir tieši saistīta arī ar slimību novēršanu (preventīvas metodes, lai nesaslimtu) un ārstēšanu. Termins *holisms* sāka tikt piemērots ķīniešu medicīnā tikai no 1950. gadiem pēc Tautas Republikas izveides 1949. gadā. Ķīniešu medicīnas ārsti viegli izmantoja šo jauno

---

<sup>88</sup> Džan Ji/张机- ķīniešu ārsts, rakstnieks un austrumu Haņ dinastijas izgudrotājs un viens no ievērojamākajiem ķīniešu ārstiem Haņ dinastijas gados.

<sup>89</sup> **Sivin N.** *Traditional Medicine in Contemporary China*. 44. lpp.

<sup>90</sup> Sja dinastija - mītiska valsts un dinastija, kuru tradicionālajā Ķīnas vēsturē uzskata par pirmo Ķīnas dinastiju, kas pēc dažādiem aprēķiniem pastāvējusi 2070.-1600. g. p.m.ē. Pēc citiem aprēķiniem tā pastāvējusi no 2205.-1766. g. p.m.ē. Dinastijā esot bijuši 17 valdnieki. Troņa mantošanā iedibināts dinastijas princips, to mantojot valdnieka dēlam vai brālim.

<sup>91</sup> Šan dinastija (Šan čao 商朝) bija Ķīnas dinastija, kuru vadītā valsts Ķīnas centrālajā daļā pastāvēja no apmēram 1600. gada p.m.ē. līdz apmēram 1046. gadam p.m.ē.

<sup>92</sup> Džou dinastija (Džou čao 周朝) bija Ķīnas dinastija, kas valdīja Ķīnā no 1046. gada p.m.ē. līdz 256. gadam p.m.ē..

<sup>93</sup> Auskultācija - diagnosticēšanas metode, kura izmanto skaņas, kas dabiski rodas organismā un tiek uztvertas ar tiešo vai netiešo (ar jebkāda cieta ķermeņa palīdzību) mūsu auss saskaršanos ar ķermeņa virsmu.

<sup>94</sup> Palpācijas metode - fizikālā medicīniskās diagnostikas metode, kas ļauj sajūst pacienta ķermeni.

nosaukumu, lai definētu savu medicīnu kā zinātni. Kā Liu Čanliņ 劉長林<sup>95</sup>, kas piedalījās šajās debatēs, sacīja: „Tā kā visa tradicionālā ķīniešu kultūra veido veselumu, arī ķīniešu medicīna atspoguļo tās pašas sistēmas domāšanu.”<sup>96</sup> Tai ir divas galvenās sastāvdaļas:

1. Cilvēka ķermenis tiek uzskatīts par vienu, integrētu vienību, īpašu uzsvāru liekot uz harmonisku un pastāvīgu mijiedarbību starp iekšējiem orgāniem un virspusējām struktūrām, kā arī to savstarpējo potenciālo patoloģisko ietekmi. Tradicionālajā ķīniešu medicīnā vietējās patoloģiskās izmaiņas vienmēr tiek ņemtas vērā kopā ar citiem ķermeņa audiem un orgāniem, tās nekad nav izolētas.

2. Īpaša uzmanība tiek pievērsta cilvēka ķermeņa integrācijai un mijiedarbībai ar ārējo vidi. Slimības sākums, attīstība un pārmaiņas tiek aplūkoti saistībā ar klimatiskajiem, ģeogrāfiskajiem, sociālajiem, kā arī citiem vides mainīgajiem faktoriem. Ir nepieciešams ārstēt cilvēku, nevis tikai ārstēt konkrētu slimību.

Cilvēka ķermenis ir organisks veselums, tā daļas ir neatņemamas, katra cilvēka ķermeņa sastāvdaļas ir koordinētas, tās papildina viena otru gan optimālas funkcionēšanas (pozitīvā), gan savstarpējas patoloģijas (negatīvā) ziņā.

Dabas pārmaiņas visu laiku ietekmē cilvēka ķermeni.<sup>97</sup> Šī organiskā, holistiskā koncepcija ir viens no Ķīnas senajiem mantojumiem. Piemēram, pulsa sezonālās variācijas: pulsa fizioloģiskās izmaiņas atbilstoši četru sezonu izmaiņām. Pulss pavasarī ir nedaudz mierīgāks; vasarā otrādi - nemierīgs; rudenī – nedaudz peldošs: te mierīgs, te nemierīgs; ziemā – nosvērts.<sup>98</sup>

## 2.8. Jiņ jan teorija

*Jiņ-jan* ir duālisma koncepcija daoismā, kas apraksta, cik, šķietami, pretēji spēki patiesībā var būt savstarpēji viens otru papildinoši, saistīti un kā tie var radīt cits citu. Teorija par *jiņ* un *jan* ir radusies Džou dinastijas 周朝<sup>99</sup> laikā VI gadsimtā p.m.ē. *Jiņ* un *jan* jēdzieni tiek plaši pielietoti kosmoloģijā, metafīzikā, medicīnā, kā arī citās jomās.

Pirmoreiz koncepcija par diviem pirmelementiem - *jiņ-jan* parādījās Pārmaiņu kanonā („Jidzjin” 易經), kas ir viens no vecākajiem ķīniešu tekstiem. Mūsdienās tiek

<sup>95</sup> Liu Čanliņ pašlaik ir profesors un doktora pasniedzējs Huadžon Normal Universitātā, ķīniešu ķīmijas biedrības Ķīmiskās bioloģijas akadēmiskās komitejas loceklis.

<sup>96</sup> Liu Changlin/刘长林. *Neijing de zhexue he zhong yi xue de fangfa/内经的哲学和中医学的方法*. 205-207. lpp.

<sup>97</sup> Smuts Hon J. *Holism and Evolution 2nd Edition*. 65-68. lpp.

<sup>98</sup> Smuts Hon J. *Holism and Evolution 2nd Edition*. 69. lpp.

<sup>99</sup> Džou dinastija (Džou Čao 周朝) - Ķīnas dinastija, kas valdīja Ķīnā no 1046. gada p.m.ē. līdz 256. gadam p.m.ē.

uzskatīts, ka grāmata bija uzrakstīta ap I g.t. p.m.ē., tomēr precīzs grāmatas sarakstīšanas laiks nav zināms.<sup>100</sup> Karojošo valstu periodā grāmatas saturu sāka interpretēt kā astroloģijas un kosmoloģijas sistēmu. Pārmaiņu grāmatā *jiņ* un *jan* kalpoja pretēju jēdzienu izteikšanai, piemēram: gaišs un tumšs, ciets un mīksts utt.<sup>101</sup>

*Jiņ* un *jan* teorija smeļas iedvesmu no dabiskiem procesiem un dabas parādībām. Pēc daoisma uzskatiem, sākumā pasaulē bija haoss, kas sastāvējis no enerģijas – *cji* 气. *Cji* sadalīšanās rezultātā radās debesis - *jan* 阳 un zeme - *jiņ* 阴. Ja sākumā *jiņ-jan* apzīmēja galvenokārt dabas parādības, tad ar laiku tā ieguva arī plašāku nozīmi. Ķīniešu filozofijas attīstības procesā *jiņ* un *jan* arvien vairāk simbolizēja ekstremālu pretstatu savstarpējo mijiedarbību: gaismu un tumsu, dienu un nakti, sauli un mēnesi, debesis un zemi, karstumu un aukstumu, pozitīvu un negatīvu.<sup>102</sup>

*Jiņ* un *jan* teorija Ķīnas tradicionālajā medicīnā aktualizē to, ka visam pasaulē ir nepieciešams būt līdzsvarā, arī cilvēka ķermenim un prātam. Ir svarīgi dzīvot harmonijā ar sevi, jo tas nostiprina cilvēka izturību pret dažādām mentālām vai fiziskām problēmām un ļauj dzīvot pilnvērtīgāku un veselīgāku dzīvi (sk. 1. pielikumu).

*Jiņ* apzīmē sievišķību, ūdeni, mēnesi, dvēseli, tumsu, nakti, nāvi. *Jan* apzīmē – vīrišķīgo pirmsākumu, uguni, sauli, prātu, gaismu, dienu, dzīvi. Cilvēka domāšanā *jiņ* ir intuitīvs sieviešu prāts, bet *jan* ir skaidrs racionālais prāts.<sup>103</sup> *Jiņ* un *jan* kontrasts ir princips, kas caurvij visu ķīniešu kultūru. Tas atspoguļojas arī divos galvenajos Ķīnas filozofiskajos virzienos. Konfuciānisms dod priekšroku visam racionālajam, vīrišķīgajam, aktīvajam, bet Daoisms gluži pretēji dod priekšroku intuitīvajam, sievišķīgajam, mistiskajam.<sup>104</sup>

Eksistē vēl viena *jiņ-jan* līdzsvara izpausme, kur *jiņ* ir pasīvs sākums, miers un relaksācija, savukārt *jan* ir aktīva un radoša vara. Šiem spēkiem jābūt līdzsvarā. Daoisti apgalvo, ka cilvēka dzīvē “jāmaina melnās svītras ar baltām”, pārmaiņus jānodarbojas un jāatpūšas, pretējā gadījumā darbību efektivitāte būs samazināta. Viena beigas nozīmē otrā sākumu, viss plūst un mainās, papildina viens otru. Pretrunu harmonija ir īsta lietu kārtība (sk. 2. pielikumu).

Daoisti visus slimību cēloņus uzskatīja par disharmoniju starp *jiņ* un *jan*. Ķīnas tradicionālajā medicīnā slimību cēloņi tika meklēti kā „ārējos” faktorus, tā arī „iekšējos”. Gan ārējā, gan arī iekšējā neapmierinātība satricina ķermeņa līdzsvaru un izraisa disharmoniju. Daoisti piekopa ideju, ka visam ķermenim, ieskaitot visas tā apakšsistēmas, ir jāatrodas

<sup>100</sup> Staburova J. *Ķīniešu valodas īpašvārdi un to atveide latviešu valodā*. 106. lpp.

<sup>101</sup> Nelson E. *The Yijing and Philosophy: From Leibniz to Derrida*. 377.–396. lpp.

<sup>102</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning/赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 22. lpp.

<sup>103</sup> Wang R. *Yinyang (Yin-yang)*. Internet Encyclopedia of Philosophy

<sup>104</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning/赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 21. lpp.

stāvoklī, kad tas ir līdzsvarā ar *jiņ* un *jan*, kas tādā gadījumā pastāv harmonijā ar apkārtējo vidi un dabu. Veselīgs ķermeņa stāvoklis nodrošina mierīgu un nosvērtu prātu, prāts un ķermenis ķīniešu medicīnā nav atdalāmi viens no otra.

Ķīnieši uzskatīja, ka cilvēka organisms sadalās uz *jiņ-jan* spēku zonām: ķermeņa virspuse pieder pie *jan*, iekšējās daļas – pie *jiņ* (sk. 3. pielikumu). TĶM starp iekšējiem orgāniem izšķir sešus dobus orgānus – *fu*(腑) orgānus: tievā zarna, resnā zarna, žultspūslis, kuņģis, urīnpūslis un trīs sildītāji, kas atbilst *jan*, un piecus blīvus - *dzan* (脏) orgānus: aknas, liesu, sirdi, plaušas un nieres, kas atbilst *jiņ*. Kad *jiņ* un *jan* atrodas pilnīgā harmonijā, cilvēkam ir ierasts fizioloģiskais stāvoklis, cilvēks ir veselīgs un dzīvības enerģijas pilns. *Jiņ* vai *jan* pārsvara gadījumos rodas noteiktās patoloģijas vai slimības<sup>105</sup> (sk. 4. pielikumu).

Tradicionālajā ķīniešu medicīnā pacients tiek uztverts kā „kopums”, vienots veselums, ārsti vienmēr rūpējas par visu ķermeni un garu, nevis tikai vietējo patoloģiju. No vienas puses, ārsti cenšas likvidēt psiholoģiskus faktorus, kas pastiprina simptomus vai traucē to ārstēšanai, no otras puses, viņi mēģina regulēt un ietekmēt arī organisma fizioloģiskās funkcijas, lai uzlabotu ķermeņa dabisko dziedināšanas spēju un nodrošinātu pilnīgu atveseļošanos. *Jiņ-jan* teorija veido tradicionālās ķīniešu medicīnas holistiskās pieejas pamatprincipu.<sup>106</sup> Tā kā slimība tiek uzskatīta par konfliktu starp patogēnu un veselīgu enerģiju organismā, indivīds var vieglāk atveseļoties, ja šī konflikta virziens ir pozitīvs, veselīgās enerģijas ir vairāk vai vismaz tikpat daudz cik patogēnās enerģijas. Universālais ārstēšanas mērķis ir koriģēt nelīdzsvarotību un atjaunot ķermeņa harmoniju.<sup>107</sup> Ja *jiņ* vai *jan* cilvēka ķermenī ir pārmērīgs, ārstēšanas mērķis ir samazināt pārpalikumu.

*Jan* pārpalikums parasti izraisa “cīņu organismā”. Piemēram, indivīdiem ar pneimoniju (plaušu infekcija) var būt augsts drudzis, sarkana seja, smaga elpošana un straujš pulss – organisms it kā cīnās ar slimību, simptomi un pazīmes rada „siltumu”, to cēlonis ir *jan* pārpalikums. Tā kā *jiņ* aspekts joprojām ir normāls, „pārmērīgais karstums” norāda, ka *jan* aspekts ķermenī ir dominējošs. Tādā gadījumā ārsti secina, ka stāvoklis ir saistīts ar ārējo *jan* ļaunuma iebrukumu, kas liek organismam radīt „pārmērīgu karstumu”. Pēc tam ārstēšanas stratēģija balstās uz „pārmērīga karstuma” atdzesēšanu vai likvidēšanu ar "aukstajiem" augiem (vārds „auksts” tiek izmantots, lai aprakstītu dažu ārstniecības augu īpašības, kurām piemīt „dzesēšanas” īpašības). Kad siltums ir dzesēts, ķermenis atkal būs līdzsvarā un veselība atjaunosies.

<sup>105</sup> Wu A. *Chinese Medicine and Tai Ji: Heaven, Earth and Man*. 45. lpp.

<sup>106</sup> Vinogorodskij B./ Виногородский Б. *Traktat Žjoltogo imperatora o vnutrennjem / Трактат Желтого Императора о внутреннем*. 31. lpp.

<sup>107</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 20. lpp.

*Jiņ* trūkums parasti norāda uz to, ka organismam trūkst barības, tā kā *jiņ* un *jan* savstarpēji ierobežo un patērē viens otru. Gadījumā, ja organisma *jiņ* aspekts kļūst nepietiekams, attīstās relatīvais *jan* aspekta pārpalikums, kas noved pie vieglām, bet ļoti specifiskām "siltuma" pazīmēm, piemēram, sausa mute, drudzis pēcpusdienā, sarkani vaigi, nakts svīšana, siltas plaukstas un pēdas. Šāda veida siltums tiek saukts par „virtuālo siltumu”, jo to izraisa *jiņ* trūkums, nevis „īsts” *jan* pārpalikums. *Jiņ* deficīta disharmoniju parasti piedzīvo cilvēki ar diabētu, menopauzi, tuberkulozi. Atšķirībā no „pārmērīga karstuma” stāvokļa, kas aprakstīts *jan* pārpalikumā, "trūkstošo vai virtuālo siltumu" nevar apstrādāt ar „aukstajiem” augiem. Drīzāk disharmonija ir jāārstē, izmantojot *jiņ* barojošus augus, lai tonizētu ķermeņa *jiņ* aspektu un atjaunotu līdzsvaru. *Jiņ* deficīts bieži attiecas uz *jiņ* šķidrumu, piemēram, asins trūkumu. Bez pietiekamas barības uzbudinošās funkcijas kļūst par dominējošām, kas izraisa tipiskus karstuma vai nakts svīšanas simptomus. Kopumā „virtuālie” siltuma simptomi automātiski izzudīs, kad trūks *jiņ*, un ķermenis atkal atradīsies līdzsvarā.<sup>108</sup>

## 2.9. Piecu elementu teorija

Piecu elementu teorija ir daoisma teorija, kura cieši saistīta ar koncepciju *jiņ-jan*. *Jiņ* un *jan* mijiedarbības rezultātā radās pieci elementi - enerģijas plūsmas galvenās transformācijas. Šie elementi ir: koks, uguns, zeme, metāls un ūdens. Stihijas secība ir aprakstīta „Šu dzjin 书经” kanonā<sup>109</sup>. Ķīniešu dabas filozofu skola *jiņ-jan dzja* 阴阳家 izstrādāja piecu elementu teoriju pirms vairāk nekā diviem tūkstošiem gadiem.<sup>110</sup>

Ķīnieši uzskatīja, ka primāro elementu mijiedarbības likumi ir vienādi gan Visumam, gan Visuma sastāvdaļām. Cilvēks ir Visuma atspoguļojums. Viens no dominējošiem principiem ķīniešu filozofijā ir uzskats, ka cilvēka dzīvi regulē piecu elementu darbība, cilvēka un dabas vienotība ir galvenais princips šajā teorijā.<sup>111</sup>

Pieci elementi - *vu sjin* 五行, kur *vu* nozīmē ciparu „pieci” un *sjin* – „kustību”. Primārie elementi vienlaicīgi rada cits citu un cits citu aprobežo, tie nepārtraukti mainās, kustas un pāriet dažādos ciklos (sk. 5. pielikumu). Kosmos un cilvēka ķermenis (mikrokosmos) ir līdzīgi pēc savas būtības, veidošanās un attīstības mehānismiem.

Gan Visuma (makrokosms), gan cilvēka (mikrokosms) organizācija ir pakļauta *vu sjin* mācībām. Jebkura dabas daļa kaut kādā veidā pieder pie viena no primārajiem elementiem,

<sup>108</sup> Wu A. *Chinese Medicine and Tai Ji: Heaven, Earth and Man*. 45- 46. lpp.

<sup>109</sup> Medhurst W. *Ancient China. The Shoo King or the Historical Classic*. 37. lpp.

<sup>110</sup> Djomin R./Дёмин Р. *Škola jiņ jan/Школа инь ян*. 209-215. lpp.

<sup>111</sup> Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 9. lpp.

turklāt tās sastāvā ir atrodami arī pārējie četri. Dabas parādības ir saistītas ar cikliskumu (sk. 6. pielikumu).

Apkārtējā pasaule sastāv no šiem simboliem:

- Koks (*mu* 木) – dzimšanas simbols;
- Uguns (*huo* 火) – maksimālās aktivitātes simbols;
- Metāls (*jin* 金) – samazināšanas simbols;
- Ūdens (*shuei* 水) – minimālās aktivitātes simbols.

Šie simboli raksturo četrus galvenos *cji* enerģijas kustības posmus. Visi šie elementi ir vienoti ar piekto elementu - zemi 土. Zemei piemīt tādas īpašības kā auglība un pārveidošana. No šiem pieciem simboliem sastāv visa apkārtējā vide.<sup>112</sup> Tā parādījās piecu elementu teorija, kura palīdzēja labāk saprast dažādu dabas spēku mijiedarbību un deva iespēju tālāk izskaidrot jau esošās saistības. Tātad koks simbolizē dzimšanas un attīstības enerģiju, tas ir saistīts ar augšanu un pakļāvību, uguns ir enerģijas izplūde, zeme ir enerģijas stabilizācija un koncentrācija, metāls simbolizē enerģijas sacietēšanu un noslēgšanu, kā arī tīrību un trauslumu, ūdens ir enerģija, kas tiek uzglabāta, minimālās aktivitātes simbols.<sup>113</sup> Diennakts ciklā: rīts rada dienu, diena rada vakaru, vakars rada nakti, nakts rada rītu. Katram ciklam ir savs stāvoklis: dzimšana, maksimālā aktivitāte, samazināšanās, minimālā aktivitāte (sk. 6. pielikumu).

Visuma organizācijas shēma *vu sjin* darbojas gan uz visumu kopumā (nedzīvo), gan uz visām dzīvām būtnēm, ieskaitot cilvēku. Ķīniešu medicīnā orgāns ir apskatīts ne tikai kā anatomisks objekts, orgāna jēdziens ir daudz plašāks un papildus tā funkcijām ietver sevī arī garīgo komponentu. (sk. 7. pielikumu).

Ķīniešu dziednieki izmantoja *vu sjin* apli slimību diagnosticēšanai un ārstēšanai. *Vu sjin* pamatā ir novērojums, ka *cji* enerģija kustas pa enerģijas meridiāniem, *vu sjin* aplī - pulksteņrādītāja virziena. Ķīniešu medicīnā šo noteikumu sauc par „māte – dēls”. Saskaņā ar šo noteikumu katrs primārais elements rada un atbalsta nākamo apli: koks baro un atbalsta uguni. Uguns pārvēršas pelnos un „dzemdē” zemi, zeme ražo metālu. Metālu, kas ražo ūdeni, sauc par „ūdens māti”, un ūdens ir „metāla dēls”.<sup>114</sup> *Vu sjin* teorija ir pamatā, lai apsvērtu un apkopotu organisma patoloģijas, noteiktu diagnozi.

<sup>112</sup>Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 27. lpp.

<sup>113</sup>Djomin R./Дёмин Р. *Škola jīn jan/Школа инь ян*. 214-221. lpp.

<sup>114</sup>Usakova N. /Усакова Н., Karimova G. /Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 11. lpp.

Noteiktā laikā Visumā dominē kāds elements, un tāpat arī noteiktā periodā cilvēka ķermenī dominē viens no „orgāniem” saskaņā ar enerģijas kustības likumiem.<sup>115</sup>

Cilvēka ķermenī iekšējos orgānus var iedalīt divās grupās: *vu dzan* ( 五脏) - pilnie orgāni, kas attiecas uz *jiņ*, un *liu fu* ( 六腑) - tukšie orgāni, kuri attiecas uz *jan*. Katrs no šiem orgāniem atbilst kādam no pieciem elementiem.

- *Jiņ* koks atbilst aknām, *jan* koks – žultspūslim (radīšanas funkcija).
- *Jiņ* uguns atbilst sirdij, *jan* uguns - tievajai zarnai (sildīšanas funkcija).
- *Jiņ* metāls atbilst plaušām, *jan* metāls - resnajai zarnai (attīrīšanās un paplašināšanas funkcija).
- *Jiņ* ūdens atbilst aknām, *jan* ūdens – urīnpūslim (ūdens regulēšanas funkcija).
- *Jiņ* zeme atbilst liesai, *jan* zeme – kuņģim (izcelšanās un pārveidošanas funkcija).<sup>116</sup>

Jāatzīmē, ka tradicionālajā ķīniešu medicīnā fizioloģiskais orgāns, piemēram, sirds, plaušas vai nieres, ir ne tikai noteiktais anatomiskais veidojums, kuram ir īpaša dzīvības uzturēšanas funkcija, bet arī visa funkcionālā sistēma, kas saistīta ar šo orgānu. Piemēram, sirds nozīmē ne tikai no muskuļaudiem veidotu mehānisku asins sūkni, bet arī visus asinsvadus un asinsrites enerģiju. Aknas un žultspūslis pieder pie viena un tā paša primārā elementa - koka. Ja kāds no orgāniem saslimst, otrs nekavējoties cieš.<sup>117</sup>

## 2.10. Cji enerģijas teorija

*Cji* (气) ir enerģija, kas ir viens no galvenajiem ķīniešu filozofijas jēdzieniem daoismā, kurš ir plaši pārstāvēts ķīniešu kultūrā, ieskaitot tradicionālo ķīniešu medicīnu. Visbiežāk tā ir definēta kā „gaiss”, „materiālā enerģija”, „enerģijas plūsma”, „elpa”, „dzīvības spēks”.<sup>118</sup> Jēdziens *cji* var būt konkrēts vai abstrakts. Piemēram, vējš un ūdens ir konkrētas *cji* formas. *Cji* enerģija ir tik smalka, ka to nevar noteikt ar fiziskām ierīcēm, *cji* pauž ideju par fundamentālu, nepārtrauktu, dinamisku, kosmosa laiku, garīgu materiālu un vitālu enerģisku vielu, kas ir visuma struktūras pamatā, kur viss pastāv *cji* modifikāciju un kustību dēļ.<sup>119</sup>

<sup>115</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 26. lpp.

<sup>116</sup> Usakova N./Усакова Н., Karimova G. /Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 12. lpp.

<sup>117</sup> Wu A. *Chinese Medicine and Tai Ji: Heaven, Earth and Man*. 52. lpp.

<sup>118</sup> Lee M., Pittler M., Ernst E. *Effects of reiki in clinical practice: a systematic review of randomised clinical trials*. 950. lpp.

<sup>119</sup> Dubrovin D./Дубровин Д. *Trudnije voprosi klassičeskoj kitajskoj medicīni/Трудные вопросы классической китайской медицины*. 14. lpp.

*Cji* ir filozofiskās koncepcijas no Ķīnas filozofijas agrākajiem ierakstiem Pavasara un Rudens periodā (771. - 476. g. p.m.ē.) un Karojošo valstu periodā (481. un 403. g.p.m.ē.). Agrākās *cji* formas apraksts nāk no ķīniešu filozofa Mendzi rakstiem 4. g. p.m.ē.<sup>120</sup>

*Cji* ir Ķīniešu tradicionālās medicīnas un vairāku cīņas mākslu pamatprincips. Daoisti raksturo to kā dzīves enerģiju, kuras plūsmai jābūt līdzsvarotai, lai cilvēks būtu veselīgs. Tradicionālajā ķīniešu medicīnā tiek uzskatīts, ka dažādu slimību simptomi izpaužas, ja ir vai nu traucēta, bloķēta vai nelīdzsvarota *cji* kustība meridiānos, vai arī *cji* trūkuma un nelīdzsvarotības iekšējos orgānos dēļ. Tradicionāla ķīniešu medicīna bieži cenšas mazināt šo nelīdzsvarotību, pielāgojot *cji* apriti situācijai, izmantojot dažādas metodes: herboloģiju, diētu, fiziskās prakses (*ciguns* un citas cīņas mākslas), piederzināšanu, *tui na* masāžu un, protams, akupunktūru.<sup>121</sup>

*Cji* ir spēks jeb enerģija, kas dod dzīvību Visumam un cilvēkiem. Ķīniešu *Cji* ārējā enerģija iekļūst mūsu ķermenī, cilvēkam elpojot, pārvēršoties par iekšējo *cji*. Kad cilvēks izelpo, iekšējais *cji* iziet un pārvēršas par ārējo *cji*. Dažādās traktātos *cji* kustība ir pielīdzināta kustībai aplī bez sākuma un beigām. Cilvēka plaušu stāvoklis lielā mērā ir atkarīgs no viņu piesātinājuma ar *cji* enerģiju, tas nosaka cilvēka labklājību un viņa veselības stāvokli. Pastāv atšķirība starp tā saukto "sākotnējo *cji*", kas ir iegūts dzimšanas brīdī no vecākiem, un *cji*, kas tiek iegūts visas dzīves laikā.<sup>122</sup>

Termins *cji* tiek izmantots, lai aprakstītu organisma funkcionālo aktivitāti kopumā, kā arī atsevišķus iekšējos orgānus (piemēram, aknu *cji*, plaušu *cji*, urīnpūšļa kanāla *cji*). Cilvēka ķermenī enerģija cirkulē pa pāru meridiāniem, enerģija aptver orgānus noteiktā secībā, tās plūsmas ceļu sauc par enerģijas cirkulācijas apli.<sup>123</sup>

Tradicionālā ķīniešu medicīna izšķir vairāku veidu *cji*:

1. Aktivizēšana (*tuidun* 推动) - visu ķermeņa šķidrumu, piemēram, asins kustība. Tas ietver sevī orgānu un meridiānu funkciju aktivizēšanu.
2. Sasilšana (*veņsju* 溫煦).
3. Aizsardzība (*fanju* 防禦) - pret eksogēniem, patogēniem faktoriem.
4. Ierobežojums (*guše* 固摄)- ķermeņa šķidrumi, t.i., asins, sviedru, urīna, spermas utt. Saglabāšana no noplūdes vai pārmērīgas emisijas.<sup>124</sup>

<sup>120</sup>Mendzi (孟子) bija zināms ķīniešu filozofs, dzimis 372. gadā p.m.ē., miris 289. gadā p.m.ē.

<sup>121</sup>Lawson-Wood D. *Acupuncture Handbook*. 4, 133. lpp.

<sup>122</sup>Dubrovīn D./Дубровин Д. *Trudnīje voprosi klassičeskoj kitajskoj medicīni/Трудные вопросы классической китайской медицины*. 15.-16. lpp.

<sup>123</sup>Yan Jie/严洁, Zhao Yuning/赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 26.lpp.

<sup>124</sup>Dubrovīn D. /Дубровин Д. *Trudnīje voprosi klassičeskoj kitajskoj medicīni/Трудные вопросы классической китайской медицины*. 15. lpp.

## 5. Transformācija (*cjihua* 气化) - transformācija starp *cji* un *sjue* (asinīs), *jiņ* un *jan*.<sup>125</sup>

### 2.11. Sjue teorija

*Sjue* (血) tiek tulkots kā “asinis”, taču tas nav sinonīms vārdam „asinis” Rietumu medicīnā, tradicionālajā ķīniešu medicīnā tas ietver sevī daudzas dažādas nozīmes, darbības un efektus. Ķīniešu medicīna, balstoties uz daoisma filozofiju, apgalvo, ka asins ir blīva ķermeņa šķidrums forma, kas ir pakļauta *cji*. TĶM asins plūst gan asinsvados, gan meridiānos. No klīniskā viedokļa šīs attiecības norāda uz plašu ietekmes spektru, kas jāņem vērā, veidojot diagnozi pat tādām multifaktoriālām slimībām kā depresija un citi psiholoģiskie traucējumi, kas ir saistīti ar *sjue*. *Sjue* koncepciju nosaka tās funkcijas: barot visas ķermeņa daļas un audus, nodrošināt pietiekamu mitruma pakāpi, uzturēt gan apziņu, gan miegu.<sup>126</sup>

Tipiski *sjue* trūkuma simptomi tiek saukti par “asins vakuumu”, – *sjue sju* (血虛) un ir aprakstīti šādi: balta vai dzeltenīgas nokrāsas seja, reibonis, ziedu redze, sirdsklauves, bezmiegs, ekstremitāšu nejutīgums; gaiša mēle; “smalks” pulss.

*Sjue* ir *jiņ* vienība, kas vienmēr pastāv līdzās *cji*. Kaut arī *cji* aktivizē orgānu vai ķermeņa daļu normālu darbību, *sjue* nodrošina „celtniecības blokus”, kuri veido orgānus vai ķermeņa daļas. *Sjue* problēmas izraisa vairākas difūzas sāpes, gaišas sejas, neregulārus periodus sievietēm, gaišu mēli un vāju pulsu. Tāpat kā *cji* gadījumā, kad *sjue* plūsma ir bloķēta vai gausa, tiek izraisīts stagnācijas sindroms, kas izpaužas stiprās nakts sāpēs ķermenī, tumši violetā mēlē un neregulārā pulsā.<sup>127</sup>

### 2.13. Dzan-fu teorija

*Dzan-fu* (脏腑) ir mācība par orgāniem un orgānu funkcijām. Tie veido tradicionālās ķīniešu medicīnas vispārējo koncepciju par cilvēka ķermeņa darbību. Saskaņā ar šo teoriju orgānus var iedalīt trīs kategorijās: *dzan* orgāni, *fu* orgāni un papildorgāni.

*Dzan* (脏) attiecas uz blīviem orgāniem, kurus dabā uzskata par *jiņ* - sirdi, aknām, liesu, plaušu, nierēm. Tiem piemīt attīrīšana, pārdalīšanās un enerģijas *cji* glābšanas funkcijas.

Dobie orgāni - *fu* (腑) attiecas uz *jan* orgāniem - tievo zarnu, resno zarnu, žultspūsli, urīnpūsli, kuņģi. (sk. 8. pielikumu). Savukārt, par papildorgāniem ir uzskatāmi tie orgāni un

<sup>125</sup>Reninger E. *Qi (Chi): Various Forms Used in Qigong and Chinese Medicine – How Are The Major Forms of Qi Created Within The Body?* 1. lpp.

<sup>126</sup>Shen-Nong; *A subsidiary of Integrated Chinese Medicine*.

<sup>127</sup>Ellis A., Wiseman N. *Fundamentals of Chinese Medicine: Zhong Yi Xue Ji Chu*. 147. lpp.

anatomiskie veidojumi, kuru stāvoklis reti mainās, tie ir: kauli, muskuļi, dzemde, kaulu smadzenes.<sup>128</sup>

Katrs *dzan* ir savienots ar *fu*. *Dzan-fu* ir savienoti arī ar divpadsmit standarta meridiāniem - katrs *jan* meridiāns ir piestiprināts pie *fu* orgāna, un katrs *jin* meridiāns ir pievienots *dzan*. Rokas meridiāni 手经 iet caur augšējām ekstremitātēm, kājas meridiāni 足经 iet caur apakšējām ekstremitātēm. Katrā meridiānā ir meridiānu punkti. Katram *jin* meridiānam ir atbilstošs *jan* meridiāns un otrādi. Katram meridiānam ir iekšējā saite ar orgāniem. „Punkti” ir vietas uz ķermeņa ārējās virsmas - ādas, kuras ir paaugstināti jutīgas pret visu veidu impulsiem. Punkti tiek uzskatīti par speciāliem cilvēka enerģiju transportējošiem ceļu savienojumiem, ko ķīnieši apzīmē ar vārdu *cji* 气.

Lai *dzan* varētu atrasties optimālā stāvoklī, tam ir jābūt savienotam ar enerģiju *cji* vai ar asins *sjue*, lai nekādā gadījumā nepaliktu tukšs. Gluži pretēji – *fu* ir nepārtraukti jāiztukšo, lai saglabātu tā dobo stāvokli, tad neizdosies izraisīt bloķēšanu vai stagnācijas sindromu. Turklāt katrs *dzan* vai *fu* ir saistīts ar meridiānu, kas atdala citu ķermeņa daļu. *Dzan* un *fu* pāris izveidojās kā funkcionāls dubults. *Dzan-fu* attiecības ar audiem:

- sirds kontrolē asinsvadus un parāda to veselību uz sejas;
- aknas kontrolē cīpslas un parāda to veselību nagos;
- plaušas kontrolē ādu un uzrāda tās veselību uz ķermeņa matiem;
- liesa kontrolē muskuļus un parāda to veselību uz lūpām;
- nieres kontrolē kaulus un uzrāda to veselību uz galvas matiem.

Sensoro orgānu veselība un labsajūta ir atkarīga no tās atbilstošās *dzan-fu* aprūpes un barošanas. *Dzan-fu* attiecības ar maņu orgāniem:

- sirds kontrolē mēli un garšu;
- aknas kontrolē acis un redzi;
- plaušas kontrolē degunu un smaržu;
- liesa kontrolē muti un garšu;
- nieres kontrolē ausis un dzirdi.

*Cji* pamats visām ķermeņa fizioloģiskajām aktivitātēm ir atbildīgs arī par emocionālajiem procesiem. Šis jēdziens par emocijām, kas ir tieši saistītas ar *dzan-fu* un darbojas kā

---

<sup>128</sup> Dubrovin D./Дубровин Д. *Trudnije voprosi klassičeskoj kitajskoj medicini/Трудные вопросы классической китайской медицины.* 26.-27. lpp.

neatņemama veselība, ir ārkārtīgi svarīgs tradicionālajai ķīniešu medicīnas teorijai.<sup>129</sup> *Dzan-fu* orgānu veselība ietekmē emocijas, un emocijas ietekmē *dzan-fu* orgānu veselību - īpaši tad, ja tās ir pārmērīgas un ilgstošas. Tādēļ orgānu ārstēšana var palīdzēt emocionālajai veselībai un otrādi – noteiktu emociju izraisīšana un pārdzīvošana var uzlabot iekšējo orgānu veselību:

- sirds ir saistīta ar prieku;
- aknas ir saistītas ar dusmām;
- plaušas ir saistītas ar skumjām un uztraukumiem;
- liesa ir saistīta ar apsēstību un uztraukumu;
- nierēs ir saistītas ar bailēm.

Klimatiskie faktori arī spēj ietekmēt *dzan-fu* orgānu funkcijas. Ilgstošu netipisku laika apstākļu ietekme var negatīvi atspoguļoties uz iekšējo orgānu procesiem:

- karstums iedarbojas uz sirdi;
- vējš – uz aknām;
- sausums – uz plaušām;
- mitrums – uz liesu;
- aukstums – uz nierēm.<sup>130</sup>

## 2.5. Diagnostika tradicionālajā ķīniešu medicīnā.

Tradicionālās medicīnas ārsts, vispirms pajautādamas par simptomiem, diagnosticē pacienta slimību, novērojot pacienta seju, sajūtot pulsu un uzzinot iespējamus cēloņus.

### 1. Pārbaude

Tāpat kā Rietumu medicīnā tradicionālajā ķīniešu medicīnā diagnoze sākas ar vispārēju pacienta apskati. TĶM uzsver pacienta „gara” novērtējuma svarīgumu, ko demonstrē vispārējā uzvedība, fiziskā kustība, sejas, ādas nokrāsas, runas skaidrība un elpošanas ātrums, sejas, ādas īpašības un īpaši - mēles īpašības. TĶM mēles virsma atbilst konkrētiem *dzan-fu* orgāniem un var daudz atklāt par konkrētu slimību, tāpēc mēles diagnoze tiek uzskatīta par svarīgāko pārbaudes procesā. Veselīgam cilvēkam jābūt stabila *cji* un *sjue* plūsma un līdzsvara *dzan* un *fu* orgānos.<sup>131</sup> Jebkura *dzan* vai *fu* slimība bieži izpaužas kā pieciem elementiem atbilstošs sejas ādas tonis. Piemēram,

<sup>129</sup> Deng Yu, Zhu Shuanli, Xu Peng. *Essence and New Translation of Channel*. 615. lpp.

<sup>130</sup> Dubrovin D./Дубровин Д. *Trudnije voprosi klassičeskoj kitajskoj medicīni/Трудные вопросы классической китайской медицины*. 26 lpp.

<sup>131</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning/赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 58.-59. lpp.

sirds problēmas atbilstoši daoisma koncepcijai par pieciem elementiem bieži izpaužas ar sarkanu nokrāsu (sirds → uguns = sarkans), plaušu problēmas - ar baltu, gaišu nokrāsu (plaušas → metāls = balts), nieru darbības traucējumi - ar tumšu nokrāsu (nieres → ūdens = melns), liesas problēmas ar dzeltenu nokrāsu (liesa → zeme = dzeltens), un, piemēram, aknu problēmas - ar zaļu nokrāsu (aknas → koks = zaļš).<sup>132</sup>

## 2. Klausīšanās un smaržošana

Tradicionālās ķīniešu medicīnas praktizētāji klausās pacienta balss intensitāti un toņus tajā. Par elpošanas problēmu un klepus galveno cēloni tiek uzskatīta *cji* un *sjue* vai arī *dzan* un *fu* disharmonija. Tiek uzskatīts, ka cilvēka ķermeņa vai ekskrementu smarža arī var tikt izmantota *dazn-fu* nelīdzsvarotības izraisīto slimību diagnosticēšanai.<sup>133</sup>

## 3. Vēstures uztveršana

Vēstures uztveršana ir diagnostikas metode – ārsts uzdodot jautājumus par personas iepriekšējo veselību. Tradicionāli tas ietvēra 10 jautājumus, sākot no diētas un beidzot ar miega režīmu.

## 4. Pulss

Tradicionālās ķīniešu medicīnas praktizētāji, diagnosticējot slimību, cenšas novērtēt pacienta pulsa intensitāti, ātrumu, ritmu, viļņu raksturojumu un „elastību”. Dzeltenā imperatora traktātā "Par iekšējo” *Suveņ* (素问) daļā ir dots apraksts un raksturojums līdz pat 28 atšķirīgiem pulsa veidiem.<sup>134</sup> Pacienta pulsa pārbaude tiek uzskatīta par obligātu un neatņemamu diagnostikas soli. Ir bijuši mēģinājumi zinātniski pētīt, novērtēt un analizēt pulsa dinamikas atšķirības, bet līdz šim tie nav bijuši veiksmīgi, zinātniski pamatot TĶM izmantotos pulsa „raksturlielumus” vai pat pierādīt to eksistenci nav izdevies. Taču pulsa pārbaude joprojām ir diagnostikas prasme, kura ir jāmāk katram, kas sevi sauc par ārstu. TĶM gadījumā tā lielākoties jāiegūst mācekļa prakses laikā un tālāk jāapstiprina klīniskās prakses gados, attīstot to visa mūža garumā.<sup>135</sup>

<sup>132</sup> **Dubrovin D./Дубровин Д.** *Trudnije voprosi klassičeskoj kitajskoj medicini/Трудные вопросы классической китайской медицины.* 26.-27. lpp.

<sup>133</sup> **Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁.** *Zhong yi/中医.* 64. lpp.

<sup>134</sup> **Huandi/黄帝.** *Suveņ/素问.* - Pirmais teksts Huandi Neidzjin traktātā, aptver ķīniešu medicīnas teorētisko pamatu un tā diagnostikas metodes.

<sup>135</sup> **Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁.** *Zhong yi/中医.* /中医. 68. lpp.

## 2.6. Astoņi sindromi

Ārsta galvenais uzdevums ir palīdzēt atrast līdzsvaru, lai harmonizētu enerģiju *cji* un arī precīzi saprastu saikni starp pacienta garīgo un fizisko stāvokli.<sup>136</sup> Tas palīdz izvēlēties pacienta stāvoklim piemērotākās procedūras un ārstēšanas līdzekļus. Speciālistam ir arī jānosaka optimālākā procedūru kārtība, kas visātrāk atgriezīs pacientam iekšējo harmoniju un veselību. Pamatoties uz daoisma koncepcijām un principiem, tradicionālajā ķīniešu medicīnā veselība balstās uz dinamisku līdzsvaru starp pretējiem elementiem, kas pastāv līdzās cilvēka ķermenī (piem., *jiņ-jan*, *dzan-fu*, *cji-sjue*) un to savstarpēju mijiedarbību. Ja kādā no funkcionālām vienībām ir nelīdzsvarotība, tās nevarēs veikt savas funkcijas, un rezultātā var rasties slimība.

Austrumu medicīna slimību nenovērtē, pamatojoties tikai uz pacienta simptomiem, bet gan uz ķermeņa disharmonijas modeļiem. Šos modeļus nosaka astoņi principi, kas mēra vai nu *cji* pārmērību, vai trūkumu. Jebkuru slimīgo stāvokli var iedalīt vienā vai vairākos no „astoņiem sindromiem”, no kuriem katram ir konkrētas izpausmes un simptomi:

1. *Jan* sindroms - *jan* simbolizē aktivitāti, kustību, pacelšanos un intensitāti. Pacientam piemīt drudzis, pārmērīgas kustības, nervozitāte, pārmērīgas runas/domas, ātrs pulss, negausīga apetīte, palielināts libido, sarkana seja, sarkana mēle ar sausu un biezu pārklājumu.
2. *Jiņ* sindroms - *jiņ* simbolizē neveiksmi, neaktivitāti, lejupslīdi un vājumu. Pacients izskatās viegli noguris, hipotermisks, runā vājā balsī, slikti domā, lēni pārvietojas, ir apetīta zudums, libido samazināšanās, gaiša, šaura mēle ar plānu, mitru pārklājumu.<sup>137</sup>
3. Ārējais sindroms (*biao* 表) - attiecināms uz slimībām, kuras izraisa ārējie objekti un kas izpaužas uz ķermeņa virsmas, piemēram, matiem, ādas, nagiem un meridiāniem. Tās sindroma pazīmes ir ķermeņa drebuļi, drudzis, vājš pulss un galvassāpes.<sup>138</sup>
4. Iekšējais sindroms (*li* 里) - atteicas uz slimībām, kas ietekmē *dzan-fu* līdzsvaru vai dziļākus ķermeņa meridiānus. *Dzan-fu* līdzsvara stipras nobīdes gadījumā ārsta prognoze parasti ir slikta, un, ja pacients tiek glābts no letāla iznākuma, ir sagaidāma paliekoša slimības ietekme uz visu mūžu - hroniska slimība, slikta veselība.
5. Auksto sindromu (*han* 寒) var konstatēt, ja *jiņ* ir pārmērīgs, parasti ir pacientiem ar saaukstēšanos. Pacientam ir hipotermija, nogurums, sāpes, bailes no aukstuma, ūdeņaini izkārnījumi, gaiša mēle ar biezu, mitru pārklājumu un lēns pulss.

<sup>136</sup> Liu Lihong/刘力红. *Sikao zhongyi/思考中医*. 15. lpp.

<sup>137</sup> Ellis A., Wiseman N. *Fundamentals of Chinese Medicine: Zhong Yi Xue Ji Chu*. 5-20. lpp.

<sup>138</sup> Levašov I./Левашов И., Кузнецова О./Кузнецова О. *Sindromi tradicionnojo medicīni. / Синдромы традиционной китайской медицины*. 6. lpp.

6. Siltuma sindroms (*re* 热) - konstatējams, kad *jan* līmenis ir stipri pārsniegts, parasti rodas pārkarsēšanas dēļ. Pacientam bieži ir drudzis, alkas pēc aukstiem dzērieniem, sarkana seja, aizcietējums, tumšs / dzeltens urīns, sarkana mēle ar dzeltenu / melnu, taukainu pārklājumu.
7. Trūkuma sindromu (*sju* 虚) var diferencēt ar *cji*, *sjue*, *jiņ* un *jan* trūkumu ar visiem tiem raksturīgajiem simptomiem. *Jiņ* trūkums var izraisīt arī "tukšo karstumu".
8. Pārsnieguma sindroms (*ši* 实) - neefektivitātes sindroms, tas attiecas uz konkrētas kategorijas vai konkrēta *fu* pārsniegumu. Simptomi un pazīmes ir līdzīgi tiem, kas aprakstīti *jan* vai karstajam sindromam: drudzis, slāpes, hiperaktivitāte, vēdera pilnība, aizcietējums un sarkana pārklāta mēle.<sup>139</sup>

## 2.7. Dzeltenā Imperatora Iekšējais Kanons

Dzeltenā Imperatora Iekšējais Kanons - „Huandi neidzjin” (黄帝内经) ir senākais no slavenākajiem rokraksta dokumentiem tradicionālajā ķīniešu medicīnā. Grāmatu apkopoja pirms vairāk nekā 2200 gadiem, Karojošo valsts periodā (战国时代). Traktāts tiek uzskatīts par fundamentālāko un autoritatīvāko darbu tradicionālajā medicīnā. Traktāts pilnībā atspoguļo daoism domāšanu.

Pirmajā tekstā „Suven” (素问), kas pazīstams arī kā „Pamata jautājumi”, apskatīti ķīniešu medicīnas teorētiskie pamati un tās diagnostikas metodes. Otrajā tekstā „Linšu” (灵枢), k var iztulkot kā „Garīgais atbalsts” ir sīki aprakstīta akupunktūras terapija. Vel divi teksti, „Mintan” (明堂), kas var var burtiski tulkot kā Gaismas zāle un „Taisu” (太素) „Lielais pamats”, ir saglabājušies tikai daļēji. Teksts ir uzrakstīts kā dialogs starp Dzelteno imperatoru un vienu no viņa ministriem Cjibo (岐伯).

Dzeltenais imperators jeb Huandi 黄帝 ir mītisks Ķīnas „Trīs valdnieku un Piecu imperatoru laika”<sup>140</sup> valdnieks, tiek uzskatīts arī par vienu no daoisma aizsācējiem.<sup>141</sup> Huandi valdījis simt gadus un pēc tam uzņēmts debesīs, uz zemes atstājot savas drēbes.<sup>142</sup> Vards Huandi ir tulkojams kā „Dzeltenais imperators”. Simbols 帝 *di* var nozīmēt ne tikai „imperatoru”, bet arī „garu” vai „dievību”. Nosaukuma daļa 黄 *huan* - „dzeltens” arī ietver dziļu simboliku. Dzeltena krāsa ir saistīta ar Ķīnas „Dzelteno upi” — Huanhe 黄河, kura ir tā

<sup>139</sup>Ellis A., Wiseman N. *Fundamentals of Chinese Medicine: Zhong Yi Xue Ji Chu*. 20-44. lpp.

<sup>140</sup>Trīs valdnieki un Pieci imperatori 三皇五帝 ir mitoloģisku dievu un valdnieku grupa, kas Ķīnas ziemeļos esot dzīvojuši vēlīnajā neolīta laikmetā starp 2852. un 2070. g. p.m.ē., periodā pirms mītiskās Sja dinastijas. Vēlākajos gados tie uzskatīti par Ķīnas dažādo tautību pirmtēviem un kultūras paražu aizsācējiem.

<sup>141</sup>Hucker C. *China's Imperial Past: An Introduction to Chinese History and Culture*. 22. lpp.

<sup>142</sup>Sarah A. *The Myth of the Xia Dynasty*. 242-256. lpp.

nosaukta, jo upes ūdenim ir dzeltenīga nokrāsa. Pēc teorijas par pieciem elementiem dzeltenā krāsa apzīmē zemi un arī centru. (skat. Pielikums 5.) Vēlākajos gadsimtos Ķīnas imperatori nēsāja zeltaini dzeltenas krāsas drēbes. Pētnieks Huanfu Mi 皇甫 – ķīniešu pētnieks un pirmā kanona par akupunktūru un piededzināšanu ( 针灸甲乙经 *Džendju dzjai dzjin*) autors, kurš dzīvoja 215.-282. gadā, uzskatīja, ka Huandi ir kalna nosaukums, kurā dzīvoja imperators. Taču pētnieks Lian Jušen 梁玉生, kurš dzīvoja 1745.-1819. gadā, gluži pretēji uzskatīja, ka kalns tika nosaukts par godu Dzeltenajam imperatoram.<sup>143</sup>

Dzeltenā imperatora valdīšanas laikā tika likti ķīniešu civilizācijas pamati. Huan-Lao ticības tradīcijā Huandi tiek uzskatīts arī par daoisma aizsācēju. Saskaņā ar tradicionālajām hronikām, viņš esot valdījis simts gadus - no 2697. līdz 2597. gadam (vai 2698.-2598.g.) p.m.ē. Dzeltenā imperatora valdīšanas laikā sabiedrība bija stabila, tās kultūra tika strauji bagātināta. Šajā laikā tika izgudrotas daudzas praktiskas lietas, piemēram, laivas, rati, ieroči, rakstība, mūzika, kalendārs, apģērbs, keramikas un zīda ražošana, kā arī kompass.

Tomēr mūsdienu vēsturnieku viedoklis ir tāds, ka grāmatu „Huandi neidzjin” kopīgi rakstīja vairāki Karojošo valstu periodā un Haņ dinastijas 汉朝 laika slaveni akupunktūras ārsti<sup>144</sup>.

Kanonā atkāpjas no vecajiem šamanistiskajiem uzskatiem, ka slimību izraisīja dēmoniskas ietekmes. Tā vietā uztura, dzīvesveida, emociju, vides un vecuma dabiskā ietekme ir iemesls, kāpēc slimības attīstās. Saskaņā ar kanonu, Visumu veido dažādi daoisma principi, piemēram, *jiņ* un *jan*, *cji* enerģija un Piecu elementu teorija. Traktāts izšķir deviņas galvenās medicīnas „kategorijas” vai „likumus”. Šie likumi tiek salīdzināti ar cilvēka ķermeņa daļām.<sup>145</sup>

Pirmie trīs likumi - debesis, zeme un cilvēks - simbolizē visu savstarpējo attiecību kompleksu.<sup>146</sup> Filozofs Mencijs izskaidro šos trīs likumus no cilvēka iekšējās apziņas viedokļa: "Tas, kas līdz pat robežai pilnveido savu iekšējo apziņu, zina savu dabu (tā ir Zeme); kas pazīst savu dabu, pazina debesis."<sup>147</sup>

Laiks ir kategorija, uz kuras pamata tiek saprastas ikdienišķas un sezonālas izmaiņas, vissvarīgāko orgānu darbība, enerģijas *cji* un asinis aprīte ķermenī. Uzskata, ka ir arī saikne starp gadalaiku un personas pulsa raksturu.

<sup>143</sup> Nienhauser W. *The Grand Scribe's Records*, vol. 1. 1. lpp.

<sup>144</sup> Haņu dinastija (Haņ Čao ) 汉朝 senās Ķīnas dinastija un vēstures posms no 206. gada p.m.ē. līdz 220. gadam

<sup>145</sup> Ellis A., Wiseman N. *Fundamentals of Chinese Medicine: Zhong Yi Xue Ji Chu*. 44. lpp.

<sup>146</sup> Vinogorodskij V./Виногородский Б. *Трактат Желтого императора о внутреннем*. 24.-28. lpp.

<sup>147</sup> Mendzi/Мэн-цзы; Duman L./Думана Л (tulk.). *Izbrannije mesta/Избранные места*. 10. lpp.

Ritms - no *jiņ-jan* jēdziena seko piecu primāro elementu jēdziens, kas veido visu lietu un parādību pamatu. Pieci blīvi orgāni (*dzan* 脏), kurus daoismā uzskata par *jiņ* orgāniem - sirds, aknas, liesa, plaušas, nieres, ir iedalīti piecos primārajos elementos. Cilvēka emocionālajā sfērā piecas emocijas atbilst pieciem primārajiem elementiem. Ir arī piecas krāsas, piecas skaņas, pieci sezonālie cilvēkam kaitējošie klimatiskie efekti, piecu veidu ķermeņa šķidrums utml. Starp ritmikas pazīmēm, uz kurām attiecas cilvēka dzīvība ir elpošana, pulsa ritms, diena un nakts cikls, gada sezonas un ikgadējie cikli, saskaņā ar tiem mainās funkcionālo sistēmu darbība.

Zvaigznes - cilvēka dzīve ir pakļauta šim likumam. Tas attiecas uz mēness fāzēm un planētu kustību, saules un zvaigžņu stāvokļiem, zodiaka zīmju ietekmi uz cilvēka veselību un likteni.

Vējš - šis likums nosaka vēja ietekmi uz veselību, kā arī visa cilvēka enerģētiskā potenciāla stāvokli, ko apzīmē *cji* dzīvojošo spēku koncepcija.

Kosmosa likums nosaka slimības, kas ietekmē vispārējo ķermeņa patoloģisko procesu gaitu. Ārstam jāņem vērā "smalkās" slimības sastāvdaļas, piemēram, tās, kuras nosaka ekstrasensori (saskaņā ar mūsdienu interpretācijām).<sup>148</sup>

---

<sup>148</sup>**Vinogrodskij B./Виноградский Б.** *Traktat Žoltojo imperatora o vnutrennijem / Трактат Желтого Императора о внутреннем.* 5-50. lpp.

## 3. Akupunktūra

### 3.1. Akupunktūras metode

Akupunktūra (针灸 *džeņdzju*) ir viena no tradicionālajām ķīniešu medicīnas praksēm un ir pazīstama arī kā „adatu terapija”. Akupunktūra tiek veikta, izmantojot akupunktūras punktus, kurus ietekmē ar akupunktūras adatām, kas tiek ievietotas noteiktās ādas zonās. Adatu terapija stimulē organismu, lai tas spētu uzveikt dažādas slimības un nepilnības.

Agrīnie akupunktūras uzskati balstījās uz tradicionālās ķīniešu medicīnas kopīgiem jēdzieniem, piemēram, dzīves spēka enerģiju, ko sauc par *cji*. Akupunktūras punkti ļauj ietekmēt *cji* plūsmu: pārdalīt enerģiju un pavērst tās plūsmu vietās, kur tas ir nepieciešams, tādējādi novēršot cilvēka ķermeņa nelīdzsvarotību. Tiek uzskatīts, ka *cji* plūst no organisma primārajiem (*dzan-fu*) orgāniem uz papildorgāniem (āda, muskuļi, cīpsla, kauli), izmantojot kanālus, ko sauc par meridiāniem. Tradicionālajā ķīniešu medicīnā slimība parasti tiek uztverta kā nesaskaņa vai nelīdzsvarotība starp tādām enerģijām kā *jiņ* un *jan*, *cji* un *sjue*, *dzan* un *fu*. Terapija lielākoties ir balstīta uz to, lai identificētu un ietekmētu "nesaskaņas modeli".<sup>149</sup>

### 3.2. Akupunktūras adatas

Akupunktūras adatu izgatavošanai paredzētais materiāls, pašsaprotami, var būt atšķirīgs, visizplatītākā atšķirība ir starp adatas un tās pamatnes materiāliem. Senos laikos kairināšanai tika izmantoti asu akmeņu galiņi, porcelāna fragmenti vai adatas no bambusa. Taču VI gs. p.m.ē. cilvēki sāka izmantot arī sudraba un zelta adatas. Senajā traktātā "Huandi neidzjin" ir aprakstītas 9 akupunktūras adatu formas, kuras tajā laikā izmantoja, lai ārstētu ķermeni. Kopumā: cilindriskas, plakanas, apaļas, trīsstūrveida, šķēpu formas, adatas ar asu galu un to paveidi. Šīs adatas bija paredzētas ne tikai akupunktūrai, bet arī kalpoja kā viens no galveniem ķirurģiskajiem instrumentiem.<sup>150</sup> Akupunktūrai galvenokārt izmantoja plānas un apaļas adatas ar asu galu, retāk trīsstūrveida. Tradicionālajā ķīniešu medicīnā liela nozīme tika piešķirta metālam, no kura izgatavota adata; tika uzskatīts, ka zelta adatai ir stimulējoša iedarbība uz ķermeni, bet sudrabainai - nomierinoša iedarbība. Akupunkti atrodas visā ķermenī un darbojas kā vārti, lai ietekmētu, novirzītu, palielinātu vai samazinātu svarīgāko *cji*, tādējādi izlabojot nelīdzsvarotību, kas izraisa slimību. Lielākā daļa pacientu nejūt adatas

<sup>149</sup>Flaws B., Finney D. *A handbook of TCM patterns & their treatments (6th ed.)*. 9-10. lpp.

<sup>150</sup>Vinogorodskij B./Виногородский Б. *Traktat Žoltogo imperatora o vnutrenņjem / Трактат Желтого Императора о внутреннем*. 200.-250. lpp.

ārstēšanas laikā. Pašlaik akupunktūra tiek veikta, izmantojot plānākas metāla adatas, kas tiek ievietotas dažādos dziļumos atkarībā no stimulācijas vietas. Adatām jābūt elastīgām, bez jebkādam pamanāmām deformācijām, adatu ražošanā tiek izmantots galvenokārt tērauds, sudrabs un zelts.<sup>151</sup>

Akupunktūras adatas parasti ir izgatavotas no nerūsējošā tērauda, kas padara tās elastīgas un pietiekoši cietas, kā arī novērš rūsas parādīšanos. Adatas bieži ir vienreizējas, tās tiek iznīcinātas pēc vienīgās lietošanas, lai novērstu iespējamo piesārņojumu. Ja adatas ir ekskluzīvas, tās tomēr ir ieteicams lietot atkārtot, pēc katras lietošanas reizes tās sterilizējot.

Adatu garumi svārstās robežās no 13 līdz 130 milimetriem, īsākas adatas tiek izmantotas sejai un acu tuvumā, garākas adatas - vietās ar biezāku ādu; adatu diametrs svārstās no 0,16 mm līdz 0,46 mm. Plānākas adatas var būt elastīgas, to ievietošanai ir nepieciešamas īpašas caurules. Adatas galu nedrīkst padarīt pārāk asu, jo asas adatas pacientam spēj izraisīt stipras sāpju sajūtas un pat ievainot viņu.<sup>152</sup>

Pēc pacienta ādas sterilizēšanas adatas tiek ievietotas (bieži ar plastmasas caurules palīdzību) akupunktos. Ievietotās adatas var manipulēt dažādos veidos, ieskaitot vērpsanu, bīdīšanu vai pārvietošanu uz augšu un uz leju attiecībā pret ādu. Tā kā vairums ar procedūru saistīto iespējamo sāpju sajūtu rodas adatu ievietošanas ādas virspusējos slāņos dēļ, ieteicams adatas ievietot ātri, bet tajā pašā laikā precīzi. Dažos gadījumos adatas speciāli tiek stimulētas ar rokām, lai radītu blāvu, lokalizētu, sāpīgu sajūtu, ko sauc par "adatu satveršanu". Akupunktūra var būt sāpīga. Ārsta prasmju līmenis un pieredze tiešā veidā ietekmē to, cik sāpīga ir adatu ievietošana, pietiekami kvalificēts ārsts var ievietot adatas neradot sāpes.<sup>153</sup>

### 3.3. Divpadsmīt pamatmeridiāni

Meridiānu sistēma (*dzjinluo* 经络) ir tradicionālās ķīniešu medicīnas koncepcija par ceļiem, caur kuriem plūst dzīvības enerģija, kas ir pazīstama kā *cji*. *Dzjinluo* teorija ir ļoti svarīga akupunktūras, kā arī zāļu terapijas metodēm, tā ir daoisma koncepcija, kura saistīta ar *jīn-jan*, *cji*, *sjue* un piecu elementu teoriju. Tā ir koncepcija par „līnijām”, kur „līnijas” ir kanāli *dzjin* 经 un meridiāni *luo* 络. Tie, kas izklienējas horizontāli, ir *luo* meridiāni. Lai gan meridiāni darbojas kā kanālu sistēma, kas pārvadā un izplata *cji* un asinis, tie nav asinsvadi, un tiem nav anatomiskās struktūras.<sup>154</sup> Meridiāni darbojas kā tīkls, līdzīgi autoceļu sistēmai, ko var attēlot visā ķermenī. Tie ir līdzīgi Rietumu medicīnas asinsrites sistēmai, bet ir jāuzsver, ka meridiāni nav anatomiskie, fiziski ķermenī eksistējošie veidojumi.

<sup>151</sup> Aung S., Chen W. *Clinical Introduction to Medical Acupuncture*. 116. lpp.

<sup>152</sup> Ellis A., Wiseman N., Boss K. *Fundamentals of Chinese Acupuncture*. 2.-3. lpp.

<sup>153</sup> Aung S., Chen W. *Clinical Introduction to Medical Acupuncture*. 113- 114. lpp.

<sup>154</sup> Liu Zhan-wen. *Health Cultivation in Chinese Medicine*. 255.-257. lpp.

Ķīniešu medicīna izšķir 12 pamatmeridiānus, kas atbilst 12 galvenajiem orgāniem.<sup>155</sup> Meridiāni ir kanāli vai ceļi, caur kuriem izplūst *cji* enerģija. Pamatmeridiāniem līdzās pastāv arī 2 nepāra meridiāni, 15 sekundārie un 8 „brīnumainie” meridiāni.

Divpadsmit pamatmeridiāni tiek saukti arī par galvenajiem meridiāniem un ir iedalīti *jiņ* un *jan* grupās. Meridiāni, kas saistīti ar *jiņ* orgāniem, ir pazīstami kā *jiņ* meridiāni; ja meridiāni ir saistīti ar *jan* orgāniem, tie ir pazīstami kā *jan* meridiāni. (sk. 9. pielikumu).<sup>156</sup> Tie dalās uz trim *jiņ* roku meridiāniem, trim *jan* roku meridiāniem, trim *jiņ* kāju meridiāniem un trim *jan* kāju meridiāniem. Katrs *jiņ* meridiāns ir savienots ar tam atbilstošu *jan* meridiānu un otrādi. Savukārt *Jan* meridiāni vienmēr atbilst dobu orgāniem - *fu*, *jiņ* meridiāni vienmēr atbilst blīvu orgāniem *dzan*. Rokas meridiāni 手经 (*šoudzjin*) iet caur augšējām ekstremitātēm, kājas meridiāni 足经 iet caur apakšējām ekstremitātēm. Katrā meridiānā ir meridiānu punkti, to kopējais skaits sasniedz 6000. Tiek uzskatīts, ka akupunktūras punkti ir vietas uz ķermeņa virsmas, kas ir paaugstināti jutīgas pret ķermeņa elektriskajiem impulsiem. Visi meridiāni ir savienoti vienā tīklā. Enerģijas kanāli nonāk cits citā, tie it kā „ietin” cilvēka ķermeni nepārtrauktos vados, caur kuriem notiek *cji* enerģijas plūsma. Dzīvības enerģija iekļūst organismā caur plaušām un sāk cirkulēt no plaušu meridiāna. Kad cilvēks piedzimst, viņam ir jāelpo, bērns sāk raudāt, un tas nozīmē, ka plaušas strādā. Pēc tam šī enerģija sāk cirkulēt arī caur pārējiem meridiāniem. Katram meridiānam ir maksimālās aktivitātes stundas. Novirzīt lieko enerģiju no orgāna ir labāk maksimālās aktivitātes laikā. Nostiprināt vāju orgānu labāk šī orgāna (meridiāna) minimālās aktivitātes laikā.<sup>157</sup>

Meridiānu sistēma ļauj ne tikai izprast un izskaidrot ķermeņa fizioloģisko un energoapgādes sistēmu, bet arī ļauj noteikt slimību cēloņsakarību un to attīstību. Zināšanas par meridiānu gaitu (ceļš organismā) un to funkcijām ļauj noteikt diagnozi un piemeklēt atbilstošu ārstēšanu.

Ķīniešu medicīna uzskata, ka visā organismā ir izplatīts tīkls, ko sauc par meridiānu sistēmu, tas izskatās kā milzīgs tīmeklis, kas savieno dažādas ķermeņa daļas. Tā ceļi veido visaptverošu, tomēr sarežģītu ķermeņa karti, kas nodrošina dzīvības enerģiju katrai ķermeņa daļai. Filozofiski meridiānu sistēma izskaidro, kā mēs dzīvojam un kāpēc mēs slimojam.

---

<sup>155</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning/赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 38. lpp.

<sup>156</sup> Tabeeva D./Табеева Д. *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии*. 270.

lpp

<sup>157</sup> Nikolaev N./Николаев Н. *Kliniceskie lekcii/ Клинические лекции*. 30. lpp.

*Dzjin* un *luo* ir divi interesanti jēdzieni, kas veido meridiānu sistēmas pamatelementus. Šie jēdzieni ir pazīstami jau vairākus tūkstošus gadus un ir atspoguļoti senajā ķīniešu medicīnas tekstā “Huandi neidzjin”.<sup>158</sup>

Senos laikos no ikdienas pieredzes ķīnieši pakāpeniski atpazīna, kad radās kādas konkrētas slimības vai orgānu darbības traucējumi, radās sāpes noteiktā ādas daļā, kas bieži vien bija saistītas ar ādas krāsas izmaiņām. Ķīnieši stimulēja dažādus akupunktūras punktus, lai atbrīvotos no konkrētas slimības. Tā cilvēki attīstīja šos akupunktūras pētījumus un atrada punktus ar līdzīgu iedarbību, tie vienmēr tika iedalīti organizētā veidā pēc to iedarbības. Pēc tam, kad uzkrātās zināšanas bija pietiekošas, caur vienotas klasifikācijas formulēšanu un analīzēm tika izveidota meridiāna karte. (sk. 11. pielikumu)

Meridiāni ir akupunktūras punktu kolekcija, apvienojot dažādas ķermeņa daļas, meridiāni nodrošina transporta funkciju *cji* enerģijai, asinīm un ķermeņa šķidrumiem. Eksistē 365 akupunktūras punkti, un katrs punkts pieder pie konkrēta meridiāna kanāla, kas savienojas ar konkrētiem orgāniem.<sup>159</sup> Lai gan akupunktūras punkti atrodas “ārēji” un “virspusēji”, tie, pēc TĶM uzskatiem, spēj ietekmēt mūsu ķermeņa iekšējās funkcijas.

### 3.3.1. Meridiāns I

Pirmais jeb plaušu meridiāns(手太阴肺经 *šou taijin fei dzjin*) attiecas uz *jin* rokas meridiānu sistēmu. Tas ir simetriskais pāra meridiāns, tā maksimālā aktivitāte ir no 3 līdz 5 rītā. Šajā meridiānā ir novietoti 11 akupunkti.<sup>160</sup>

Enerģijas *cji* gaita šī meridiānā sākas no kuņģa un virzās uz leju, lai savienotos ar resno zarnu, pēc tam tā pagriežas un iet cauri diafragmai, lai savienotos ar plaušām. No plaušu sistēmas tā virzās caur traheju (LU1), tālāk tā šķērso plecu virsmu un parādās īkšņa galā (LU11), kur savienojas ar resnā zarnu meridiānu.<sup>161</sup>

Plaušu meridiāna traucējumi noved pie slimībām, kas saistītas ar plaušu disfunkciju. Saskaņā ar tradicionālo ķīniešu medicīnu, plaušas regulē enerģiju *cji* visā ķermenī, kā zināms, tās arī pārvalda elpošanu. Plaušas regulē ūdens kanālus, tāpēc šī meridiāna traucējumi var būt saistīti ar plaušu šķidrums vai "ūdens" traucējumiem un elpošanas traucējumiem.

Šis meridiāns atbild par šādām slimībām:

- aizdusa (elpas trūkums);

<sup>158</sup> Vinogorodskij B./Виногородский Б. *Traktat Žjoltogo imperatora o vnutrennjem / Трактат Желтого Императора о внутреннем*. 39. lpp.

<sup>159</sup> Liu Zhan-wen. *Health Cultivation in Chinese Medicine*. 254. lpp.

<sup>160</sup> Usakova N./Усакова Н., Karimova G. / Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 19. lpp.

<sup>161</sup> Tabeeva D./Табеева Д. *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/Руководство по иглорефлексотерапии*. 271. lpp.

- klepus;
- galvassāpes;
- reibonis;
- deguna asiņošana;
- vemšana;
- astma;
- artrīts;<sup>162 163</sup>
- bronhīts.<sup>164</sup>

### 3.3.2. Meridiāns II

Otrais jeb resnās zarnas(手阳明大肠经 *šou jan min dačan dzjin*) meridiāns atbilst *jan* rokas meridiānu sistēmai un arī ir simetriskais pāra meridiāns, tā maksimālā aktivitāte ir novērojama laikā no 5 līdz 7 vakarā. Meridiānā II atrodas 20 akupunkti.<sup>165</sup>

Energijas *cji* gaita šī meridiānā sākas no rādītājpirksta gala (LII) un iet starp īkšķi un rādītājpirkstu.<sup>166</sup> Pēc tām tā turpina gaitu pa apakšdelmu, līdz tā sasniedz augstāko pleca punktu, no kurienes sākas divi meridiāna atzari, viens iet iekšā plaušās, tālāk virzoties caur diafragmu un resno zarnu, bet otrais iet uz augšu, kur tā šķērso kaklu un vaigu un iekļūst zobos un smaganās. Tad tā izliecas ap augšējo lūpu un beidzas zem deguna (LI20).

Resnās zarnu meridiānas disharmonija var izraisīt sāpes vēderā, zarnu krampjus, caureju, aizcietējumus un dizentēriju. Šis meridiāns atbild par šādām slimībām:

- zobu sāpes;
- resnā zarnu stagnācija;
- vēdera uzpūšanās;
- caureja;
- elpas trūkums;
- sāpes plaukstās, pirkstos;
- sāpes mugurā un plecos.<sup>167</sup>

<sup>162</sup> Artrīts ir vienas vai vairāku locītavu iekaisums.

<sup>163</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. Zhong yi/中医. 57. lpp.

<sup>164</sup> Cheng Xinnong. Chinese Acupuncture and Moxibustion. 69. lpp.

<sup>165</sup> Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г. Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии. 20. lpp.

<sup>166</sup> Tabeeva D./Табеева Д. Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/Руководство по иглорефлексотерапии. 174. lpp.

<sup>167</sup> Cheng Xinnong. Chinese Acupuncture and Moxibustion. 69. lpp.

### 3.3.3. Meridiāns III

Trešais jeb kuņģa meridiāns(足阳明胃经 *dzu jan min vei dzjin*) attiecas uz *jan* kājas meridiānu sistēmu. Tas ir simetriskais pāra meridiāns, tā maksimālā aktivitāte ir no 7 līdz 9 no rīta.<sup>168</sup> Meridiānā III ir novietoti 45 punkti, pirmie no tiem atrodas galvas un kakla apvidū.<sup>169</sup>

Enerģijas *cji* gaita kuņģa meridiānā sākas no resnā zarnu meridiāna beigām - deguna pusē (LI20) un iet caur acs iekšējo stūri (BL1). Dodoties uz leju, tā nonāk augšējā daļā un izliecas ap lūpām un apakšžokli (RN24). Tad tas pagriežas uz augšu, ejot pie auss, līdz tā sasniedz pieres stūri, kur tā sadalās uz iekšējo un ārējo meridiānu atzarēm. Iekšējais meridiānu atzars sākas no apakšžokļa, virzoties uz leju, līdz tas sasniedz kuņģi. Ārējais meridiānu atzars šķērso kaklu, krūtis, vēderu un cirksni, kur tas iet tālāk uz leju, zem kājas, līdz tas sasniedz pēdas augšdaļu. Tas beidzas vidējā pirksta galā. Vēl viens meridiānu atzars parādās no pēdas virsmas (ST42) un beidzas pie īkšķa (SP1), lai izveidotu savienojumu ar liesas meridiānu.<sup>170</sup>

Kuņģa meridiāna traucējumiem ir raksturīgas šādas slimības:

- kuņģa sāpes;
- bads;
- slikta dūša;
- vemšana;
- vēdera uzpūšanās;
- ascīts<sup>171 172</sup>;
- deguna asiņošana;
- sāpes krūtīs.<sup>173</sup>

### 3.3.4. Meridiāns IV

Ceturtais jeb liesas, aizkuņģa dziedzeru meridiāns(足太阴脾经 *dzu taijin pi dzjin*) attiecas uz *jin* kājas meridiānu sistēmu. Tas ir simetriskais pāra meridiāns, un tā maksimālā aktivitāte ir no 9 līdz 11 no rīta. Meridiānā IV ir novietots 21 akupunktūras punkts.<sup>174</sup>

---

<sup>168</sup> **Tabeeva D./Табеева Д.** *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии.* lpp. 185-186.

<sup>169</sup> **Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г.** *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии.* 21. lpp.

<sup>170</sup> **Cheng Xinnong.** *Chinese Acupuncture and Moxibustion.* 69-70. lpp.

<sup>171</sup> Ascīts ir stenoza šķidrums (transudāta) uzkrāšanās vēdera dobumā.

<sup>172</sup> **Runyon B., Montano A., Akriyadis E., Antillon M., Irving M., McHutchison J.** *The serum-ascites albumin gradient is superior to the exudate-transudate concept in the differential diagnosis of ascites.* 215. lpp.

<sup>173</sup> **Liu Zhan-wen.** *Health Cultivation in Chinese Medicine.* 255. lpp.

<sup>174</sup> **Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г.** *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии.* 22. lpp.

Akupunktūras punkti šajā meridiānā ir saistīti ar ginekoloģiskām un dzimumorgānu slimībām.<sup>175</sup>

Enerģijas *cji* gaita liesas meridiānā sākas pie kājas ģkšļa (SP1) un iet pa pēdas iekšpusi, kas šķērso iekšējo potīti, pēc tam tā paceļas uz augšstilbam, nonāk vēdera dobumā, savienojas ar liesu beidzas starp ribām. Meridiānu atzars iet no augšstilbas uz vēdera dobuma, turpina gaitu līdz krūtīm, iet caur kaklu un beidzas ar mēli. Otrais meridiānu atzars sākas ar kuņģi, iet pie sirds, kur krustas ar sirds meridiānu.

Liesas meridiāna disharmonija ir saistīta ar liesas disfunkciju. Liesas meridiāna traucējumiem ir raksturīgi:

- vēdera uzpūšanās;
- caureja;
- sāpes kuņģī;
- krampji (bērnim);
- sāpes mugurkaula jostas daļā;
- sāpes kājās;
- vemšana.<sup>176</sup>

### 3.3.5. Meridiāns V

Piektais jeb sirds meridiāns (手少阴心经 *šou šao jin sjiņ dzjin*) attiecas uz *jin* rokas meridiānu sistēmu. Tas ir simetriskais pāra meridiāns, tā maksimālā aktivitāte ir no 11 līdz 13. Šajā meridiānā ir novietoti 9 akupunktūras punkti.<sup>177</sup>

Sirds meridiāna gaita sākas no sirds, tā sadalās trīs meridiānu atzaros. Viens iet uz tievo zarnu, otrais virzās uz augšu gar kaklu pie acīm, un trešais zars sākās padusēs (HT1), iet gar elkoņi, pēc tam tas šķērso plaukstu un beidzas pie mazā pirksta iekšpuses (HT9), kur tas savienojas ar tievo zarnu meridiānu.

Tradicionālajā ķīniešu medicīnā sistēmā sirds regulē asinis un pulsu. Sāpes apakšdelma iekšpusē un siltums plaukstā var norādīt arī problēmas šajā meridiānā. Akupunktūras punkti šajā meridiānā ir saistīti ar sirds, krūšu un garīgās veselības problēmām.<sup>178</sup> Šis meridiāns atbild par šādām slimībām:

- sirds slimības;

---

<sup>175</sup>Tabeeva D./Табеева Д. *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии*. 192. lpp.

<sup>176</sup>Cheng Xinnong. *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. 71. lpp.

<sup>177</sup>Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 23. lpp.

<sup>178</sup>Tabeeva D./Табеева Д. *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии*. 218-223. lpp.

- kakla sausums;
- depresija;
- perikardīts (perikarda (sirds somiņas) iekaisums);
- krampji krūšu kurvī un asinsvadu muskuļos;
- plecu sāpes;
- tuberkuloze<sup>179 180</sup>;
- slikta dūša.<sup>181</sup>

### 3.3.6. Meridiāns VI

Sestais vai tievās zarnas meridiāns (手太阳小肠经 *šou taijan sjaočan dzjin*) attiecas uz *jan* rokas meridiānu sistēmu. Tas ir simetriskais pāra meridiāns, un tā maksimālā aktivitāte ir no 13 līdz 15. Meridiānā VI ir novietoti 19 akupunktūras punkti.<sup>182</sup>

Tievo zarnu meridiāna gaita sākas no mazā pirksta gala (SI1), kur tā savienojas ar sirds meridiānu, šķērso plaukstu. Tā iet uz augšu pa elkoņi, pa pleci un apakšdelmu, līdz tā sasniedz lāpstiņu, iet uz atslēgas kauli (DU14), tā dodas iekšēja virzienā caur sirdi un kuņģi, lai sasniegtu tievo zarnu. Pirmā meridiānu atzara gaita iet no atslēgas kaulim līdz tā sasniedz acs ārējo stūri un pēc tam iekļūst ausī (SI19). Otrais meridiānu atzars virzās uz augšu - uz acs iekšējo stūri, kur tas savienojas ar urīnpūšļa meridiānu.<sup>183</sup>

Akupunktūras punkti šajā meridiānā ir saistīti ar galvas, kakla, ausu, acu un rīkles slimībām, kā arī dažiem drudža apstākļiem un garīgām slimībām. Šis meridiāns atbild par šādām slimībām:

- sāpes acīs;
- galvassāpes;
- klepus;
- tonsilīts<sup>184 185</sup>;
- sirds slimības;
- sāpes apakšdelmā;

<sup>179</sup>Tuberkuloze (*tuberculum*) jeb dilonis ir plaši izplatīta un bieži nāvējoša infekcijas slimība, kuru izraisa mikobaktērijas. Slimība parasti skar plaušas, bet tā var arī uzbrukt centrālajai nervu sistēmai, limfrites sistēmai, asinsrites sistēmai, gremošanas orgānu sistēmai, kā arī kauliem, locītavām un pat ādai.

<sup>180</sup>**Kumar V., Abbas A., Fausto N., Mitchell R.** *Robbins Basic Pathology (8th ed.)*. 516.-522. lpp.

<sup>181</sup>**Cheng Xinnong.** *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. 71., 74. lpp.

<sup>182</sup>**Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г.** *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 24. lpp.

<sup>183</sup>**Cheng Xinnong.** *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. 74-75. lpp.

<sup>184</sup>Tonsilīts (*tonsillitis chronica*) ir hronisks kakla mandeļu iekaisums, kas galvenokārt attīstās pēc vairākkārtējas slimošanas ar angīnu.

<sup>185</sup>Populārā medicīnas enciklopēdija. Neslimo.lv.

- slimības dzemdes kakla<sup>186 187</sup> un kakla siksna reģionā;
- radzenes necauraidība;
- saindēšanās ar pārtiku;
- leikoze<sup>188 189</sup>.

### 3.3.7. Meridiāns VII

Septītais jeb urīnpūšļa meridiāns(足太阳膀胱经 *dzu taijan panguan dzjin*) attiecas uz *jan* kājas meridiānu sistēmu, tas ir simetriskais pāra meridiāns. Tā maksimālā aktivitāte ir no 15 līdz 17, bet dažreiz procedūras tiek veiktas līdz pat vēlam vakaram. Meridiānā ir novietoti 67 akupunktūras punkti.<sup>190</sup>

Urīnpūšļa meridiāna gaita sākas acs iekšpusē (BL1) un iet pāri pieri, lai sasniegtu smadzenēs (DV20). Tad meridiāns sadalās uz diviem atzariem. Viens meridiānu atzars šķērso kakla pamatnes centru un virzās uz leju paralēli mugurkaulam, lai sasniegtu urīnpūsli. Otrais meridiānu atzars šķērso muguru un iet uz leju, kas savienojas ceļgala aizmugurē. Tad kopīgais meridiāns turpinās pa apakšstilba aizmuguri (BL30), un beidzas mazā pirksta gala (BL67), kur tas savienojas ar nieru meridiānu.<sup>191</sup>

Urīnpūšļa meridiāna disharmonija var izraisīt urīnpūšļa disfunkcijas problēmas. Tas bieži ir saistīts ar simptomiem, ko izraisa ārējās kaitīgās ietekmes (ārējās ietekmes, kas izraisa tādas slimības kā aukstums, vējš, ugunsgrēks, mitrums, sausums un vasaras karstums). Nozīmīgākās slimības, par ko atbild meridiāns, ir:

- acu slimības;
- galvas sāpes;
- reibonis;
- urīna nolaišanas traucējumi;
- urīna aizturēšana;
- sāpes ceļgala locītavās;
- sāpes ikros, pēdās;
- sāpes kaklā;

<sup>186</sup> Dzemdes kakla vēzis ir dzemdes kakla ļaundabīgs audzējs, kura izcelsmē svarīga nozīme ir cilvēka papillomas vīrusam (HPV — Human papilloma virus).

<sup>187</sup> **Dunne E., Park I.** *HPV and HPV-associated diseases.* 765–778. lpp.

<sup>188</sup> Leikēmija jeb leikoze ir ļaundabīga asins slimība.

<sup>189</sup> Populārā medicīnas enciklopēdija. Neslimo.lv.

<sup>190</sup> **Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г.** *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии.* 25. lpp.

<sup>191</sup> **Cheng Xinnong.** *Chinese Acupuncture and Moxibustion.* 75., 78. lpp.

- sāpes mugurā.<sup>192</sup>

### 3.3.8. Meridiāns VIII

Astotais jeb nieres meridiāns (足少阴肾经 *dzu šao jin šeņ dzjin*) attiecas uz *jin* kājas meridiāna sistēmu, tas ir simetriskais pāra meridiāns. Šajā meridiānā ir novietoti 27 akupunktūras punkti. Tā maksimālā aktivitāte ir no 17 līdz 19, bet dažreiz procedūras tiek veiktas līdz pat vēlam vakaram.<sup>193</sup>

Nieru meridiāna gaita sākas no punkta (KI1), kas atrodas zem pēdas tā paceļas līdz ceļgalam, virzās uz augšu pa augšstilbam uz mugurkaulu, iet pie nierem un pārvietojas vēderā un beidzas zem atslēgas malas. Meridiānu atzars sākas no nierem, iet caur plaušām un savienojas ar sirds un perikarda meridiāniem.

Nieres meridiāna disharmonija var izpausties kā sēkšana vai klepus, jo nieres uztver *cji*.<sup>194</sup> Nozīmīgākās slimības, par ko atbild šis meridiāns, ir:

- galvassāpes;
- reibonis;
- klepus;
- aizsmakums;
- tonsilīts;
- bezmiegs;
- sirdsklauves;
- dzelte jeb ikteruss ( icterus) <sup>195</sup>;
- muskuļu krampji;
- samaņas zudums;
- urinēšanas traucējumi.<sup>196</sup>

### 3.3.9. Meridiāns IX

Devītais jeb perikarda meridiāns (手厥阴心包经 *šou jue jin sjiņbao dzjin*) attiecas uz *jin* rokas meridiāna sistēmu, tas ir simetriskais pāra meridiāns. Šajā meridiānā ir novietoti 9 akupunktūras punkti, tā maksimālā aktivitāte ir no 19 līdz 21.<sup>197</sup>

<sup>192</sup> **Tabeeva D./Табеева Д.** *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии.* 223.-226. lpp.

<sup>193</sup> **Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г.** *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии.* 26. lpp.

<sup>194</sup> **Tabeeva D./Табеева Д.** *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии.* 226.-240. lpp.

<sup>195</sup> **Buttaro T., Trybulski J., Polgar-Bailey P., Sandberg-Cook J.** *Primary Care: A Collaborative Practice (4 ed.).* 690. lpp.

<sup>196</sup> **Cheng Xinnong.** *Chinese Acupuncture and Moxibustion.* 78. lpp.

Perikarda meridiāna gaita sākas no krūtīm, no perikarda, iet caur diafragmu un savienojas ar trīs sildītāju meridiānu. Tā sasniedz elkoņa gredzenu, pēc tam tā iet uz leju - apakšdelmu un iekļūst plaukstā, tā beidzas vidējā pirksta galā (PC9). Meridiānu atzars atdalās no plaukstas (PC8), iet pa gredzena pirkstu līdz tā galam (SI1) un savienojas ar trīs sildītāju meridiānu pie gredzena pirksta gala.

Perikarda meridiāna disharmonija ir saistīta ar sirds un asins funkciju nelīdzsvarotību. Tā kā sirds glabā *šeņ* 神 jeb garīgās aktivitātes, perikarda meridiāna traucējumi ir saistīti ar māniju.<sup>198</sup> Nozīmīgākās slimības, par ko atbild meridiāns, ir:

- sāpes sirdī;
- sirds un asinsvadu sistēmas traucējumi;
- sāpes krūtīs;
- angīna;
- psihiskie traucējumi;
- tahikardija (paātrināta sirdsdarbība);
- plaušu slimības;
- uroģenitālās sistēmas slimības;
- seksuālie traucējumi.<sup>199</sup>

### 3.3.10. Meridiāns X

Desmitais jeb trīs sildītāju meridiāns (手少阳三焦经 *šou šao jan san dzjao dzjin*) attiecas uz *jan* rokas meridiāna sistēmu, tas ir simetriskais pāra meridiāns. Šajā meridiānā atrodas 23 akupunktūras punkti, meridiāna maksimālā aktivitāte ir no 21 līdz 23 vakara.<sup>200</sup>

Enerģijas *cji* gaita trīs sildītāju meridiānā sākas pie gredzena pirksta ārējā gala (SI1) un iet gar rokas, plaukstas locītavas, apakšdelmu un augšdelmu, līdz tā sasniedz plecu zonu. Viens meridiānu atzars pārvietojas iekšpusē krūtīs un iet cauri perikardam un diafragmai, apvienojot augšējo, vidējo un apakšējo cilvēka ķermeņa daļas. Otrais meridiānu atzars iet caur ausis līdz acim un beigas savienojas ar žultspūšļa meridiānu.

Trīs sildītāju meridiāna disharmonija izraisa tādas slimības kā:

- anēmija<sup>201 202</sup>;

---

<sup>197</sup>Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 27. lpp.

<sup>198</sup>Tabeeva D./Табеева Д. *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/Руководство по иглорефлексотерапии*. 250.-255. lpp.

<sup>199</sup>Cheng Xinnong. *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. 78. lpp.

<sup>200</sup>Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 28. lpp.

- dzirdes zudums;
- troksnis ausīs (*tinnīre*);
- leikoze;
- jutības un motora funkcijas traucējums elkonī un apakšdelmā;
- acu slimības;
- psihiskie traucējumi.<sup>203</sup>

### 3.3.11. Meridiāns XI

Vienpadsmitais vai žultspūšļa meridiāns (足少阳胆经 *dzu šao jan dan dzjin*) attiecas uz *jan* kājas meridiāna sistēmu, tas ir pāra un simetriskais meridiāns. Meridiānā XI ir 44 akupunktūras punkti, tā maksimālā aktivitāte ir no 23 līdz 1 naktī.<sup>204</sup>

Žultspūšļa meridiāna gaita sākas no acs ārējā stūra (GB1) , iet caur auss, pēc tam tā iet uz augšu pieres, pēc tam pie galvas aizmugurēi. Pēc tam iet uz padušu, šķērso krūtis,

nolaižas uz kājas ārējās virsmas un beidzas pie kājas gredzena pirksta. Pirmais meridiānu atzars darbojas ikšējitas iet gar pie auss. Otrais meridiānu atzars sākas virs atslēgas kaula, iet uz leju gar (ST5) un (ST6) punktiem, šķērso krūškurvi un diafragmu, iet uz aknām un žultspūsli. Tas turpina virzīties uz leju un nonāk vēderā, kur pēc tam atzars virzās uz augšstilba un apakšstilba sānu pusi, pēc potītes šķērsošanas tas iet pāri pēdai, lai sasniegtu gredzena pirksta galu (GB44). Vēl viens mazs atzars sākas no punkta (GB41), iet gar pēdu un beidzas pie īkšķa (LI1), kur savienojas ar aknu meridiānu.<sup>205</sup>

Nozīmīgākās slimības, par ko atbild meridiāns, ir:

- reibonis;
- acu slimības;
- migrēna;
- sāpes sejas zonā;
- sejas nervu paralīze;
- sāpes ribās;
- sāpes žokļos.<sup>206</sup>

---

<sup>201</sup>Anēmija jeb mazasinība ir stāvoklis, kuram raksturīgs samazināts eritrocītu un/vai hemoglobīna daudzums asinīs

<sup>202</sup>**Rodak B.** *Hematology: clinical principles and applications (3rd ed.)*. 220. lpp.

<sup>203</sup>**Cheng Xinnong.** *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. 78.-80. lpp.

<sup>204</sup>**Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г.** *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 29. lpp.

<sup>205</sup>**Tabeeva D./Табеева Д.** *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/Руководство по иглорефлексотерапии*. 267. lpp.

<sup>206</sup>**Cheng Xinnong.** *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. 80-83. lpp.

### 3.3.12. Meridiāns XII

Divpadsmitais jeb aknas meridiāns (足厥阴肝经 *dzu jue jin gan dzjin*) attiecas uz *jin* kājas meridiāna sistēmu, tas ir pāra un simetriskais meridiāns. Meridiānā XII ir 14 akupunktūras punkti, tā maksimālā aktivitāte ir no 1 līdz 3 no rīta.<sup>207</sup>

Aknu meridiāna gaita sākas nokājas īkšķa (LI1) un iet pāri pēdas augšdaļai. Pēc iekšējās potītes šķērsošanas tā turpina iet uz augšu pa apakšstilba un augšstilba iekšējo pusi, pēc tam tas iet caur dzimumorgāniem. Tālāk tā paceļas uz vēderu, pēc tam savienojas ar aknām un žultspūsli. Tālāk meridiāns virzās uz augšu pa kaklu un savienojas ar acīm. Viens no tā atzariem iet iekšēji no acs un pārvietojas uz leju uz vaigu, kur tas beidzas pie lūpam. Vēl viens meridiānu atzars sākas no aknām un šķērso diafragmu, pēc tam plaušas, kur tas savienojas ar plaušu meridiānu un pabeidz divpadsmit meridiānu ciklu.<sup>208</sup>

Nozīmīgākās slimības, par ko atbild meridiāns, ir:

- dispepsija<sup>209 210</sup>;
- vemšana;
- caureja;
- sāpes ribās;
- reibonis;
- vēdera uzpūšanās;
- urogenitālās sistēmas slimības;
- dzemdes asiņošana (metrorragija);
- epilepsija;
- urīna nesaturēšana (enurēze);
- diabēts.<sup>211</sup>

## 3.4. Akupunkti

### 3.4.1. Ķermeņa punktu izvēle un kombinācija ķīniešu akupunktūrā

Ķīniešu akupunktūras ārstēšanā galvenais mērķis ir atbloķēt meridiānus, aktivizēt asins un *cji* cirkulāciju, kā arī harmonizēt *jin* un *jan* elementus. Akupunktu izvēle un kombinācija,

---

<sup>207</sup>Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. 30. lpp.

<sup>208</sup>Tabeeva D./Табеева Д. *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/Руководство по иглорефлексотерапии*. 275. lpp.

<sup>209</sup>Dispepsija ir hroniski gremošanas trakta darbības traucējumi, kas saistīti ar barības uzņemšanu un sagremošanu, nevis izkārnīšanos.

<sup>210</sup>Duvnjak M. *Dyspepsia in clinical practice*. 2. lpp.

<sup>211</sup>Cheng Xinnong. *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. 83. lpp.

pamatojoties uz slimības īpašībām, ir ārkārtīgi svarīga, jo tās nosaka, kā tradicionālā ķīniešu medicīnas praktizētāji var elastīgi izstrādāt receptes visiem medicīniskajiem apstākļiem. Ārstēšana caur speciāliem punktiem ir pierādīta metode, kas gadsimtu gaitā ir strādājusi ar vīriešu, sieviešu, bērnu un vecāka gadagājuma cilvēku slimībām. Prakses speciālisti paļaujas arī uz savu klīnisko pieredzi, lai uzlabotu to vispārējo efektivitāti un prasmes.

*Cji* plūsma meridiānu sistēmā koncentrējas vai "injecē" noteiktos ādas virsmas apgabalus. Šīs zonas, kas atrodas ārēji un virspusēji, ir ļoti mazas, un tās ir pazīstamas kā "akupunkti". Kopumā ir 361 akupunkts, katrs punkts pieder pie konkrēta meridiāna un savienojas ar atbilstošu orgānu. Akupunktūras punkti, kuros ir ievietotas adatas, galvenokārt (bet ne vienmēr) atrodas pa meridiāniem.

Turklāt ir arī daudz "A-ši" punktu un ārkārtas punktu, kas nepieder nevienam meridiānam, bet kuriem ir īpaša terapeitiska iedarbība uz dažām slimībām.<sup>212</sup> Lietojot akupunktūru un piederzīnašanas terapiju klīniskajā ārstēšanā, ir svarīgi zināt par atrašanās vietām, attiecīgajiem meridiāniem un norādēm par akupunktiem.

### 3.4.2. Piecu transporta punktu grupas

Pieci transporta punkti attiecas uz pieciem konkrētiem punktiem: aka, avots, straume, upe un jūra. Katram no divpadsmit galvenajiem meridiāniem ir šo punktu grupa.

Senos laikos ļaudis deva punktiem nosaukumus, jo viņi aplūkoja meridiāna *cji* plūsmu pēc analogijas kā dabas ūdens plūsmu. Šie punkti ir svarīgi, lai meridiāni varētu sazināties starp ķermeņa iekšējām un ārējām pusēm un to stimulēšana var aktivizēt *cji* meridiānos un regulēt atbilstošos orgānus. Tos bieži izmanto iekšējo orgānu vai galvas reģiona slimību ārstēšanai.

Punktu apzīmējums:

- Akas punkts: apzīmē meridiāna *cji* avotu, kura funkcija ir sazināties ar ķermeņa asinīm un *cji*, kā arī *jiņ* un *jan* elementiem. Šie punkti parasti tiek izmantoti ārkārtas situācijās un atdzīvināšanā. Tos izmanto arī sāpju un iekaisuma mazināšanai.
- Avota punkts: attiecas uz nelielu plūsmu, ko var izmantot temperatūras pazemināšanai.
- Straumes punkts: attiecas uz *cji*, kas plūst no sekla līdz dziļākam reģionam; *Cji* plūsma kļūst bagātāka meridiānā. Punktus var izmantot, lai mazinātu sāpīgas locītavas un vispārēju smagumu mitruma uzkrāšanās dēļ.
- Upes punkts: attiecas uz vietu, kur meridiāna *cji* plūst vienmērīgi. Punkti attiecas uz slimībām, ko izraisa eksogēni patogēni, vai tādiem apstākļiem kā klepus un astma.

---

<sup>212</sup>Aung S., Chen W. *Clinical Introduction to Medical Acupuncture*. 116. lpp.

- Jūras punkts: attiecas uz vietu, kur ir meridiāna *cji* saplūšana un kur tā sāk iekļūt orgānos. Akupunktus galvenokārt izmanto sešu *jan* orgānu traucējumiem, ja tajos ir nenormāla *cji* plūsma un simptomi ir vemšana, caureja, reibonis vai smaga sajūta galvā.

## Secinājumi

Ķīnas kultūras veidošanas procesā izveidojās unikāls skatījums uz cilvēka organismu un ārstnieciskām metodēm. Darba uzdevums bija apskatīt akupunktūru kā svarīgu kultūras aspektu, kas veidojās daoisma ietekmē.

Galvenais darba mērķis bija izziņāt un izprast ķīniešu dziedināšanas mākslas pieredzi saistībā ar daoismu. Līdz ar to darba gaitā bija noskaidroti šādi jautājumi: 1) daoisma aizsākumi un skaidrojums, 2) ķīniešu dziedināšanas aizsākumi, 3) kāda nozīme ir jēdzienam „akupunktūra”, 4) kāda loma saistībā ar adatas terapiju ir teorijai, 5) kas ir „meridiāns” un „akupunkts”.

Daoisms ir reliģiski filozofiska uzskatu sistēma. Daoisma pamats ir *dao* - ceļš, kā arī *de* - žēlastība, *vuvei* – „bez rīcības” princips. Tie pamati veido uzskatu par pasauli, cilvēkiem, tāpēc tos ir jāņem vērā petot ĶTM. Daoisma pamatkonceptijas: piecu elementu, *cji*, *sjue*, *jiņ* – *jan* un *dzan-fu* ir svarīgākās teorijas ķīniešu medicīnā. Akupunktūra arī ir bāzēta uz šiem principiem. Adatu terapija ir balstīta uz “akupunktu” aktivizēšanu ar adatu palīdzību, tās mērķis ārstēšanā ir: atbloķēt meridiānus (*dzjinluo*), kas ir kanāli, pa kuriem plūst dzīvības enerģija - *cji*, aktivizēt asins (*sjue*) un enerģijas (*cji*) cirkulāciju, harmonizēt *jiņ* un *jan* elementus cilvēkā.

Akupunktūra joprojām ir svarīga Ķīnas kultūras daļa, tā ir nosaukta par valsts dārgumu. Pēdējos gados cilvēki, arī ārpus Ķīnas, sāka izmantot ārstniecības adatas terapiju. Interese par tradicionālo ķīniešu medicīnu un akupunktūru arvien vairāk pieaug, tā ir uzskatīta par alternatīvu ārstēšanas metodi pretstatā konvencionālajai.

Darbā izmantoti pētījumi un tulkojumi pārsvarā angļu un krievu valodā. Bija izlasīts Laodzi „Daodedzjin” kanona tulkojums, kas ir uzskatīts par daoisma pamatu. Kanonā ir aprakstītas pasaules vispārīgās sakarības, sabiedrība, cilvēks, tas daba. Šī darba galvenā ideja - jēdziens *dao* – „Debesu griba”, dabiska lietu kārtība, kas nepieļauj iejaukšanos no ārpuses. Darbā bija analizēts „Dzeltenā Imperatora Iekšējais Kanons”, kas ir vissvarīgākais senais teksts ķīniešu medicīnā, kā arī nozīmīga daoistu teorijas un dzīvesveida grāmata. Darba gaitā gadījās, ka jēdzieni nesakrita, tāpēc bija izanalizēti dažādi avoti.

## Literatūras saraksts

### Avoti un dokumenti

1. **Boltz W.** "*Lao tzu Tao-te-ching*", *Early Chinese Texts: A Bibliographical Guide*. Berkeley: University of California Press, 1993.
2. **Jan Hinšun/Ян Хиншун.** *Dao de dzjin / Дао дэ цзин*. Москва: МЫСЛЬ, 1972.
3. **Yang Shou Zhong.** *The Divine Farmer's Materia Medica: A Translation of the Shen Nong Ben Cao*. Colorado: Blue Poppy Press, 2008.
4. **Liu Changlin/刘长林.** *Neijing de zhexue he zhong yi xue de fangfa/内经的哲学和中医学的方法*. Beijing/北京: Kexue chuban she/科学出版社, 1985.
5. **Mendzi/Мэн-цзы. Duman L./ Думана Л. (tulk.).** *Izbrannije mesta., Drevņekitajskaja filozofija, tom 1./Избранные места., Древнекитайская философия, том 1.* Maskava: МЫСЛЬ, 1972.
6. **Sima Qian /Сыма Цянь, Vjatkin R. /Вяткин Р. (tulk.).** *Istoricheskie zapiski/Исторические записки, 7 том.* Maskava: Vostočnaja literatūra RAN/Восточная литература РАН, 1996.
7. **Vinogorodskij B. /Виногородский Б.** *Traktat Źjoltogo imperatora o vnutrennjem /Трактат Желтого Императора о внутреннем*. Москва: Профит Стайл, 2014.
8. *Acupuncture and moxibustion of traditional Chinese medicine // UNESCO Intangible Heritage Lists.* <https://ich.unesco.org/en/RL/acupuncture-and-moxibustion-of-traditional-chinese-medicine-00425> [skatīts 2019.07.10.]

### Zinātniskie pētījumi

1. **Actman J.** *How can traditional Chinese medicine threaten wildlife?* California: National Geographic, 2019.
2. **Aung S., Chen W.** *Clinical Introduction to Medical Acupuncture*. New York: Thieme Medical Publishers, 2007.
3. **Buttaro T., Trybulski J., Polgar-Bailey P., Sandberg-Cook J.** *Primary Care: A Collaborative Practice (4 ed.)*. Philadelphia: Elsevier Health Sciences, 2012.
4. **Charlton B.** *Philosophy of medicine: alternative or scientific*. Glasgow: Journal of the Royal Society of Medicine, 1992.
5. **Chen J., Chen T.** *Chinese Medical Herbology and Pharmacology*. Portland: AOM Press, 2004.
6. **Deng Yu, Zhu Shuanli, Xu Peng.** *Essence and New Translation of Channel*. Chinese Journal of Integrative Medicine, 2000.

7. **Dunne E., Park I.** *HPV and HPV-associated diseases. Infectious Disease Clinics of North America.* 2013 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24275269> [skatīts 2019.07.10.]
8. **Duvnjak M.** *Dyspepsia in clinical practice (1. ed.).* New York: Springer, 2011.
9. **Ergil K., Kramer E., Ng A.** *Chinese herbal medicines.* New York: West J Med, 2002.
10. **Jahnke R., Larkey L., Rogers C., Etnier J., Lin F.** *A comprehensive review of health benefits of qigong and tai chi.* Arizona: American journal of health promotion, 2010.
11. **Kumar V., Abbas A., Fausto N., Mitchell R.** *Robbins Basic Pathology (8th ed.).* Philadelphia: Elsevier Health Sciences, 2007.
12. **Lee, M. S; Pittler, M. H.; Ernst, E.** *Effects of reiki in clinical practice: a systematic review of randomised clinical trials.* International Journal of Clinical Practice, 2008. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1841035> [skatīts 2019.07.20.]
13. **Runyon B.A., Montano A.A., Akriviadis E.A., Antillon M.R., Irving M.A., McHutchison J.G.** *The serum-ascites albumin gradient is superior to the exudate-transudate concept in the differential diagnosis of ascites.* Ann. Intern. Med. 1992. <https://annals.org/aim/article-abstract/705702/serum-ascites-albumin-gradient-superior-exudate-transudate-concept-differential-diagnosis> [skatīts 2019.07.10.]
14. **Sivin N.** *Traditional Medicine in Contemporary China.* Michigan: Ann Arbor: Center for Chinese Studies, University of Michigan, 1987.
15. **Still. J.** *Use of animal products in traditional Chinese medicine: Environmental impact and health hazards Complementary Therapies in Medicine.* Johannesburg: Complementary Therapies in Medicine, 2003.
16. **Tierra L., Tierra M.** *Chinese traditional herbal medicine.* California: Lotus Light Pub, 1998.
17. **Ulett G., Han J., Han S.** *Traditional and Evidence-Based Acupuncture: History, Mechanisms, and Present Status.* Pekina: Southern Medical Journal, Vol 91, No. 12., 1998.

## Sekundāra literatūra

1. **Austin M.** *Reading the World: Ideas that Matter*. New York: W. W. Norton & Company, 2010.
2. **Baltgalve A.(red.), Avvakumova S., Gorbačeva M., Koltova M.** *Ievads senķīniešu valodā*. Rīga: Latvijas Universitāte, 2016.
3. **Bo Mou (ed.)**. *Routledge History of Chinese Philosophies, Val. 3: History of Chinese Philosophy*. London: Routledge 2009.
4. **Charlton B. G.** *Philosophy of medicine: alternative or scientific*. London: Journal of the Royal Society of Medicine, 1992.
5. **Cheng Xinnong.** *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. Beijing: Foreign Languages Press, 2012.
6. **Chia M., Wei W.** *Living in the Tao: The Effortless Path of Self-Discovery*. Bangkok: Universal Healing Tao Publications, 2008.
7. **Djomin R./Дёмин Р.** *Škola jiu jan Дёмин/Школа инь ян*. Екатеринбург: РФПИЦ, 1992.
8. **Dubrovin D./Дубровин Д.** *Trudnije voprosi klassičeskoj kitajskoj medicini/Трудные вопросы классической китайской медицины*. Ленинград: Аста-пресс, 1991.
9. **Emerson J.** *The Highest Virtue is like the Valley*. Boston: Taoist Resources, 1992.
10. **Ellis A., Wiseman N.** *Fundamentals of Chinese Medicine: Zhong Yi Xue Ji Chu*. Berlin: Paradigm Press, 1996.
11. **Flaws B., Finney D.** *A handbook of TCM patterns & their treatments*. Colorado: Blue Poppy Press, 2007.
12. **Fowler J.** *An Introduction To The Philosophy And Religion Of Taoism*. Wales: Sussex Academic Press, 2005.
13. **Girardot N.** *Myth and Meaning in Early Taoism: The Themes of Chaos (Hun-Tun)*. California: University of California Press, 1988.
14. **Goldin P., Victor H. (ed.)**. *The Thirteen Classics. The Columbia History of Chinese Literature*. New York: Columbia University Press, 2001.
15. **Hucker C.** *China's Imperial Past: An Introduction to Chinese History and Culture*. Stanford: Stanford University Press, 1995.
16. **Hsieh S.** *Chinese Thought: An Introduction*. Delhi: Motilal Banarsidass, 2001.
17. **Kazeev G./Казеев Г.** *Veterinarnaja akupunktūra/Ветеринарная акупунктура*. Москва: РИО РГАЗУ, 2000.
18. **Lawson-Wood D.** *Acupuncture Handbook*. London: Health Science Press, 1983.

19. **Leung L.** *Traditional Chinese Medicine—A Beginner's Guide*. Ottawa: Innovait: Education and Inspiration for General Practice, 2010.
20. **Levašov I., Kuzņecova O./Левашов И., Кузнецова О.** *Sindromi tradicionnoj medicini/Синдромы традиционной китайской медицины*. Новокузнецк: Новокузнецкий Государственный Институт, 2004.
21. **Lin Yutang.** *The Wisdom of Laotse*. Pekina: Random House, 1948.
22. **Liu Jee Loo.** *An Introduction to Chinese Philosophy*. London: Wiley-Blackwell, 2006.
23. **Liu Lanqing, Xiao Jiang.** *World Century Compendium to TCM: Volume 7: Introduction to Tui Na*. Shanghai: World Scientific, 2013.
24. **Medhurst W.** *Ancient China. The Shoo King or the Historical Classic*. Shanghai: The Mission Press, 1846.
25. **Nadeau R.** *The Wiley-Blackwell Companion to Chinese Religions*. Malden: Blackwell Publishing, 2012.
26. **Nelson E.** *The Yijing and Philosophy: From Leibniz to Derrida*. Hong Kong: The Hong Kong University of Science and Technology Press, 2011.
27. **Nienhauser. W.** *The Grand Scribe's Records, vol. 1.: The Basic Annals of Pre-Han China*. Indiana: University press, 1994.
28. **Pollard E., Rosenberg C., Tignor R.** *Worlds Together Worlds Apart*. York Norton: W. W. Norton & Company New, 2011.
29. **Pregadio F.** *Daoist Canon*. New York: Oxford University Press, 2019.
30. **Randal L.** *The Wiley-Blackwell Companion to Chinese Religions*. Malden: Blackwell Publishing, 2012.
31. **Reninger E.** "Qi (Chi): Various Forms Used In Qigong & Chinese Medicine – How Are The Major Forms Of Qi Created Within The Body?". <https://www.learnreligions.com/qi-chi-various-forms-used-in-qigong-and-chinese-medicine-3183053> [skatīts 2019.06.19.]
32. **Robinet I.** *Taoism: Growth of a Religion*. Stanford: Stanford University Press, 1992.
33. **Rodak B.** *Hematology: clinical principles and applications* (3rd ed.). Philadelphia: Saunders, 2007.
34. **Roth H., Loewe M. (ed.).** *Chuang tzu. Early Chinese Texts: A Bibliographical Guide*. Berkeley: Society for the Study of Early China; Institute of East Asian Studies, University of California Berkeley, 1993.
35. **Sarah A.** *The Myth of the Xia Dynasty*. Cambridge: The Journal of the Royal Asiatic Society of Great Britain and Ireland, Cambridge University Press, 1984.

36. **Slingerland E.** *Effortless action: Wu-wei as conceptual metaphor and spiritual ideal in early China*. Oxford: Oxford University Press, 2003.
37. **Smuts Hon J.** *Holism and Evolution*. Osmania: Macmillan and Co, 1927.
38. **Tabeeva D./Табеева Д.** *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии*. Москва: Яхно Н.Н, 1982.
39. **Unschuld P.** *Medicine in China, A History of Pharmaceutics*. California: University of California Press, 1986.
40. **Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г.** *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. Москва: Советский спорт, 2013.
41. **Wu A.** *Chinese Medicine and Tai Ji: Heaven, Earth and Man*. California: People Medical Publishing House, 2012.
42. **Yan Jie/严洁, Zhao Yuning/赵宇宁.** *Zhong yi/中医*. Beijing/北京: National Publication Foundation Chinese Red, 2012.

### **Uzziņu literatūra un interneta avoti**

1. **Kononenko B./Кононенко Б.** *Boļšoj tolkovij slovarj po kulturologii/Большой толковый словарь по культурологии*. Москва: АСТ, 2003.
2. **Populārā medicīnas enciklopēdija.** [neslimo.lv](http://neslimo.lv). [skatīts 2019.07.19.]
3. **Shen-Nong;** A subsidiary of Integrated Chinese Medicine Holdings. Powered by PacificLink iMedia. Blood from a TCM Perspectiv. Hong Kong SAR China 2002-2005. <http://www.shen-nong.com/eng/principles/bodyfluids.html> [skatīts 2019.05.20.]
4. **Wang R.** *Yin yang (Yin-yang)*. Internet Encyclopedia of Philosophy. <https://www.iep.utm.edu/yinyang/> [skatīts 2019.05.20.]

# **PIELIKUMI**

**Pielikums 1. Jiņ – jan savstarpēju attiecību shematiskais attēlojums<sup>213</sup>**



**Pielikums 2. Jiņ – jan dabā<sup>214</sup>**

<b>Dabas paradība</b>	<b>Jiņ</b>	<b>Jan</b>
<b>Stihija</b>	Zeme	Debess
<b>Stihija</b>	Ūdens	Uguns
<b>Dienas laiks</b>	Nakts	Diena
<b>Apgaismojuma intensitāte</b>	Tumsa	Gaisma
<b>Gadalaiks</b>	Rudens, ziema	Pavasaris, vasara
<b>Klimats</b>	Aukstums	Siltums
<b>Struktūra</b>	Mīkstums	Cietība
<b>Svars</b>	Smags	Viegls

<sup>213</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 22. lpp.

<sup>214</sup> Tabeeva D./Табеева Д. *Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии*. lpp. 36.

### Pielikums 3. Cilvēka ķermeņa klasifikācija pēc jīn-jan principa<sup>215</sup>

**Augšējā daļa**  
**Mugurs**  
**Seši fu orgāni**  
**Gremošanas sistēma**



**Apakšējā daļa**  
**Vēders**  
**Pieci dzan orgāni**  
**Nervu sistēma**

### Pielikums 4. Jīn – jan cilvēkā organismā<sup>216</sup>

Jīn	Jan
Asins sjue	Energija cji
Pieci blīvi orgāni	Seši dobi orgāni
Nervu sistēma	Gremošanas sistēma
Izdalīšana	Patēriņš
Izelpot	Ieelpot

<sup>215</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. Zhong yi/中医. 23. lpp.

<sup>216</sup> Tabeeva D.M./Табеева Д.М. Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии. lpp. 36.

## Pielikums 5. Piecu elementu cikls<sup>217</sup>



## Pielikums 6. Piecu elementu sistēma dabā<sup>218</sup>

	Uguns	Zeme	Metāls	Ūdens	Koks
<b>Laika apstākļi</b>	Karstums	Lietus	Sausums	Aukstums	Vējš
<b>Gada laiki</b>	Vasara	Vēla vasara	Rudens	Ziema	Pavasaris
<b>Pasaules puses</b>	Dienvidi	Vidus	Rietumi	Ziemeļi	Austrumi
<b>Krāsas</b>	Sarkans	Dzeltens	Balts	Melns	Zils
<b>Garšas</b>	Rūgts	Salds	Ass	Sāļš	Skābs
<b>Attīstība</b>	Augšana	Transformācija	Novīšana	Uzglabāšana	Dzimšana

## Pielikums 7. Piecu elementu sistēma cilvēkā organismā<sup>219</sup>

	Uguns	Zeme	Metāls	Ūdens	Koks
<b>Pieci blīvi orgāni</b>	Sirds	Liesa	Plaušas	Nieres	Aknas
<b>Seši dobi orgāni</b>	Tievā zarna	Kuņģis	Resnā zarna	Urīnpūslis	Žultspūslis
<b>Emocijas</b>	Prieks	Pārdomātība	Skumjas	Bailes	Dusmas
<b>Sajūtas orgāni</b>	Mēle	Mute	Deguns	Auss	Acis
<b>Struktūras</b>	Asinvadi	Muskuļi	Āda, mati	Kauli	Cīpslas

<sup>217</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. Zhong yi/中医. 27. lpp.

<sup>218</sup> Tabeeva D./Табеева Д. Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии. lpp. 43.

<sup>219</sup> Tabeeva D./Табеева Д. Rukovodstvo po iglorefleksoterapii/ Руководство по иглорефлексотерапии. lpp. 44.

**Pielikums 8. Atbilstošas attiecības starp pieciem elementiem un dzan-fu orgāniem.**<sup>220</sup>

五行属性 Pieci elementi	脏 Dzan-organi	腑 Fu-organi
木 Koks	肝 Aknas	胆 Žultspūslis
火 Uguns	心 Sirds	小肠 Tievās zarnas
土 Zeme	脾 Liesa	胃 Kuņģis
金 Metāls	肺 Plaušas	大肠 Resnās zarnas
水 Ūdens	肾 Nieres	膀胱 Urīnpūslis

<sup>220</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 26. lpp.

**Pielikums 9. Divpadsmit pamatmeridiāni.** <sup>221</sup>

十二条正经		
Divpadsmit pamatmeridiāni		
	手部经脉 Rokas meridiāni	足部经脉 Kājas meridiāni
阴经 Jīn meridiāni	手太阴肺经 Plaušas meridiāns	足太阴脾经 Dziedzeru meridiāns
	手厥阴心包经 Perikarda meridiāns	足厥阴肝经 Aknas meridiāns
	手少阴心经 Sirds meridiāns	足少阴肾经 Nieres meridiāns
阳经 Jān meridiāni	手阳明大肠经 Resnās zarnas meridiāns	足阳明胃经 Kuņģa meridiāns
	手少阳三焦经 Trīs sildītāju meridiāns	足少阳胆经 Žultspūšļa meridiāns
	手太阳小肠经 Tievās zarnas meridiāns	足太阳膀胱经 Urīnpūšļa meridiāns

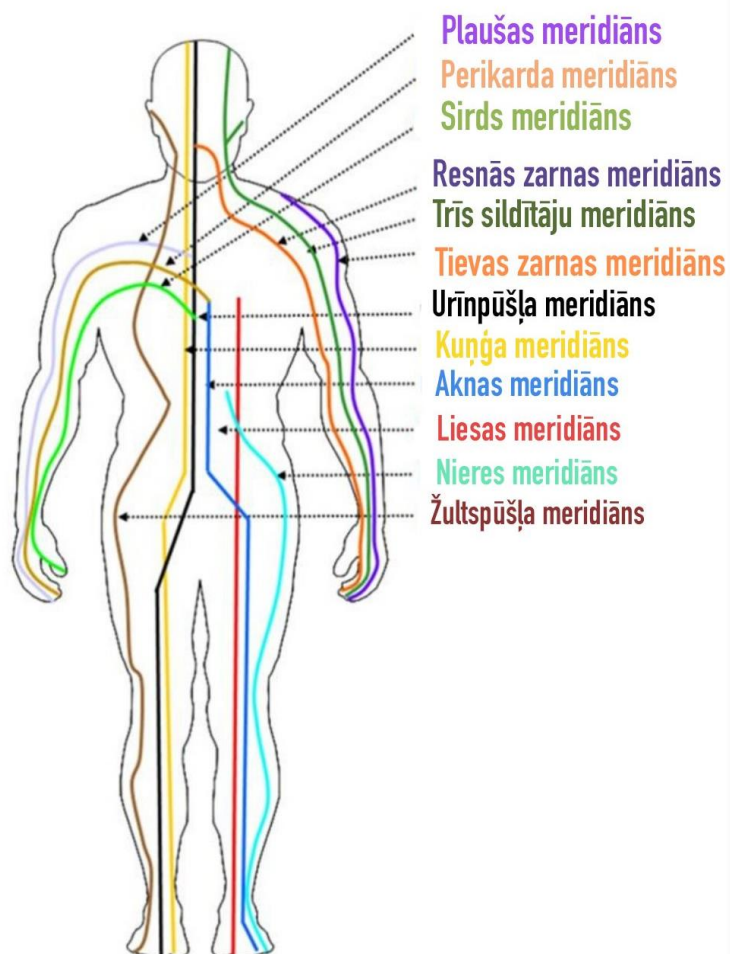
<sup>221</sup> Yan Jie/严洁, Zhao Yuning /赵宇宁. *Zhong yi/中医*. 25-30. lpp.

## Pielikums 10. Divpadsmit pamatmeridiānu apzīmējumi.<sup>222</sup>

Meridiāna №	Kīniešu valoda	Latviešu valoda	Angļu valoda	Latīņu valoda
<b>I</b>	手太阴肺经	Plaušas	LU – Lungs	P – <i>Pulmo</i>
<b>II</b>	阳明大肠经	Resnās zarnas	LI – Large Intestine	IC – <i>Intestinum Crassum</i>
<b>III</b>	足阳明胃经	Kuņģa	ST (S) – Stomach	V – <i>Ventriculus</i>
<b>IV</b>	足太阴脾经	Liesas	SP – Spleen	LP – <i>Lien Pancreas</i>
<b>V</b>	手少阴心经	Sirds	HT (H) – Heart	C – <i>Cor</i>
<b>VI</b>	手太阳小肠经	Tievās zarnas	SI – Small Intestine	IT – <i>Intensium Tenue</i>
<b>VII</b>	足太阳膀胱经	Urīnpūšļa	BL (B) – Bladder	VU – <i>Vesica Urinaria</i>
<b>VIII</b>	足少阴肾经	Nieres	KI (K) – Kidney	R – <i>Ren</i>
<b>IX</b>	手厥阴心包经	Perikarda	HC (CX) – Heart Constrictor	PC – <i>Pericardum</i>
<b>X</b>	手少阳三焦经	Trīs sildītāju	TH – Three Heaters	SJ – <i>San Jiao</i>
<b>XI</b>	足少阳胆经	Žultspūšļa	GB (G) – Gall Bladder	VF – <i>Vesica Fellea</i>
<b>XII</b>	足厥阴肝经	Aknas	LV (LIV) - Liver	H – <i>Hepar</i>

<sup>222</sup> Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. lpp. 28.

## Pielikums 11. Divpadsmit pamatmeridiānu gaita.<sup>223</sup>



<sup>223</sup> Usakova N./Усакова Н., Karimova G./Каримова Г. *Atlas i rukovodstvo po refleksoterapii/Атлас и руководство по рефлексотерапии*. lpp. 38-43.