

PRZYKŁAD LECZĄCEGO DZIAŁANIA ćwiczeń QI-GONG Stowarzyszenie Promocji Zdrowia Qi-gong – Lecący Żuraw

*Dr n. fiz. Joanna Konwerska-Hrabowska (Poland)
ćwicząca Qi-gong pod kierunkiem Mistrza Liu Zhongchun,
Mistrza Pekńskiego Stowarzyszenia Qi-gong*

1. Wprowadzenie

Powód dla którego mam zaszczyt zabrać głos na tym Kongresie jest taki, że dotknęły mnie dwie poważne choroby, obie z punktu widzenia medycyny „zachodniej” – nie uleczalne, a które przezwyciężam dzięki ćwiczeniom Qi-gong – styl „lecącego żurawia” [1]. Z zawodu jestem fizykiem, więc poszukuję przyczyn zaobserwowanych faktów i mam wrażenie, że dzięki ostatnim odkryciom dotyczącym komórek macierzystych w mózgu [7] mogę postawić hipotezę odnośnie mechanizmów niezwykłego, wszechstronnego działania ćwiczeń pobudzających energię Qi.

2. Opis przypadku chorobowego

1) zniszczenie stawu barkowego

Na skutek wypadku sportowego miałam wybity prawy staw barkowy, wraz ze złamaniem fragmentu kości. Po doprowadzeniu barku do sprawności za pomocą „klasycznych” ćwiczeń rehabilitacyjnych, staw ten został przeciążony (ćwiczenia z hantlami) i wtórnie uszkodzony, poczym wdały się ostre stany zapalne i procesy zwyrodnieniowe, które doprowadziły do pełnej blokady stawu. Podjęte próby rehabilitacji nie dawały rezultatu, a przeprowadzone badanie USG potwierdziło pełne zniszczenie stawu i jedyny ratunek, który mi oferowała medycyna „zachodnia” to endoproteza. Jak wiadomo chirurgia stawów barkowych jest o wiele bardziej trudna i skomplikowana niż stawu biodrowego ze względu na małe pole operacyjne i duże sploty nerwowe znajdujące się w tym polu. Nie zdecydowałam się na proponowaną operację pomimo obietnic, że bóle znacznie się zmniejszą i odzyskam pewien zakres ruchów, co dla prawej ręki jest istotne.

Rozpoczęłam poszukiwania metod „alternatywnych”; dane mi było spotkać Mistrza Liu i zapoznać się z nauczaniem przez Niego stylem „Lecący żuraw” [1]. Po rozpoczęciu ćwiczeń staw został uruchomiony i (jak widać) macham tą ręką, a obraz rentgenowski potwierdza pozytywne zmiany w stawie (np. poszerzenie szpary stawowej).

2) Choroba Parkinsona

Ponad 4 lata temu wystąpiły u mnie objawy charakterystyczne dla choroby Parkinsona, a mianowicie: drżenie (prawej) ręki (o amplitudzie dochodzącej do 10 cm), sztywność mięśni, spowolnienie ruchów całego ciała, zatrzymania („zastyganie”), nie możliwość podjęcia decyzji, kanciaste pismo z coraz mniejszymi literkami, brak apetytu, który doprowadził do ponad 8 kg schudnięcia, zakłócenia snu (nagłe zaśnięcia w ciągu dnia, nie możliwość zaśnięcia po przebudzeniu w nocy) itd.

Po paru próbach doboru leku – trafnie dobranym okazał się MADOPAR 250 (Levodopum 200mg +Benserazidum 50mg) podawany 4x dziennie po 125mg, czyli 500mg dziennie. Drżenie ręki zmniejszyło się znacznie wraz z niektórymi innymi objawami, ale są to działania w ciągu dnia czasowo ograniczone (pewien czas po zażyciu leku i przez okres jego aktywnego działania) inne objawy pozostały, a w szczególności b. nieprzyjemna utrata orientacji przestrzennej, „starcze pismo” itd.

Jak wiadomo leki z grupy levopody nie leczą przyczyny (obumieranie komórek odpowiedzialnych za produkcję neuro-przekaźnika – dopaminy), a tylko są swego rodzaju protezą zastępującą naturalną dopaminę. Leki te, podobnie jak inne farmaceutyki [3], nie zatrzymują postępu choroby, a jedynie łagodzą jej objawy. Dlatego też „w miarę upływu czasu konieczne staje się zwiększanie dawki i modyfikacja sposobu jej podawania oraz dołączanie innych leków przeciw-parkinsonowskich” [3]. Degradacja mózgu postępuje powodując coraz większe i coraz głębsze upośledzenie całego organizmu.

Jak dotąd nie wynaleziono skutecznej kuracji na choroby neurodegradacyjne takie jak Alzheimer i Parkinson [4].

Około 2 lat temu (z powodu uszkodzonego barku) rozpoczęłam ćwiczenia Qi-gong i po pewnym czasie ćwiczeń zauważyłam, że zaczęły ustępować niektóre objawy charakterystyczne dla choroby Parkinsona – przede wszystkim wróciło „okrągłe” pismo oraz ustąpiła dezorientacja przestrzenna. Podzieliłam się swym spostrzeżeniem z Instruktorem Qi-gongu prowadzącym zajęcia Niemcezech, a on mi opowiedział historię jednego z jego ćwiczących, który przyszedł do niego – po 3 tygodniach ćwiczeń – i z radością go zawiadomił, że wróciła mu – utracona na skutek PD - umiejętność kaligrafii. Po pewnym czasie, gdy zgłosiłam się na okresową kontrolę do swego neurologa, ten rutynowo chciał zwiększyć dawkę MADOPARU, ale ja czułam, że to nie jest mi potrzebne i zaprotestowałam. Lekarz powiedział, że on zapisuje zwiększoną dawkę, czy będę brać - to mój wybór, powiedział też, że istotnie badanie kliniczne potwierdza b. dobry mój stan. Do tej pory jestem na tej minimalnej dawce leku (500 mg/dobę) i co raz częściej zdarza mi się przepuścić jedną porcję, gdyż drżenie ręki (brak) nie przypomina o konieczności wzięcia następnej.

Aby się przekonać, czy nie to są jednostkowe obserwacje sięgnęłam do Internetu i na hasło „Qi-gong and Parkinson’s disease” dostałam listę 23100 artykułów poświęconych tej tematyce. W wielu ośrodkach medycznych zaobserwowano terapeutyczny, pozytywny wpływ ćwiczeń Qi-gong i Tai-Chi na przebieg choroby Parkinsona.

Oprócz działań farmakologicznych i ćwiczeń ruchowych wiele ośrodków naukowych pracuje nad poprawą stanu chorych na PD metodą elektrostymulacji, wszczepianiem elektrod stymulujących pracę jądra niskowzgórzowego (część mózgu związana z kontrolą ruchu) i inne jak transplantacja komórek macierzystych wykonywana np. w Tianantan Puhua Stem Cell Center w Pekinie (Chiny) [5]. Choć działania te przynoszą w niektórych przypadkach znaczące efekty terapeutyczne - są to zabiegi chirurgiczne zawsze niosące pewne ryzyko związane z ingerencją w organizm, angażujące duże środki finansowe, angażujące wysokiej klasy specjalistów i wysokiej klasy aparaturę medyczną. W niektórych krajach np. USA zabroniona jest terapia komórkami macierzystymi, ale zdesperowani pacjenci podejmują kosztowne i ryzykowne wyprawy do Chin dla ratowania swego zdrowia metodą eksperymentalnej terapii komórkami macierzystymi.[6].

3. Hipoteza dotycząca przyczyny terapeutycznego działania ćwiczeń Qi-gong

Jest rzeczą znaną, że terapeutyczne działanie ćwiczeń Qi-gong jest wielotorowe - działając pozytywnie na cały organizm. Znane są zadziwiające z punktu widzenia medycyny „zachodniej” ozdrowienia w chorobach tzw. nieuleczalnych jak stwardnienie rozsiane (MS), różnego rodzaju zrakowacenia, zwyrodnienia stawów itp.

Podstawowym pojęciem medycyny chińskiej jest pojęcie życiodajnej energii Qi, która w zdrowym ciele przepływa bez zahamowań po torach zwanych meridianami, a ewentualny jej nadmiar zbiera się w trzech zbiornikach (dantian) skąd może być czerpana, gdy organizm zgłasza takie zapotrzebowanie. Wszelkie niedobory energetyczne, blokady i zahamowania w jej przepływie są przyczyną chorób.

Ćwiczenia Qi-gong mają za cel uzupełnienie brakującej energii, usunięcie blokad energetycznych i zharmonizowanie przepływu energii i w ten sposób doprowadzenie do stanu zdrowia – zgodnie z teorią chińskiej medycyny [1]. Uprawianych jest wiele form Qi-gong'u. Styl Leczący Żuraw [1] wyróżnia się tym, że jest niebywale uniwersalnym stylem, który udroźnia wszystkie meridiany, usuwa blokady kładąc nacisk na pełne rozluźnienie podczas ćwiczeń. Jest to zestaw bardzo eleganckich ruchów, które są zewnętrzną formą ćwiczeń mentalnych polegających na ściąganiu energii Qi z otoczenia, używaniu jej do czyszczenia organizmu i napełnianiu zbiorników dantien, a więc prowadzących do zdrowia.

Ostatnie odkrycia neurofizjologów dotyczące komórek macierzystych [7] pozwalają na głębsze zrozumienie terapeutycznych właściwości ćwiczeń Qi-gong.

Otóż okazuje się, jak odkryli to badacze z University of California [7], że w warstwie wyścielającej komory mózgu u każdego z nas istnieje ogromny arsenał uspionych komórek macierzystych. Komórki macierzyste znane są z nieograniczonej liczby podziałów, co sprawia, że są samoodnawialne. Niektóre z nich potrafią przekształcić się w każdy rodzaj komórek zdolnych do uformowania dowolnego narządu. Komórki macierzyste to jedna z największych nadziei medycyny regeneracyjnej. Znalezione komórki są – oczywiście – w pełni zgodne genetycznie z naszymi komórkami – to ich wielka przewaga nad komórkami pobranymi od dawcy. Medycyna zachodnia poszukuje odpowiedniego aktywatora tych komórek, tak aby mogły być użyte do reperowania zdegradowanych komórek, czy wręcz organów.

Mistrz Liu [1] naucza, że energia Qi samoczynnie krąży w organizmie i dociera tam, gdzie jest potrzebna, oczyszcza i leczy.

Dr Y. Cohen [8] wykazał – za pomocą MRI – że komórki macierzyste (znakowane nanocząsteczkami tlenku żelaza) wstrzyknięte do sztucznie zniszczonego mózgu zwierzęcia wędrują wewnątrz mózgu i to wędrują do tych - miejsc, gdzie są potrzebne. Komórki te potrafią odczytać sygnały chemiczne pochodzące z porażonych obszarów – docierają tam i próbują reperować te obszary.

Wydaje się wielce prawdopodobne, że poszukiwanym aktywatorem komórek macierzystych jest energia Qi, o odpowiedniej częstotliwości albo może to być jej odpowiednik energetyczny. Tłumaczyłoby to zarówno procesy samoleczenia występujące przy ćwiczeniach typu Qi-gong, czy Tai-chi, jak i efekty energoterapii, prowadzonej przez doświadczonych energoterapeutów, czy Mistrzów Reiki.

References

1. Liu Zhongchun – Qi-Gong – Leczący Żuraw – Starochińskie ćwiczenia uzdrawiające, wyd. RES-TYPE, Katowice 1999.
2. informacja przygotowana przez A. Stanisławską – kwartalnik „Tulipan” nr 3 (20) 2008, s. 19.
3. lek. Med. Spec. Neurolog Magdalena Tomczyk – Leczenie farmakologiczne choroby Parkinsona – kwartalnik „Tulipan” nr 4 (21) 2008, s.11.
4. Science Daily (Aug. 21, 2009) –
Web address: <http://www.sciencedaily.com/releases/2009/08/090819153931.htm>
5. Stem Cell treatments for Parkinson's Disease – <http://www.stemcellspuhua.com>
6. blog Drew Schemera, felieton pt. Podróż... boston.com
7. Peter Bryant, Darius Gleason, Neuroscience, 25 Jul. 2008
8. The medical News – Mesenchymal stem cells repair human brain – <http://www.news-medical.net> 20 Aug.2009

STRESZCZENIE

W pracy przedstawiono skrótowo przebieg dwóch “nieuleczalnych” wg medycyny zachodniej – chorób, które dotknęły Autorkę i sposób ich przezwyciężania za pomocą ćwiczeń Qi-gong, - styl Lecącego Żurawia. Przedstawiono też hipotezę objaśnienia niezwykłych uzdrowień za pomocą energii Qi , która może odgrywać rolę aktywatora komórek macierzystych istniejących w każdym żywym organizmie.