

כתבי שיפו לתלמידיו



הנגשת מסורות סין לעם ישראל

לראשונה בשפה העברית!

צהר גדול ונגיש לעולמן הרחב והמופלא, של
אמנויות הלחימה והרפואה הסיניות המסורתיות.



באמצעות ספר ייחודי ומרתק זה, לימדו את
סודות תרבות המזרח, וגלו את מפתחות
החוכמה הסיניים להצלחה בתרגול ובחייכם.

לראשונה בשפה העברית!

חיבור שלם ומקיף אודות התפתחות מסורות העיסוי ממזרח יבשת אסיה, מימי קדם ועד דורנו אנו.

הקובץ שלפניכם מכיל חיבור זה, אשר שמו:

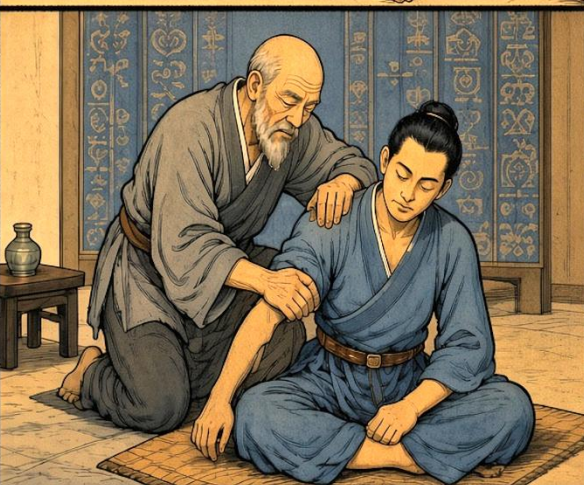
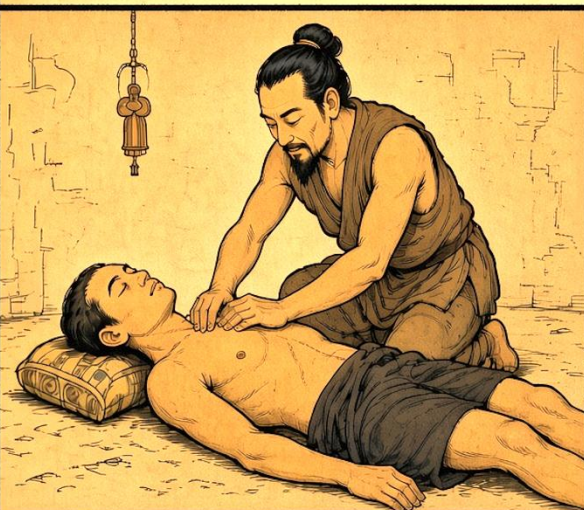
נפלאות העיסוי המזרחי

המדובר למעשה, בפרק בודד מתוך ספר נרחב הרבה יותר, אשר נקרא 'כתבי שיפו לתלמידיו', אשר עתיד להתפרסם בסביבות השנים 2027-2028 לספירתם. הפרק המצוי כאן, והספר המכיל אותו, שניהם נמסרים בחינם, לעם ישראל, כמתנת ידע של מורשת חשובה, מאת מחברם, שיפו יונתן בלושטיין.

כל הזכויות לפרק זה שמורות ליונתן בלושטיין © 2026 לספירתם. חל איסור להעתיק או לתרגם כל חלק מפרק זה בכל דרך או אמצעי, חשמלי או מכני, ובכלל אלה צילומים, הקלטות או כל שיטת אכסון ושלילת מידע, ללא אישור במפורש בכתב מיונתן בלושטיין. ניתן ליצור קשר עם שיפו בלושטיין דרך הדו"ח¹ הבא: jonathan.bluestein@gmail.com או בשיוחן: 054-9059960. חרף שמירת זכויות היוצרים, פרק זה מונגש באהבה וברצון טוב באופן חינוכי לציבור הרחב. בשל כך מצהיר מחברו, שיפו יונתן בלושטיין, כי מאפשר הוא לכל אדם באשר הוא, להעביר באופן חופשי לכל אדם אחר, את קובץ הפרק בשלמותו, ללא שינויים, על כלל עמודיו, בגרסתו המעודכנת ביותר הידועה לו, בתנאי כי הדבר ייעשה ללא כל תשלום או תמורה. זאת במסגרת רשיון פתוח להפצה ללא שינוי ועם אזכור המחבר. פרק זה ותכניו אינם מהווים ייעוץ רפואי או תזונתי מקצועי, או תחליף לבעל מקצוע בתחום הרפואה או התזונה. אמנויות לחימה ו-צ'יגונג הינם תרגולים גופניים מורכבים ומתוחכמים, אשר יש ללומדם תחת ידו, הוראתו ופיקוחו הקבוע של מורה מנוסה ומיומן. לא ניתן ללומדם היטב מרחוק, וספרים הם בלבד כלי עזר להתעמקות בהם, עבור מתרגלים רציניים.

¹ דו"ח – דואר חשמלי – אימייל. | שיוחן – טלפון.

נפלאות העיסוי המזרחי



נפלאות העיסוי המזרחי

מה עשו עמי העולם משך אלפי שנים, כאשר אנשים היו חולים וכאובים? היו להם שיטות המרפא שלהם, כמובן. מבין כל אמצעי הריפוי משחר הזמנים ועד ימינו, אחד שרד והמשיך לשגשג בכל הדורות: העיסוי. זאת במיוחד ברחבי יבשת אסיה.

כל המתעמקים בתרבויות המזרח מגלים חיש-מהר, כי העיסוי מצוי בהן כנדבך מרכזי, נפוץ וקובלי². אנשי יבשת אסיה אוהבים את העיסוי, ורבים בארצותיהם מתפרנסים ממנו. נדמה כי כך היה המצב מזה אינספור דורות. גם הישראלים אוהבים מאוד את העיסוי, בחלקם הגדול, וכאשר מגיע מי מבני עמנו למחוזותיהם של אנשי המזרח, לעיתים קרובות מחפשים הוא או היא מיד את השלווה והנוחות של יד מקומית נעימה.

אין הדבר מקרי. העיסוי מבטא את צורת הריפוי הראשונית, הטבעית והאנושית ביותר אשר היתה לבני האדם מאז ומעולם. אנו כמהים למגע, ויודעים כי הוא מועיל. אין לנו אלא להלין על כך כי העיסוי איננו רווח דיו במחוזותינו, כפי שיכול היה להיות. חרף כך, העיסוי הופך בהדרגה לשיטת טיפול נפוצה להשגת מרגוע ורפואה, גם בארצות המערב, וישראל בכללותה. לא בכדי אומץ העיסוי המזרחי המסורתי באופן גורף בכל מוסדות קופות החולים במדינת ישראל, ובחלק מבתי החולים.

אולם כיצד עובד אותו עיסוי מסורתי מן המזרח? מהם סודות יעילותו ונעימותו? בכדי לגלות את התשובות לשאלות הללו, אזמין אתכם ללכת עימי אחורה בזמן, על-מנת שנוכל להבין מי הם האנשים שיצרו את העיסוי המזרחי המסורתי, וכיצד הוא התפתח לאורך הדורות. במסע מיוחד זה, נגלה עובדות מפתיעות על התפקיד החשוב שעיסוי מילא בחברה האנושית, ועל תרומתו יוצאת הדופן לאיכות החיים של אינספור בני אדם לאורך דורות רבים.

פרק זה יערוך היכרות מבורכת בין קוראיו, לבין כמה ממסורות העיסוי המסורתיות אשר מקורן במזרח יבשת אסיה. תקוותי היא כי בסופו, תחושו כי עברתם מסע מרתק בעולם המגע המרפא של יבשת אסיה, ונענו מרבית שאלותיכם בעניין אוצרותיו. ראשית דבר, אציג בפניכם את מעלותי החיוביות של העיסוי המזרחי. לאחר כן, ארחיב היריעה על מקורותיו ושיטותיו.

גאה אני לומר, כי זו הפעם הראשונה בספרות העברית כולה, בה הנושא מועלה על הכתב באופן כה מקיף. מי ייתן ושירות לבבי זה יהא לעזר ולחסד לדורות הבאים, אשר יחפצו ללמוד עוד אודות העיסוי המזרחי המסורתי.

² קובלי – פופולרי (מלשון: 'מקובל').



בתמונה: תום רוטנברג, מדגים את אופנעת הגלגול (גון פא) של טווינא – עיסוי סיני מסורתי. תום הוא מטפל ותיק בטווינא ורפואה סינית, מרצה בתחום זה במכללת רידמן. בנוסף ללימודיו המקצועיים בישראל, התמחה משך שנה בסין במגבהה לרפואה סינית בעיר טיאנג'ין. מתרגל אמנויות לחימה מאז שנת 1995 לספירתם. מורה להונג גאר קואן (אמנות לחימה סינית מסורתית), מוסמך מטעם מכללת וינגייט. עבר השתלמויות באמנויות לחימה בערים הונג קונג ו-טיאנג'ין.

הפרק שלפניכם מיועד לשלושה קהלי קוראים, בעיקר:

☯ **הדיוטות** אשר אינם מכירים את עולם העיסוי המזרחי כלל, אך יש להם עניין וידע אודות התרבות והקדומה הסינית.³

☯ **אמני לחימה מסורתיים** אשר חפצים בהרחבה משמעותית של הבנתם את התרבות והקדומה הסינית, והבנת הקשר שבין אמנויות הלחימה לעיסוי מסורתי.

☯ **המרפאים** באמצעות רפואה מזרחית מסורתית מכל סוג, ובמיוחד אלו המכירים את מסורות העיסוי של ארצות סין, תאילנד ו-יפן.

עשיתי מאמצעים גדולים להנגיש את התכנים שאתם עומדים לקרוא, לכל הקהלים הללו. מטבע הדברים אמנם, ייוותרו משפטים ומידע, פה ושם, אשר לא בהכרח תוכלו להבין עד תומם. את אלה תוכלו לחקור בעצמכם, או לפנות אלי בעניינם באופן אישי, ואשמח להבהירם.

בתמונה: הדורשן יו שוואובין, מדגים אופנעות טיפול בטווינא, עבור קהל תלמידות, בסביבות שנת 2024 לספירתם. התמונה באדיבות האשפן יו ותלמידו, חברי היקר הדורשן אנתוני דיסאלבו. יו שוואובין הוא נצר לשושלת משפחתית של רפואה סינית מסורתית, בת מעל 800 שנים, אותה למד מגיל צעיר, במקביל למספר אמנויות לחימה סיניות מסורתיות. לאחר מכן בבגרותו השיג גם שלושה תארים מדרשיים שונים ברפואה סינית, ותואר בכלכלה וניהול. מרפאתו מצויה בקליפורניה, ארה"ב, והוא מוכר בתור אחד הרופאים המסורתיים החשובים ביותר במדינה זו.



³ קדומה – היסטוריה. | דורשן – דוקטור.

קדומייתה של הטוינא

אני עצמי למדתי ולימדתי את העיסוי המזרחי, בשתי צורות מרכזיות. האחת נקראת **טוינא** – עיסוי סיני רפואי מסורתי. האחרת נקראת **נואד בוראן** – עיסוי תאילנדי רפואי מסורתי. כלומר, הרקע שלי הוא במסורות העיסוי של אומות סין ו-תאילנד. אף ששתי השיטות הללו שונות באופיין ויישומן, הן חולקות למעלה מ-50% מאופניוֹתיהן, ומבוססות על סיבירות דומות⁴. פרק זה יעסוק בשתייהן, ובתרבויות המיוחדות מהן צמחו והתפתחו.

טוינא 推拿, או בשמה העתיק **אָנְמו 按摩**, היא שיטת עיסוי סיני רפואי, ולה זרמים רבים. עיסוי הוא אחת מצורות הטיפול הקדומות ביותר בחברות אנושיות, והתקיים במקביל בכל התרבויות והמקומות. איש לא ידע לעולם, מי היה הסיני הראשון אשר אחז בבשר חברו לעסותו בכדי לרפאו. הדבר אינו חשוב. העיסוי כולו הוא מורשתם של בני האדם מגרעין יצירתם. האם אשר מלטפת את תינוקה, היא המעסה הראשונה של כולנו, וזהו 'הטיפול הרפואי' הראשון אשר רובנו זכינו לו בחיינו. לכן אין לטוינא מייסד – היא של כולנו, מן הבריאה. העת בה החלה להפוך הטוינא ממיומנות הרגש והחמלה הטבעיים, לשיטה רפואית סדורה, היתה כאשר אנשים החלו לנסות לתעד וללמד הלאה, דרכי עיסוי אשר נראו להם כמועילות. התיעוד והלימוד יצרו מסורת. ברבות הדורות, אינספור מסורות מקבילות שכאלה, אשר צצו להן בכל רחבי סין ונתחברו יחד, החלו בהדרגה לבצבץ כשיטה רפואית, אשר ביום מן הימים תהפוך לטוינא. על כן, לא ניתן לדעת את המועד המדויק של תחילת השימוש בעיסוי דמוי טוינא בסין, ובמיוחד על רקע העובדה שבעיתות קדם לא ידעו מרבית הסינים קרוא וכתוב. ישנם חוקרים סינים הסבורים, בהתאם לרמזים מחפירות יישובי העבר, כי ניתן לתארך את השימוש הראשון שעשו הסינים באופניוֹת עיסוי, **לבערד 4700-5000 שנים טרם נכתב הספר שלפניכם**.

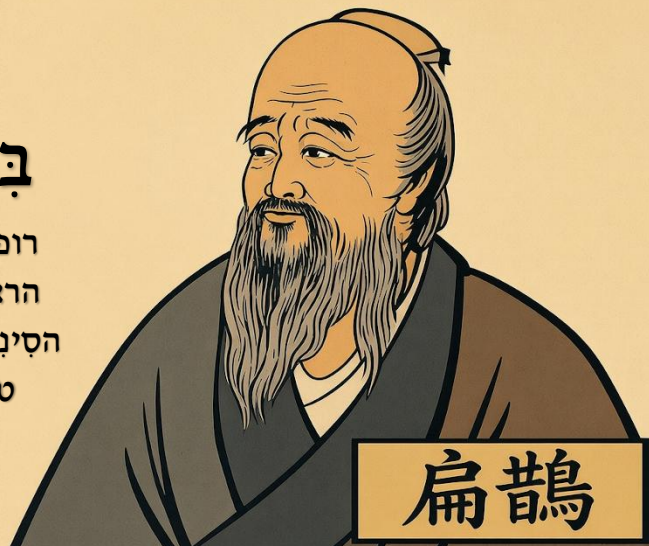
כדי שיוכלו להעביר מסורות עיסוי שכאלה ביעילות, היו צריכים תחילה הסינים לשכלל את יכולתם להעלות את חוכמתם על הכתב. טרם המציאו הסינים את הנייר, השתמשו הם בחתיכות נוקשן מיובשות על-מנת לכתוב על אלה את שפתם. לפני שאומצה שיטת הכתיבה על חתיכות נוקשן מיובשות, היו כותבים אבות אבותיהם של הסינים על קירות, אבנים, עצמות, ושריונות של צבים. חוקרים גילו תיעודים של הקדמונים מארץ סין, על עצמות ושריונות צבים, של אופניוֹת לטיפול באמצעות עיסוי. תיעוד זה נעשה באמצעות כתב העצמות – השפה הסינית הכתובה הראשונה אי פעם. אלו הם התיעודים העתיקים ביותר הקיימים לשיטות טיפול סדורות בעיסוי, מבין כל אומות העולם. ההערכה היא כי תיעודים אלה **בני 3100-3600 שנים** (טרם כתיבת ספרי זה). אולם לא היה מדובר בטוינא, עדיין.

⁴ אופניוֹת (אופן ותנועה) – טכניקה. אופניוֹת – טכניקות. אופניוֹתיהן – הטכניקות שלהן.

סיברה – תיאוריה. סיברות – תיאוריות. סיברה – תיאוריה. סיברות – תיאוריות. | נוקשן – במבוק.

בִּיאַן צ'וּאָה

רופא סגולן נודע, והאדם
הראשון שאוזכר בספרות
הסינית כמי שהתמחה במתן
טיפול אָנְמו (טווינָא)



משהתחיל העיסוי לעלות שוב ושוב בכתביהם של אנשי אומת סין, הם נתנו לו שם, אשר שרד ושגשג משך אלפי שנים: **אָנְמו** 按摩 (ומאוחר יותר: **טווינָא** 推拿). בכתביו של הקדומיון ⁵ הסיני הנודע סִימָא צ'יאַן, אנו מוצאים את התיעוד לאדם הראשון בסין ששמו מאוזכר כמי שטיפל באמצעות **אָנְמו** 按摩. איש זה היה הרופא הנודע בִּיאַן צ'וּאָה (扁鵲), אשר איור דמיוני-עכשווי שלו מצוי כאן למעלה. בִּיאַן צ'וּאָה היה אחד הרופאים החשובים בכל הקדומיה הסינית. אף ש-אָנְמו צוינה רק כאחת ממיומנויותיו, היה שלכך יש חשיבות גדולה בשל מעמדו. בִּיאַן צ'וּאָה חי והשתמש באָנְמו, לפני כ-2400 שנים לערך.

בדומה לאוצרותיה של מצרים העתיקה, גם בסין מוצאים לעיתים דברים נפלאים בקבריהם של הקדמונים. לא מעט ידע שיש לנו היום אודות הרפואה הסינית המסורתית, וגם על אָנְמו, הגיע ממציאות בקברים שכאלה. קחו למשל הדוגמא הזו, אשר השפיעה מאוד על התפתחות הבנת השימוש ברפואה הסינית בדורות העבר: ישנם בסין קברים עתיקים מפורסמים, אשר אותרו ב-**גבעתו של המלך מָא** (马王堆 מָא וואַנג דווי), במחוז הונאן. מתחם קברים זה, נבנה במקור בשנת 168 לפני ספירתם. באותו מתחם קברים מצאו חוקרים, במאה ה-20 לספירתם, אוצרות גדולים. טרם אספר לכם על הקשר בין הקברים הללו לעיסוי הסיני המסורתי, אשמח להאיר את עיניכם בדברים המופלאים שהגילו מתוכם. בתמונות בעמודים הבאים, תוכלו לראות חלק מן הממצאים המיוחדים מתוך מתחם הקברים בגבעת המלך מא. קשה שלא להתרשם מן הפאר, היופי ותחכום היצירות אשר נתגלו שם, אשר גילן כמעט 2200 שנים **טרם זמננו**. בתמונות בעמודים הבאים תוכלו להבחין במראה גדולה, כלי איפור מיוחדים, לוח משחק מקורי, וקוביית משחק עם 18 צדדים. בדורות ההם, משום שלא התקיים ייצור המוני של מרבית המוצרים, אנשים מתורבתים השתדלו כי חפצים בשימוש יום-יומי יהיו נאים ועמידים, והקדישו מחשבה ויצירתיות רבה בעיצובם והכנתם.

⁵ קדומיה – היסטוריה. קדומיון – היסטוריון.





עוד נתגלו שם, באחד הקברים בגבעת המלך מא, מגילות משי, וחתיכות נוקשן, ועליהן מספר מאמרים וספרים בנושאי רפואה שונים ומגוונים, המתארים את כל תחומי הרפואה הסינית אשר בשימוש עד ימינו, כפי שהובנו אז. **אָנְמוּ** 按摩, העיסוי הסיני המסורתי, הוא אחד מענפי הרפואה האמורים אשר הופיעו בנוקְתְּבִים⁶ אלה, אשר נשתמרו בספרים שנמצאו באותם הקברים. לא זאת בלבד, אלא שאותם תיעודים מן הקברים, נקבו בשמותיהן של אופֶּנְעוֹת אָנְמוּ (טוֹוִינָא) רבות אשר בשימוש עד ימינו, וציינו כי דרך טיפול זו יעילה בלפחות 17 תחומי רפואה שונים, כולל רפואה פנימית, רפואת חבלות, רפואת ילדים, רפואת נשים, וכיצא באלה. הנוקְתְּבִים דנו גם בשיטות טיפול מדויקות באמצעות אָנְמוּ. לדוגמא: במצב חירום של אי-יציאת שתן, עיסוי עצם העֶצָה (Sacrum) בליווי שריפת בועֶרָה על נקודות על הגב; או עיסוי המטופל בסיוע שמנים המורכבים מֶצְמַחוּאִים. נוסף ישנם דיונים בכלי עזר לעיסוי, כגון מני פטישי עץ וכפיות⁷. מחלות ובעיות שעמן ניתן לטפל עם אָנְמוּ, אשר צוינו בנוקְתְּבִים ההם, כללו דברים כמו חירשות, כאבי מפרקים, בקעים בטניים, גושים בבית השחי, בעיות צוואר וכאבי ברכיים. חלק מההוראות לעיסוי רפואי הסבירו כיצד לטפל בזולת, ואחרות כיצד לעסות את עצמך.

עם זאת, יהיה נכון להדגיש כי אָנְמוּ לא היה הנושא המרכזי בו עסקו הנוקְתְּבִים הרפואיים שנמצאו בקברים של גבעת המלך מא. עיקר התוכן הרפואי התייחס לֶצְמַחוּאִים, הנחיות לתרגילים לשיפור אריכות ימים, ותרגילי התעמלות רפואיים המכונים דָאוּ-יִין (導引), אשר עירבו מתיחת הגוף בשילוב נשימות לשם טיפוח הבריות וריפוי מחלות ופציעות. בעוד שבאותה התקופה נחשבו נוקְתְּבִים ואיורים אלה כעוסקים ב-אָנְמוּ ו-דָאוּיִין, כיום היינו מסווגים אותם כעוסקים ב-טוֹוִינָא ו-צ'ִיגוֹנְג. המונחים הללו מן העבר, אָנְמוּ ו-דָאוּיִין, ואלה העכשוויים, טוֹוִינָא ו-צ'ִיגוֹנְג, זהים במשמעות התרבותית והמעשית. דהיינו, כי הנוכתבים והאיורים שנמצאו בקברים מגבעת המלך מא, הם משמעותיים בכך שהדגישו לראשונה בציורים ומילים כתובות, את החיבור הטבעי שבין אמנות העיסוי לאמנות התנועה, כפי שכיום אני ואלפים מְעִמִּיתִי ברחבי העולם, עושים החיבור בין טוֹוִינָא ל-צ'ִיגוֹנְג ולאמנויות הלחימה. נוקְתְּבִים ואיורים אלה ממחישים כי הסינים האמינו בחשיבותו של החיבור הזה כבר לפני אלפי שנים. בעיני, הדבר מהווה ראיה לכך כי מקורות הטוֹוִינָא היו בעלי קרבה רבה לאמנויות התנועה הסיניות מראשיתן.

⁶ נוקְתְּבִים – טקסט. | נוקְתְּבִים – טקסטים. | סיבֶּרָה – תיאוריה. | סיבֶּרְתִי – תיאורתי. | צְמַחוּאִים – צמחים רפואיים.

⁷ שימוש בפטישי עץ להכאה על הגוף כאמצעי ריפוי, היא אכן שיטת טיפול עתיקה ביותר. ברבות הדורות היא הגיעה גם לרפואה התאילנדית המסורתית, שם היא מכונה 'טוק סן'. מיומנות זו נלמדת לעיתים קרובות בצוותא עם העיסוי התאילנדי המסורתי, בעיקר בצפון תאילנד.

אֲלֻפְנֵהּ מַעֲנִינָה שְׁאוּזְכָּרָה בְּכַתְבֵּים הָהֵם, הִיטָה הַלִּיכָה עַל גְּבוּ שֶׁל הַמְטוּפֵל בְּרִגְלִיִּים יַחְפּוּת. זֹהִי שִׁטַּת עֵיסוּי קוֹבְלִית וְאַהוּדָה בְּרַחְבֵּי הָעוֹלָם, אֲשֶׁר כָּבֵר אֵינָנָה נְפֻצָּה בְּטוּוֹיָנָא שֶׁל יְמִינוֹ, אֶךְ נִשְׁתַּמְרָה בְּעֵיסוּי הַתַּאֲלִילֵנִדִּי הַמְסוּרֵתִי, עָלָיו אִסְפָּר לָכֵם בַּהֲמִשָּׁךְ פֶּרֶק זֶה. בְּתִיעוּד מִן הַקְּבָרִים, נִכְתֵּב כִּי עֵיסוּי שְׁכִזָּה בַּהֲלִיכָה עַל הַגֶּב, בְּצִירּוֹף מְרִיחַת צִמְחִים מַחֲמִים מְסוּיִמִּים עַל עוֹר הַמְטוּפֵל, שִׁמֵּשׁ לַעֲוֹרֵר אֲנָשִׁים חֲסֵרֵי הַכֹּרָה. בַּהֲמִשָּׁךְ סִיפּוּרִי לָכֵם אֶת הַקְּדוּמִיָּה שֶׁל אֲנָמוּ (טוּוֹיָנָא), תִּגְלּוּ כִּי שִׁטּוֹת אֵלֶּה לַעֲוִרְרוֹת וְהַחִיִּיָּאָה הַשְׁתַּכְלָלוֹת בְּמִרוּץ הַדּוֹרוֹת, וְהַפְּכוּ מִתּוֹחֲכָמוֹת לַמְדִּי.

ספר מפורסם אחר מאותה התקופה הוא הַשִּׁבְחָה הַפְּנִימִית שֶׁל הַמְּשָׁלִיט הַצְּהוּב⁸ (חוּאֲנִגְדִּי גִיִּיגִיִּנְג 黃帝內經). נִוְכָתֵב זֶה נַחֲשֵׁב לַסֵּפֶר הַיְסוּד שֶׁל סִיבֵרֵת הַרְפּוּאָה הַסִּינִית הַמְסוּרֵתִית כּוֹלָה. בְּאוֹתוֹ הַסֵּפֶר מְזוּכָּרֵת אֲנָמוּ כְּשִׁטַּת טִיפּוֹל רְפּוּאִית, בְּפָרְקִים רַבִּים בּוֹ. כֵּךְ לְדוּגְמָא, בְּפָרֶק 12 שֶׁל הַשִּׁבְחָה הַפְּנִימִית שֶׁל הַמְּשָׁלִיט הַצְּהוּב, דִּנִּים בּוֹ בְּבַעֲיּוֹת הַרְפּוּאִיּוֹת אֲשֶׁר נַחֲשֵׁבוּ נְפֻצּוֹת יוֹתֵר בְּכָל אֶחָד מֵחֲבָלֵי אֶרֶץ סִין. בַּסֵּפֶר נִכְתֵּב: "בְּאֲזוֹר מֶרְכֵּז (סִין) יִשְׁנָה אֲדָמָה יִשְׂרָה וְלַחָה (אֲדָמַת חֻקְלָאוֹת פּוֹרִיָּה קְרוּבָה לְגוּבָה פְּנֵי הַיָּם, אֲשֶׁר אוֹגֶרֶת בְּתוֹכָהּ לַחֹת). זֶהוּ הַמָּקוֹם בּוֹ הַשְּׂמִיִּים וְהָאָרֶץ מֵיִצְרִים שֶׁפַּע מִמְּגוּוֹן הַדְּבָרִים. הָאֲנָשִׁים אוֹכְלִים מְזוֹנוֹת מְגוּוֹנִים, וְאִינֵם עוֹמְלִים עַד לַהֲתַשֵּׁת גּוֹפֵם (יֵשׁ שֶׁפַּע מְזוֹן אִזּוֹ הָאֲנָשִׁים עוֹבְדִים פַּחוֹת קֶשֶׁה). מִשְׁכָּךְ, מַחְלוֹתֵיהֶם כּוֹלָלוֹת לְרֹב נִיוּן (הַשְּׂרִירִים), וְהַפִּיכָת הַזִּרְיָמָה שֶׁל קוֹר וְחוּם (בְּעִיּוֹת בְּזִרְיָמַת דָּם, גִּפִּיִּים קְרוֹת, אוֹדֵם וְחוּם בְּפָנִים, וְכִיּוּצָא בְּאַלְהָה). הַדְּבָרִים הַמֵּתֵאִיִּמִּים לְטִיפּוֹל בְּמַחְלוֹת שְׁכָאֲלָה הֵינֵם דָּאוּ-יִין (צִ'גוֹנְג) וְ-עֵיסוּי. לָכֵן גַּם כֵּן, דָּאוּ-יִין (צִ'גוֹנְג) וְ-עֵיסוּי, הִגִּיעוּ מֵאֲזוֹר הַמֶּרְכֵּז". בְּפָרֶק זֶה שׁוֹב רוֹאִים אֲנִי אֶת הַקֶּשֶׁר, בֵּין אֲמִנוֹת הַתְּנוּעָה לְאֲמִנוֹת הָעֵיסוּי.

בְּפָרְקִים אֲחֵרִים בַּסֵּפֶר הַשִּׁבְחָה הַפְּנִימִית שֶׁל הַמְּשָׁלִיט הַצְּהוּב, יִשְׁנׁוּ דִּיוֹן, בֵּין הַשָּׂאֵר, בְּאוֹפֵן שֶׁבוֹ אֲנָמוּ מְטַפֵּלֵת בְּעִיּוֹלוֹת בְּסוּגִים שׁוֹנִים שֶׁל כְּאִבִּי גֵב בְּאַמְצָעוֹת עֵיסוּי נְקוּדוֹת דִּיקוֹר, וּמִצּוּיִן כִּי יֵשׁ בְּאַפְשָׁרוֹת שִׁטָּה זֹאת לְטַפֵּל לַעֲיִתִּים גַּם בְּמַצְבִּים שֶׁל חוּם גּוֹף גְּבוּהָ. מוֹשֵׁם דָּגֵשׁ בַּסֵּפֶר עַל הַקֶּשֶׁר הַהֲדוּק שֶׁבֵּין דִּיקוֹר לְאֲנָמוּ, וְעַל הָאוֹפֵן בּוֹ נִיתֵן לַהֲשַׁתֵּם בְּאֲנָמוּ כְּדִי לְאַבְחֵן בַּחִירָה שֶׁל נְקוּדוֹת לְדִיקוֹר. עוֹד נִיתַנְתָּ הַהֲמַלְצָה לַעֲסוֹת אֶת אֲזוֹר הַדִּיקוֹר לְפָנֵי וְאַחֲרֵי הַכִּנְסָתָה וְהוּצָאתָ הַמַּחֲטָה.

⁸ שִׁבְחֵי – קְלָאֲסִי. שִׁבְחָה – קְלָאֲסִיקָה. | מְשָׁלִיט – קִיסָר. | הַשִּׁבְחָה הַפְּנִימִית שֶׁל הַמְּשָׁלִיט הַצְּהוּב – הַקְּלָאֲסִיקָה הַפְּנִימִית שֶׁל הַקִּיסָר הַצְּהוּב. קִיִּים תִּרְגוּם מַעוּלָה שֶׁל סֵפֶר זֶה לְשַׁפָּה הָעִבְרִית מֵאֵת מוֹרֵי הַיָּקָר, שִׁפּוֹ נִיצֵן אוֹרֵן, אֲשֶׁר פּוֹרְסֵם בִּשְׁנַת 2026 לְסִפְרִיתָם.



בתמונה: איור המחשה של השיבה הפנימית של המשליט הצהוב, כפי שנראה ספר זה בדורות מאוחרים יותר, משהומצא הדפוס. הספר מוקף בכמה צמחואים אשר הינם בשימוש תכוף ברפואה הסינית המסורתית (משמאל לימין בכיוון השעון: חואנג צ'י, פו לינג, דאנג גווי, הונג דזאו).

ידוע אם כן, כי כבר לפני אלפי שנים, כינו הסינים את אחד מסוגי הטיפול הרפואי בעיסוי, בשם **אָנְמוּ** ('אן-מו' 按摩), והיתה זו שיטת טיפול מפותחת ומוכרת בארצם. מוכח כי עוד לפני 2200 שנה, אָנְמוּ כבר היתה שיטה סדורה, מוכרת, ומתועדת בספרות. מאז ועד ימינו אנו, אָן 按 ו-מו 摩 הינן שמות של שתי אופִנֵעות בסיסיות בעיסוי הסיני המסורתי.

כעת, בהמשך פרק זה, אסכם עבורכם את התפתחות **אָנְמוּ** (טווינָא) בסין. למזלנו, בדורות הבאים שאתאר כבר יש לנו תיעוד הרבה יותר מסודר ומפורט של התפתחות אמנות רפואית זו. את הסקירה על התפתחות אָנְמוּ, אערוך לפי תקופות קדומות מקובלות. הסינים מחלקים את קדומייתם לשושלת משליטות, כגון 'שושלת האן', 'שושלת סונג', וכיוצא באלה. זאת בדומה לאופן שבו אנו היהודים שחים אודות 'תקופת בית המקדש הראשון', 'תקופת בית המקדש השני', 'השואה', 'הציונות', 'מדינת ישראל', וכדומה להן. לכן בהמשך הפרק, אציג את עיקרי התפתחויות אמנות רפואית זו, הידועים לי, בחלוקה לתקופות שבהן שלטו כוחות שונים באומה הסינית, על-פי שמות השושלת. לבסוף אגיע גם לימינו אנו, ואדון בין השאר בהתפתחות הטווינָא בארצנו, ובדרכי הטיפול והעיסוק בה בעת הזו.

התקופה הראשונה אותה אתאר, היא זו של **שושלת האן**. מבחינת הסינים, זו אחת התקופות החשובות ביותר עבורם. הסיבה לכך היא שהסינים, ברובם – למעלה מ-95% מהם, רואים עצמם כ-'בני האן'. במילים אחרות, ה-'האן' הם הקבוצה החברתית-תרבותית הגדולה ביותר בסין כיום, ושושלת האן מייצגת את הפעם הראשונה שבה קבוצה זו הצליחה למצב בסין את שלטונה לאורך דורות.

בתקופת שושלת האן (206 לפני הספירה – 220 לספירה), הופרדה אָנְמוּ משאר סוגי העיסוי, והוכרה כשיטת טיפול רפואית במחלות מסוגים שונים ומגוונים. היה זה גם באותה התקופה, שהסְגוֹלֶן⁹ האדיר ג'אנג ג'ונג'ינג (張仲景) כתב שני ספרים מפורסמים מאוד על הרפואה הסינית המסורתית, אשר הינם בשימוש נרחב עד ימינו¹⁰. עיקר התמקדותו של ג'אנג היתה ברפואת צמחים, אך לעיתים אזכר גם שיטות טיפול נוספות. באחד מאותם ספרים, מפרט ג'אנג שיטה להחייאה של אדם אשר ניסה לתלות עצמו. אפשר לפרש כי בשיטת החייאה זו, אשר הינה יותר מתוחכמת מאלו שנלמדות בימינו, נעשה שימוש משמעותי ב-אָנְמוּ.

כעת אתאר את אותה שיטת החייאה מתקדמת. תיאור זה של שיטת ההחייאה, מצוי בפרק 23: 'נוסחאות מגוונות לטיפול', של הספר ג'ונג'י יאולואה, שנכתב על-ידי ג'אנג ג'ונג'ינג¹¹ :

"להצלה ממוות עקב תלייה עצמית:

(גם) מן השקיעה ועד לשחר (כלומר גם בלילה), (ואף) אם הגוף כבר קר, עדיין ניתן לנהל מצב שכזה ('ניתן להציל'). מן השקיעה ועד לשחר, אם הדבר (ההחייאה) יותר קשה, אזי שכנראה הסיבה (לניסיון ההתאבדות) היתה כעס או תסכול. אולם בקיץ הלילות קצרים יותר מן הימים, ומזג האוויר חם, ולכן עדיין ניתן לנהל את המצב. כן נאמר: אם האזור שמתחת לחזה עדיין חם, אף אם עברה למעלה מיממה (מאז האירוע), עדיין ניתן לטפל בשיטה זו".

⁹ סְגוֹלֶן - בלועזית: Sage. איש בעל סגולות ייחודיות. אדם אשר מבטא בחייו ובהווייתו, איכויות ייחודיות אשר נחשבות בידי רבים כפסגתם של הישגים גופניים או נפשיים מסוימים. מעצם הגדרתו הינו יחיד בדורו, או מבין מעטים בדור נתון שניתן לומר עליהם שהינם כאלה. כן זהו ביטוי לאדם אשר חוכמתו הינה יוצאת דופן.

¹⁰ שני הספרים האמורים הם שאנג חאן לון (傷寒論) ו- ג'ונג'י יאולואה (金匱要略). השאנג חאן לון תורגם לשפה העברית, בתוספת פירושים וביאורים, על-ידי מורי היקר, שיפו ניצן אורן.

¹¹ ישנו ויכוח בין מלומדים, האם מקור הפרק הוא אכן מתקופת שושלת האן. זאת משום שהוא אבד למשך כמה מאות שנים, ולכאורה נמצא מאוחר יותר, רק בתקופת שושלת סונג. יש מי שסבורים אפוא, שאותו פרק הוסף לספר רק בשלב מאוחר יותר. אך גם אם זו האמת – ואין לדעת – הפרק בכל זאת מתאר שיטת החייאה מתקדמת ומתוחכמת, בשילוב אָנְמוּ, כבר לפני למעלה מאלף שנים.

[שיפו בלושטיין: כוונת המחבר היא ככל הנראה לשוח אודות נסיבות מורכבות או בעייתיות יותר לאירוע שכזה, ולעודד את החפצים בביצוע ההחייאה. גם אם הגוף כבר קר – דהיינו שעבר כבר הרבה זמן מאז התלייה. גם אם ההחייאה מתבצעת בלילה, יש לזה סיכוי. אם הדבר מתרחש בקיץ, בגלל שהלילות חמים וקצרים, קל יותר להזרים את הדם בגוף הקורבן, ולכן הנסיבות חיוביות].

חבוק את האיש בעדינות, והנמך אותו (לרצפה) מבלי לחתוך את החבל בפתאומיות. השכב אותו שטוח (על גבו) על מצעים. אדם אחד צריך ללכת על שתי כתפיו (של הקורבן) עם כפות רגליו, ובו-בעת למתוח שיערו במשיכה בעדינות עם ידיו, בשמירה על השיער הדוק כמיתר הקשת כל העת, מבלי לשחררו.

[שיפו בלושטיין: אני מפרש ההנחיות הללו באחת משתי דרכים: אפשרות ראשונה היא שאדם זה עומד מעל לראש הקורבן, עם פניו לכיוון רגלי הקורבן, ו-'הולך' בעדינות על כתפי הקורבן עם החלק הקדמי של כפות רגליו בעת משיכת השיער. אולם ייתכן גם אולי שניתן לבצע זאת באמצעות מבט בכיוון ההפוך, והליכה על כתפי הקורבן עם העקבים, בזמן משיכת השיער. כך או כך, אני משער שאין הכוונה לדרוך על הכתפיים עם מלוא כובד משקלך].

אדם נוסף לוחץ על חזהו (של הקורבן) שוב ושוב. אדם שלישי מבריש (מעסה-מלטף) בנחישות עם כפות ידיו בתנועות מעגליות) לאורך הזרועות והרגליים, ומכוּפף ומותח את הגפיים. אם (גוף הקורבן) כבר נוקשה, כפה את כיפופו בהדרגה. כמו כן, לחץ על הבטן. לאחר הזמן שלוקח לבשל ארוחה, הנשימה תגיח מן הפה ותחזור לסדרה, והעיניים ייפתחו. בעת הזו אל תפסיק למשוך וללחוץ, ובו-בעת אל תעייף את הקורבן יותר מדי. לאחר זמן קצר - במהרה, ניתן להביא לפי הקורבן כמות קטנה של מרקחת קינמון בתוך דייסת אורז ולתת לו, בכדי ללחלח את הגרון. בהדרגה הוא יצליח לבלוע, ואז בהדרגה יש להפסיק את העיסויים. אם במקביל (לכל ההוראות הקודמות), שני אנשים יכולים להשתמש בצינורות בכדי לנשוף לתוך האזניים של הקורבן, זה מעולה. שיטה זו (כל ההנחיות הקודמות) היא הטובה ביותר, אף אחד לא יאבד את חייו".

[שיפו בלושטיין: כאשר נכתב "מרקחת קינמון", הכוונה היא למינון נמוך מאוד של גווי ג'יר טאנג Gui Zhi Tang. זוהי לא פרשנותי שלי, אלא עמדת המלומדים בסין. | כמקובל בשיטות החייאה גם בימינו, רעיון מוצלח הוא כי העוסקים בפעולת ההחייאה יחליפו תפקידים מדי כמה דקות, בכדי לא להתעייף יותר מדי].

בתארו שיטת החיאה זו, הסגולן ג'אנג השתמש בשני פעלים: 按 (ללחוץ) ו- 摩 (להבריט), ויחד אלה יוצרים כמובן את הביטוי: אָנְמוּ 按摩. מכאן שסביר להניח שהסגולן ג'אנג התכוון כי בעת ההחיאה יעשה שימוש באופֿנעות אלה, אשר מקורן בעיסוי אָנְמוּ.

רופא סגולן מפורסם לא פחות, אשר שמו **חואַה טואו (华佗)**, היה בן-דורו של ג'אנג ג'ונג'ינג, ורק חמש שנים הפרידו ביניהם בגילם. השניים נחשבים מבין האבות המייסדים של כל הרפואה הסינית עד ימינו. בכל רגע נתון בחייהם, רק כ-3000 קילומטרים לכל היותר הפרידו בין חואַה טואו ל- ג'אנג ג'ונג'ינג. לכן ייתכן שהכירו זה את זה, ואולי אף נפגשו. למצער אולם, אין לנו תיעוד קדומי לכך.

ידיעותיו של חואַה טואו התפרשו על תחומי רפואה רבים יותר מאשר עמיתו, ג'אנג ג'ונג'ינג. בנוסף להבנה ברמה גבוהה בצמחואים, שלט חואַה טואו היטב במיומנויות הניתוח, הדיקור, בוֿעֶרָה, רפואה פנימית, רפואת נשים, רפואת ילדים, רפואה מונעת ורפואת אריכות ימים. כן היה לו ידע רב בשימוש באָנְמוּ ו-דָאויִין. משום כך עד ימינו, ישנם רבים הרואים בחואַה טואו כאדם שהגיע לפסגה הגבוהה ביותר של אמנות הרפואה.

בכתביו הרבה חואַה טואו להסביר על השימוש המעשי באָנְמוּ. הוא המליץ על טיפולים באָנְמוּ לשם שיקום מניתוחים. הוא המציא תרגול דָאויִין שנקרא 'משחק חמש החיות', אשר חלק מתנועותיו מערבות היבטים של עיסוי-עצמי¹². כן פיתח כ-18 אופֿנעות של עיסוי עצמי לשם טיפוח הבריאות וטיפול בבעיות ומחלות שונות. עוד המליץ מאוד על קבלת טיפולי עיסוי כפות רגליים ככלי חיוני ברפואה מונעת. חרף גאונותו של חואַה טואו, מזלו לא שפר עליו, ועלינו. גורלו הסופי היה מר.

בערוב חייו עבד חואַה טואו בין השאר עבור שר מלחמה מפורסם, הרודן האכזר צָאוּ צָאוּ. הנסיבות לכך היו אלה: באחד הימים זימן המצביא צָאוּ את חואַה טואו, לאבחן את הסיבה לכאבי הראש הנוראיים שפקדו אותו. חואַה טואו נתן באומץ אבחנה, כי מדובר ברוח שחדרה לראשו של צָאוּ צָאוּ, וכי טיב החולי הינו מתמשך, וכזה שידרוש טיפול משמעותי לאורך תקופה ארוכה. צָאוּ צָאוּ התרשם ממנו, והחליט להופכו לרופאו האישי. אולם במעשהו זה, צָאוּ צָאוּ למעשה 'הכניס את חואַה טואו לכלוב של זהב', בהופכו למשרתו. הרופא הנודע חי עד אותה העת חיים של חופש ונדודים רבים, וכעת מצא עצמו במשרה ממנה לא יכל להתפטר, מקובע לאזור מחיה קטן אותו לא יכל לעזוב. בגעגועיו למשפחתו, שכנע חואַה טואו את צָאוּ צָאוּ לאפשר לו לחזור אליהם, לבקרים. אולם מאוחר יותר כאשר צָאוּ צָאוּ זימן אותו לשוב אליו, השתמש חואַה טואו במגוון תירוצים, ולא נאות לציוויו. צָאוּ צָאוּ חם המזג זעם על 'ההונאה', ושלח חיילים לעצור ולכלוא אותו.

¹² משחק חמש החיות הוא כנראה תרגול הצ'יגונג הרפואי העתיק ביותר אשר נשתמר עד ימינו, ועודו קובלי ונפוץ מאוד ברחבי סין.

תחת עינויים, הודה חוּאָה טוּאוּ כי רימה את מעסיקו. חרף הפצרות של יועציו, החליט צָאוּ צָאוּ להוציא אותו להורג, וכך עשה, בשנת 208 לספירתם. כאשר מחו היועצים, ענה להם: "אל דאגה, בממלכה וודאי אין מחסור בעכברושים שכאלה!". חוּאָה טוּאוּ נרצח בעת שהיה בערך בן 63. מאוחר יותר באותה שנה, נפטר אחד מבניו של צָאוּ צָאוּ ממחלה קשה ופתאומית, בגיל 12. לאחר מכן אמר צָאוּ צָאוּ: "אני מתחרט על הריגתו של חוּאָה טוּאוּ, אשר הביאה למותו בטרם עת של ילד זה". כיוון שצָאוּ צָאוּ דאג ברשעותו לשריפתם של חלק מכתביו של חוּאָה טוּאוּ טרם ההוצאה להורג, רוב ידיעותיו וחוכמתו הנוגעים לאָנְמוּ, אבדו לנו ואינם.

בתמונה: המחזה עכשווית, של מפגש בין שני ענקים מן הקדומיה הסינית. בצד ימין, המצביא האדיר וחס המזג צָאוּ צָאוּ. משמאל, רופאו האישי לתקופה קצרה, הסגולן הייחודי חוּאָה טוּאוּ. היודעים אתם את הסיבה שבגינה מחזיק חוּאָה טוּאוּ את צד אמתו של צָאוּ צָאוּ? הדבר הוא לשם בדיקת איכות דפקיו של אדונו, לצורך אבחון הרפואי המדויק. שיטה זו היתה נהוגה ברפואה הסינית עוד טרם זמנו של חוּאָה טוּאוּ, ועד ימינו אנו.



לאחר נפילתה של שושלת האן, סין התפצלה לשלוש ממלכות (220-280 לספירתם). על כן מכונות אותן שנים, 'תקופת שלושת הממלכות'. בתקופה זו, הוכרה האנמו כשיטה רפואית עצמאית ומכובדת, בתוך הרפואה הסינית, בין השאר בשל תרומתו הגדולה של חואה טואו. היתה זו תקופה קצרה למדי בקדומיה הסינית, אשר בה החשיבות היא יותר לאירועים הקשורים בלחימה, מאשר ברפואה. לאחר מכן, שוב אוחדה זמנית חלק מהממלכה.



בתקופת שלושת הממלכות, פחות או יותר, פורסם ספר רפואה חשוב מאוד. שמו היה: **'חואנגדי צ'יבו אנמו'** (黄帝岐伯按摩). המדובר בספר המלא הראשון בקדומיה הסינית אשר הוקדש כולו לעיסוי רפואי. היו בו כעשרה כרכים, והוא הכיל ככל הנראה דיון באופנעות עיסוי ובסיבירות אודות ערוצי הגוף. עיסוקו היה במגוון בעיות רפואיות, תוך התמקדות בעיקר בנושא של פגיעות שריר ושלד. תכליתו היתה כמדריך מעשי, ולא כנוקטת סיברתי¹³. הוא נוצר במובהק עבור מרפאים, ולא על-מנת לרצות מלומדים. למרבה הצער, ספר זה על כל עשרת כרכיו, אבד לחלוטין במרוץ הדורות. אף לא שבריר ממנו שרד, ואנו יודעים עליו מתיאורו בספרים אחרים. ייתכן ובעתיד יימצא קש'לם או בחלקים.

חואנגדי צ'יבו אנמו היה כנראה ספר פורץ דרך, אשר הציג רעיונות רבים על אבחון וטיפול, שהפכו מרכזיים ברפואה הסינית מאוחר יותר. כיוון שיש בספר זה דיונים על האיברים הפנימיים והערוצים אשר בגוף, יש הסבורים כי הוא מהווה הוכחה לכך שאותם רעיונות הגיעו תחילה מן העיסוי – הריפוי במגע, ורק לאחר מכן אומצו בידי המדקרים והעוסקים ברפואת צ'מחואים. אף שרוצה אני להאמין בכך, אינני יודע בודאות אם זו האמת. אך אין ספק שהספר האמור הוא עדות לכך ש-אנמו (לימים טווינא) היתה שיטת טיפול רפואית אשר עמדה בפני עצמה, מאות שנים לפני שהדיקור והצ'מחואים תפסו את מרכז הבמה בעולמה של הרפואה הסינית המסורתית.

¹³ נוקטב – טקסט. | סיברה – תיאוריה. | סיברתי – תיאורתי. | נוקטב סיברתי – טקסט תיאורתי.

בתקופות שושלת ג'ין וממלכות הדרום והצפון (589-265 לספירתם),
המשיכה אָנְמו לפרוח. הספרות של אותה התקופה מלאה בדוגמאות של שימוש
באָנְמו לא רק ביחד עם דיקור, אלא גם כחלופה לדיקור.

כך למשל, מפורסם הוא השימוש
בנקודה DU26, המצויה בין בסיס האף
לשפה העליונה, לשם הערתו של אדם
שאיבד הכרה. הדרך לעשות זאת היא
ללחוץ בעוצמה על אותה הנקודה עם
קצה האגודל או ציפורנו, ולמולל אותה
בזמן הלחיצה, עד שהמטופל מתחיל
להגיב. ניתן להוסיף לכך אחר כך
שריפת גרגירי בוֹעֶרָה זעירים על אותה
הנקודה¹⁴. אני עצמי עשיתי שימוש
מוצלח שכזה באותה אופֶּנְעָה במהלך
מלחמת חרבות הברזל, בכדי לעורר שני
חיילים שהתעלפו מבהלה, וזאת עם
לחיצה בלבד.¹⁵



תקופות אלה, של שושלת ג'ין
וממלכות הדרום, אופיינו בלחימה
מרובה בכל רחבי סין, ומשכך היה
טבעי כי אָנְמו אומצה בצורה נרחבת
בשימוש הצבא. בצפון סין, מן
השימושים המתועדים בה היו בפציעות מנפילות מסוסים, ובעיות וכאבי מפרקים
ושרירים עקב חשיפה לקור. בדרום, ישנה ספרות המתעדת השימוש באָנְמו
לטיפול בילדים, על רקע מגיפות ורעב קשים שהיו נחלת האנשים שם, וכן ברפואת
נשים.

המלחמות הרבות הגבילו בשנים הללו את התפשטות הרפואה הסינית, ולעיתים
קרובות היתה היא נחלתם של רופאים נודדים, וכאלה אשר ישבו במנזרים –
אנשים 'בשולי החברה', אשר השפעתם היתה מקומית ולא נרחבת.

¹⁴ בוֹעֶרָה – מוקסה.

¹⁵ אופֶּנְעָה זו הוזכרה לראשונה בספרו של הרופא הנודע גֶה הוֹנְג (葛洪, 283-343 לספירתם), הנקרא 'באו פו דְּזֶה' (抱朴子) – 'הסגולן המאמץ את הפשטות'. בספר זה התייחס גֶה הוֹנְג בנוסף, לשיטות שונות של
עיסוי עצמי, לשם טיפוח הבריאות ופיתרון חוליים שונים. יותר מאוחר, ספר זה נערך על-ידי רופא חשוב
אחר, טאו הוֹנְגְגִינג (陶弘景, 456-536 לספירתם), אשר הוסיף לו עוד אופֶּנְעוֹת עיסוי עצמי מרובות, בין
השאר לשם טיפול בבעיות עיכול, ולסיוע לאיפשור אריכות ימים.

בתקופת שושלת סווי (581-618 לספירתם), אוחדה סין לראשונה מחדש, לאחר תקופה ארוכה של מלחמות גדולות. הדבר איפשר גם איחוד של ידע רפואי מרחבי הממלכה. כחלק ממאמצי האחדה אלה, הקימה הממשלה משרד בריאות ממשלתי, ופקידיו יצרו סולמה של שתי דרגות לעוסקים באָנְמו:

מומחה אָנְמו (師 Shi) – מונח המקביל ל-'דוֹרְשֵׁן' בימינו¹⁶. אדם שהוסמך בעיסוי בהתמחות ארוכה כשוליה, תחת הנחייתו של מלומד. הוראתו היתה בהשגחה מלאה, תוך הנחיה מעשית וסיבירית כאחד. תחומי לימודיו של המומחה כיסו מנעד רחב של בעיות רפואיות, והוא נדרש לעמוד בבחינות ממשלתיות. הסמכתו היתה לטפל בכל אדם ללא מעמד חברתי מיוחד, בחיילים ממרבית הדרגות, בפקידים עד דרג ביניים, וכיוצא באלה. כן היתה לו עצמאות רבה בבחירת מקום עבודתו, והוא נחשב אדם מכובד. העוסקים ברמת הסמכה זו, שהוכרו כמומחים, היו רשאים גם ללמד תרגולי דְאֵוִיִן, כִּפּוּאָה משלימה עבור מטופליהם. היתה זו גם דרגת עיסוי שבה הורשאו רופאים לתקן עצמות שבורות.

מלומד אָנְמו (博士 Boshi בּוּשִׁי) – מונח המקביל ל-'רִבְדוֹרְשֵׁן' בימינו. זהו מומחה אשר התקדם בלימודיו ועמד בבחינות ברמה הגבוהה ביותר. מעמדו החברתי היה רם ונאצל, ולווה ביוקרה רבה. מלבד כִּפּוּאָה, עסק הוא בהכרח גם בהוראה. היה מצופה ממנו שישלב מיומנויות רפואיות נוספות בעיסוקו. לרוב אנשים שכאלה טיפלו בעיקר בטיפוסים מן המעמדות החברתיים הגבוהים, במיוחד בצבא או בממשל.

יחד עם שני אלה – לצד המומחים והמלומדים, עבדו במקביל גם תלמידים לעיסוי, אשר להם לא היתה דרגה מקצועית. הדרגות אמנם היו נפרדות, אולם אנשים מכל שלושת המעמדות המקצועיים הללו עבדו לעיתים קרובות יחדיו כצוותים רפואיים. מחלקה רפואית מוסדרת של הממשל מאותה התקופה, גודלה המירבי היה כלדקמן: 2 מלומדים, 120 מומחים, ו-100 תלמידים – כמאתיים עשרים ושניים אנשי צוות בסך הכל. הדבר דומה ומזכיר מאוד את מבנה המחלקות בבתי חולים בימינו. אולם בשונה מתקופתנו, במחלקה זו התקיימו במקביל, גם הטיפולים וגם הלימודים (ולא רק תהליך ההתמחות כנהוג בבתי החולים של זמננו). מרפאים מן הדרגה הגבוהה ביותר, בּוּשִׁי, היו עורכים בחינות לתלמידים מדי חודש. התלמידים היו מקבלים דירוג בהתבסס על יכולות הריפוי שלהם – ציון על פי אחוז האנשים שהצליחו לרפא או להיטיב עמם. אם תלמיד לא הצליח לעזור לאחוז מספק של אנשים ביחס לאמות המידה שהוצבו, הוא היה מסולק.

שושלת סווי, אף שלא האריכה ימים, העמידה יסודות איתנים להמשך התפתחות אָנְמו, באמצעות יצירת שיטת הדירוג והמחלקות הרפואיות המוסדרות.

¹⁶ דוֹרְשֵׁן – דוקטור. | רִבְדוֹרְשֵׁן – פרופסור.



בתקופת שושלת טאנג (907-618 לספירתם), כבר הוכרה השיטה פעמים רבות בשם 'טווינא', במקביל למונח 'אנמו', והמשיכה להשתלב עם טיפולים בדיקור ומתן צמחואים. יעברו עוד מאות שנים, אולם, עד שהשם טווינא יהפוך מרכזי.

הסינים אוהבים את חלוקת הסולמה המקצועית לשלוש דרגות. לאורך הדורות רואים אנו כי הדבר יושם גם באמנויות הלחימה המסורתיות: תלמיד מן המניין, תלמיד אישי ('הנכנס בשער'), ומורה. לכן היה זה כמובן רק עניין של זמן, עד שגם בתחום האנמו, יורחבו שתי הדרגות הקודמות לשלוש. שינוי מהותי בתקופת שושלת טאנג, אם כך, היה מיסוד של דרגה נוספת ושלישית למרפאים העוסקים באנמו, והיא: **פועל (工 גונג)**. דרגה זו איפשרה את הסמכתם הרשמית של אנשים בעלי השכלה נמוכה יותר לעיסוק באנמו, והם נחשבו כבעלי ידע וזכויות המצויים מתחת לאלה של המומחה.

☯ **פועל (工 גונג) – מונח המקביל ל-'בעל תעודה' בימינו.** אדם שלמד עיסוי דרך התנסות מעשית בעבודה תחת מומחה. לא היו כלפי שום דרישות השכלה מיוחדת, אלא רק שיהיה בעל מיומנויות גוף נאותות. הוא לא בהכרח הבין לעומק את עולם הרפואה. הסמכתו היתה לטפל אך ורק באנשים ללא מעמד חברתי מיוחד, בבעיות פשוטות של חיילים, או בכמויות גדולות של אנשים מכל סוג במצבי חירום או עקה מיוחדים. עיקר תעסוקתם של הפועלים היה ב-'תחזוקת בריאות האוכלוסייה השוטפת'. כל אחד יכול היה לקבל הכרה שכזו, אם עסק באופן מסודר במקצוע העיסוי באמצעות אנמו. אך רמת עיסוק זו דרשה גם לרוב השגחה של מומחה מדרגה גבוהה יותר. לפועל היתה הזכות להתקדם לדרגה גבוהה יותר דרך למידה והוכחת ידיעותיו ויכולותיו.

הגדרותיהם של ה-'מומחה' וה-'מלומד', ניכר שנשארו זהות.

דוגמא לגודל מחלקה רפואית מוסדרת של הממשל מאותה התקופה, היא כדלקמן: מלומד אחד, 4 מומחים, 16 פועלים, ו-15 תלמידים - כשלושים ושישה אנשי צוות בסך הכל¹⁷. ביסוס מעמדם של הפועלים, סייע וודאי לשמירה על הנועמה החברתית בצוותים הרפואיים, שכן קודם לכן, היו אנשים אלה חסרי דרגה מוגדרת¹⁸.

¹⁷ זו מחלקה בגודל נאה לכל הדעות, אולם בספרים מתועד כי מחלקות של תחומי התמחות אחרים ברפואה סינית באותה התקופה, היו גדולות יותר. כן ידוע כי תחת המשליטות הקודמות, שושלת סווי, מחלקות האנמו היו גדולות פי כמה מאשר בתקופת שושלת טאנג שלאחריה. כך שלמרות שאנמו קיבלה מעמד מוכר ונחשב גם בשושלת טאנג, אפשר שהיה פחות מסוים בחשיבותה ביחס לדיקור ורפואת צמחים בעת ההיא.

¹⁸ נועמה – הרמוניה. הנועמה החברתית – ההרמוניה החברתית.

בהתאם להמשך הפיתוח של מחלקות רפואיות ייעודיות של אָנְמו, כך גם הורחב השימוש בעיסוי לבעיות רפואיות נוספות. בשושלת טאנג כבר היה מקובל למדי להשתמש באָנְמו לטיפול בנזלת, הצטננויות, שפעות, חום גוף גבוה, שיתוקים בגפיים, כאבי חזה, כאבי בטן, עוויתות, אובדן זיכרון במבוגרים, בעיות שתן, בצקות, גרד בעור, שחפת, חירשות, קושי בדיבור, ואפילו כאבי שיניים. כן הפכה האָנְמו לנפוצה ברפואת ילדים ונשים, כולל בבעיות וסת מורכבות ובעיות פריון.

עוד התפתחות היתה השילוב המוגבר של צִמְחוּאִים על עור המטופלים בזמן מתן טיפולי אָנְמו. בתקופה זו הפכו קוֹבְלִיּוֹת ביותר, נוסחאות צִמְחוּאִים חדשות לתכליות שכאלה¹⁹. הרעיון של העצמת הטיפול בעיסוי באמצעות צִמְחוּאִים המושמים על הגוף, בדרך כלל בצורת משחה או נוזל, הוא מוצלח במיוחד, ונשאר קוֹבְלִי עד ימינו. גם אני משתמש בו רבות במרפאתי.

שושלת טאנג היתה גם התקופה בה השימוש בנקודות דיקור הפך נפוץ בעיסוי אָנְמו, באמצעות האצבעות והמרפקים. הרעיון הכללי התקיים גם בדורות הקודמים, אך כעת היה יישום מלא וישיר של סִבְרוֹת הדיקור בתוך העיסוי עצמו. בספרות הודגש שימוש שכזה רבות לשם עיסוי-עצמי למניעת מחלות. לדוגמא, הרופא הנודע סוֹן סִימֵיאוּ (孫思邈), שכתב הרבה על דיקור וצמחואים, שילב תיאורי אָנְמו בספריו כשיטות לעיסוי עצמי לשימור וטיפול הבריאות.

בו-בעת, האמנות כולה החלה חודרת עוד ועוד לארצות שכנות - יפן וקוריאא²⁰.

¹⁹ להלן מספר נוסחאות צמחואים ליישום חיצוני, אשר שימשו מטפלי אָנְמו באותה התקופה:

קִסְיוֹן ('פִּלְסְתֵר') חמשת הרעלים הנשגב של הדורשן פִּי Fèi Shi Wǔ Dú Shén 费氏五毒神膏. נוסחה המכילה חמישה יצורים רעילים בעלי ארס, או חלקיהם: מרבה רגליים ארסי, עקרב, נשל נחש, ארס קרפד, נוזל מרה של דוב, מעורבבים בשמן שומשום. לטיפול בדלקות פרקים, נפיחויות רעילות, מוגלה, חסימה של הערוצים, כאב מקומי חזק, חבלה עם רעילות ועימדות, דם, פגיעה מארס של חיה כלשהי, או תקיעות מתמשכת בערוצים שלא הגיבה לטיפולים אחרים.

קִסְיוֹן ('פִּלְסְתֵר') עצם הנִמְפֵס של חואה טואו Huà Tuó Hǔ Gǔ Gāo 华佗虎骨膏. תכשיר העשוי מעצם נִמְפֵס (טיגריס), דאנג גווי (שורש אנגליקה), צ'וֹאֵן שיונג (שורש לאושטיאן), מו יאו (מור) ו-רו שיאנג (לבונה), מעורבבים בשמן שומשום. כיום נוהגים להחליף את העצם הטחונה בזו של חיה אחרת ממשפחת החתולים הגדולים, בעצם של כלב שנפטר, בעצם צבי, או בעצם של שור או תאו מים. נוסחה זו מטפלת בבעיות דומות לנוסחה הקודמת שאוזכרה, ובנוסף גם בנוקשות לאחר פציעה או ניתוח, בכאבים בעצמות או מפרקים, במצבים הדלדלות או התפוררות עצמות, ובכאבים המוחמרים בחשיפה לקור או לחות.

קִסְיוֹן ('פִּלְסְתֵר') שורש מרווה Dān Shēn Gāo 丹参膏. נוסחה אשר מרכיבה המרכזי הוא הצמח דָאֵן שֵן (שורש של צמח ממשפחת המרווה), בתוספת הונג חואה (פרחי זעפרן), טאו רן (גלעיני אפרסק), מו יאו (מור), רו שיאנג (לבונה), וכל אלה מעורבבים בשמן שומשום. עימוד שהנוסחה הראשונה שאוזכרה מתאימה יותר למצבים רעילים, והשניה למצבים שמעורב בהם קור, נוסחה זו השלישית - דָאֵן שֵן גָאוּ, מתאימה לבעיות שמלוות בדלקתיות חמה, אשר יחד עימה ישנן בעיות כגון: עימודן דם החוסם את הערוצים, כאב ממוקד בעל תחושה דוקרת, נפיחויות או גושים, שטפי דם לאחר חבלות, דלקתיות מתמשכת עם חום מקומי, זרימה פגומה של דם עם צבע כהה באזור הפגוע. לעיתים קרובות זו בשימוש בשלבים ההחלמה מהפציעה.

²⁰ מאות שנים מאוחר יותר, עם התפתחות 'שיאצו' - מקבילתה היפנית של טוֹיִנְאָ, בחרו לעשות בה שימוש משמעותי בנקודות דיקור בה, ככל הנראה בשל השפעה זו שמקורה בשושלת טאנג.



בתקופת שושלת סונג (1115-960 לספירתם), הממשלה המְשִׁלִּית החליטה לערוך אסדרה של חומר הלימוד ב-אָנְמו. כלומר, הממשלה של אותה התקופה יצרה חומר לימוד סדור ובסיסי שהועבר בצורה דומה יחסית, לכל אדם שלמד אָנְמו במוסדות רשמיים. כן כבעבר, נותרה אָנְמו שיטה רפואית רשמית ועצמאית, שגם תועדה בספרים רפואיים מטעם השלטונות. השימוש במונח טווינא, אמנם, אף שהתקיים, טרם הפך נפוץ, ואנשים עדיין הכירו את המלאכה יותר בשם אָנְמו.

היתה זו תקופה בה החוכמנות הסינית התפתחה רבות. מלומדים מכל התחומים החלו לשאול עצמם שאלות יותר מעמיקות על נושאי מחקרם ועיסוקם, כך גם ברפואה. העוסקים באָנְמו, החלו בהתאם לכתוב יותר על ההבדלים ביישום בין אופֶּנְעוֹת שונות, והתאמתן לאבחנה מבדלת של מטופלים. הוכר כי אָנְמו, מיסודה, היא שיטה שאפיונה המרכזי הוא היכולת, בין השאר, "לחמם, לפתוח ולשחרר תקיעויות וחסמים בערוצים, תוך גיוס והתרה של פעולת המפרקים... כאשר הדבר בתורו מאפשר גם את הזרימה החלקה של ברוא החיצון"²¹. מכאן שהגיעו הם למסקנה באותם זמנים, כי טיפולי אָנְמו מסייעים בחיזוק חוסן הגוף הכללי. כן תועדו שיטות אָנְמו לטיפול במצבי מחלות מידבקות²².

בימינו, בשל העדפות תרבותיות ומסחריות, ומתוקף שיכחת הידע, נדיר כי משתמשים בטווינא במצבי חירום רפואיים. אך הדבר היה נפוץ בעת העתיקה, עוד בשושלת סונג, וככל הנראה גם לפניו. אחת הדוגמאות היפות לכך היתה שימוש באָנְמו להיפוך עוברים (מניעת 'לידת עכוז'), וסיוע בלידות מורכבות²³.

²¹ 'ברוא החיצון' (Wei Qi), המכונה גם 'הצי' המגן', הוא היבט גופני ברפואה הסינית אשר מהווה חלק משמעותי ממערכת החיסון הגשמית והרוחנית. כאשר ברוא הטחול והריאות חזקים, והזרימה בערוצים תקינה, אזי יכול ברוא החיצון לתפקד כמעין 'הילה מגוננת' המונעת חדירת נגיפים מחוללי מחלות אל הגוף.

²² דוגמא לכך ניתן למצוא בספרו של ג'אנג צונג'נג (張從正 1156-1228 לספירתם), אשר נולד מעט לאחר נפילתה של שושלת סונג, ותיעד שיטות טיפול שרווחו בה. הספר של ג'אנג נקרא 'השער הקונגני לכיבוד הורים' (儒門事親), ופורסם בשנת 1228. בספר זה מתאר הרופא ג'אנג כיצד ניתן לטפל בהצטננויות ושפעות באמצעות אָנְמו. שיטת הטיפול היא כזו: לשם טיפול ברוח-קור, השתמש באופֶּנְעוֹת דחיפה ושפשוף (טווי פא ו-צ'ה פא) באופן שטחי, מלמעלה כלפי מטה החל מגובה הנקודה DU14, לאורך ערוץ שלפוחית השתן והערוץ השולט (דו מאי), בכדי לגרום לייזוע. שיטה זו נלמדת גם כיום, ואני עצמי עשיתי בה שימוש פעמים רבות במרפאתי. הנחיה זו לטיפול היתה למעשה ביטוי לגישה רחבה יותר של אותו הרופא, אשר היה מייסדה של אֶשְׁכּוֹלָה קוֹבְלִית מאותה התקופה, אשר קידמה הרעיון של 'סילוק נגיפים, טפילים ורעלים באמצעות ייזוע, הקאה או שלשול'. זו כונתה 'אֶשְׁכּוֹלָה הטיהור' (攻下派).

²³ מי שקידם את הטיפולים מסוג זה היה רופא בולט בימיו, ששמו פאנג אנשי (龐安時, 1042-1099). הדורשן פאנג היה רופא ראשי בבית הספר הרפואי המקְשִׁלִּי בעיר קאיפנג. הוא שילב טיפולים באמצעות צְמָחוּאִים עם אָנְמו. הוא עצמו לא כתב ספרים 'יעודיים' על אָנְמו (לפחות לא כאלה ששרדו עד ימינו), אך ידיעותיו ופועלו באמצעות אָנְמו מתוארים בספרים אחרים המתארים את התקופה. נכתב כי את העוברים סייע להפוך ברחם, באמצעות עיסוי עדין של הבטן והגב התחתון. שיטה זו היתה בלתי-קואבדת עבור האם, ולא פולשנית. כיום ברפואה הסינית המסורתית, הטיפול הנפוץ ביותר לסייע להיפוך עובר, הוא הבערת גרגירי בוערה על הנקודה BL67, אשר מצויה בפינתה החיצונית של האצבע הקטנה בכף הרגל. זהו טיפול פשוט מאוד שאורך דקות בודדות, ולו אחזי הצלחה גבוהים.

אחת מיכולותיה הפחות מוכרות של אָנְמוּ, וכן של טוֹינְאָ בימינו, היא **איחוי עצמות שנשברו**. בתקופת שושלת סונג, הפכו מיומנויות איחוי העצמות של אָנְמוּ לנפוצות יותר בשימוש. יש האומרים שהדבר נבע מהתפתחויות בהבנה של הסינים את מבנה גוף האדם באותה התקופה²⁴. בסינית, מיומנויות אלה נקראות:

ג'אנג גו 正骨 יישור עצמות, ולעיתים הן נלמדות בתור מקצוע והתמחות בפני עצמם, בשל מורכבותן. מורי היקר, שיפו בְּרִיאָן הול, למד השיטות הללו ממוריו הסינים בארה"ב. אולם הן עדיין נדירות ביישום ושימוש מחוץ לסין.

באופן מסורתי, אדם שרוצה ללמוד לבצע ג'אנג גו 正骨 (יישור עצמות) על מטופלים, צריך תחילה להתאמן תקופה ארוכה. להלן אחת משיטות האימון המקובלות: עצמות של חיות שהומתו, נשברות עם פטיש לחתיכות, ומושמות בתוך שק עבה. התלמיד נדרש להחזיק את השק מבחוץ לו, ולהצליח לאסוף בידיו דרך יריעת השק את חלקי העצמות, ולחברן באופן מספק. הדבר דומה לאופן היישום המעשי לאחר מכן. כאשר מגיע אדם עם עצם שבורה, הרופא אוסף ידנית את השברים בתוך בשרו, ומקרב אותם עד כמה שניתן אלה לאלה. הדבר מסוכן ביותר, שכן שברים נוטים להיות בעלי חלקים חדים או משוננים, אשר יכולים לקרוע בשרירים, גידים וכלי דם, או להמית באמצעות פגיעה באיברים פנימיים. לאחר שהעצמות מובאות בקירוב זו לזו כמיטב האפשר בנסיבות הראשוניות



של הפציעה, אזור הפציעה נחבש עם כָּסִיוֹן עבה במיוחד, כאשר בינו לבין העור נוסחת צִמְחוּאִים מותאמת למצב. בכל 72-12 שעות לערך, מוסרת התחבושת, האזור מנוקה, העצמות מוזזות עוד בקירוב זו לזו, והמטופל נחבש מחדש. בדרך זו, הסינים היו והינם בעלי הצלחה גבוהה במיוחד באיחוי מלא ומדויק של שברים מרוב הסוגים, באופן המאפשר חזרה לפעילות תוך זמן קצר – לעיתים קרובות

²⁴ מספר ספרים פורסמו בתקופת שושלת סונג אשר תיארו את התצורה של גוף האדם היטב. ביניהם:

איורי חמשת האיברים הפנימיים המלאים, 五臟圖, מאת או שיפאן (歐希範), משנת 1045 לספירתם.

האיורים לשימור האמת, 存真圖, מאת יאנג ג'ייה (楊介), משנת 1113 לספירתם.

בתוך 1-3 שבועות מעת קרות הפציעה. זאת בניגוד לשיטה העכשווית של הרפואה המערבית, של כליאה בסד גבס, אשר דורשת 1-3 חודשים של החלמה, אשר בזמנם האדם לא יכול להזיז את האזור הפגוע, ושריריו מידלדלים מאוד.²⁵

ברבות הדורות, יישור העצמות הפך לתחום כה מפותח, עד שהחל לעמוד בכוחות עצמו במקביל לאֶנְמו, ולא כחלק ממנה. כיום הנושא נלמד בצורה נפרדת, בדרך כלל ביחסי אמן-שוליה לאורך מספר שנים, במסורות משפחתיות סגורות. יישור עצמות הוא למעשה חלק מתחום רחב יותר ברפואה הסינית, אשר נקרא: 'רפואת חבלות' (跌打科) – מינוח שמתייחס לכל סוגי בעיות שריר-שלד. זהו תחום שהפך נפוץ גם בקרב משפחות של אמני לחימה, משום שהעוסקים בלחימה מעשית, זקוקים תכופות לתיקון עצמותיהם, או אלה של אחרים מקהילתם אשר מוכנים לשלם בעבור שירותים שכאלה.

הרפואה ההופכית לטיפול במצבי חירום ופציעות עתיות כמו שברים, היא זו של טיפוח הבריאות. רפואה זו של טיפוח הבריאות הבריאות, הממוקדת במניעת מחלות, מכונה בתרבות הסינית 'יאנג שנג' (養生), מונח שאפשר לתרגמו כ-'תמיכה בחיים' (טיפוח החיים). בעגה המערבית הקלוקלת של ימינו, זהו התחום המכונה 'אנטי-אייג'ינג' (Anti-Aging). הסינים הינם חובבי שיטות להאטת ההזדקנות מזה אלפי שנים, ובשושלת סונג הפכו קוֹבְלִיּוֹת ונפוצות רבות מהן שעושות שימוש באֶנְמו כעיסוי עצמי, לשם טיפוח החיים ואריכות הימים. דוגמאות מוכרות אשר ניתן להיתקל בהן לעיתים תכופות בסין גם כיום הן: צביטה של גשר האף כמה עשרות פעמים ביום; סירוק השיער עם האצבעות מאה פעמים ביום; שפשוף בסיסי כריות כפות הרגליים (אזור הנקודה KI1) עד להזעה מקומית; וכיוצא באלה.

²⁵ שיטות אלה לתרגול ויישום של יישור עצמות, ובכללן השיטה של מיון העצמות השבורות בתוך שק, תועדו מאוחר יותר במספר ספרים מפורסמים:

- הספר 'מרשמי רפואה להשגת יעילות' (世醫得效方), מאת וויי יילין (1277-1347), אשר פורסם בסביבות השנה 1337 (שושלת יואן).
- הספר 'חותם המרשמים הנצחיים' (永類鈴方), מאת לי ג'ונגאן (李仲南), מתחילת המאה ה-14 לספירתם.
- הספר 'הראי המזהב של תכלית הרפואה', בפרק: 'תמצית שיטת התודעה של יישור העצמות' (正骨心法要旨: 醫宗金鑑), מאת וו צ'יאן (吳謙 1689-1748) וצוות עורכים, משנת 1742.

היכולת של שיטות יישור העצמות לרפא במהרה, נסמכה ועודה נסמכת כיום לעיתים קרובות, על השימוש בלקיחה פנימית של צמחואים, בנוסף על מריחתם החיצונית. מרשמי צמחואים מותאמים אישית ניתנים במקרים רבים למטופלים שעצמותיהם נשברו, ואלה מעצימים מאוד את יכולתו של גוף המטופל לאחות את שבריו.

בתמונה: שיטת טיפול טיפוסית ברפואת חבלות וביישור עצמות. זוהי הכנת קסיון ('פלסטר') צמחואים לטיפול בשברים. בתחילה, נטחנים צמחואים לאבקה דקה. לאחר מכן, מעורבבות יחדיו אבקות הצמחואים השונים, במינונים וביחסים מדויקים. חומר נוזלי, כגון מים, כהל, חומץ או דבש, וכדומה, משמש לחיבור האבקה המאוחדת לכדי עיסה דביקה. את העיסה מורחים על פני תחבושת ייעודית - הקסיון, אשר גודלה תואם את האזור אשר מעליו יונח. במרבית המקרים, הקסיון ישב מעל אזור הגוף הפגוע למשך 12 עד 24 שעות. לאחר מכן יוסר הכסיון, תתבצע הערכה של השיפור במצב המטופל, ובהתאם יונח כסיון חדש, או שתשתנה תוכנית הטיפול. הכסיון הוא אמצעי תומך וחשוב לטיפול קווינא, דיקור, לקיחה פנימית של צמחואים, וכיוצא באלה.

התמונה באדיבות המרפא הותיק תום מור, אשר צילם אותה במרפאתו של מורהו בהונג קונג. תום הינו מומחה בעל שם לרפואה סינית מסורתית וטווינא, ועוסק במקצוע שנים רבות. כן הינו אחד מתלמידי הבכירים של שיפו צחי שוחט בשיטת העגור הלבן הטיבטי. תום משתמש לעיתים תכופות בקסיוני צמחואים גם במרפאתו בישראל.



בתקופת שושלת ג'ין (1115-1234 לספירתם), נפלה סין לידי פולשים מצפון, ה-ג'ורצ'נים, אשר הגיעו מן האזורים הקפואים והקשים למחיה אשר מצויים מעל לקוריאה. בדומה למונגולים שהגיעו לאחריהם לסין, גם הג'ורצ'נים היו אנשי הישרדות ולוחמה, ולא חובבי נוחות ומנעמים. אולם בניגוד למונגולים, הג'ורצ'נים היו בעלי היכרות קרובה עם התרבות הסינית, ובדומה לסינים עסקו גם בחקלאות ובדיג, בעוד המונגולים העדיפו רעיית צאן, ציד ובזיזה. לכן כאשר הג'ורצ'נים כבשו את סין והקימו בה את שושלת ג'ין, הם חתרו לשימור התרבות הסינית, ולא להחרבתה. מיד לאחר כיבושם, הם השאירו על כנם את רוב הסממנים הסיניים הקבועים מזה דורות – לוח השנה, השעות, מבנה הממשל, החוקים, התקנות, הטקסים, וכיוצא באלה. הם אף הגדילו לעשות בכך שבתוך דור אחד כבר התחתנו עם סינים, למדו את השפה הסינית, וקראו מהספרות הסינית. הרפואה הסינית המסורתית לא בלבד ששרדה, אלא שהמשיכה להתפתח באופן משמעותי, וקמו לה מספר אשכולות מרכזיים חדשים, במיוחד בכל הקשור לשימוש בצמחים. בהתבסס על הידע הרפואי שהצטבר על מבנה גוף האדם בשושלת סונג, גם בשושלות ג'ין ו-יואן (זו שלאחריה) המשיכו להתפרסם ספרים בנושאים שכאלה, ונושאים קרובים אליהם.²⁶

אם נתבונן מן הצד על תקופה זו בקדומיית העולם, נראה שהיה מדובר בדורות של יציבות יחסית, לפני סערה גדולה. בחפיפה מושלמת לשושלת ג'ין, חי ופעל בצידו השני של העולם, המלומד הסגולן²⁷ היהודי והרופא הנודע, רבי משה בן מימון – הרמב"ם. לקראת סוף חייו של הרמב"ם, ולקראת סופה של שושלת ג'ין, החלה עלייתם של המונגולים, אשר קמו כנחיל ארבה ממישורי הצפון הצחיחים, וכבשו לפתע תוך זמן קצר את מרבית האנושות, ובכלל זאת את ארץ סין. עליהם אספר לכם מיד.

²⁶ לדוגמא:

אסופת מקרי תיקון עוולות (洗冤集錄), מאת סונג סי (宋慈), משנת 1228 לספירתם. זה האחרון היה הפרסום המקיף הראשון בקדומיית סין אודות המדע של זיהוי פלילי – השימוש בשיטות מדעיות ומחקריות לפיתרון פשעים בתחומי השיטור והצבא.

מרשמים יעילים מדורות של רופאים (世医得效方), מאת וויי אילין (魏亦林), משנת 1347 לספירה. ספר זה תיאר באופן מדויק ביותר את מבנה המרפק ומפרק היד, ונכנס לעובי הקורה באשר לטיפול בשברים, כולל שברים בחוליות עמוד השדרה.

²⁷ סגולן - בלועזית: Sage. איש בעל סגולות ייחודיות. אדם אשר מבטא בחייו ובהווייתו, איכויות ייחודיות אשר נחשבות בידי רבים כפסגתם של הישגים גופניים או נפשיים מסוימים. מעצם הגדרתו הינו יחיד בדורו, או מבין מעטים בדור נתון שניתן לומר עליהם שהינם כאלה. כן זהו ביטוי לאדם אשר חוכמתו הינה יוצאת דופן.

בתקופת שושלת יואן (1271-1368 לספירתם), העם הסיני איבד את מולדתו לכובשים המונגולים, כהמשך לכיבוש הג'ורג'י של שושלת ג'ין. קובלאי חאן, נכדו של ג'ינגיס חאן, חמש לעצמו את סין כולה, והקים בה את שושלת יואן, במעשה שהיה לעלבון שלעולם לא יימחה.

המונגולים היו עם מיומן בכיבוש, מלחמה והישרדות. אולם כמעט ולא היו אנשים משכילים מביניהם. נדיר אף היה למצוא מונגולי אשר ידע קרוא וכתוב. הם נסמכו בעיקר על מלומדים מתרבויות אחרות אשר הכפיפו לשלטונם. חרף בורותם, היו המונגולים אנשים מעשיים ביותר. יחסם לרפואה על כל סוגיה, היה חיובי בעיקרו. הם עצמם היו בעלי מסורת עיסוי רפואי, וחפצו לכבד ולאפשר שימוש בידע של הרפואה הסינית המסורתית, משום שראו בו נכס חשוב לשימור בריאות הציבור והצבא. לכן, אף שפעלו המונגולים במרץ להשמדת נדבכים מסוימים של התרבות הסינית – במיוחד בכל הקשור לממשל, צבא ומעמדות חברתיים, גישתם לרפואה הסינית המסורתית היתה שונה בתכלית. למעשה, הם השקיעו כספים, משאבים ומאמצים בטיפוחה, והעלו את מעמדם החברתי של הרופאים.

בתמונה: פסל זיכרון ענק, אשר נבנה בדורנו, מחוץ לעיר הבירה של מונגוליה, אולן בָטור. זוהי דמותו של הכובש האדיר וחסר העכבות, ג'ינגיס חאן, אשר היה מייסד האומה המונגולית, והחל את התפשטותה הנרחבת על פני כל העולם הידוע. נכדו, קובלאי חאן, הוא זה שלבסוף כבש את סין.



אולם גישתם המעשית של המונגולים, גם הקשתה על הרפואה הסינית המסורתית להתפתח כבימי קדם. בעוד שהסינים תמיד שאפו לשמור על אחידות תרבותית ביצירותיהם – כך גם ברפואתם, המונגולים לא ראו בכך דבר בעל משמעות. תפיסתם התכליתית של המונגולים שיקפה את מקורותיהם מן הצפון הקפוא והאכזר: הם חפצו לשמר רק את "מה שעובד". לכן בעוד שהמונגולים עשו הרבה למען שימור הרפואה הסינית, הם גם לא בחלו בנסיונות לערבבה עם רפואות מונגוליות, טיבטיות ואחרות. היו רבים מבין הרופאים הסינים, שלא היו מרוצים ממהלך זה. אולם בחלוף הדורות התברר, שהעניין היה יותר ברכה מאשר קללה. בזכות התעקשותם של המונגולים לחשוף את הרפואה הסינית להשפעות זרות, נכנסו אליה ידע ומימונויות אשר הינם בשימוש נפוץ בה עד ימינו.

כך למשל, ניתן לאזכר שני צמחואים חשובים מאוד ברפואה הסינית המסורתית, והם מור (Mo Yao) ו-לבוֹנָה (Ru Xiang). שני ה-'צמחים' הללו – בפועל שרפים של עצים, מוכרים לנו כמובן מן התנ"ך היהודי. אלו הם שרפים שהיו בשימוש ברפואות ובדתות של המזרח התיכון מזה אלפי שנים. שרפים אלה מתועדים בשימוש ברפואה הסינית עוד מתקופת ממלכות הדרום והצפון, הרבה לפני הגעת



המונגולים. אך הכיבוש המונגולי של חלק ניכר מהעולם הידוע, אשר החייה את המסחר על דרך המשי, איפשר ייבוא משמעותי יותר שלהם, ושל צמחים רבים אחרים, מן המזרח התיכון אל סין, בתקופה בה עוד לא גידלו עצייהם וזכרו אותם בסין עצמה.²⁸

בתמונה: קובלאי חאן, מייסד שושלת יואן הסינית, ונכדו של ג'ינגיס חאן.

²⁸ הצמחואים מור ולבוֹנָה, שימושם המרכזי ברפואה הסינית היא לטיפול ב-'עימדות דם' – מצבים בהם אין תנועת דם מספקת באזורים שונים בגוף, או במקום מסוים, עקב קרישיות דם מובנית, פציעות או סיבות אחרות. ישנן לכל הפחות כמה עשרות נוסחאות צמחואים בשימוש נפוץ ברפואה הסינית, המכילות את אחד משני הצמחואים הללו, או שניהם יחדיו. ייבוא הצמחואים הללו מארצות המזרח התיכון, מתועד בספר הרפואה הסיני 'מרשמים מן הרפואה המוסלמית' (חווי חווי יאו פאנג 回回药方), אשר פורסם פחות או יותר בין השנים 1300 ל-1340 (מאת אסופה של מספר מחברים). נאמר כי הספר המקורי כלל 36 כרכים, אך רק ארבעה שרדו עד ימינו. כיום גרסה מפורשת ומבוארת של ספר זה זמינה במרשתת בשפה הסינית.

בתקופת שושלת מינג (1368-1644 לספירתם), הצליחו הסינים להחזיר את אומתם לשליטתם, ולגרש את המונגולים. אז כבר החלו אנשים בכל הממלכה, להכיר את שיטת העיסוי המרכזית במסורתם גם בשם 'טווינא'.

המְשְׁלִיט הראשון של שושלת מינג, הונג וו 洪武, ישב על כסאו תקופה ארוכה מאוד – משך כשלושים שנה. בימי חייו, גישת ממשלו כלפי אֲנָמו היתה חיובית ביותר. תחת המְשְׁלִיט הונג וו, אֲנָמו קיבלה מחדש מעמד של אחת מ-13 ענפי הַרְפוּאָה הסינית העיקריים, והיתה נפוצה בלימודיהם של רופאים.

שינוי השם הנפוץ מ-אֲנָמו ל-טווינא התרחש בהדרגה, במאתיים השנים שלאחר מכן. תחילה התקבע השינוי בעיקר בהקשר לטיפולים בילדים, ולבסוף הפך 'טווינא' לשם שני נפוץ בהקשר לאמנות הרפוי בעיסוי כולה. היה זה באותה התקופה, שהטיפול בילדים באמצעות טווינא הפך להתמחות סדורה ביותר, עם גישה ייחודית ונבדלת מזו של טיפול במבוגרים²⁹. הדבר נדרש בשל תמותת ילדים גבוהה, על רקע מחלות, מגיפות ותת-תזונה. ההסבר שניתן על ידי הקְדוּמְיוֹנִים הוא שילדים מתנגדים לעיתים קרובות לקבלת טיפול עם מחטים או צמחואים, וגם עשויים להיות מאוד רגישים אליהם, אך רובם משתפים פעולה עם עיסוי, ונוטים להגיב אליו טוב. דעתי נחה שהסבר זה נכון, מניסיוני המעשי שלי. כפי שנעשה בעבר עם מבוגרים, מטפלי הטווינא של שושלת מינג הצליחו לסייע לילדים גם במצבים עיתיים קשים ומסוכנים, ולהציל את חייהם. רפואת הילדים, שהיתה חלק משמעותי מן הטווינא מזה דורות רבים, קיבלה כעת לראשונה ספרות ענפה שתארה אותה. שושלות הידע בעיסוי בערים טיאנג'ין ו-שאנגחאי, התפרסמו בתקופה ההיא יותר בזכות מומחיותן בטווינא במחלות ובעיות של ילדים, ואילו השושלות באזור גואנגדונג היו מפורסמות בעבור טיפולי הטווינא שלהן לבעיות שריר, שלד ופציעות.

בו-בעת, ההעדפה לצניעות במגע במרחב הציבורי, הפכה בהדרגה נפוצה יותר במקומות רבים בסין (כפרשנות מוטעית של הקונְגְנוּת), והדבר פגע ביכולתה של הטווינא להתעצם. זאת משום שאנשים רבים, במיוחד בערים, חשו לא בנוח עם הרעיון כי גבר או אישה זרים יעסו אותם או את בני משפחתם. **בשנת 1571 לספירתם**, אנשי ומלומדי רְפוּאָה מן החצר המְשְׁלִיטִית, עודדו את השלטונות לצמצם את לימודי הטווינא במדרשות הרשמיות, משום שראו בהם איום ותחרות לשיטותיהם שלהם האחרות (כגון שימוש בדיקור וצִמְחָוָאִים). האווירה הציבורית שראתה בעיסוי דבר מה 'בלתי צנוע', סייעה להלך רוח עוין זה בקרב הפקידנים.

²⁹ על כך למשל בספרו של גונג טינגשיאן (1522-1619): (龚廷贤). 'התכלית הסודית של טווינא לילדים צעירים' 小儿推拿秘旨 (פורסם סביבות שנת 1600). בספר זה סווגו 12 סוגי אופֶנְעוֹת ייחודיות לטיפול בילדים. הוא נחשב נִוְקֶת (טקסט) משפיע מאוד עד ימינו.

חיבור מפורסם אחר בנושא, אשר פורסם זמן קצר לאחר מכן, נקרא 'הספר השלם של התכלית הסודית לטיפול בילדים צעירים והחייאת תינוקות באמצעות טווינא' 小儿推拿方脉活婴秘旨全书, אשר הרחיב על הנוקְתָה הקודם שאזכרת.

במהלכי קנונייה מרושעים אחרים כנגד ה הִטוּוִינָא, הפיצו כנגדה הפקידנים המשליטיים שמועות שקריות בכדי להוריד ממעמדה. הם המציאו למשל דיווחים, שטענו כי אנשים נפגעו קשות מטיפול טוּוִינָא, והיו אף מטופלים שנהרגו. כמובן שדיווחים שכאלה הם בלתי-סבירים בעליל מזווית ההסתכלות של ימינו, כאשר בפועל אני עצמי למשל, איני מכיר אפילו מקרה אחד של פציעה קשה או מוות עקב טיפול בטוּוִינָא. אך לאותם פקידנים לא היה אכפת. כדי לוודא שטוּוִינָא תיעשה לבלתי-אהודה, כפו הפקידנים על רופאים במוסדות רשמיים, אשר התמחו בטוּוִינָא, כי ייגעו במטופליהם רק מבעד לוילון. הדבר היה משפיל ובלתי-טבעי עבור הרופאים והמטופלים כאחד, והוריד ממעמד שיטת טיפול זו. אותה שנה (1571), סולקה גם הִטוּוִינָא ממעמדה כאחת מ-13 ענפי הִרְפּוּאָה הסינית העיקריים, ומלימודי הִרְפּוּאָה הכלליים.

בשל גדיעת התמיכה הרשמית מן הפקידנות המְשִׁלִּית, הפכה הִטוּוִינָא שוב, החל משנת 1571, כבעבר הרחוק יותר, למסורת שעיקרה הוא תרגול בתוך שושלות סגורות של מורים ומשפחות, ולא זכתה עוד לתיעוד מקיף ותופח בהיקף של שאר ענפי הִרְפּוּאָה הסינית. חרף כך, הִטוּוִינָא פרח בקרב העם, הרחק מעיניהם הבוחנות של הפקידנים הטיפשים והיהירים. למעשה, שושלת מִינְג מייצגת את התקופה בה הִטוּוִינָא פיתחה את גישותיה הנפוצות לטיפול אשר מוכרות עד ימינו, בזכות הדחיפה המשמעותית שניתנה לה ב-203 השנים הראשונות למְשִׁלִּיטות זו. גם לאחר השינוי לרעה ביחס השלטונות בשנת 1571, המְשִׁלִּיטות לא חיסלה את השימוש בטוּוִינָא, אלא רק הפסיקה את התמיכה בפיתוחה, ובהוראתה הרשמית. אך בשל קוֹבְלִיּוּתה הרבה, והצמיחה המתמדת בספרות מקצועית, כמות האנשים שטיפלו וטופלו בה גדלה, וקבוצות גדולות החלו משתמשים בִּמְרְשומים דומים אלה לאלה, בכל רחבי סין³⁰.

עדות ברורה לכך שהִטוּוִינָא המשיכה להיות אהודה על ההמונים, היתה ההתייחסות אליה בספר עלילתי מפורסם מן התקופה. בשנת 1592, כעשרים ואחת שנים לאחר שהממשלה הסינית דחתה מאליה את הִטוּוִינָא, פורסם אחד הספרים האהובים ביותר על הסינים עד ימינו: **'המסע למערב'** (西遊記), מאת וו צ'אנגְאן (吳承恩). לא בלבד ש-'המסע למערב' הוא יצירה ספרותית ייחודית ונהדרת, אלא שהיא חוצה גבולות, ותורגמה ברבות הדורות לשפות רבות. בספר זה, העלילה עוקבת אחר מספר חברים, היוצאים למסע רוחני מסין אל הודו. אחד הדמויות הראשיות הוא הקוף הפלאי סון ווקונג. בפרק 41, הקוף סון ווקונג הותקף בידי שד, אשר שרף אותו עם אש נוראה. בניסיון להצילו, חבריו של ווקונג טבלו אותו בנהר לזמן ממושך. אך המעבר החד בין האש הלוהטת למים הקפואים, גרם לו למצב של עילפון. אחד מעמיתיו למסע של הקוף ווקונג, דמות משמעותית אחרת, חזרזיר-אדם בשם ג'ו בהג'ייה, נחלץ להחייאתו ממצב קשה זה:

³⁰ מְרְשום – פרוטוקול. מְרְשומים – פרוטוקולים.

八戒見了，慌忙將兩手搓熱，忤住他的七竅，使一個按摩禪法。原來那行者被冷水逼了，氣阻丹田，不能出聲。卻幸得八戒按摸揉擦，須臾間，氣透三關，轉明堂，沖開孔竅，叫了一聲：師父啊！

תרגום: [ווקונג נמשה מן הנהר...] ...כאשר בהג'ייה ראה זאת, הוא מיהר לשפשף את שתי ידיו יחדיו בכדי לחממן, כיסה בידיו את שבעת פתחיו (של ווקונג), וביצע בכל גופו אָנְמו. התברר כי למעשה, ווקונג נפגע ממים קרים, אשר חסמו את זרימת הברוא ב-דאן טיאן שלו, ומשכך לא יכל הוא לדבר (היה מעולף). אך למרבה המזל, בהג'ייה לחץ, הבריש, לש ו-שפשף אותו, ואז בין-רגע, הברוא חדר את שלושת המעברים, הסתובב בהיכל הבוהק, ועורבבו המים ויצאו מן הפתחים. בהג'ייה קרא בקול גדול: "הו, שיפו!"³¹

ארבע פעולות ההחייאה המרכזיות שביצע בהג'ייה בחברו ווקונג, הן אופֶנְעוֹת בסיסיות חשובות בְטוּוֹינָא עד ימינו. ברור כי הסופר הכיר את אמנות הרפואה הזו היטב, הזכיר אותה בשם 'אָנְמו', ראה אותה באור חיובי, ואף סבר שיש לה תועלת לטיפול במצבים בריאותיים עיתיים קשים.³²

³¹ "כיסה את שבעת פתחיו" – יש שיאמרו כי זוהי דרך ספרותית לומר כי בהג'ייה כיסה את כל גופו של ווקונג. אני סבור שייטכן והכוונה היא ש-בהג'ייה השתמש בידיו החמות לחמם את כל פתחי הגוף של ווקונג, כחלק מהטיפול.

"לחץ, הבריש, לש, ו-שפשף" – אָן, 按, מו, 摸, רואו 揉 ו- צה, 擦 – שמותיהן של ארבע אופֶנְעוֹת אָנְמו.

"חדר את שלושת המעברים" – הכוונה היא שבעקבות הטיפול, הברוא הצליח לעבור דרך כל החסימות בשלושת המחממים – בכל חלקי הגוף. פרשנות אחרת עשויה להיות שהברוא הצליח לעבור היטב דרך כל חלקיו השונים של עמוד השדרה.

"הסתובב בהיכל הבוהק" – שם נרדף לנקודה יין טאנג 印堂 – העין השלישית. דהיינו, כוונת המחבר היא שהברוא הצליח לזרום ולהגיע למוחו של ווקונג, מה שאיפשר לתודעתו לחזור לעצמה.

אף ש-ווקונג לא היה מורהו של בהג'ייה, הוא כונה על-ידו בתואר "שיפר" לשם הבעת כבוד.

פרשנים אחדים בעלי ידע מן הרפואה הסינית, סבורים שהנזק שנגרם ל-סון ווקונג נבע מהמעבר החד בין האש העוצמתית והכוויות שגרמה, לחשיפת הגוף למים הקפואים, ולא מטביעה. דהיינו, שהטיפול שניתן לו היה לחסימת ברוא עקב הלם גופני, ולא לשם אישוש מחנק או בליעת מים. אולם דעתי שלי היא שככל הנראה גם בלע מים, משום שהפסקה מתארת את יציאתם של המים מגופו, בין השאר. אפשר שהסופר גם ניסה להזהיר את הקוראים מפני חשיפתו של קורבן כוויות למים קרים בטווח המיידי לאחר שנשרף.

³² למעשה, הסופר כתב על טיפול אָנְמו שניכר וסביר שתואם היטב את הבעיה הרפואית שתיאר, ולפיכך ככל הנראה התייעץ עם מטפל אָנְמו מקצועי בנושא זה לשם כתיבת הספר. הדבר כמעט ודאי, משום שהסופר השתמש במינוחים ורעיונות רפואיים מאוד מתקדמים ומתוחכמים לתיאור חלקי הגוף השונים, אשר לא היו מוכרים למרבית האנשים שלא היה להם ידע רפואי משמעותי. אפשרות אחרת היא כי הסופר עצמו היה מומחה לרפואה סינית, אך הדבר אינו מתועד בספרות הקדומית אודותיו.

מדוע הפכה אָנְמוּ ל-טוּוִינָא?

עד כה בסקירתי את קדומיֵיתָה של אמנות העיסוי הסינית, התייחסתי אליה לסירוגין בשני שמות שונים: 'אָנְמוּ' ו-'טוּוִינָא'. היה זה בערך על התפר שבין שושלת מינג, לבאה אחריה, שושלת צ'ינג, שהשם אָנְמוּ החל תופס פחות, והשם טוּוִינָא נהיה נפוץ יותר. שינוי שמות מסוג זה, מבטא אופנות תרבותיות מסוימות. אולם ישנו גם הסבר עמוק ומשמעותי יותר לשינוי השם, ואותו אחלוק איתכם כעת. **ההסבר האמור מאוד מעמיק ומורכב, ומיועד למטפלים מנוסים ומשכילים, ולא לציבור הרחב.** אם אינכם כאלה, אנא דלגו על תת-הפרק הזה, ועברו הלאה, לתת-הפרק הבא, אשר עוסק בקורות הטוּוִינָא בימי שושלת צ'ינג.



ההעדפה לשינוי השם 'אָנְמוּ' ל-'טוּוִינָא' איננה קשורה לרְפוּאָה עצמה, משום שקדומיֵיתָה מדובר באותה השיטה מיסודה. שינוי המונח קשור מהותית לפירוש הנסתר מאחורי השמות הללו. מרבית המטפלים ברְפוּאָה סִינִית מסורתית אינם מבינים או יודעים את הפירוש האמיתי של השמות 'אָנְמוּ' ו-'טוּוִינָא'. בישראל ובארצות הניכר, מלמדים כי **אָן, מוּ, טוּוִי** ו-**נָא** הם שמותיהן של ארבע אוּפְנֵעוֹת בתוך שיטות עיסוי אלה. זו אכן האמת, אולם ההסבר האמור פשטני, ואין בכוחו להבהיר מדוע שונה השם 'אָנְמוּ' לשם 'טוּוִינָא' לאורך קדומיֵיתָה הרְפוּאָה הסינית. התשובה המלאה תוסבר כעת, בשני העמודים הבאים. בטוּוִינָא יש שמונה אוּפְנֵעוֹת בסיס, והן משויכות לשמונת התמנים של **שִׁיבְחַת הַתְּמוּרוֹת**³³. מבלי להיכנס לסיבֶּרָה המורכבת אודות הקשרים הללו, אלו הם השייכים בין שמונת התמנים לשמונת האוּפְנֵעוֹת הבסיסיות של טוּוִינָא, כפי שאני מבין אותם:

³³ תְּמָנִים ו-שְׁשָׁנִים – טריאגרמות והקסגרמות. בשפה הסינית. שניהם מכונים 'גוֹאֶה' (卦).
שִׁיבְחַת הַתְּמוּרוֹת – קלאסיקת התמורות (אי ג'ינג 易經). ספר חשוב מאוד בתרבות הסינית, אשר בו מוסברת הסיבֶּרָה אודות התמנים והששנים.

תמן	שם התמן	פירוש שם התמן	אופנעת טווינא	פירוש שם האופנעת
☰	צ'יאן	שמיים	טווי	דחיפה
☷	קון	אדמה (ארץ)	נא	לפיתה (אחיזה)
☳	ג'אן	ברעם (ברק ורעם)	פאי	חבטה
☱	שון	רוח	רואו	לישה
☶	קאן	מים	מו	הברשה
☲	לי	אש	אן	לחיצה
☴	גון	הר	יא	החזקה (כלפי מטה)
☵	דווי	ביצה	גון	גלגול

את מהות שמונת התמנים, כמו גם חקירה מעמיקה של **שיבחת התמורות**, אציג בפניכם בהדרגה בהמשך, במספר פרקים מתקדמים בספר זה. כעת אדון רק בקשר שבין שמונת התמנים, לשינוי שם האמנות הרפואית הזו לאורך הקדומיה. התבוננו בטבלה אשר כאן למעלה. שימו לב לשיוכים של האופנעות טווי, נא, אן ו- מו. שני שמותיה השונים של אמנות רפואה זו, משוייכים לצמדים של ניקב ו- זיכר ³⁴ :

אן-מו ☷ ☷ אש ומים

טווי-נא ☰ ☷ שמיים וארץ

³⁴ ניקב ו- זיכר: בלועזית: Yin and Yang יין ו-יאנג.

המעבר מן השם הראשון (אָנְמו) לשם השני (טוּוּינָא), קשור לרצון לבטא נכונה את הווייתם של סדרי עולם. במקום שם שמייצג אש ומים (אָנְמו), עברו לשם שמייצג שמיים וארץ (טוּוּינָא). כשנכתב בתחילת מקורותינו אנו:

בְּרֵאשִׁית בְּרָא אֱלֹהִים אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ.

הרי שסדרי עולם אלה, היו ברורים גם לסינים. כעקרונות יסוד, השמיים והארץ קודמים לכל השאר. האש והמים מגיעים רק לאחריהם. על כן, יסודות כל שמונת התמנים, ו-64 הששנים, הם השמיים והארץ: צ'יאן ≡ ו-קון ≡. אדרבא שָאם כָך המצב, גם אמנות העיסוי הרפואי הסינית, שמה צריך לבטא את היסודות התחיליים: שמיים וארץ, ולא את האש והמים, אשר מגיעים לאחריהם. לכן הפך רווח השימוש בשמות האופֿנֿעות טוּוּי ≡ ו-נָא ≡ כשם האמנות, במקום אן ≡ ו-מו ≡. זהו ההסבר ההגיוני והמעשי היחיד אשר קביל בעיני, באופן אישי. שאר ההסברים, אני מוצא שאינם מניחים את הדעת. ישנם למשל אנשים הטוענים שהדבר קשור בהעדפן של האופֿנֿעות טוּוּי ו-נָא על פני האופֿנֿעות אן ו-מו. אולם כל הארבע היו בשימוש נרחב מזה אלפי שנים, בהתאמה לפי אבחנה מبدלת של מטופלים, ולא בשל גחמות של זרם כזה או אחר של רופאים. גישה אחרת מציעה שהשם 'אָנְמו' הפך, בתקופת שושלת מיִנְג, לשם נרדף לפעילויות עיסוי אשר השלטונות ראו כ-"בלתי-נאותות" או "בלתי-מוסריות" - דהיינו, ברמיזה לזנות. אך הדבר לא עומד בפני התיעוד הקדומי הנרחב, המדגים כי במשך אלפי שנים היה המונח אָנְמו בעל מקום של כבוד בתרבות הסינית. גם כיום אין מי שמנסה 'להעלים' את המונח 'עיסוי', רק משום שיש מי שמשתמשים בו בצורות "לא נאותות". עוד ניתן להצביע על העובדה כי המונח 'אָנְמו' אף פעם לא נעלם, אלא פשוט הוחלף כמונח בשימוש הרשמי בהקשר רפואי.

בימינו התהפכו שוב הדברים. יש מי שחוזרים להשתמש במונח 'אָנְמו', או בביטויים כמו 'אָנְמו טוּוּינָא', בכדי לבדל עצמם מהשאר. לעיתים השימוש בשמות כאלה נעשה בכדי לתמוך בטענות, כי אותו אדם הוא בעל 'שושלת ידע עתיקה יותר'.

כעת נסתיים הדיון במהות השמות אָנְמו ו-טוּוּינָא. אחזור אפוא לסיפור קדומייתה של הַטוּוּינָא, וזאת מן המקום אליו הגענו ובו עצרנו קודם לכן – סופה של שושלת מיִנְג, ועלייתה של שושלת צ'ינג.

תקופת שושלת צ'ינג (1644-1912 לספירתם) היתה שוב של שלטון זר. המִנְצ'וּרִים מן הצפון, אשר בעבר הרחוק מיסדו בסין את שושלת ג'ין, חזרו לכיבושיהם, והפכו לשליטי האומה. הם היו שנואים במיוחד על מרבית העם הסיני, אשר בז להם עד היום, אם כי מעריץ במקביל את חלק ממשליטיהם שהגיעו בתקופות מאוחרות יותר מן הכיבוש הראשוני. עקב איבתם של בני האן לכובשים המִנְצ'וּרִים, בתקופת שושלת צ'ינג היו מרידות רבות מאוד בשלטונם, עד לנפילתה הסופית של השושלת, בשנת 1911 לספירתם. על קדומיה מרתקת זו ניתן לקרוא בהרחבה בפרק ייעודי בספר זה, אשר שמו **'כיבוש סין בידי המִנְצ'וּרִים'** (הפרק הבא בשער זה). למרבה המזל, בתוך כשלושה-ארבעה דורות, הפכו המִנְצ'וּרִים בסין עצמה, לסינים של ממש. הם ויתרו במידה רבה על תרבותם, שפתם, מאכליהם, מגוריהם, וכל היוצא באלה, ואימצו באופן משמעותי וכמעט מלא את התרבות הסינית. הדבר איפשר לחלקים נרחבים מן התרבות הסינית להמשיך ולצמוח ללא הפרעה.

המִנְצ'וּרִים וצאצאיהם, שלטו באומה הסינית מתוך מתחם שנקרא **'העיר האסורה'**, שממוקם בתוך הבירה בייג'ינג. אזור זה כונה 'עיר' משום שגודלו וטיבו דומים היו לעיר קטנה, שהוקפה חומות אבן ושערי פלדה אדירים. זו היתה 'אסורה', משום שנאסרה הכניסה אליה לאנשים שלא היו בני משפחת המלוכה, ממשלתם, משרתייהם או אורחיהם. המתחם כולו נבנה כאסופה של אזורים תחומים, האחד בתוך השני, בצורת ריבועים ומלבנים. במרכז העיר האסורה שכן מתחם הארמון המשליטי, והיווה החלק הפנימי והמסוגר ביותר. אף שהעיר האסורה כולה נבנתה לראשונה בתקופת שושלת מינג, היא שופצה ושודרגה משמעותית במהלך שושלת צ'ינג. בשיא תהילתה, הגיעה 'עיר' זו למנות כ-980 מבנים, עם 8707 חדרים. כל המקומות הללו נשתמרו היטב, וכיום כל אדם יכול לבקר בהם כתייר.

טבעה של העיר האסורה היה, שלא היתה פתוחה למרבית האוכלוסייה, ובכלל אלה הרופאים והמעסים. ניתן לומר בלשון דורנו, כי אדם שלא היה בעל 'סיווג בטחוני מיוחד' או הזמנה ייעודית יוצאת דופן, לא הורשה לשהות בה כלל. הדבר יצר אתגר מסוים למשליטים ועוזריהם, משום שאלה היו מבודדים מן העם, ומדברים רבים שהתרחשו בחיי היום-יום, ונסמכו בעיקר על דיווחים עקיפים בכדי להתעדכן במציאות שהתרחשה סביבם. עוד נאלצו הם להסתמך בעיקר על אנשי מקצוע שחיו בקרבם, משום שהיה קושי לסמוך על זרים.

המשליט השלישי בשושלת צ'ינג, **קאנגְשִׁי 康熙**, היטיב להבין את האתגרים הללו. לפיכך, אחד הדברים שעשה הוא להכשיר את אנשי העיר האסורה, במגוון מקצועות שהיו חיוניים לו ולעוזריו. כך היה, שהמשליט קאנגְשִׁי דאג כי מומחים לאָנְמוֹ יכשירו סריסים רבים בעיר האסורה בביצוע עיסויים. באופן מפתיע, קאנגְשִׁי העיד על עצמו בספר זכרונותיו, שהוא העדיף שלא לקבל טיפולי אָנְמוֹ, משום שהוא חשב שהם "בלתי ראויים ופוגעים בצ'י". ייתכן שבתור משליט, לא חש הוא בנוח עם הרעיון כי 'פשוט עם' יעסה אותו. המשליטים בסין הקדומה, יש לזכור, ראו את מעמדם שווה כמעט לזה של אלים.

בנו של קאנגְּשִׁי, המשליט יוֹנְגְּגִ'נְג (雍正), כבר גדל אפוא בסביבה בה העיסוי היה נפוץ, והרגיש נינוח עמו. בתיעוד חייו הרשמי, מספר למשל יוֹנְגְּגִ'נְג על אירוע בו זימן נזיר דְּרֶקֶן³⁵ מפורסם בכדי לטפל בו, בין השאר באמצעות אָנְמוּ. בתחילה, היה המשליט יוֹנְגְּגִ'נְג מרוצה מהטיפולים, וחש "שמח, נינוח ורגוע בנפשו וגופו". אולם מאוחר יותר, החל המשליט לחשוד ברופא הדְּרֶקֶן, שנדמה היה שידע מתי יוֹנְגְּגִ'נְג עומד שלא לחוש בטוב, ומה צפויים להיות תסמיניו. יוֹנְגְּגִ'נְג, שככל הנראה לא היה בעל השכלה רפואית, סבר בטעות שהרופא משתמש בכוחות מסוכנים לשם אבחון, ודחה את המשך טיפוליו בידי אותו אדם. חרף אירוע זה, יוֹנְגְּגִ'נְג היה תומך נלהב של הרפואה בתקופת שלטונו הקצרה (13 שנים בלבד). הוא חיפש וקידם רופאים מוכשרים ברחבי הממלכה, השתדל לפתוח מוסדות לימוד לרפואה, ואפילו היה מעורב אישית במציאת רופאים וטיפולים מתאימים לאנשי ממשל שהיו קרובים אליו.

בתמונה: נכדו של קאנגְּשִׁי, ובנו של יוֹנְגְּגִ'נְג - המנהיג המְנַצ'וּרִי הנודע צ'יאַנְלוֹנְג, אשר היה למְשַׁלִּיטָה העוצמתי של סין משך 60 שנה – החמישי בשושלת צ'ינג. נחשב לאחד ממנהיגיה הגדולים והחשובים של סין בכל הזמנים.



³⁵ דְּרֶקֶן – דאואיסט. דְּרֶקֶנוֹת – דאואיזם.

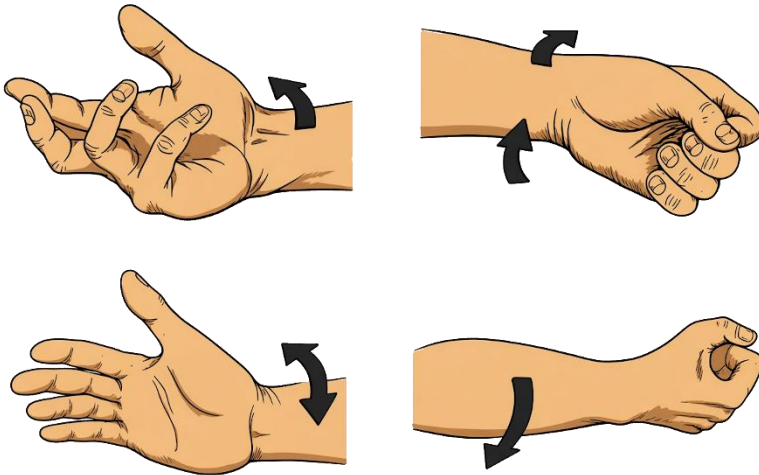
בדומה לסבו ולאביו, צ'יאַנְלוֹנְג היה אחד המנהיגים המשכילים ביותר בקדומיית סין, ופעל רבות לפיתוח התרבות והלמידה באומתו. הוא המשיך את מסורת הוראת העיסוי בעיר האסורה.

אחת מיוזמותיו של צ'יאַנְלוֹנְג, היתה 'הזמנה' של ספר אדיר-מימדים, אשר יסכם את כל הרפואה של תקופתו. ספר זה, ששמו 'הראי המוזהב של תכלית הרפואה' (醫宗金鑑), התפרסם בשנת 1742, ב-90 כרכים, לאחר כשלוש שנות מחקר וכתובה של עשרות מלומדים. בספר זה היו התייחסויות רבות ל-אָנְמוּ ו-טוּוּיֶנְא, במיוחד בפרק שנקרא 'תמצית שיטת התודעה של יישור העצמות' (正骨心法要旨), אשר דן באיחוי שברים. בכרך 74, 'רפואה פנימית של מחלות עצמות' (骨病内科), ישנו בין השאר דיון על כך שבמצבים מסוימים כדאי לשלב את הטוּוּיֶנְא והדיקור יחדיו. בפרק על רפואת ילדים (小兒科), מאוזכרת הטוּוּיֶנְא כיעילה לטיפול בעוויתות בטן ובעיות עיכול (במגע עדין). בכרך 89, 'רפואת חיילים' (軍醫), מזכירים את אָנְמוּ בתור "שיטה יעילה לטיפול בפציעות עם השפעה מהירה להפסקת כאב" ("按摩療傷、速效止痛"). בפרק זה הוסבר כי הסדר הטיפולי הנכון לאחר פציעה בשדה קרב (שאינה מסכנת חיים), הוא ראשית שימוש באָנְמוּ, ולאחרי כן יישור עצמות (先按摩、再接骨).

היה נחמד מאוד כמובן, לו הייתי יכול להביא עבורכם תיאורים מפורטים יותר של טיפולי טוּוּיֶנְא שקיבלו משליטי סין, כגון יוֹנְגְ'נְגָאוּ, או בנו צ'יאַנְלוֹנְג. אך למצער, לא מצאתי דוגמאות מובהקות שכאלה, אלא ברמיזה בלבד שהדברים כנראה התרחשו. יכולים אתם לדעת ולדמיין אולם, כי בתקופת שושלת צ'ינג, הטוּוּיֶנְא כבר היתה מחזה ואפשרות טיפול נפוצים ברחבי החברה הסינית, בקרב רוב הקהילות. הרי שהדבר שירת את השלטונות היטב. אוכלוסייה בריאה ואיתנה יותר, נוטה פחות להתמרד, ומספקת תפוקה גבוהה מן השדות, וחיילים חזקים לצבא. על דרך זו, הרפואה הסינית תמיד שירתה את עמה ומנהיגיו נאמנה.

לאחר תקופתו של צ'יאַנְלוֹנְג, היתה דעיכה מסוימת בתמיכת השלטונות בטוּוּיֶנְא, ועלייה בקידום השימוש בדיקור וצמחואים. אך הטוּוּיֶנְא נשארה נפוצה מאוד למרות זאת, ואף המשיכה להימצא בעיר האסורה. בימים ההם, הממשל ראה בטוּוּיֶנְא עיסוק 'נחות' ביחס לתחומי הרפואה האחרים, אך ספרי טוּוּיֶנְא המשיכו להתפרסם, ואף בכמויות גדולות מבעבר, בשל גדילת תפוצת הדפוס במדינה, ועליית אחוז התושבים אשר ידעו קרוא וכתוב. מתן טיפולי טוּוּיֶנְא לתינוקות וילדים, למשל, נשארה מסורת אהודה בערים גדולות כמו טיאנג'ין ו-שאנגחאי. כמו כן, מחברים שונים החלו משלבים עוד ועוד תיאורים אודות אָנְמוּ ו-טוּוּיֶנְא, בעלילות ספריהם.

שתי אֶשְׁכּוּלֹת המוכרות בימינו לטיפולים בְּטוֹיִנָא, הגיחו בתקופת שושלת צ'ינג. האחת היא 'אֶשְׁכּוּלַת אַצְבַּע הַנְּאוֹרָה' (אי ג'יר צ'אן פֶּאִי), אשר מעודדת השימוש באוֹפֶנְעָה של אַצְבַּע אחת (לרוב האגודל) הלוחצת על נקודת דִּיקוֹר ונעה בקצב קבוע לצדדים, כמטוטלת קטנה, בעת הלחיצה. השנייה היא 'אֶשְׁכּוּלַת הַגִּלְגּוּל' (גון פֶּאִי 滾法派), אשר מדגישה השימוש באופנעת הגלגול, ובמיוחד עם כף היד, בכדי לפתור בעיות מרוב הסוגים. במאה השנים האחרונות, הפכה אֶשְׁכּוּלַת הַגִּלְגּוּל לנפוצה במיוחד באזור העיר שאנגחאי³⁶. בתמונה מטה – גישות שונות ליישום אופנעת גון (גלגול חלקים שונים של הזרוע):



³⁶ באופן אישי, אני חש סלידה משתי האֶשְׁכּוּלֹת הללו, ביחד ובנפרד. סבורני, בהתבסס על ניסיוני וידעיותי, כי זהו דבר מטופש, "להעדיף" אופנעת אחת על אחרת ביישומה של שיטה רפואית. העדפה היא הטיה מסוכנת. באמנויות לחימה תחרותיות, לעיתים קרובות בוחרים אנשים להשקיע זמן רב מאוד בליטוש אופנעת אחת שבה יעשו שימוש תכוף, כאשר התכלית היחידה היא ניצחון, וזאת על-ידי הבסת היריב האנושי. זאת במסגרת כללי לחימה תחרותיים שהינם ברורים, ידועים ומוגדרים מראש. אך עולם הַרְפּוֹאָה אינו עובד כך. בַּרְפּוֹאָה, התכלית העליונה היא עשיית חסד עם הסובלים, תוך יצירת שיתוף פעולה נועמי עם גופם. על-מנת להביא את החסד לכדי מימוש, בשיתוף פעולה נועמי, על המרפא להתאים את עצמו למצבו של המטופל, ולא לכפות מראש את העדפותיו על המצב. מי שמחליטים מראש כי יש להם העדפה לשימוש בעיקר באופנעת כזו או אחרת, חוטאים למציאות הרפואית אשר מול עיניהם מדי יום ביומו. הם דומים לאדם המתעקש להמשיך לאכול כמעט בכל יום את אותה הארוחה, בלי להתחשב בצרכיו המשתנים של גופו. אדרבא, שהיתה וישנה כאן גם בורות משמעותית בקהילת המטפלים, באשר לשימוש בשתי האופנעות האמורות. האֶשְׁכּוּלָה של אי ג'יר צ'אן, עושה בעיקר שימוש בשילוב האופנעות יא (החזקה) וגון (גלגול). האֶשְׁכּוּלָה של גון פֶּאִי, עושה בעיקר שימוש באופנעות גון ו-טווי. לאופנעות שכאלה יש שימושים ייעודיים מסוימים מאוד. יא-גון מתאימה בעיקר למילוי איברים חלשים במיוחד, ויצירת תנועה בערוצייהם. אך היא איננה מתאימה למצבי עודף או חסימה. גון-טווי מתאימה בעיקר למצבי חסימה ועודף, אך לא מתאימה לאיברים וערוצים חלשים במיוחד. אף שבטיפול ניתן לשלב את שתיהן יחד, וישנם גם הרבה מקרים חריגים, כפי שנהוג בַּרְפּוֹאָה הסינית על כל ענפיה, חשוב וחיוני לבסס את הטיפול על אבחנה מבדלת, ולא על גחמות להעדפות אישיות לאופנעת כזו או אחרת.

בעיה מרכזית נוספת של שתי האֶשְׁכּוּלֹת הללו, היא מועדותן לשחיקת מפרקי המטפל. עבודה מוגברת ותכופה מדי עם האגודל או עם מפרק כף היד בצורות הללו, בהכרח תביא לשחיקת שלהם, ולפציעת מאמץ חוזרני.

בתמונה למטה: ניכר כי בתקופת מְשָׁלִיטוֹת צ'ינג, הַטְוִינָא הפכה לנחלת הכלל בקרב העם. באותו האופן בו כיום אנשים פוקדים מסעדות, בתי קפה ובתי קולנוע, כך היה נהוג כבר בתקופה זו כי רבים היו הולכים תכופות לקבל מזור באמצעות טְוִינָא, לשם טיפול במחלות או לצורך מניעתן. ראו למשל האיור המקסים אשר כאן למטה.

אנו יכולים לדעת כי מקור האיור בתקופת מְשָׁלִיטוֹת צ'ינג, בשל התספורת של שני הגברים. הם שניהם קרחים בחלקו הקדמי של ראשם, וצמתם אסופה מאחוריו. זוהי תספורת כעורה אשר המְנַצ'וֹרִים הנבלים, אשר כבשו את סין, כפו על כל תושבי מְשָׁלִיטוֹתם, בשנות שלטונם: 1644-1911. גבר אשר גידל שיערו באופן שונה, ראשו הוסר מגופו. לכן על הגברים היה להסתפר לעיתים קרובות. עוד מעידים על התקופה בגדיהם המסורתיים של הגברים המאירים, אשר תואמים את האופנה המְנַצ'וֹרִית.

הנוכתב בצד ימין של האיור אומר: "זוהי תמונה של מספרה סִינִית, ובה רואים אדם רוכן. בכל יום, לאחר שנסתיים גילוח הראש, עבור אלו ששריריהם ועצמותיהם כואבים, הסֶפֶר יושב על כיסא גבוה, והאדם מנגד לברכו, בכדי לקבל טיפול בַּטְוִינָא. אין דבר המשתווה לאושר". עצם העובדה כי אפילו סֶפֶרִים טרחו לשלב טיפולי טְוִינָא בשירותיהם, מעידה על תפוצתה הרבה ואהבתה בקרב העם באותה התקופה. אדרבא שאין זה יוצא דופן. במקומות רבים בעולם לאורך הקדומיה, מצאו סֶפֶרִים לנכון לשלב עיסוי בעיסוקם.



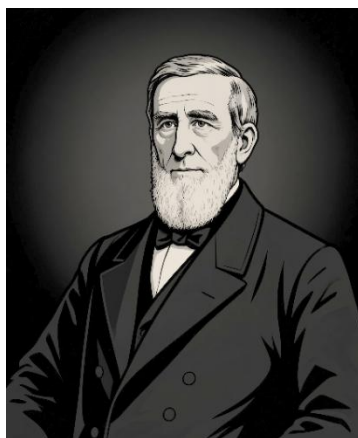
此中國剃頭棚放睡之圖也每日將頭剃完
筋骨疼痛者剃頭者坐于高橙之上其人躺
在剃頭膝上令其推拿其快活無比

כמה מן העובדות המדהימות ביותר הנוגעות לקדומייתה של הָטוּוּיִנָּא, קשורות באירועים מן המאה ה-19 לספירתם, אשר התרחשו הרחק מסין רבתי, במקביל לשלטון צ'ינג. בחלק אחר ורחוק של העולם, שהו עשרות אלפי סִינִים באומה שונה לגמרי – ארצות הברית של אמריקה. וודאי תתהו, מה חיפשו ועשו סִינִים בארה"ב, במהלך המאה ה-19, בשלהי שלטון הצ'ינג? התשובה לכך היא שכמעט כל הסינים הללו היגרו לארה"ב, באופן חוקי או שאינו חוקי, בחיפוש אחר עבודה. המאה ה-19 היתה תקופה של צמיחה חברתית, כלכלית ותעשייתית אדירה בארה"ב, אשר הפכה אז למְשֻׁלָּט עוצמתית ואימתנית. חלק מאותה הצמיחה התאפשרה על דרך כריית הזהב, ובניית מסילות הרכבת. אינספור סִינִים הגיעו אז מארצם אל מולדת החופש והחירות, בחיפוש אחר הזדמנויות. שם בנו הם קהילות ואף שכונות שלמות משלהם, והמציאו מושג חדש: Chinatown – 'העיירה הסינית' – מובלעת תרבותית סינית, בתור עיר מערבית, ובה שפה, תרבות ועסקים סיניים בלבד.

במידה רבה אפוא, דמו הסינים הללו בארה"ב ליהודים הגלותיים, אך עם שלושה הבדלים עיקריים. **ההבדל הראשון** היה שהסינים נטמעו עוד פחות בקרב הגויים מאשר היהודים. **ההבדל השני**, שאחוז גבוה מן הסינים עסקו במתן שירותי עבודות כפיים עבור הגויים, מה שהיה נדיר אצל היהודים בארה"ב בעת ההיא, שהעדיפו מקצועות פחות גופניים ויותר שכלתניים, ואם כבר עמלו, עשו זאת לטובת קהילתם ובתוכה בדרך כלל. **ההבדל השלישי** היה התמחותם של הסינים בתתי-עיסוקים ששאר האוכלוסייה לא עסקו בהם, כגון מסעדנות סינית ורְפּוּאָה סינית מסורתית. אכן כך, הסינים הביאו עמם ממולדתם המקורית את רפואתם המסורתית, וכחלק ממנה גם את הָטוּוּיִנָּא. אך במאה ה-19, לא היו כמעט אנשים בארה"ב שאינם סִינִים, שהתעניינו בקבלת טיפולים ברְפּוּאָה סינית, או ידעו בכלל שהיא קיימת. בדורות ההם היו במקביל, מגוון מסורות ריפוי מערביות, במיוחד של טיפול בצִמְחָוַאִים, ועליהן לרוב נסתמכו כלל האוכלוסייה של מי שלא היו סינים.



פה ושם, בכל זאת, נחשפו אנשי תרבות המערב לרפואה הסינית. בשנת 1825, למשל, תרגם הרופא פרנקלין בייצ' (Franklin Bache) ספר צרפתי יוצא דופן בשם 'זכרונות מדיקור'³⁷. תמונתו מצויה כאן בצד ימין. הספר המתורגם 'זכרונות מדיקור', היה החיבור הראשון אודות הרפואה הסינית אשר התפרסם בארה"ב. בייצ' פרסם את תרגומו מתוך עניין אישי רב בשיטות רפואיות 'חדשות'. כשנה לאחר שיצא לאור ספרו של בייצ' על הדיקור, הגדיל לעשות המחבר בפרסומו מחקר אישי בנושא³⁸. בייצ' לא באמת הבין את הרפואה הסינית לעומקה, אך היה חלוץ ופורץ דרך בניסיון להנגישה לאמריקנים. כתביו של בייצ' היו מסקרנים לקהילה הרפואית, אך לא הפכו לרבי מכר. עוד כ-150 שנים לערך עברו מעת פרסומם, עד שהדיקור הפך נפוץ ברחבי ארצות הברית. אך בינתיים, עוד במאה ה-19, היו גם מי שהושפעו עמוקות מן הטווינא, ועל כך אספר לכם כעת.



37

שם הספר המקורי (בצרפתית ואז באנגלית):

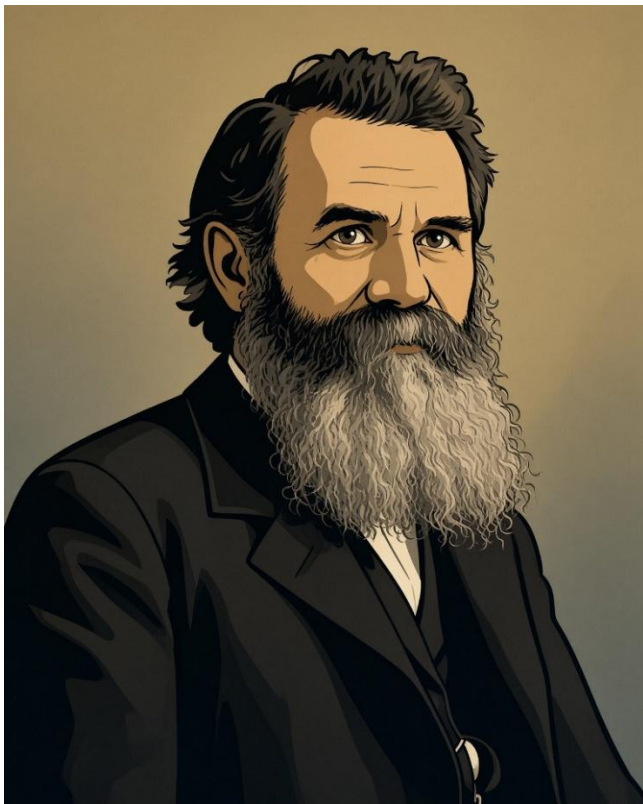
Mémoire sur l'acupuncture, suivi d'une série d'observations recueillies sous les yeux de M. Jules Cloquet
Memoir on Acupuncturation, Embracing a Series of Cases, Drawn Up Under the Inspection of M. Julius Cloquet

הגרסה הצרפתית והאנגלית פורסמו שתייהן באותה השנה, 1825 לספירתם. המתרגם לאנגלית, פרנקלין בייצ', היה נינו של הסגולן האמריקני המפורסם, בנג'מין פרנקלין, אחד ממייסדי אומתם. הגרסה המתורגמת, אורכה כ-56 עמודים בלבד, ותכני הספר הותאמו להצגת נושא הדיקור לרופאים מערביים מאותה התקופה. המחבר היה רופא מערבי צרפתי, מורנד. עמיתו של המחבר היה מנתח צרפתי בשם קלוקה (Cloquet). באותה תקופה שמע קלוקה על מעלותיו החיוביות של הדיקור מרופא אחר בשם ברטוניו (Bretonneau). קלוקה החל לקרוא במעט הספרות על דיקור שהיתה זמינה ביבשת אירופה בזמנים ההם, והחליט לבצע ניסויים בדיקור על מטופלים בבית חולים בעירו, פריז. את הטיפולים תיעד חברו, הרופא מורנד, בספר האמור. תחילה הציג הספר את המעט שהיה ידוע על דיקור באירופה בשנים הללו, בעיקר מדיווחיהם של נזירים נוצרים שביקרו בסין בעבר, לאורך הדורות. המחבר הסביר בפשטות את האופן בו דיקור מתבצע, והשתדל להציג הגות משלו על הדרך בה הדיקור פועל על גוף האדם. מרבית הספר הוקדש למקרי בוחן של טיפולים בדיקור שערך עמיתו של המחבר, המנתח הצרפתי קלוקה. טיפולי הדיקור נתבצעו בין השנים 1823 – 1825. במסגרת טיפולים אלו שתועדו כמקרי בוחן, טופלו אנשים שונים במצבים מגוונים של כאב: דלקות שרירים ופרקים, כאבי גב תחתון, סיאטיקה, כאבי ראש ופנים, ומקרים מסוימים של נוקשות שרירים. המחבר מורנד דיווח על רמות שונות של הצלחה, כאשר רבים מן המטופלים הוטב להם, לעיתים עד ירפוי מוחלט, בתוך טיפול בודד או כמה טיפולים בלבד. היתה הימנעות מכוונת בספר מדיון בסיבירות מן הרפואה הסינית המסורתית, אותן וודאי לא הבינו המחבר מורנד, ועמיתו המנתח קלוקה.

³⁸ Franklin Bache, Cases Illustrative of the Remedial Effects of Acupuncturation, North American Medical and Surgical Journal, Volume 1, pages 311-321

במחקר אישי זה שביצע בעצמו, תיאר בייצ' כ-12 אסירים אשר סבלו מבעיות הקשורות בכאב, כגון דלקות בשרירים, כאבים מתמשכים, כאבים עצביים, ודלקת עיניים. הוא דיווח על דרגות שונות של הצלחה. חלק מהאסירים החלימו לגמרי, אחרים הוטב להם מאוד, והיו גם כאלה שלא הושפעו כלל. בייצ' הסיק שהדיקור ככל הנראה אמור להיות יעיל למגוון רחב של מחלות ובעיות הקשורות בכאבים. מעניין לציין שהוא חווה הצלחה שכזו, עם ידע מידלי ביותר אודות שימוש בדיקור.

אמריקנים אחרים אימצו את הרפואה הסינית באופן יותר משמעותי מאשר בייצ'. סיפור שהיה כך היה, על איך עניין שכזה בתרבות המזרח, הוביל להשפעת הרפואה הסינית על היווצרות רפואת הכירופרקטיקה. בתקופה ההיא, במאה ה-19 לספירתם, חי בארה"ב אדם לבן אשר שמו היה דייויד דניאל פאלמר, אשר עתיד היה להפוך למייסד רפואת הכירופרקטיקה. פאלמר נולד ב-1845, כשני עשורים לאחר פרסום ספרו של בייצ', והשניים כנראה לא הכירו זה את זה. בתחילת חייו, טרם הגה את הכירופרקטיקה, עבד פאלמר במספר מקצועות, כגון דבוראי, מורה בגן ילדים, מוכר במרכול, ועוד. בשנות ה-40 לחייו, החל פאלמר מציע שירותי 'רפואה' מסוגים שונים, ובכלל אלה ריפוי באמצעות דושכים³⁹. אינני יודע כלל, מה היתה מידת הצלחתו או ידיעותיו בנושאים שכאלה.



בתמונה: מייסד הכירופרקטיקה, דניאל דייויד פאלמר. אדם יוצא דופן, מורכב ובעל חזון, אשר הינו שנוי במחלוקת עד ימינו.

³⁹ דושך – מגנט. דושכים – מגנטי.

כעת אספר לכם עובדה חיונית על חייו של פאלמר, מייסד הכירופרקטיקה, אשר לעיתים נדירות נאמרת בימינו. פאלמר היה ככל הנראה בעל קשרים עם סינים, וזאת בהינתן שרבים מהם עסקו במקצועות שונים בעירו. מרפאים וחוקרים רבים, סבורים כי מישו מאותם סינים עמם פאלמר היה בקשר, לימד אותו מספר מיומנויות הלקוחות מן הטווינגא. ליתר פירוט, האופנעות אשר למד פאלמר מסיני או סינים כלשהם, היו של החזרתם למקומם של חוליות ומפרקים - 'התאמות מפרקים'. יש גם המדייקים לומר, כי פאלמר למד את האופנעות האמורות מפועלי מסילות הרכבת הסינים. פאלמר אמנם, מעולם לא סיפר ברבים כי למד את המיומנות האמורה מן הסינים, דבר אשר בימיו וודאי היה נחשב לבלתי-אהוד, בשל הגזענות הרבה ששררה בציבור האמריקני של תקופתו.⁴⁰

⁴⁰ טיעונים שכאלה, אודות למידתו של פאלמר טווינגא מן הסינים, הועלו בין השאר במקורות הבאים:

Walter I. Wardwell, *Chiropractic: History and Evolution of a New Profession*. St. Louis: Mosby-Year Books, 1992 (Book).

Hans A. Baer, *Biomedicine and Alternative Healing Systems in America: Issues of Class, Race, Ethnicity, and Gender*, Madison: University of Wisconsin Press, 2001 (Book).

Scott Haldeman, *The History of Spinal Manipulation*, Chiropractic: Principles and Practice, St. Louis: Elsevier, 2005 Third Edition (Book Chapter). Pages 12–28.

Terence A. Young, *The Chinese Connection: Did D.D. Palmer Learn from Chinese Bonesetters?*, Chiropractic History, 2005, 25(1) (Historical Journal Article). Pages 17–26.

Russel W. Gibbons, *Chiropractic's Abraham Flexner: The Story of John A. Howard*, Chiropractic History, 26(1), 23–38, 2006 (Journal Article).

Fan Zhenglun (范正伦), *中国推拿史 (Zhōngguó Tuīná Shǐ – History of Chinese Tuina)*, 人民卫生出版社, Beijing, 2009 (Book).

Joo Hyun Ham & Han Suk Jung (함주현 · 정한석), *Comparative Study of Manual Therapies between Chuna and Chiropractic* (東洋의 추나와 西洋의 카이로프랙틱에 대한 비교 고찰), Dongbanghak (동방학), Hanseo University (한서대학교 동양고전연구소), Vol. 19, 2010, pages 423–450.

William Morris, *Is Chinese Medicine Integrative Medicine?*, Acupuncture Today, September 2011 (Article).

Fu Lei (傅磊), *A Comparative Study of Spinal Manipulation Techniques in Traditional Chinese Medicine and Chiropractic*, Chinese Journal of Traditional Chinese Medicine, 34(7), 2019, , Pages 112 – 118 (Journal Article). DOI: 10.16365/j.cnki.1003-7713.2019.07.023

Eric Chu, *The History of Spinal Manipulation and Its Relationship to Traditional Chinese Medicine*, Journal of Integrative Medicine and Therapy, 2020 (Scientific Article). DOI: 10.1016/j.jim.2020.03.002

Simon Senzon, *The Secret History of Chiropractic (Vol. 1–3)*, Asheville: Integral Chiropractic Publishing, 2021 (Book Series).

Zhang Jian (张健), *Historical Analysis of the Origins of Chiropractic Techniques and Their Possible Relation to Traditional Chinese Tuina*, Journal of Traditional Chinese Medicine Research, 39(2), 2021, pages 45 – 52 (Journal Article). DOI: 10.19852/j.cnki.jtcm.2021.02.008

William Morris, *Transmission of Knowledge and Practice between Cultures: A Case Study of Chinese Medicine Integration In the United States*, Chinese Medicine and Culture, pages 202-207, December 2022 (Scientific Article).

Peng-Hui Li, Zhi-Jun Yang, Lin Jiang, and You-Kang Dong, *An exploration of the origin and flow of the development of traditional Chinese medicine orthopedic and chiropractic massage*, History and Philosophy of Medicine, 2024 (DOI: 10.53388/HPM2024015).

מעבר לספרים, הפרקים והמאמרים הללו, הטענות שהועלו על-ידי בעניין הקשר בין הטווינגא לכירופרקטיקה, הן גם עמדתם המקצועית של מספר מרפאים רציניים ומשכילים, דוגמת מורי היקר והאוהב, רַבְדוֹרְשֵׁן סטיבן ג'אקוביץ. דומני כי אין הדבר אמור להיות שנוי במחלוקת, עבור מי שביקרו במרפאות ומחלקות רציניות של טווינגא בסין, שם מצויות דרך קבע כל אופנעות הכירופרקטיקה למניהן (אם כי לעיתים מיושמות אלה בגישה מעט יותר מתונה וזהירה).

בראותו כי הריפוי באמצעות דוֹשָׁכִים לא עבד עבורו כאמצעי פרנסה מספק, החל פְּאֶלְמֶר בהדרגה להשתמש יותר ויותר באופֶּנְעוֹת שלמד מן הסינים, של התאמת מפרקים. מטופלו הראשון באמצעים אלה, תועד בשנת 1895, כאשר פְּאֶלְמֶר היה כבן 50 לערך. גישתו לריפוי באמצעות התאמת מפרקים היתה מוצלחת. תוך חודשים בודדים, רבו מאוד המטופלים להם סייע בדרך זו, עם התאמות מפרקים. בשנה העוקבת, 1896, החל פְּאֶלְמֶר לכתוב הגות על "שיטתו" ודרכיה. הוא החל לכנות שיטה רפואית "חדשה" זו בשם "כירופרקטיקה" (Chiropractic) – 'ביצוע באמצעות הידיים'. משום שפְּאֶלְמֶר לא היה דובר סינית, ולא ידע את הסיבֶּרָה של הרְפּוֹאָה הסינית המסורתית, הוא היה זקוק להסברים שונים משל הסינים, לאופן בו שיטתו עבדה. הסברים אלו היו צריכים להיות מושתתים על התפיסה התרבותית של אנשי ארצו. את ההסברים הללו לאופן בו עבדה שיטתו החדשה, פְּאֶלְמֶר העתיק מהוגי רְפּוֹאָה אחרים מדורו, כגון מייסד האוסטיאופטיה אנדרו סטיל (Andrew Still), או התבסס על כתביהם בצורה משמעותית.

בטווינא, אופֶּנְעוֹת מן הסוג שלמד ויישם מייד הכירופרקטיקה פְּאֶלְמֶר, נעשה בהן שימוש ככל הנראה מזה אלפי שנים⁴¹. בטווינא נקראות האופֶּנְעוֹת הללו: פֶּאן פֶּא 扳法 – אופֶּנְעוֹת מינוף (משיכה או דחיפה עם מנוף), והן המקבילה לפעולות אותן הכירופרקטים מכנים 'התאמות מפרקים' (joint adjustments). המונח פֶּאן פֶּא 扳法 (אופנעת מינוף) משמש בטווינא בנוסף, לתיאור הפעולה של מתיחת מפרק במטרה לרווחו, לשם שיפור הגמישות והקלה על לחץ פנימי. אלו הן מיומנויות בסיס בטווינא, אשר נלמדות בסין גם בימינו, ומהוות נדבך קטן מתוך המכלול השלם של אמנות רפואית זו. אופֶּנְעוֹת שכאלה קיימות, אגב, גם בעיסוי התאילנדי המסורתי (אשר מבוסס בעצמו על טווינא במידה רבה, ועל כך בהמשך פרק זה)⁴².

41 מקורות לטענה כי אופֶּנְעוֹת מינוף מצויות בטווינא מזה מאות או אלפי שנים:

Lü Lijiang, Song Yitong and others, *The Study of Spinal Chiropractic (腰椎整脊学)*, Ocean Press, Beijing, 2009 (Book; ISBN 9787502775025).

Wei Yizong 韦以宗, *The Study of Traditional Chinese Medicine Chiropractic (中医整脊学)*, China Press of Traditional Chinese Medicine (中国中医药出版社), Beijing, 2006 (Book; ISBN 978-7513235402). An English version was published by Pmiph USA Ltd in the year 2011, ISBN 978-7117127264.

Shen Guoquan 沈国权, *Theory and Practice of Spinal Tuina: The Hand Methods of Spinal Fine-Tuning (脊柱推拿的理论与实践: 脊柱微调手法体系)*, People's Medical Publishing House (人民卫生出版社), Beijing, 2016 (Book; ISBN 978-7117206365).

The Association of Cultural Traditional Chinese Medicine's Secretariat of the Bonesetting Branch (中华中医药学会整脊分会秘书处), *Current Understanding of the Establishment and Development of the Area of Study of Chinese Chiropractic (中医整脊学科的创立及其发展概况)*, People's Daily Online: Health Network (人民网: 人民健康网), June 2nd, 2015 (Article).

Peng-Hui Li, Zhi-Jun Yang, Lin Jiang, and You-Kang Dong, *An exploration of the origin and flow of the development of traditional Chinese medicine orthopedic and chiropractic massage*, History and Philosophy of Medicine, 2024 (DOI: 10.53388/HPM2024015).

Wang Heming (王和鸣) & Wang Shizhong (王诗忠), *Atlas of Southern-Shaolin Tendon-Regulation and Spital-Adjustment Manual Techniques (南少林筋骨整脊手法图谱)*, China Press of Traditional Chinese Medicine, 2015.

42 מקורות לטענה כי אופֶּנְעוֹת מינוף מצויות גם בעיסוי התאילנדי המסורתי:

Pensiri Chan-A and others, *Study of Folk Healer Wisdom: Knee Bone Adjustment Massage (การศึกษามรดกภูมิปัญญาของพ่อค้าโบราณ : การนวดกระดูกเข่าของพ่อค้าโบราณ)*, Asia Graduate College and Mahasarakham University, 2022 (Article).

Nopphawan Buatum and others, *Thal Massage for Low Back Pain Treatment: Case Study of Folk Healer in Songkhla Province (การนวดไทยรักษาการปวดหลังส่วนล่าง: การศึกษาหมอพื้นบ้านในจังหวัดสงขลา)*, Thaksin University Journal, 2018 (Article).

Somboon Komolnark, *Chapter 2: Related Literature Review – from thesis on Thal massage and manual therapy (บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง)*, Maejo University, 2013 (Graduate Student Thesis).

כיצד הוא הדבר, שאופֿנֿעות המינוף מן הטוֿוינָא, הפכו להצלחה מסחררת לאורך הקדומייה הסינית, וגם עבור פאלמר ביצירתו את הכירופרקטיקה? כדי להבין זאת, יש להרחיב, בקצרה, על תכלית פעולתו.

ככלל, אצל כל בני האדם, המפרקים יוצאים מדי פעם ממקומם התקין, ובמיוחד חוליות עמוד השדרה. בכך אני לא מתכוון לדבר אותו מכנים ברפואה "תת-פריקה" או "פריקה מלאה" של מפרק – בעיות רפואיות יותר חמורות. כאשר אני כותב על "יציאתו של המפרק ממקומו התקין", העניין נוגע למצב דברים מעודן ומתון יותר. תנועת המפרקים אל מחוץ למקומם התקין באופן מתון, היא למעשה מנגנון הגנה שמאפשר לגופנו להתגמש דרך לחץ, מבלי שחלקיו ייקרעו או יישברו. אף שברוב המקרים המפרקים חוזרים למקומם באופן טבעי לאחר שזזו במעט, לעיתים אין הדבר מתרחש. המפרקים שנעו, עשויים להיות מחוץ למקומם התקין משך ימים עד עשורים. כאשר מפרק לא חוזר למקומו באופן טבעי, יש להשתדל לסייע בעדו לעשות זאת, במידת הניתן בנסיבות. החזרתם למקומם של המפרקים באמצעות אופֿנֿעות מינוף, חשובה לשם מניעת בעיות בריאותיות, וגם לצורך טיפול במגוון רחב מאוד של כאבים ומחלות. לעיתים זהו היבט טיפולי מרכזי, ופעמים אחרות מדובר בטיפול תומך בלבד. מורי היקר שיפו סטיבן, אני עצמי, ועשרות אלפי מטפלי טוֿוינָא ברחבי העולם, משתמשים תכופות באופֿנֿעות מינוף שכאלה. במיוחד הרביתי להשתמש בהן במהלך פועלי כמתנדב במלחמת חרבות הברזל, שכן אלו הן אופֿנֿעות מצויינות לשם סיוע בעדם של חיילים שמפרקיהם יצאו ממקומם באימונים, או בפעילות צבאית עצימה.



בתמונה: חוליה שאינה במקומה - השלישית מלמעלה. שימו לב לזיז החולייה, אותו הדגשתי במכוון בצהוב. קשה לראות זאת בתמונה, אך זיז החוליה שהודגש, בולט לכיוון ימין, בערך 4-5 מילימטרים ממיקומו התקין.

בפועל, אופֿנֿעות מינוף המפרקים הן כה יעילות ושימושיות, עד כי הסתייע בעדו של פֿאלְמֶר לפתח בתוך כמה שנים, שיטה רפואית שלמה המבוססת על שימוש כמעט בלעדי בהן, לשם טיפול במגוון רחב ביותר של קשיים בריאותיים. עם זאת, בדורות שלאחר מותו של פֿאלְמֶר, השכילו כירופרקטים רבים להבין כי זקוקים הם לכלים נוספים, והחלו לומדים ומאמצים אותם ממגוון גישות רפואיות אחרות.

הכירופרקטיקה, אשר היתה במקור לא יותר מאשר פישוט של חלק קטן מן הטווינגא, איפשרה לאנשים ללמוד מיומנויות בסיסיות אך יעילות תוך זמן קצר, ולהשתמש בהן בכדי לסייע לאנשים בשיפור או פיתרון מגוון בעיות רפואיות. לכן בתוך תקופה קצרה יחסית, הפך העיסוק בכירופרקטיקה לנפוץ מאוד בארה"ב. הצלחה אדירה זו לא נעלמה מעיניו של הממסד הרפואי המרכזי בארץ זו, אשר חתר להשמיד את הכירופרקטיקה ולא להותיר לה זכר. הרפואה המערבית העכשווית הממוסדת, חפצה בהעלמתה של הכירופרקטיקה, משום שחשה כי היא מאוימת מהצלחתה.

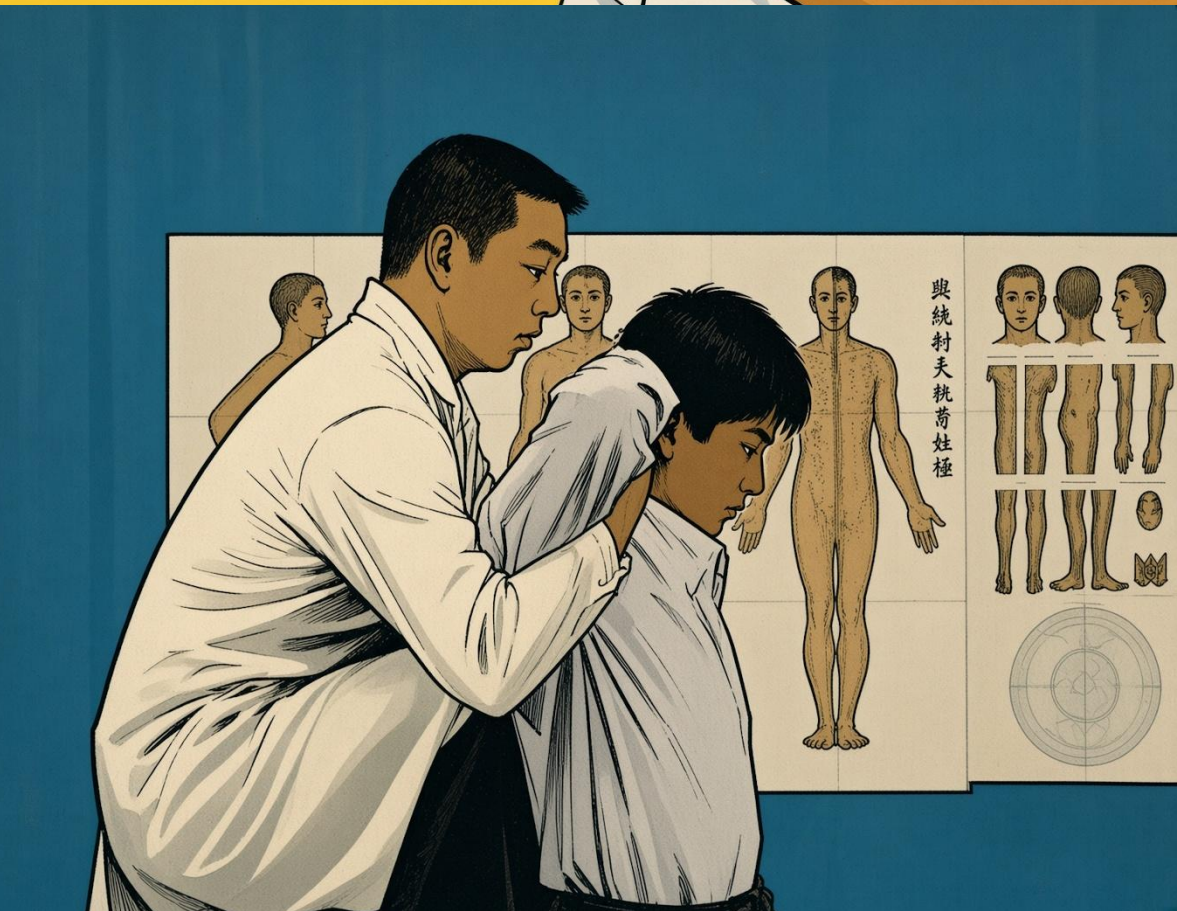
השיטה המרכזית ליצירת מכשול בפני מקצוע הכירופרקטיקה, היתה להאשים את העוסקים בו בפלילים, בעבירה של 'מתן טיפולים רפואיים ללא רשיון עיסוק כרופאים', וכן באישומים קרובים ודומים. פאלמר עצמו ישב בבית הסוהר כ-23 ימים 'בלבד' ושוחרר לאחר תשלום כופר כבד, אך מי שהגיעו אחריו היו לעיתים פחות ברי מזל. במשך כמעט מאה שלמה נרדפו כירופרקטים במדינות רבות. מעל 15,000 נעצרו, כמעט 700 הושמו בבתי סוהר לתקופות של ימים עד שנים, ועוד רבים מעבר לכך שילמו קנסות כבדים ומרפאותיהם נסגרו זמנית או תמידית. הרדיפה התרחשה בעיקר בשנים 1900 עד 1975, ונסתיימה רק בשנת 1990. אך בסופם של מאבקים משפטיים ארוכים, יצאה הכירופרקטיקה עם ידה על העליונה. משלח ידם הפך למקצוע רפואי מוכר ומכובד בארה"ב כולה, ונתפתח להכשרה רב-שנתית כתואר מדרשני מלא. כך למעשה הפכה הכירופרקטיקה, בחלק מזרמה, ל-'רפואה מערבית מסורתית', אשר אהודה מאוד על הציבור בארץ מוצאה, וגם במדינות נוספות ברחבי העולם.

זו לא היתה הפעם הראשונה, וגם לא האחרונה, בה הממסד הרפואי המערבי החליט לרדוף עד חורמה, שיטה רפואית אחרת. במקביל למלחמתה של הרפואה המערבית בכירופרקטיקה בארה"ב, ניהלה היא מערכות נוספות – כנגד ההומיאופתיה בארה"ב, וכנגד הרפואה הסינית המסורתית, בסין רבתי. על כך אספר לכם בעוד כמה עמודים.

הכירופרקטיקה, על כל פנים, ניצחה במאבקה, והפכה מצויה כמעט בכל אזור ועיר גדולים בארה"ב. בתגובה לקופליות הרבה של הכירופרקטיקה בארה"ב וברחבי העולם בדורות האחרונים, רופאי טווינגא בסין החלו גם הם להבדיל את אופנעות המינוף כתת-התמחות רפואית. בשנת 2003 לספירתם, הרופא וויי אידזונג (韦以宗) תבע לראשונה את הביטוי "כירופרקטיקה סינית" (中医整脊学), בכדי לסווג את תת-ההתמחות הזו, אשר עד אותה התקופה היוותה חלק כללי מהטווינגא, ולעיתים נחשבה היבט של שיטות יישור העצמות. בשנת 2006 אף הגדיל אותו רופא לפרסם ספר בשם זה: 'כירופרקטיקה סינית'. יש גם מי שמכנים את העיסוק באופנעות מינוף בשם 'אוסטיאופתיה סינית'. בפועל, בעוד שיש מומחים מסוימים בטווינגא אשר מתמקצעים באופנעות המינוף באופן מיוחד, אלו הן שיטות וכלי עבודה שמרבית המטפלים בטווינגא בסין עובדים עמן. 'הכירופרקטיקה הסינית' נשארה חלק מובהק מהטווינגא, ועושה שימוש בסיברה של הרפואה הסינית המסורתית. משכך, שונה היא במהותה, תכליתה ואופן החשיבה שלה, מן הכירופרקטיקה המערבית.

בתמונות: מטפלי טווינא בעת העכשווית, מבצעים אופנעות מינוף (התאמות מפרקים - בָּאן פָּא 扳法). המטפל הראשון הוא מומחה הטווינא האמריקני, מר ארול לינץ' (Erol Lynch), המדגים החזרת חוליות צוואריות למקום, בשנת 2018 לספירתם. השני הוא מרפא סיני אשר שמו לא נודע לי, ממרפאה פרטית בשאנגחאי, אשר מחזיר למקומן חוליות גב עליון, בשנת 2026 לספירתם. השלישי הוא מרפא סיני ששמו לא נודע לי, מדגים מינוף חוליות צוואר, סביבות תחילת המאה ה-21 לספירתם. הרביעי הוא מרפא סיני ששמו לא נודע לי, מדגים מינוף חוליות בגב העליון, בסרטון הדרכה רשמי מטעם הממשלה הסינית, מתחילת המאה ה-21 לספירתם. החמישי הוא מרפא סיני ששמו לא נודע לי, מדגים מינוף חוליות צוואר, סביבות תחילת המאה ה-21 לספירתם. בשתי התמונות האחרונות – רופא סיני ששמו לא נודע לי, מדגימים אופנעות מינוף על מטופלות בבית החולים המרכזי של ג'ה'יאנג (Zhejiang), בשנת 2007 לספירתם. התמונות האחרונות לקוחות מתוך סרטון שצילם המטפל הישראלי רן פרנקל בעת שהתמחה שם.

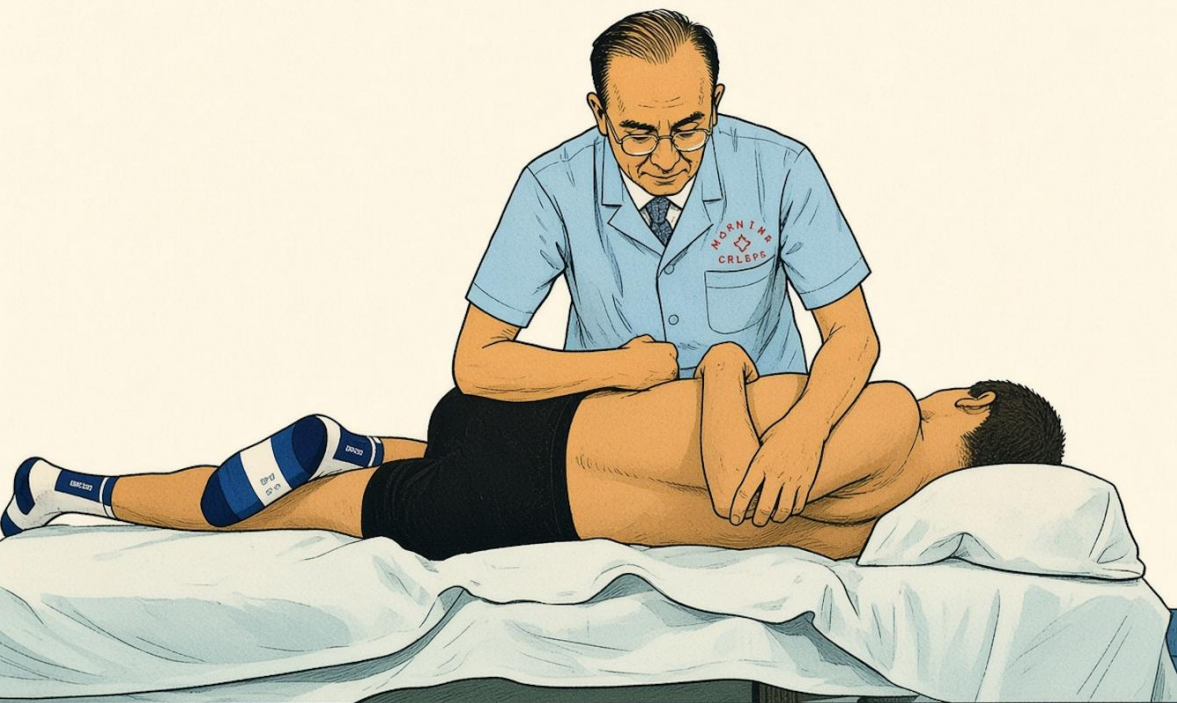








בתמונות (העמוד הזה והעמוד הבא): תצלומים מתוך ספר עכשווי על טווינא ויישור עצמות, המדגימות אופנעות מינוף. מתוך: 'אוסף איורי אופנעות היד של השאולין הדרומי, לויסות הגידים ויישור עמוד השדרה' (南少林理筋整脊手法图谱), מאת וואנג חהמינג (王和鸣) ו-וואנג שיג'ונג (王和鸣). פורסם בשנת 2015 לספירתם. הספר מדגים אופנעות טיפול שמקורן במזרחי שאולין מדרום סין, אשר הועברו ברצף לכל הפחות כמה מאות שנים.





בתמונה: מורה ומטפל ישראלי מפורסם ברפואה סינית, מר בני מרמור, אשר להבנתי האישית, משתמש באופנעת מינוף בכדי לווסת עמוד שדרה של מטופלת. אין מדובר באיזו גחמה רגעית של חובבן, אלא בביצוע מדויק של מקצוען. מר מרמור הוא אחד המטפלים הוותיקים במדינת ישראל, ומומחה בעל שם לטווינא, אשר למד והתמחה גם בסין. נוסף, הוא בעליה וראשה של 'האקדמיה לטווינא ולמקצועות המגע' – מכללה ייעודית לטווינא ותחומי עיסוי וריפוי ידניים נוספים. וודאי שידוע איש רציני זה מלאכתו, ולכן בוחר לשלב אופנעות מינוף בעשייתו והוראתו.

בני מרמור היא בעברו ראש מחלקת הרפואה הסינית בקופת חולים כללית משך 9 שנים, וראש מגמת הטווינא והצ'י גונג במכללת רידמן משך 5 שנים. היה בנוסף יושב ראש האגודה הישראלית לטווינא וממייסדיה, ומקים ומנהל המגמה לרפואה סינית בסמינר הקיבוצים. מרפאותיו נמצאות ביישוב קדימה ובעיר תל-אביב, ובנוסף להיותו מטפל הינו גם מרצה מבוקש.



המאה ה-20 לספירתם היתה תקופה של תהפוכות אדירות בסין כולה. שושלת צ'ינג המנצ'ורית הגיעה לסיומה. היא קרסה סופית בשנת 1911, משילוב גורמים רבים. הצ'ינג כשלו והתפוררו עקב יהירות, שחיתות, מרידות, מגיפות, התעמרות מצד אומות המערב, התמכרות של חלקים נרחבים באוכלוסייה לסם האופיום, אסונות טבע, רעב המוני, ועוד. כל הגורמים הללו הצטברו בהשפעותיהם משך 150 שנים, עד שהמְשָׁלִיטוֹת לא יכלו עוד לשאת את הנטל, והתפרקה.

כאשר שושלת צ'ינג הפסיקה להתקיים ב-1911, האומה הסינית כולה התפצלה לעשרות חלקים, כאשר כל אחד מהם נשלט בפועל בנפרד, או בחפיפה בלבד לאחרים. רק בשנת 1949, כוננו סופית השוֹתָפָּנִים⁴³ את שלטונם המוחלט. אך בין השנים 1911 ועד 1949 – בין קריסת צ'ינג לעליית השוֹתָפָּנוֹת, כל סין היתה במצב של מלחמת אזרחים מתמשכת, בה השתתפו מספר רב של רודנים ושרי מלחמה. 38 שנות מלחמת אזרחים זו, היו תקופה של בִּיזָּנוֹת רבה, ואינספור אנשים קיפחו חייהם לשווא. תוך כדי אותה מלחמת אזרחים ארוכה, נכנסה לסין בסערה בשנת 1931 פולשת נוספת – המְשָׁלִיטוֹת היפנית, אשר חפצה לשעבד את כלל הסינים כעבדים לה. מבין כל אותם גורמים מסוכסכים, אף אחד מהם לא היה בעל חיבה לרְפּוּאָה הסינית המסורתית. אותם כוחות לוחמים במלחמת האזרחים, היתה להם הכמיהה העזה לחקות את תרבויות המערב, ובמיוחד את צבאותיהם ורפואותיהם. על כן הרְפּוּאָה הסינית המסורתית לא נתפסה עבורם כיתרון, אלא כמכשול בניסיונם להתמיר את תרבותם כך שתידמה יותר לזו של אויביהם מארצות הניכר.

בעשורים הראשונים של המאה ה-20 לספירתם, תוך כדי מלחמת האזרחים הסינית, חתרו גורמי ממשל שונים בסין לבטל את השימוש בְּטוֹיִנָּא כשיטת טיפול רפואית מוכרת, כיוון שהיו מי שטענו בזמנו כי "אין לה בסיס מדעי". המהלך השלילי האמור, היה חלק ממגמה תרבותית רווחת בסין באותה התקופה, שאימצה בהדרגה את תרבות אומות המערב, ודחתה מאליה מסורות סִינִיֹת, ובמיוחד את הרְפּוּאָה המסורתית. דבר זה היה חלק מתנועה תרבותית מקיפה ונרחבת שחפצה בחיסול המסורת. המתנגדים הגדולים ביותר לרְפּוּאָה הסינית היו הלאומנים של מפלגת ה-גואו מינג דאנג (אויביהם של השוֹתָפָּנִים). בשנת 1929, הלאומנים כוננו פסגה בעיר נאנג'ינג, אשר בה הצהירו כי בכוונתם "להשליך את כל הרְפּוּאָה הישנה, ולטאטא הלאה את כל המכשולים לפעילות רפואית עכשווית". בשנת 1936, ממשלתם הכריזה רשמית כי "לרְפּוּאָה מסורתית אין כל בסיס מדעי". המצב גרם לשלילת רשיונות ברְפּוּאָה מן העוסקים בְּטוֹיִנָּא, ונכפה על רבים מהם לפרוש מן המקצוע, או להתחבא מן השלטונות, למשך תקופה של מספר שנים. אולם דבקותם של בני העם הסיני בְּטוֹיִנָּא, אשר זכתה לקוֹבְלִיּוֹת רבה בקרב האנשים בשל יעילותה, מנעה לבסוף את חיסולה בידי ממשלת הלאומנים. יש לציין בנוסף כי הֲטוֹיִנָּא היתה ועודנה נפוצה בשושלות שונות של אמנויות הלחימה, וגם בהן היא השתמרה היטב בעת ההיא.

⁴³ שוֹתָפָּנוֹת – קומוניזם. שוֹתָפָּנִים – קומוניסטים. | בִּיזָּנוֹת – אנרכיה.

הרדיפה ממנה סבלו המטפלים בִּטְוִינָא בתחילת המאה הקודמת, היא למצער מעשה חברתי נפוץ לאורך הקדומֶה הסינית. הסינים מחבבים את מושג ה-'חָרֶם'. בכל תקופה בסין ישנם בעלי מקצוע מסוימים, מיעוטים, מאמינים בדתות כלשהן, וכדומה, אשר נרדפים למשך כמה שנים עד כמה דורות בידי השלטונות. אולם בתקופה ההיא, בתחילת המאה ה-20, כל סין היתה מצויה כאמור במהלכה של מלחמת אזרחים מתמשכת, אשר סופה המוחלט היה רק בשנת 1949 עם עליית המפלגה השוֹתְפִּנִית לשלטון באופן בלעדי. לכן בשנים 1911 – 1949, בסין היו למעשה מספר ממשלות שהתנהלו במקביל, באזורים שונים, והיה קושי לייצר עמדה חזקה ומאוחדת כנגד הִטְוִינָא על-מנת להכחידה, משום שכל המתנגדים לה היו גם אויבים אלה לאלה.

בעת ההיא, כמעט ולא היו רופאים סִינִיִּים אשר למדו במוסדות מדינה רשמיים, ושבחרו להתמחות בִּטְוִינָא כשיטת הריפוי המרכזית שלהם. אך מחוץ לערים הגדולות, קוֹבְלִיֹתֶה של הִטְוִינָא לא השתנתה. אף שבסין היתה זו תקופה קשה לִטְוִינָא, באי הדרומי טאיוואן היא זכתה לעדנה, משום תגובה תרבותית הפוכה, של ניסיונות "להחיות את רפואת בני ה-האן המסורתית". כתוצאה מכך, דווקא באותה התקופה בה הִטְוִינָא חוותה רדיפה בסין רבתי, בטאיוואן היא נכנסה לחומר הלימוד בבית ספר ממשלתי, בעיר הבירה טאיפיי⁴⁴. בו-בעת, גם דיקור ורפואת צמחים החלו נלמדים בבתי ספר ממשלתיים אחרים על האי. מאוחר יותר כאשר בסין רבתי הלאומנים הפסידו במלחמת האזרחים לִשׁוֹתְפִּנִים, וחלקם ברחו לטאיוואן, הם הביאו עמם את העיונות של הִרְפּוּאָה המערבית כלפי זו הסינית. אך הִרְפּוּאָה המסורתית כבר היתה עוצמתית מדי על האי הזה, מכדי לנסות להעלימה.

בתגובה לאיומים ולחרמות, החל בסין רבתי תהליך שבו ניסו מטפלים רבים בִּרְפּוּאָה מסורתית להשיג 'הכרה מדעית' בעבור מקצועם. מטפל ידוע בצמחים, דיקור וטווינא, אשר שמו היה לו יוֹאֲנְלִי (陸淵雷, 1894-1955), עשה מאמצים בהקשר זה. הרופא לו כתב מאמרים לקידום הִרְפּוּאָה הסינית המסורתית, ובהם הדגיש ארבע איכויות בסיס חיוניות וחשובות של הִטְוִינָא: **פשוטה, נוחה, יעילה, זולה** – תיאור שניתן לעיתים בהרחבה לִרְפּוּאָה הסינית כולה. הוא צדק בתיאור זה. טווינא פשוטה יותר ללימוד **בסיסי** ביחס לדיקור או רפואת צמחים, וודאי שביחס לִרְפּוּאָה מערבית עכשווית. היא נוחה יותר למטופלים וגורמת פחות כאב. יעילותה מוכחת. היא אינה דורשת כמעט ציוד או תרופות נלווים, ולכן עלותה יכולה להיות יותר זולה לממשלה, לרופאים ולמטופלים כאחד. בשל כך, טען לו, הִטְוִינָא מתאימה במיוחד לטיפול בחוליים יום-יומיים של הציבור.

⁴⁴ טווינא ודיקור נלמדו החל משנת 1924 בבית ספר בעיר טאיפיי, אשר היה מיועד לעיוורים, אילמים וחירשים (נקרא: 州立臺北盲啞學校). החל משנת 1928, הפך מוסד זה לממשלתי. הדבר נעשה בהמשך למסורת של מאות שנים במזרח אסיה, של הוראת עיסוי לעיוורים, כפיתרון חברתי ואנושי ליצירת אפיק פרנסה עבורם.

בהמשך המאה ה-20, קרה דבר מיוחד ויוצא דופן בקדומיה הסינית – הרפואה המסורתית חוותה תהפוכות מדהימות, על רקע נסיבות חייו של אדם בודד. היה זה הרודן הנורא **מָאו דְּזְאוֹנְג** (毛澤東 1893-1976), שחייו נקשרו בגורלה של הרפואה הסינית המסורתית. מָאו היה ראש המפלגה והצבא השוֹתְפָנִיִּים, ולאחר מכן מְשַׁלֵּט סין כולה, החל משנת 1949. בראשית דרכו כמנהיג, בתקופת מלחמות האזרחים, מָאו שאף להמשיך את הלך הרוח "המדעי", ולחסל בהדרגה את השימוש ברפואה סִינִית מסורתית, ובכלל זאת טווינָא, באופן מלא, מוחלט וסופי. אולם הגורל צחק לו בפניו, ודעתו השתנתה כאשר הוכח לו שדעותיו על הרפואה המסורתית היו שגויות.



בתמונה: מָאו נואם בפני כפריים, במהלך מלחמת העולם השנייה ומלחמת האזרחים, שנת 1944.

מָאו היה ידוע בסרחונו, וחוסר נכונותו לצחצח שינוי ולנקות גופו באופן תקין ועקבי. הרגלי הניקיון שלו, או למעשה היעדרם, שיקפו תפיסת עולם אשר בחלקה היתה כשל איכר פשוט וחוסר דאגות ועכבות בהקשר לבריאותו. כתוצאה מהתנהלות בעייתית זו, וחוסר הקפדה על תרגול הגוף ותזונה ראויה, מָאו סבל בבגרותו ממגוון בעיות רפואיות מתמשכות ועיתיות. במיוחד סבל הוא מדלקות פרקים כואבות, אשר פיתח בתקופת מלחמת האזרחים הסינית, בשנים שקדמו לעלייתו לשלטון. בעת בה גברו הכאבים במפרקיו, מָאו כבר שלט לסירוגין

באזורים נרחבים בסין, והחל בתהליכי השינויים החברתיים בהם חפץ, כולל החתירה לסילוק התרבות המסורתית – ובכללה הרפואה המסורתית, מן המציאות היום-יומית. אך בתחילתה של מלחמת העולם השנייה, כה חמור היה מצב דלקות הפרקים שלו, עד כדי שלא הצליח להרים את זרועותיו, והיה למעשה לנכה באופן חלקי. הרופאים אשר טיפלו בו בשיטות מערביות הכזיבו אותו, ואף אחד מהם לא הצליח לפתור את דלקות הפרקים מהן סבל. בנוסף, היו לו בעיות עיכול. שום תרופה או שיטה שלהם לא סייעו בעדו. מאו הבין כי אם לא יצליח להחלים, הדבר יסכן את מנהיגותו, ועלול היה להביא להפסדו הן מול יריביו מבית, והן כנגד הצבא היפני אשר היה בתהליך של ניסיון לכבוש את סין כולה. בייאוש, הסכים מאו בשנת 1935 לקבל טיפול מרופא סיני מסורתי, דורשן מפורסם ששמו היה לי דינגמינג (李鼎铭). זה האחרון הצליח לרפא את מאו לחלוטין מכאביו, באמצעות שילוב של טיפולי טווינא וצמחואים. הוא אבחן את מאו כסובל מפלישה של רוח-לחות למפרקיו, ולאחר שנטל הרודן כארבע מנות יומיות בלבד של צמחואים מבושלים, ועבר במקביל עיסויי טווינא, נרפא הוא לגמרי. משלקח המנה הראשונה, הצליח הוא להרים מעט את אחת מזרועותיו. לאחר המנה השנייה, טווח תנועתו הוגבר. לאחר המנה השלישית, כאביו דעכו משמעותית. לאחר המנה הרביעית, חזרו זרועותיו וכתפיו לאיתנן, והוא הגדיל לעשות והדגים חוסנו לעמיתיו באמצעות טיפוס על עמוד עץ. גם בעיות העיכול שלו נעלמו כלא היו. משום כך גמר אומר בליבו האדם האכזר הזה, כי בעתיד ייתן לרפואה הסינית המסורתית מקום של כבוד במדינתו, בחסות ממשלו. בינתיים, בתקופת מלחמת העולם השנייה ומלחמות האזרחים שנלוו אליה, הוא עודד את מפקדיו כי יעשו שימוש גם ברופאים מסורתיים וידיעותיהם על-מנת להיטיב עם החיילים והאוכלוסייה.

מאו סיים להשתלט על סין בשנת 1949 לספירתם. זמן קצר לאחר נצחונו, בשנת 1950 מאו חלה שוב לפתע, והפעם סבל מחום גבוה מאוד, אשר החליש את גופו ונפשו. הרופאים המערביים נותרו אובדי עצות. מאו ביקש כי יביאו בפניו את הדורשן הנודע לרפואה סינית מסורתית, קונג פהחואה (孔伯華), אשר נחשב דאז ל-"אחד מארבעת הרופאים הגדולים בעיר הבירה בייג'ינג". קונג רשם עבור מאו שלוש מנות יומיות של מרשם צמחואים מבושלים, ולאחר שנטל שתיים מאלה, חזר חום גופו של מאו למעלה תקינה, וחדל הוא מלהיות חולה. בשלב זה השתכנע מאו כי הרפואה הסינית המסורתית היא בכוחה לטפל ביעילות לא רק בבעיות מתמשכות, אלא גם במצבים עיתיים קיצוניים.

בהתבסס על שתי ההתנסויות הללו עם הרפואה הסינית, החליט מאו כי ישמרה ויגן עליה, כנכס לאומתו. הממשלה השותפנית אכן הפכה בהמשך את הרפואה המסורתית והטווינא לחלק מהותי מן הרפואה הציבורית המוכרת, כולל בבתי החולים, כפי שמאו קבע והצהיר שיעשה. מאו עצמו המשיך לתמוך ברפואה זו בגלוי ובפומבי, ולהביע ביקורת כלפי מי שזלזלו בה. אך התהליך לא היה חלק לחלוטין, או נטול טלטלות.

הקושי הראשון בעידודה של המפלגה השותפנית את הרפואה הסינית, קשור לשיטת הממשל שלה. לשותפנות ישנה תמיד שיטת ממשל מגושמת, שמבוססת על החלטותיהן של ועדות פקידנים. גם במקרה של הרפואה המסורתית, המפלגה השותפנית הסינית השתמשה במנגנון זה, של ועדות פקידנים, בכדי להחליט מה תהפוך רפואה זאת להיות, בחסות הממשלה. הפקידנים הביאו יחדיו עשרות רופאים בכירים לרפואה סינית מסורתית מרחבי המדינה, וציוו עליהם לבנות תוכנית לימודים סדורה ומאוחדת, תחת השגחתם. אך באופן טבעי, רופאים שכאלה הגיעו ממסורות שונות ומגוונות, אשר לעיתים קרובות לא הסכימו לחלוטין אלה עם אלה, ואף היו במקרים מסוימים בעלי התנגדויות קשות לתפיסותיהם של עמיתיהם. אך איומיהם של הפקידנים, והרודן הגדול מאו אשר בראשם, הספיקו בכדי לשכנע את אותם רופאים להגיע להבנות, ולייצר את חומר הלימוד המאוחד של הרפואה הסינית המסורתית, כפי שמוכר כיום במכללות ומגבהות בסין, ובמדינות רבות ברחבי העולם.

הקושי השני ביצירתה של הרפואה הסינית העכשווית, היה ביחסו של הממשל הסיני השותפני לרוחניות. השותפנים מעצם טבעם, הינם בעלי רמקלת חומרנית⁴⁵. השותפנות היא תפיסת עולם שמקדשת את החומר על פני הרוח, ורואה את כל יחסי בני האדם דרך זווית הסתכלות של ממון ונכסים, או היעדרם. לעומת זאת, הרפואה הסינית המסורתית היא בעלת היבטים רוחניים רבים מטבעה (אשר בדרך כלל לא מועלים על הכתב או נדונים בספרות הנפוצה). אלו הם לא היבטים של פולחן דתי, אך שיש להם מימד רוחני משמעותי בהקשרים אחרים. המפלגה השותפנית היתה מאוד ברורה בהקשר לאותם היבטים רוחניים של הרפואה הסינית: מקומם לא יהיה בתוך חומר הלימוד החדש שיווצר תחת השגחתה. כך נעשה. לכן בימינו, למצער, 'תכנים רוחניים' הוצאו במידה רבה מהוראת הרפואה הסינית במכללות ומגבהות בסין, ישראל וארה"ב, וכן ברוב המדינות האחרות. את התוכן הזה יש לחפש, למצוא ולהשיג, בדרך כלל, ממורים שאינם חלק מאותם המוסדות.

ישנם מרפאים רבים אשר מבקרים בגלוי את התוצר המלאכותי הזה, של הרפואה הסינית המסורתית-עכשווית, כפי שנתגלמה בעידוד המפלגה השותפנית. הרבה קיתונות ארס, שנאה וזעם, הופנו כלפי אותה 'יצירה'. אולם אני עצמי סבור שהדבר איננו מוצדק. בנסיבות המורכבות ביותר של הדברים, וחרף אי-חיבתי לגישות השלטונית הללו, אפשר כי המפלגה השותפנית והרופאים שגייסה לסיועה, הצליחו להפיק את המירב והמיטב שהיה ניתן, מתוך הסכמה כוללת ונרחבת. התוצאה עובדת. היא איננה רעה. היא שימושית ויעילה. אדרבא שחומר לימוד זה המשיך להשתפר ולהעמיק לאורך העשורים, ובימינו בסין הוא למעשה דיי מתוחכם ורציני, בדרכו הייחודית שלו. רפואה זו נהדרת, גם אם יש בה חוסרים או אי-דיוקים רבים, שנדרשים מורים מחוץ למוסדות רשמיים בכדי לכפר עליהם. אין צורך להיות עוינים אליה, ויש להבינה ככלי של פשרה, שמאפשר את ההנגשה של המסורת לקהלים גדולים יותר, וכך עשיית חסד משמעותי יותר בעולם כולו.

⁴⁵ רמקלת – אידיאולוגיה.

בשנת 1955, לאחר שכבר גובש חומר לימוד סדור לרפואה הסינית, משרד הבריאות של מאו דאג להקמת 'מדרשת סין למדעים רפואיים סיניים', בעיר הבריה בייג'ינג. היתה זו המדרשה הראשונה לרפואה סינית מסורתית שהוקמה בידי ממשלה סינית שאינה תחת משליטות טיפוסית קדומה. במגבה חדשה זו לימדו גם טווינא, התבצע מחקר רב, והוזמנו אליה מומחים סינים לרפואה מערבית עכשווית ללמוד אף הם. עוד באותה שנה, 1955, הוקמה מחלקה ייעודית לטיפול טווינא בבית החולים לרפואה סינית מסורתית בעיקר טיאנג'ין. תוכנית לימודים נוספת לטווינא בעידוד הממשלה, צצה זמן קצר לאחר מכן, בעיר שאנגחאי, בשנת 1956. שנתיים לאחר מכן, הקימה הממשלה עוד בית ספר גדול לטווינא בשאנגחאי, אשר שולב יחד עם מרפאה גדולה. הבחירה בערים אלו לא היתה מקרית, משום שכפי שצוין קודם לכן, טיאנג'ין ושאנגחאי היה ערים עם מסורות טווינא חזקות, עם שושלות שחלקן היו בנות מאות שנים.

בשלושים השנים הבאות⁴⁶, התפתחו וצמחו תוכניות לימוד נוספות רבות שכאלה ברחבי סין, וזאת חרף הקשיים החברתיים והציבוריים הרבים שליוו את התקופה⁴⁷. כעת זכתה הטווינא למעמד מכובד ומצוין בחברה הסינית כולה. במחוז גואנגדונג, לדוגמא, נפתחו מרפאות טווינא במפעלים, לשם סיוע לפועלים עמלי-הכפיים וקשי-היום, אשר גופם כאב לעיתים קרובות. כאשר הסינים יצאו לשליחויות רפואיות בארצות זרות, למשל באפריקה, הם הביאו עמם לעיתים את הטווינא, ועשו בה שימוש לשם סיוע למקומיים. בארה"ב, אליה חדרה הרפואה

⁴⁶ נהוג למנות כחמישה שלבי התפתחות של הרפואה הסינית באותה התקופה, בסין רבתי:

התחלת שיתוף הפעולה בין הרפואה הסינית לרפואה המערבית (1945-1950).

הרפואה הסינית לומדת את הרפואה המערבית (1950-1953) – מומחי הרפואה הסינית עסקו במחקר אודות החפיפה שבין תובנותיהם וידיעותיהם לאלה של הרפואה המערבית.

איחוד חלקי של עבודה והוראה בין הרפואה הסינית והרפואה המערבית (1950-1958) – תהליך במסגרתו הוכנסו ללימודי הרפואה הסינית רעיונות, ידע ומונחים מן הרפואה המערבית.

הרפואה המערבית לומדת את הרפואה הסינית (1958-1965) – ראשית המחקרים המערביים בשיטות עכשוויות את הרפואה הסינית.

השתלבות הרפואה הסינית והמערבית (1958 – ימינו) – אף שהרפואה הסינית והרפואה המערבית נשארו שיטות נפרדות, הממשל הסיני הצליח לייצר מצב בו הן עובדות לעיתים קרובות מאוד בשיתוף פעולה ושילוב כלים משמעותי, ברובדים רבים של הרפואה והחברה.

כל זאת על פי הספר הבא:

Taylor Kim, *Chinese Medicine in Early Communist China*, 1945-63, A Medicine of Revolution. New York: Routledge Curzon, 2005 (Book). Pages 12-13.

⁴⁷ צינרת – פוליטיקה. צינרתיים – פוליטיים.

הסינית במהלך שנות ה-70, כללו גם כן את הטווינג באסדרת המקצוע במספר מדינות, בעשור שלאחר מכן.⁴⁸

עוד באותם עשורים, סביבות 1950-1976, דחף מאו להכשרתם של אלפים רבים שכונו 'רופאים יחפנים' – אנשים אשר הכשרתם ברפואה סינית מסורתית או ברפואה מערבית עכשווית היתה קצרה מאוד, ושאינה מקיפה. אותם 'רופאים יחפנים' נשלחו במהירות לרחבי אזורי הכפר והספר של סין, בכדי להוות חיל-חלוץ לסיוע לאוכלוסייה החולה והנחשלת, בתקופות בהן מיליוני אנשים מתו ממחלות על רקע היעדר טיפול רפואי זמין. תוכנית שנויה במחלוקת זו של 'הרופאים היחפנים' הדגישה תפיסה של כמות על פני איכות, אולם ללא ספק סייעה להצלתם והקלה על חייהם של אינספור אנשים.

הממשלה הסינית עודדה אז, וממשיכה לעודד גם כיום, טיפולים זולים וזמינים ברפואה סינית מסורתית, כולל בטווינג. אף שרבים מן המטפלים היו בעבר אותם 'רופאים יחפנים', בסופו של דבר מרבית מי שהוכשרו למקצוע עשו זאת בלימודים מקיפים יותר. אדרבא כי גם הרופאים היחפנים עצמם, הפכו ברבות השנים בחלקם למומחים גדולים, שכן חשיפתם לכמויות אדירות של מטופלים, פיתחה רבות את תובנותיהם, ידיעותיהם ויכולותיהם.

בתמונה בעמוד הבא: 'רופא יחפן' (החובש כובע) אוסף צמחים מקומיים, בשנות ה-70 של המאה ה-20 לספירתם. עיקרון יסוד לעבודת הרופאים הרחפנים, היה הניסיון להשתמש במשאבים הזמינים בסביבתם, שכן היה מחסור חמור בציד ותמיכה מצד הממשלה. בפועל, זה היה מצב הדברים ברחבי סין לאורך מרבית הקדומיה. הרופאים לדורותיהם הסתדרו נהדר גם בלי סיועם של השלטונות. כל המשאבים הדרושים לעמלם, נאספו, נבנו או נוצרו בשיתוף פעולה ביניהם לבין הקהילות אותן שירתו. משום שלא היו בתי חולים זמינים לרוב, הקהילות השקיעו מאמצים רבים בסיוע לרופאים היחפנים להשיג את כל שנדרש להם, בכדי שיוכלו לבצע עבודתם נאמנה.

בטווח הקצר והבינוני אפוא, היו הרופאים היחפנים למשרתיים הנאמנים של קהילות, ולמצילי נפשות. בחלוף העשורים, המערכת כולה השתנתה, בתי וקופות החולים התרבו, והמוסד האנושי הייחודי הזה נעלם – נבלע אל תוך המערכת הגדולה והאפורה, שכבר לא היתה לה הנשמה המקורית כבדורות הקודמים.

⁴⁸ הרפואה הסינית המסורתית נתקיימה בארה"ב ככל הנראה לפחות עוד מתחילת המאה ה-19, בקרב מהגרים סינים ובקהילותיהם. במהלך שנות ה-70 של המאה ה-20, החלו לראשונה גם אנשים מערביים לטפל ברפואה סינית בארה"ב. מאוחר יותר, בשנות ה-80 של המאה ה-20, נפתחו בתי הספר הראשונים לרפואה סינית מסורתית, ונעשתה אסדרה של המקצוע במספר מדינות, ובהדרגה עד סוף אותה מאה, ברוב המדינות של ארץ זו.



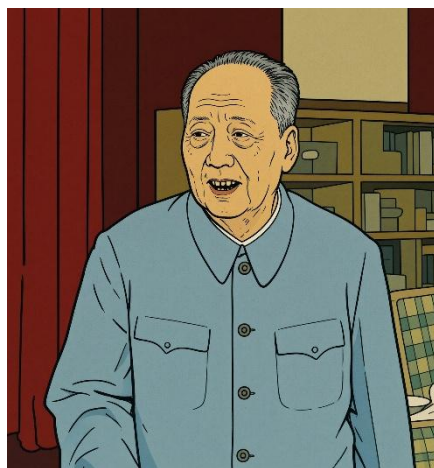
עצרו רגע להגות, באותה צורת מחשבה מתקדמת וחיובית, אשר ביוזמות שתוארו בפסקאות האחרונות. האם ישנה עוד מדינה, אשר יצרה מיזם של מרפאות עיסוי לפועלי כפיים במקום עבודתם? האם יש עוד מדינה, אשר שלחה מומחי עיסוי למדינות אחרות בכדי ללמד את המקומיים רפואה **מסורתית**? האם יש עוד מדינה, שבה בהינתן מחסור משמעותי ברופאים מכל הסוגים, יצרו מסלולי הכשרה מהיר לעשרות אלפים במטרה לשלוח אותם לכפרי ואזורי הספר, על-מנת שייטיבו עם הציבור? כל הדברים הללו קרו במאה הקודמת, בסין השותפנית.

אין חולק על כך שרשויות סין, בהנהגתו של מאו דְזְאֹדוֹנְג, היו אחראיות למותם המיותר של עשרות מיליוני בני אדם, וכליאתם האכזרית של אינספור אחרים. כתם אדום ואדיר מימדים זה, לא ניתן למחות מעל דפי הקדומיה. אולם האדם המשכיל, אם הוא בוגר ואחראי, אינו יכול להתבונן באירועי העבר דרך משקפתו הביקורתית של מי שמחפש בלבד לבקר ולשלול. עובדה מוגמרת היא זו, שחרף כל הרעות החולות, היו גם דברים חיוביים שעשו השותפנים בסין, ואותם תיארתי במספר נקודות חשובות שהועלו עד כה. זאת עלינו לזכור, בבואנו להשוות את אותם אנשים, ביחס ל-'נבחר הציבור' של מדינותינו שלנו, והישגיהם היחסיים.

מאידך, ניתן לומר כי ההסתמכות ההולכת והגוברת של הציבור על ממשלות לצרכי קבלת שירותי רְפּוּאָה, ניתקה בהדרגה את מערכות היחסים החזקות וההדוקות שהיו לקהילות שונות עם רופאים. עוד יש לפרש כי הגישה השותפנית, בטווח הארוך, תמיד מובילה לסוג של השתעבדות לפקידנות, והיבט זה אינו מוצלח.

על כל פנים, בחזרה לסין עצמה, בחלקה האחרון של המאה הקודמת, בערוב ימיו של מְשִׁלִּיטָה, מָאוּ. בשנים 1974-1975, זמן לא רב לפני מותו, היה מָאוּ כבן 81, וסבל מעכירות העדשות ('קטרקט'), אשר איימה לנטול ממנו לחלוטין את מאור עיניו. ניתוחי עיניים מורכבים בְּרִפּוּאָה המערבית העכשווית, טרם היו מפותחים דיים בכדי להבטיח הצלחה, במיוחד בהליך בו היה מעורב אדם מבוגר למדי, שגופו לא היה חזק. מָאוּ כבר היה חשדן כלפי הֶרְפּוּאָה המערבית. הוא בחר במקום זאת לאפשר לדורשן רְפּוּאָה סִינִית בשם טָאנְג יוּאֹגִיר (唐由之), לטפל בו באמצעות שיטה ניתוחית מסורתית. בתאריך ה-23 לחודש השביעי, שנת 1975 לספירתם, השתמש הדורשן טאנג במחט דיקור מזהב לשם הנעה, ניקוי ותיקון המיקום של עדשות העיניים של מָאוּ. בזמן ההליך מָאוּ היה ער, ואף האזין לנוגנה מסורתית⁴⁹. חרף גילו ומצבו הבריאותי הכללי הרעוע, מיד לאחר הניתוח השתפרה מאוד ראייתו, והוא היה מסוגל לחזור לענייניו.

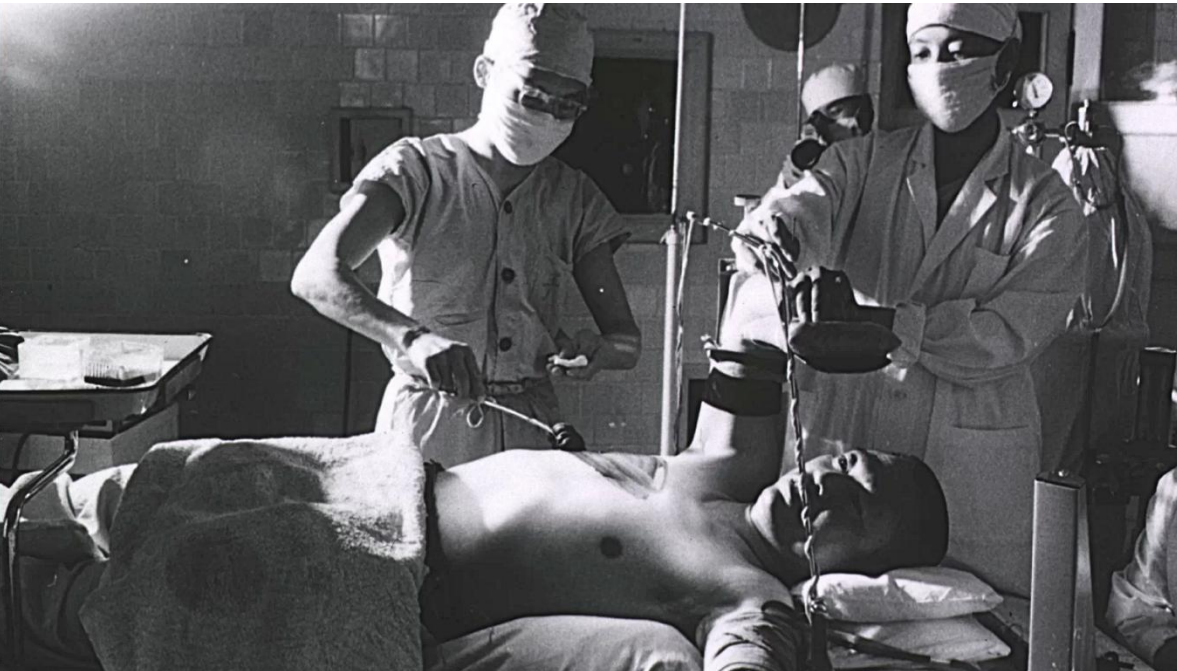
בתמונה: מָאוּ באותה התקופה, זמן לא רב לפני מותו, שנת 1975.



מָאוּ נפטר בשנת 1976, וסין כולה עברה שינויים גדולים בלכתו. אך התמיכה הממשלתית בְּרִפּוּאָה הסינית המסורתית וקידומה, המשיכה כבעבר, ואף ביתר שאת. חזונו של מָאוּ לא תם: שילובה של הֶרְפּוּאָה הסינית באופן מלא בכל רובדי החברה, והגעה הדרגתית ליחסי גומלין חיוביים בינה לבין הֶרְפּוּאָה המערבית. אותו מָאוּ – אדם חסר עכבות שהיה מלא בוז 'לתרבות הסינית הישנה' ופעל להשמיד חלקים גדולים ממנה לאורך חייו, היה לבסוף זה שעשה יותר מרבים אחרים, לשם שימורה של הֶרְפּוּאָה הסינית המסורתית. תוהה אני לעיתים, אם היה מודע הוא לסתירה משונה זו.

כבר ב-1977, שנה לאחר מותו של מָאוּ, אושרה תוכנית ממשלתית ל-"עשור שלם של יצירת חיבור בין הֶרְפּוּאָה הסינית לֶרְפּוּאָה המערבית". עשור זה ראה מחקר רב בסגנון מערבי, שהתבצע באשר לטיפול רְפּוּאָה סִינִית, ובכללם טווינא. רוב המחקר האמור מעולם לא תורגם לשפות זרות, וגם לא מחקרים שהגיעו לאחר מכן, ומשכך אנשים רבים במערב טועים לחשוב, שמחקרים שכאלה מעולם לא נתקיימו.

⁴⁹ נוגנה – מוסיקה.



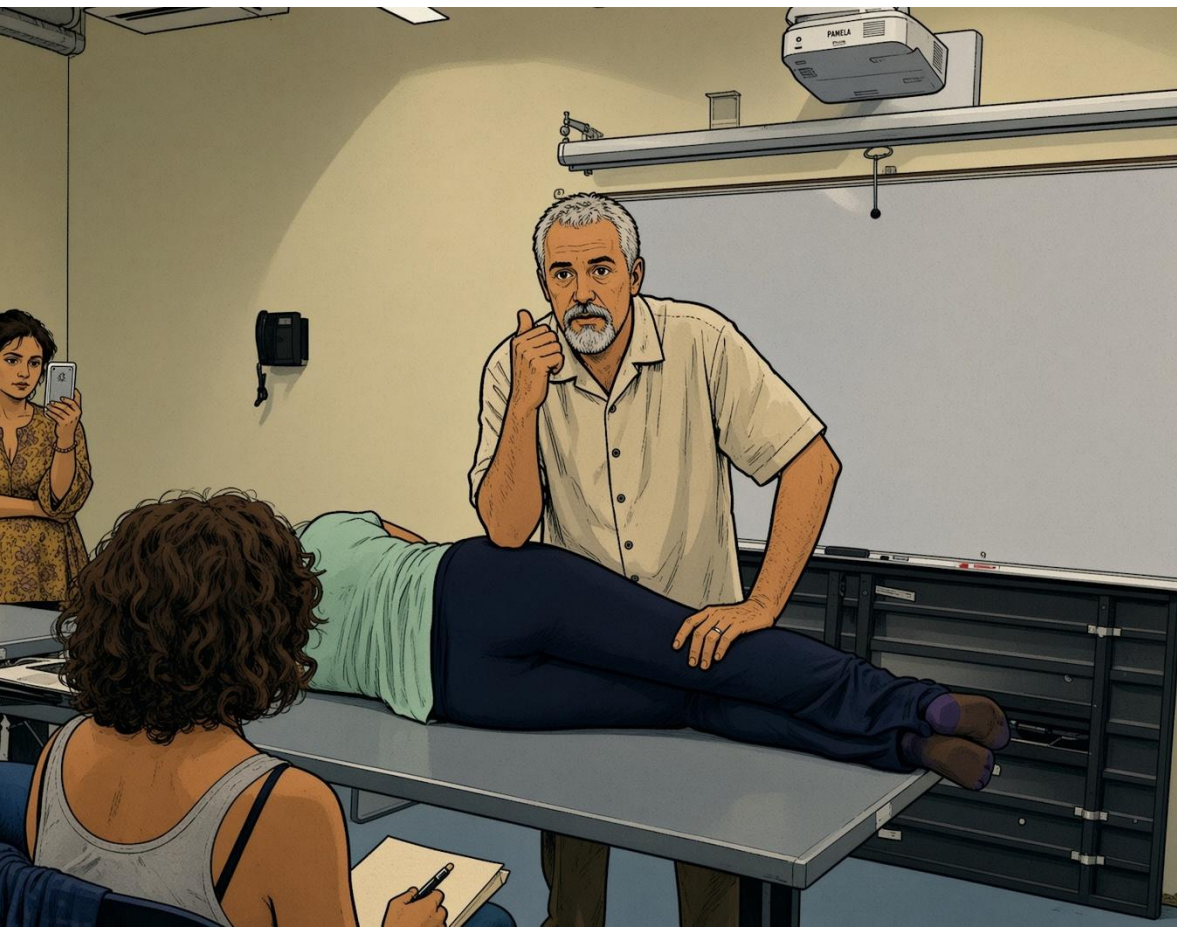
בתמונה: דוגמא טובה לשילוב שבין הרפואה הסינית לרפואה המערבית באותם הימים. רופא אחד מורח יוד על צלעותיו של מטופל, באזור בו עומד להתבצע החיתוך הראשון בניתוח חזה, בשיטות מערביות. רופא אחר מניע מחט בנקודת דיקור ביד ימין של המטופל, בכדי לגרום למשפץ⁵⁰ של אלחוש בזמן הניתוח, כתחליף לחומרי הרדמה. השימוש בדיקור כתחליף לחומרי הרדמה בניתוחים מסוימים, יש לו מספר יתרונות. ראשית, אדם שהורדם איננו מסוגל לספר לרופאיו בזמן הניתוח מה הוא חש שעובר עליו, אך אדם שעובר דיקור נותר בהכרה ויכול לתאר מה הוא חש. שנית, ישנם סיכונים רבים בשימוש בחומרי הרדמה, ולעיתים תופעות הלוואי שלהם כוללות את מותם של המטופלים, בעוד הדיקור בשימוש שכזה אינו מסוכן מטבעו. שלישית, ישנם אנשים החווים רגשות לחומרי הרדמה, ולכן מלכתחילה לא ניתן לנתחם תוך שימוש בהם. זוהי תמונה שמקורה בארגון הבריאות העולמי, ואשר צולמה בידי דידייר הנריוד (Didier Henrioud) בשנת 1979 לספירתם.

בסוף אותה תקופת מפנה של עשור, בשנת 1986, הוקם בסין משרד ארצי לניהול ענייניה של הרפואה הסינית כולה. בשנת 1987 לספירתם, הוקם גם איגוד לאומי למתרגלי ט'ווינא, אשר מיצב את אמות המידה המקצועיות המצופות מן העוסקים בתחום. איגוד זה, כמו גם פועלם של רופאים רבים שהתמחו בט'ווינא, סייעו במיקוח בתוך המקצוע עם עמיתיהם, שהוביל להגדלת מספר שעות הלימוד בט'ווינא במסגרת הלימודים הכלליים של רפואה סינית במגבהות. אולם הצלחה זו היתה חלקית בלבד, משום שברוב מוסדות הלימוד של הרפואה הסינית בסין, הט'ווינא נותרה עד ימינו יותר שולית ביחס להוראת הדיקור והצמחואים. מתחים אלה בתוך המקצוע, בין מומחי הט'ווינא למומחים בתחומים אחרים, הובילו גם לעיתים לתוצאות לא מוצלחות. כך למשל בהונג קונג, בתחילת המאה ה-21 לספירתם, סירבה הממשלה המקומית לאפשר לאנשים לקבל רישיון עיסוק בלעדי בט'ווינא, אלא רק כתחום ידע חלקי מתוך תואר מדרשי שלם ברפואה סינית.

בשלהי המאה ה-20, החלה הטווינא להיות קופלית גם במדינות מערביות. כתוצאה מכך, הפך התחום גם למושאם של מחקרים רבים, כפי שנעשה עבור שיטות רבות נוספות של הרפואה הסינית המסורתית. המחקרים איששו בעיקר את יעילותה, כשתוארה כבר בפרקים הקודמים. במדינות המערב, אליהן הגיעה הטווינא יחסית לאחרונה, מותגה היא לעיתים כ-"פיזיותרפיה סינית" – כלומר, ייעודית לבעיות שריר-שלד, ובמיוחד אלו הקשורות בכאב. זאת על אף שבִּרְפּוּאָה הסינית, היא ידועה כבעלת השפעות רבות גם על איברים פנימיים ותהליכים נפשיים, ולמעשה ניתן לעשות בה שימוש לרוב סוגי הקשיים הרפואיים.

בארה"ב, לקראת סופה של המאה ה-20, הציבור החל מואס בִּרְפּוּאָה המערבית, אשר כשלה במתן מזור לבעיות רבות, והפכה בהדרגה ליקרה מאוד. בתגובה לכך, החל בעת ההיא, כבר נמנו בארה"ב בכל שנה, **במרפאות פרטיות**, יותר טיפולים ב-'רפואה משלימה', מאשר טיפולים אצל רופאי משפחה לִרְפּוּאָה מערבית. הִרְפּוּאָה הסינית תפסה במיוחד מקום של כבוד בתוך שינוי אדיר זה, ומכללות להוראתה צצו ברחבי האומה האמריקנית כפטריות לאחר הגשם. אולם ביחס לסין ולישראל, הטווינא נחשבת לשיטה פחות נפוצה בשימוש ויישום בקרב האמריקנים, מתוך הכלים הרבים של הרפואה הסינית.

בתמונה: מורי היקר, שיפו סטיבן ג'אקוביץ. הצילום הוא מתוך סרטון צפה של שיעור טווינא שהעביר רבִּדּוֹן שן סטיבן במגבתה בריג'פורט, במדינת קונטיקט, ארה"ב.



בישראל תהליך חדירתת של הרפואה הסינית והטוינא לתרבותינו היה איטי יותר. סביבות שנות ה-60 של המאה ה-20, החלו בהדרגה ישראלים שונים ללמוד רפואות שאינן מערביות, במסעותיהם למזרח יבשת אסיה. מספרם של אותם ישראלים היה קטן למדי, ככל הנראה כמה עשרות בלבד. היה זה תהליך מקביל לייבוא של אמנויות לחימה מן המזרח בידי כמויות קטנות של ישראלים באותן השנים בדיוק. אולם בעוד אמנויות הלחימה הפכו קופליות במהרה, הרפואה הסינית נותרה כמעט בלתי-נודעת במשך כמה עשורים.

בסוף שנות ה-80 של המאה ה-20, כבר בוסס שיתוף הפעולה הראשון בישראל בין מדקרים לבין בתי חולים. אולם היו מעורבים ביוזמה זו רק כמה אנשים בודדים. החיבור בין הרפואה הסינית לבתי חולים בישראל בשנות ה-80 של המאה הקודמת הקדים את זמנו מאוד, ולא הבשיל לכדי שינוי משמעותי, בעיקר משום שמרבית הציבור לא ידעו כלל שהרפואה הסינית קיימת, או מהו טיבה. טיפולי מגע כגון טוינא, גם הם נותרו אלמוניים למדי. עוד בשנים הללו, ובהמשך בשנות ה-90 של המאה ה-20, הוקמו בישראל לראשונה כמה מכללות להוראת רפואה סינית. בו-בעת, החלו הדיקור והטוינא לחדור גם לקופות החולים בישראל, יחד עם השיאצו – העיסוי היפני המסורתי. מאז ועד ימינו, השתנה המצב לטובה. בזמננו, כל קופות החולים במדינת ישראל מציעות טיפולי דיקור, טוינא ושיאצו לציבור הרחב. אלו הם מבין סוגי הטיפול הנפוצים ביותר ברפואה מזרחית בארצנו.

התרבות הסינית ככלל, על כל רובדיה, לא היתה נפוצה או אהודה במיוחד בישראל, עד למאה ה-21 לספירתם. אני עצמי הייתי ילד בסוף המאה ה-20, וזכור לי כי כמעט ולא היו בנמצא מסעדות סיניות כלשהן; אמנויות לחימה סיניות רק החלו לצבור תאוצה; ואנשים סינים לא נצפו ברחובות בשום מקום. אדם ישראלי שחפץ לנסוע לסין לעשות בה עסקים, או להגר אליה, היה נחשב אז בידי בני עמו כמי שעושה מסע ליעד עמום ומשונה. זאת בניגוד למצב בארה"ב למשל, שם הסינים ותרבותם היו מוכרים הרבה יותר, מזה מספר דורות, הודות לאינספור המהגרים מארץ זו, אשר השתקעו והקימו קהילות משגשגות.

פני הדברים השתנו בעיקר בשל תמורות שחלו בסין עצמה. קודם לכן, בימיו של הרודן מאו דזאדונג, סין היתה סגורה לאומות המערב. היה קושי גדול לבקר בה או לצאת ממנה. לאחר מותו של מאו, נעשתה בהדרגה פתיחה של סין אל כל אומות העולם, ובכללותן ישראל. בדיוק בתקופת המעבר בין המאה ה-20 לבאה שאחריה, שערים אלה לסין נפתחו במלואם, וזרמי תרבות אדירים החלו זורמים דרכם בשני הכיוונים. לפתע, בתחילת המאה ה-21, נכנסו לישראל אינספור נדבכי תרבות סיניים – מסעדות, אמנויות לחימה, מופעים, ביגוד, עיצוב, מוצרי צריכה, ולבסוף אף כלי רכב. בו-בעת, מדינתנו הוצפה בפועלים סינים, בעיקר בתחום הבנייה, ואלו מילאו הרחובות בעשרות אלפיהם. חשיפה פתאומית ומהירה זו הביאה בתורה לנהירה משמעותית של ישראלים לסין עצמה, למטרות תירות ועסקים. התוצר הסופי של התהליך האמור, היה קבלה גדולה בהרבה מבעבר של הישראלים את הסינים ותרבותם. זאת אף על פי שממשלתם של הסינים היתה

עוינת-למחיצה לישראל, ובשל מניעים כלכליים בחרה לצדד באופן עקבי באויבינו הערבים, הפרסים והטורקים, אשר שאפו לכלותינו.

חיבתם החדשה של הישראלים לסין ותרבותה, היתה לעזר רב למכללות להוראת הרפואה הסינית, אשר החלו דרכן אצלנו בשלהי המאה ה-20. משהצליחו המכללות להעמיד לבסוף כוח עבודה משמעותי של כמה אלפי מטפלים במצטבר, חלק מאותם אנשים בחרו לעבוד בקופות החולים, אשר גם כן חוו דרישה הולכת וגוברת לטיפול דיקור, טווינא ושיאצו מצד הציבור. למעשה, במידה רבה נהנו המכללות וקופות החולים בישראל, מן התעמולה התרבותית המכוונת והיעילה שמימנה וטיפחה ממשלת סין עצמה. לעניות דעתי, היה הדבר לטובת כולנו.



לימודי המקצוע בימינו

כיום לימודי טווינא מתקיימים בסין ובישראל, בשני אפיקים: באופן עצמאי, או כחלק מלימודי ארוכים יותר של רפואה סינית מסורתית. בסין, ניתן ללמוד טווינא במסגרת שושלת עממית, למשל כזו של אמני לחימה. אולם למידה בלתי-מוסדית שכזו, לא תוכר בידי הממשלה הסינית. לעומת זאת, במוסדות הרשמיים, טווינא נלמדת בסין רק לצד תחומים נוספים מן הרפואה הסינית. החפצים להתמחות בטווינא, יכולים ללמוד לתואר של כחמש שנים בטווינא ודיקור, עם דגש על עיסוי. בלימודי רפואה סינית רגילים בסין, אף הם של כחמש שנים, טווינא מקבלת תשומת לב מועטה ביותר, ונלמדת משך לעיתים קרובות משך מסלולון יחיד וקצר. בשני סוגי התארים אמנם, יש ללמוד ההזדמנות לבחור להתמחות בטווינא בבית חולים, ובכך להעשיר ולהעצים ידיעותיו ויכולותיו. כן יכול אדם להמשיך לימודי טווינא אלה ללימודים מדרשיים מתקדמים יותר.

בישראל נדיר למדי למצוא טווינא מחוץ למוסדות רשמיים. במכללות לרפואה סינית, ניתן ללמוד הטווינא לבדה, או כחלק מלימודים מקיפים יותר. לרוב, לימודי הטווינא הבסיסיים נמשכים כשנתיים, ולעיתים בוחר התלמיד להמשיך גם ללימודי שנה שלישית ומעמיקה יותר (זוהי האחרונה איננה חובה). במסלולים אחרים, ניתן ללמוד שיאצו משך שנתיים, ולהשלים שנה או שנתיים נוספות של טווינא לאחריו. כן. הלומדים רפואה סינית בישראל באופן מלא, נדרשות גם מהם לפחות כשנתיים של לימודי טווינא או שיאצו מצטברים, במסגרת כלל חומר הלימוד. בין אם נמשכים הם שנתיים או שלוש, לימודי הטווינא והשיאצו בישראל יכללו גם תקופת התמחות קצרה בתוך המכללה עצמה. במהלך הלימודים, תולמדים⁵¹ מתרגלים את העיסוי אלה על אלה לסירוגין, ואילו במהלך ההתמחות, מקבלים הם מטופלים משלהם, המגיעים ממחוז למכללה, לתרגל עליהם את המיומנויות השונות.

תוכניות הלימודים הישראליות, בטווינא וב־רפואה סינית בכלל, מבוססות באופן משמעותי על המקובל בהוראת מקצועות אלה בסין ובארה"ב בימינו. אך ניכרות בהן גם התאמות לאופי והתרבות הישראליים, שהינם יותר נינוחים, פתוחים, חברותיים ומכילים ביטוי רגשי (ביחס למועדף בקרב הסינים והאמריקנים).

ישנו קשר הדוק בין טיפולי הטווינא, לבין תרגול ויישום אמנויות לחימה סיניות ו-צ'יגונג. את העניין האמור כבר אזכרתי קודם לכן, ואתייחס אליו בהרחבה בהמשך. במכללות להוראת הרפואה הסינית והטווינא, בישראל ובסין, נהוג לאפשר לתלמידים חשיפה מסוימת לאמנויות לחימה סיניות או צ'יגונג, בכדי להבין את הקשר האמור. אך מדובר בנגיעה קלה ומצומצמת בנושא, ובפועל מרביתם של המטפלים והמטפלות אינם ממשיכים לעסוק או להעמיק בתחומים הללו. הרחבת העיסוק והידע באמנויות לחימה סיניות או צ'יגונג דורשת אפוא, כי יעשה מאמץ האדם למצוא לו מורים מיומנים ובעלי ידע מחוץ למוסדות הגדולים הרשמיים.

⁵¹ תולמד – סטודנט. תולמדים – סטודנטים.

העיסוק במקצוע בימינו

העוסקים בטווינא בתקופתנו, כמו גם העוסקים ברפואה סינית באופן כללי, יש להם הידע הנוסף בתחומים הקשורים לרפואה מערבית. הלמידה של תכנים מן הרפואה המערבית, מהווה נדבך משמעותי מלימודיהם. הדבר נכון בסין, בארה"ב, בישראל, ובמדינות נוספות בעולם. המרפא בטווינא אמור לדעת הרבה על יסודות הרפואה המערבית, וגם יש לו ההבנה הבסיסית מלימודיו באשר לחלק מהמדעים הנוגעים אליה. הידיעות הללו אודות הרפואה המערבית לא נועדות לרוב על-מנת לשלבה באופן פעיל בטיפולים, אלא בכדי להיות מסוגלים לעבוד בצוותא עם רופאים מערביים, ולהבין את אבחניהם שנתנו למטופלינו.

בהתאם, הטווינא השתלבה היטב בקופות החולים במדינת ישראל. רבים ממטפלי הטווינא והרפואה סינית במדינתנו, מועסקים בהן כעובדים שכירים. מבין יתרונותיהן של קופות החולים למטפלי טווינא, ניתן למנות את השכר החודשי המובטח, הנטייה ליצר קביעות פרנסה, העשייה והלמידה לצד צוותים רפואיים, והחשיפה לכמות ומגוון גדולים מאוד של מטופלים – ניסיון מקצועי חשוב ומעשיר. בו-בעת, ישנם גם אתגרים מסוימים בעבודה מסוג זה. מספר המטופלים הגדול יותר שוחק את גוף ונפש המטפלים לאורך זמן, השכר אינו מיטבי ביחס למאמץ, והמרפאים נתונים למרותם של פקידנים רפואיים. כן קשה לייצר בנסיבות אלה קרבה אישית למטופלים, וזמני הטיפולים בדרך כלל קצרים למדי. על-כן, מי שחשים כי מקומם אינו במסגרות גדולות שכאלה, בדרך כלל מוצאים עצמם במרפאות פרטיות, כבעליהן או כעובדים שכירים בהן.

כך בישראל. אך במקומות אחרים בעולם, נפוצים גם דפוסי תעסוקה נוספים, אשר בארצנו נראים לעיתים נדירות יותר, אם כי קיימים הם גם כאן. יש למשל המטפלים בטווינא, וברפואה הסינית ככלל, אשר עובדים על ספינות תענוגות. אחרים משתלבים בתוך מרפאות פרטיות המנוהלות בידי רופאים מערביים. ישנם אף אלה ההופכים למטפלים קבועים בחברות מסחריות גדולות, ודואגים לרווחת עובדיהן. הרבה אפשרויות קיימות עבור מי שמחפשים תעסוקה יצירתית. אני אף מכיר אדם, חברי מארה"ב אשר הינו מורה לאמנויות לחימה סיניות, אשר נשכר באופן בלעדי להציע שירותיו ברפואה סינית למשפחה עשירה מאוד, ועובד עבורם בלעדית, באחוזותיהם.

דבר מצער הוא שהטווינא לא זוכה בימינו לעדנה והקובליות אשר ישנם לדיקור ולרפואת הצמחואים. בסין רואים באופן מסורתי בשימוש בצמחואים כמדע הנעלה ביותר, ואילו במערב ישנה העדפה תרבותית לדיקור, מסיבות שאינן קשורות ליעילות בהכרח.

כך למשל, ברובד העסקי. הדיקור והצמחואים נתפסים בקהילת הרפואה הסינית כ-'יותר רווחיים' מאשר עיסוי. כאשר אתה מעסה, ניתן לטפל רק באדם אחד בכל רגע נתון. כאשר אתה מדקר, ניתן לטפל בכמה אנשים בו-זמנית. כאשר אתה מחבר מרשמי צמחואים, לעיתים קרובות ניתן לראות שני מטופלים בשעה נתונה. באופן אישי, במרפאתי הפרטית, אני אינני אוהב לטפל בלמעלה משני אנשים במקביל, כאשר מדובר בטיפולים פרטיים (דהיינו, שאינם קהילתיים). כיוון שאני עצמי

הייתי מעדיף שלא יעסוק מרפא בסיוע לאנשים רבים במקביל בזמן שהוא מטפל בי, אינני עושה זו למטופלי שלי. אך אני מכבד גם את דרכם של מי שחושבים אחרת ממני. עליהם מנוי גם אחד ממורי האהובים, שיפו סטיבן ג'אקוביץ, אשר בשיא מקצועו, היה מטפל לעיתים במקביל בשבעה מטופלים שונים, בשבעה חדרים נפרדים, בסיוע עוזרים. חריג לעניין הוא סידור העבודה של 'המרפאה הקהילתית', בה מטופלים מספר אנשים בחדר גדול יחדיו, במקביל, במחיר מוזל.

עוד חשוב לחדד, כי הטווינא לא פחות מוצלחת או מתוחכמת מהדיקור והצמחואים. אך רבים בקהילת הרפואה הסינית מתייחסים אליה בכבוד פחות, משום שהעיסוי נתפס בטעות כ-'דני ולכן פשטני', ואילו זה הקשור בדיקור וצמחואים כיותר 'שכלתני'. על כן, עושים רבים במקצוע את ההבחנה שבין טווינא לדיקור וצמחואים, בדומה להבדלה שבין הפועלים עמלי הכפיים, לעובדי המשרדים במקצועות הדורשים השכלה רחבה. השוואה זו, אף שנדמית להגיונית במבט ראשון, אינה נכונה כלל. למעשה, הטווינא מביאה בחשבון חלק ניכר מהסיבירה של הדיקור והצמחאים, אך בנוסף להבנתה ויישומה של זו, דורשת עמלן⁵² וכושר גופניים גבוהים לשם יישומה המוצלח. העוסק בטווינא, אם כך, כמו גם העוסקים בכל שיטות העיסוי המסורתיות המזרחיות האחרות, הוא למעשה המרפא אשר עליו חלות הדרישות המשולבות הגבוהות ביותר, אם חפץ הוא לטפל בבעיות רפואיות מורכבות וסבוכות.

עיסוי הוא אפיק פרנסה שאינו קל לגוף ולנפש. משכך, רבים ממי שהוכשרו בו, אינם עוסקים בתחום לאחר לימודיהם. גם מי שבחרו לעשות זאת, רובם עוזבים המקצוע מסיבות שונות, ובראשן שחיקה, בתוך כחמש שנים. לכן, אף שבשיראל הוכשרו ככל הנראה עד זמננו עשרות אלפי אנשים בעיסוי מסורתי על כל סוגיו, בפועל אין מרביתם מתפרנסים ממנו. בהתבסס על מחקרי האיש, הערכת היא כי בישראל קיימים כיום, נכון לשנת 2026 לספירתם, בערך כ-1500 מטפלים העוסקים בטווינא, שיאצו ו-נואד בוראן. חלקם מטפלים ביותר משיטה אחת. מבין כל אלה, פחות מ-1000 הם מטפלי טווינא.

בשנים האחרונות היתה לטווינא ההזדמנות להוכיח עצמה בנסיבות בלתי-רגילות, במהלך מלחמת חרבות ברזל. באירוע לאומי מכונן זה, אשר נמשך על פני מספר שנים, קמו ועשו למען עמם, אלפי מתנדבים מתחומי הרפואה המזרחית. אני הייתי ועודני אחד מהם. במשך כל המלחמה, מתנדבים אזרחיים כמותי, ואותם אלפים אחרים, עמלו בטיפולם בתושבים וחייילים כאחד, בכדי לתמוך בעם ובצבא כמיטב יכולתנו. ככל שעבר הזמן, מספר המתנדבים פחת, עד כי בשלביה המאוחרים של המלחמה, היו מאיתנו פחות ממאה אשר פעילותם ההתנדבותית נמשכה באופן קבוע.

אופי ההתנדבות של מטפלי הטווינא ושאר ענפי הרפואה המזרחית במלחמה, היה מגוון למדי. בדרך כלל היינו מגיעים לבסיסים ומוצבים ברחבי הארץ, בתיאום מראש עם מפקדים מקומיים, ולאחר הבדיקות הבטחוניות הנדרשות. המיקומים

⁵² עמלן – גונגפו ('קונג פו'). מיומנות ברמה גבוהה הנרכשת בעשייה מתמשכת.

השתנו מדי יום או שבוע. ההגעה היתה עצמאית, או בהסעות שאירגנו אנו. את עלות הציוד, הדלק, ולעיתים גם הארוחות, וכיוצא באלה, שילמנו בעצמנו. במקרים רבים הנסיעה עצמה היתה מסוכנת, שכן עירבה מעבר בשטחי לחימה.

שם במוצבים או בבסיסים, היינו פורסים הציוד שהבאנו מביתנו או מרפאותינו, והתחלנו לטפל כראות עיננו ומיטב יכולתנו. המקרים הרפואיים היו מגוונים מאוד, ונעו בין כאבי שריר-שלד, בעיות מפרקים, מחלות פנימיות, מחלות עור, סוכרת, מחלות לב, ועוד. החיילים סבלו אמנם יותר מכל, מכאבים בגופם וצללות בנפשם, עקב מעורבותם בלחימה.

בשנה הראשונה למלחמה, התנאים היו קשים. אני ואחרים מצאנו עצמנו לפעמים מטפלים באנשים באוהלים דולפים בצפון הקר, או במדבריות בשמש הקופחת ללא מיזוג אוויר, כאשר לעיתים קרובות נורו פצצות מרגמה או טילים מקרב האויב, ונחתו בסמוך אלינו. פעמיים במהלך המלחמה, קיבתי הורעלה ממזון מקולקל שניתן לי בבסיסים שונים, ולכך היו השלכות מתמשכות על בריאותי. איש לא הבטיח את בטחוננו, והעשייה התבססה בעיקר על האמונה החזקה בשליחות ובצדקת הדרך.

תחושתם של המתנדבים תמיד היתה, כי המאמצים הצדיקו עצמם עד מאוד. הוקרת התודה של החיילים היתה אינסופית, וברכותיהם כלפי המטפלים ישבו בליבותינו לעד. להערכת, במלחמה נתבצעו יותר מכחצי מיליון טיפולים על-ידי מתנדבים, ואלה הפיחו חיים בליבותיהם של אנשי העם, והיו היבט מכריע של הבטחת הכשירות המבצעית שנדרשה על-מנת להביאנו לניצחון הסופי. עיקר עבודתנו היתה עם החיילים הקרביים, ואושרם מטיפולים אלה היה גדול. לעיתים קרובות אנו המתנדבים היינו היחידים אשר היו מסוגלים לפתור באופן סדיר ויסודי את קשייהם, ולאפשר להם לחזור מוכנים וחזקים לשדה הקרב.

בפרט חשוב לי לאזכר מתנדבת מסוימת, חברתי הטובה והמרפאת הותיקה, **דנה זיגדון**. אישה נפלאה זו ארגנה אירועי התנדבות רבים ומגוונים, אלפים שכאלה, וטיפלה בעצמה במעל 15,000 חיילים לאורך המלחמה. שמורות לאישה הנהדרת הזו זכויות גדולות של חסד על דרך הריפוי ואפשרו, וראויה היא לכל שבח. כללתי כמה מתמונותיה של דנה בפעילותה, בעמוד הבא.

אין לי ספק כי עבודתם הנאמנה של המתנדבים במלחמת חרבות הברזל, היתה ל-'נכס פרסומי' בלי-יתואר לרפואה הסינית המסורתית, ולרפואה 'המשלימה' בכללותה. הרושם המצוין שהותירו המתנדבים על מאות אלפי חיילים ואזרחים, הוביל בהכרח לשינוי לחיוב בתפיסת העם את מקצועותינו. מי שעוד לא נחשפו לשיטותינו, לרוב זכו לתצוגות תכלית מעשיות אשר שכנעו אותם מעבר לכל ספק, כי באמתחתנו כלים יעילים לפתרון מגוון רחב של בעיות בתחומי הגוף והנפש.



קדומייתו של העיסוי התאילנדי

עוד אחזור בהמשך פרק זה, לדיון נרחב מוסף בטווינא. אולם לעת עתה, נעשה לנו זמנית טיול מוסף ונהדר, לארץ ומסורת אחרת.

נואד בוראן גררע אדנ , העיסוי התאילנדי המסורתי, הוא מורשתם של אנשי אומת תאילנד. אני עשיתי עצמי שימוש באופנעות שמקורן ב-נואד בוראן עוד משנת 2022 לספירתם, ולמדתי חלק ניכר מאמנות זו בשנת 2026 לספירתם בתאילנד עצמה. את חשיפתי הראשונה לאמנות זו אני חב לחברתי הטובה, המרפאת המעולה דפנה בורנשטיין, אשר עודדה אותי משך שנים רבות להעמיק בחוכמתו של העיסוי התאילנדי, ולשלב בטיפולי.

מי שיתבוננו מקרוב יבחינו, כי התאילנדים דומים מאוד בנראותם ותרבותם לסִינים. גם העיסוי התאילנדי, יש לו קרבה משמעותית לטווינא, ובכך כל בר-דעת משכיל יוכל להבחין. אין זה מקרי! בפועל, באופן מוכח וחד-משמעי, אנשי תאילנד הם במידה רבה גם כן סִינים – אף אם לא יודו בכך, ובהתאם שיטות העיסוי שלהם חולקות ידע רב עם הטווינא. משום ש-נואד בוראן, לתפיסתי האישית, איננה אלא זרם מתוך הטווינא, קדומייתה ואופייה של שיטה זו יתוארו כאן, בפרק זה.

בתמונה: מחבר הספר, שיפו בלושטיין, מבצע אופנעה שמקורה ב-נואד בוראן, בטיפולו בחייל צה"ל, במהלך מלחמת חרבות הברזל. קיץ, שנת 2025 לספירתם, בסמוך לנהר הירדן, צפונית לכינרת. כבכל המלחמה, גם טיפול זה ניתן על-ידי בהתנדבות מלאה, ללא עלות.



מה הם אם כך מקורותיהם של התאילנדים, וכיצד הדבר שאמנות העיסוי שלהם למעשה סינית היא, לפרשנותי? ... על-מנת לענות על שאלות משמעותיות אלה, הבה נחזור בזמן לתקופות עתיקות יותר, ונפגוש בהן את אבותיהם של התאילנדים. בימי קדם, מחוזות רבים בדרום סין היו עצמאיים-למחיצה. הסינים של מחוזות יונאן, גואנשי, גוויג'ואו, ו-צפון ויאטנאם, קיימו ממלכות נפרדות לגמרי או למחיצה, משאר המְשְׁלִיטוּת הסינית; אך בו-בעת גם הוחשבו הם לחלק כללי מן האומה הסינית, ושילמו למְשְׁלִיטוּת מסים. אותם סִינִים שהתגוררו באזורים הללו בדרום סין, חלק ניכר מהם השתייך למיעוט עממי בשם 'תאי'

(傣, נהגה כ- Dǎi בסינית עכשווית). אותו מיעוט עממי מדרום סין, ה-תאי, החלו להגר בחלקם בהדרגה אל מחוץ לארצם המקורית, שכן קבוצת סִינִים אחרים, ממיעוט ה-האן, הפכו לעוצמתיים ביותר, והשתלטו בהדרגה על תחום המחיה של ה-תאי בדרום סין, בתהליך שארך מאות רבות של שנים. גלי ההגירה הראשונים של אנשי תאי אל המקום שנקרא כיום 'תאילנד', היו במאות ה-11 ו-8 לספירתם. כלומר, הסינים הראשונים בני תאי הגיעו לתאילנד בתקופת שלטונה של שושלת סונג (כאשר אָנְמוֹ כבר היתה נפוצה ומפותחת למדי). שם, בארץ הרחוקה מדרום-מערב לסין אליה היגרו, פגשו אנשי תאי הסינים את המקומיים, אנשי ה-חמר (Khmer) וה-מון (Mon), והחלו לסחור ולהתערבב עמם בכל הרובדים והמובנים. מעט מאוחר יותר, במאות ה-12 וה-13 לספירתם, החלו המונגולים מתקרבים לאזורי המחיה המקוריים של ה-תאי בסין, ולבסוף כבשו אותם, תוך הפלת שושלת ג'ין, אשר דעכה בהדרגה לאורך כמה עשורים, ונחרבה סופית בשנת 1279. הדבר הביא לנטישה המונית של בני תאי נוספים אל אותם אזורים שעתידיים היו להיחפך לתאילנד, אשר בהם כבר שכנו מזה זמן רב, רבים מאנשי עמם ותרבותם, שהגיעו לאזור בדורות הקודמים. אולם לא כולם עזבו, וכיום חלק ניכר מבני ה-תאי עדיין חיים בדרום סין, באזורים המקוריים.

אנשי תאי הביאו עמם מסין לתאילנד את ההתמחות בגידול יעיל של אורז, והדבר היה להם לייתרון אדיר בארץ חמה וגשומה זו. חקלאותם העשירה אותם מאוד ביחס למקומיים, ואיפשרה להם לשגשג, ולהגדיל ולהרחיב את שבטיהם. חלק מאזורי מחייתם החדשים הם כבשו בכוח, כלוחמים, ולאחרים התפשטו ללא קושי, משום שרוב השטח היה ריק מבני אדם. במהלך המאה ה-13 לספירתם, התאים כוננו את ממלכתם הגדולה הראשונה במולדתם החדשה, ולה נתנו את השם 'לאנה' (Lanna). מן אותה העת הפך שלטונם מתרחב ובלתי-מעורער, והם מעולם לא נכבשו כמדינה או אומה בידי זרים, עד ימינו.

חרף כך, רוב תרבותם של התאילנדים היא למעשה 'לא שלהם', אלא שאולה מן העמים הסובבים אותם. נואד בורָאן גַּרְעַנִּי לָטְנִי, העיסוי התאילנדי המסורתי, מבוסס על הלחם של רעיונות ומיומנויות ממספר מקורות ותרבויות. בתנועות ידיו המגוונות, ורבות מנקודות הלחיצה שבו, מבוסס הוא על רְפוּאָה סִינִית וטוֹיִינָא. ברבות מאופנועותיו המבוססות על מתיחות הגוף, וכן בְּסִיבְּרָה שלו על דרך פעולת גוף האדם והאמצעים לריפוי, קשור הוא באופן הדוק ליוגע ולרְפוּאָה ההודיות, בנוסף על ההשפעות הסיניות.

התאילנדים עצמם, אם תשאלו אותם, יאמרו לכם שרפואתם המסורתית, כולל העיסוי, יש לה קדומיה של מעל 2500 שנה. אני חושב שמדובר בייפוי של המציאות העובדתית. אין לי ספק כי הרפואה בתאילנדית קדמונית היא, גם אם קדמוניותה איננה תואמת את הסיפורים שהתאילנדים אוהבים לדקלם. כנראה שאיננה בעלת קדמוניות רציפה של מעל 2500 שנים, כפי שנאמר לתיירים ותלמידים מערביים שמגיעים לתאילנד. למצער, אין לנו הידע כיום, לאמוד ולתאר כיצד נראתה רפואה זו בדיוק לפני מאות או אלפי שנים. אך ישנם חלקיקי קדומיה של קורותיה של רפואה זו, המוכרים היטב, ועליהם אספר לכם. למשל, מתועד כי בשנת 1455 לספירתם, בהוראתו של מלך תאילנד, סווגו מחדש ההתמחויות ברפואה במדינה, והעיסוי המסורתי – נואד בוראן, קיבל מעמד רשמי כשיטה רפואית עצמאית.



בתמונה: מפה עכשווית של ממלכת תאילנד, ושכנותיה. הארץ המכונה במפה 'מיאנמאר', שמה העתיק יותר היה 'בורמה'. הביטוי במפה זו היטב. חשיבותה תתבהר בפסקאות הקרובות.

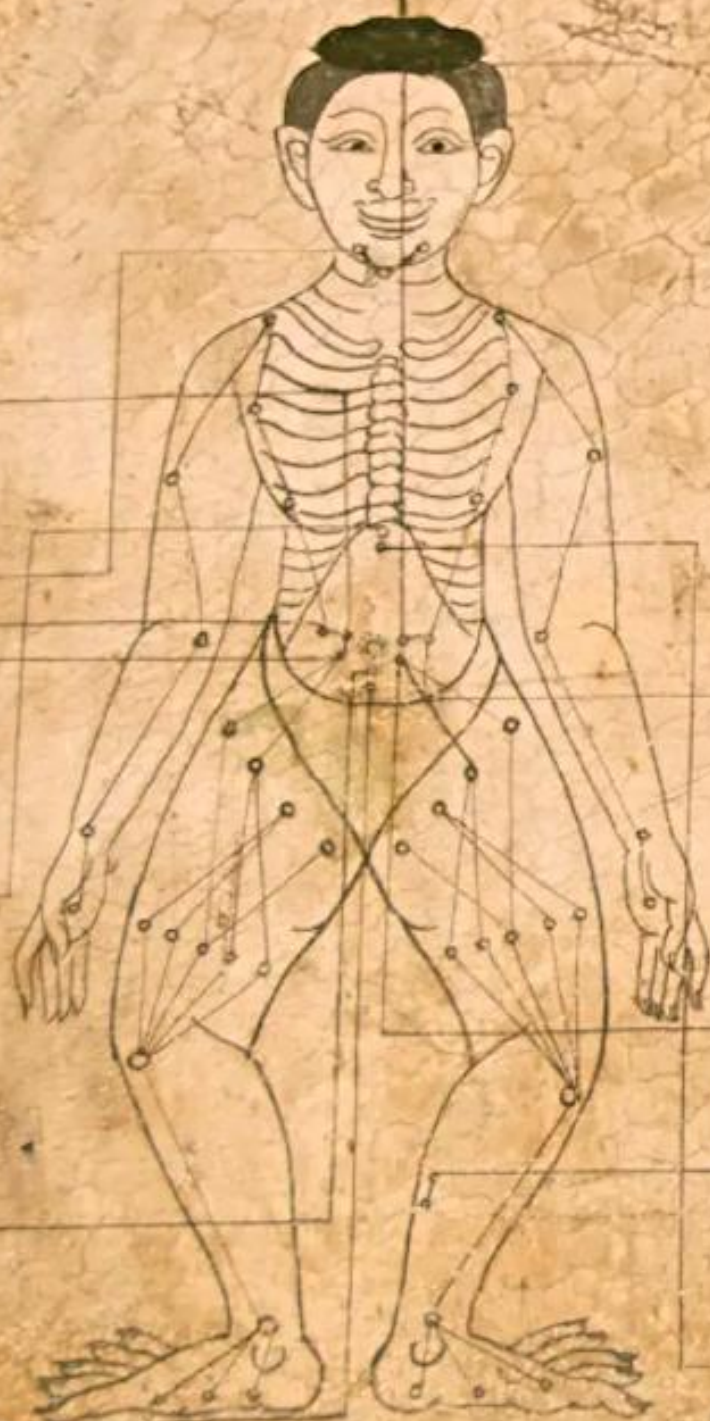
כמה מאות שנים לאחר שקיבלה הרפואה התאילנדית המסורתית הכרה ממשלתית רשמית, החל רצף של אסונות שפגע קשות בשיטה זו. הממלכה התאילנדית, שנקראה אז 'אֵיִתְאֵיה' (Ἀιθια), נכנסה לסחרור של עימותים צבאיים ומלחמות עם ממלכה מתחרה מארץ בורמה השכנה (כיום נקראת 'מיאנמאר'). בורמה מהווה אזור ענק מצפון-מערב לתאילנד, ומלכיה התוקפניים חמדו את שטחיהם של התאילנדים, אשר דמו לשלהם בהיבטים של תרבות, אקלים ושפה. במלחמות אלו בין התאילנדים לבורמזים, השתתפו במצטבר מאות אלפי חיילים משני הצדדים. הביטוי שוב במפה שבעמוד הקודם, ותוכלו לחזות בקרבה של ממלכות אלה – אֵיִתְאֵיה ו-בורמה (תאילנד ומיאנמאר), לשעבר אויבות מרות.

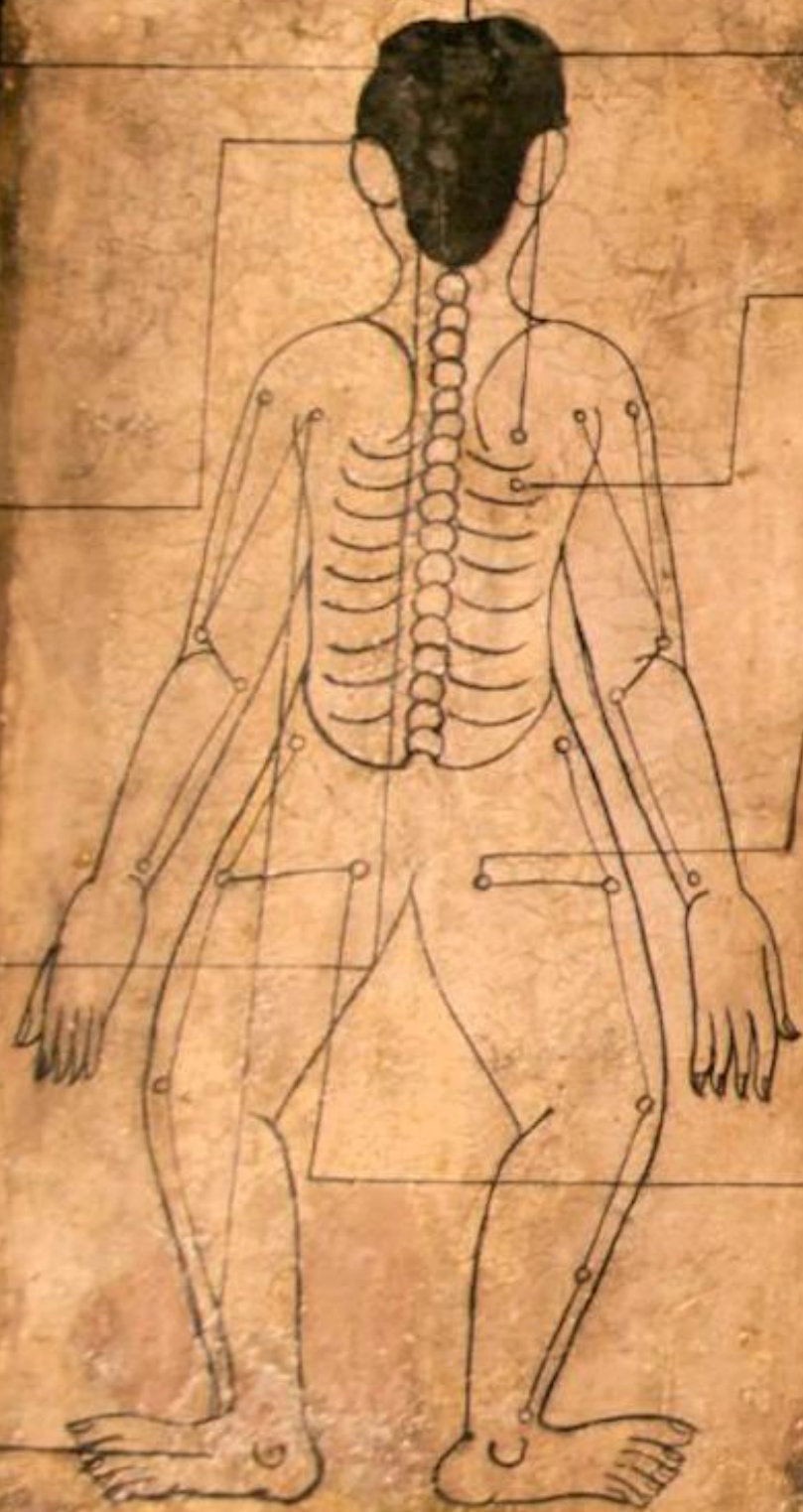
העימותים בין אֵיִתְאֵיה (תאילנד) ל-בורמה (מיאנמאר), החלו במאה ה-16 לספירתם, וביניהם היו הפוגות של כמה שנים עד כמה עשרות שנים. שיאם הגיע בשנת 1767 לספירתם, כאשר הצבא הבורמזי הרס ובזז את עיר הבירה התאילנדית, שגם נקראה אֵיִתְאֵיה, ואת הערים שסביבה. למרבה מזלם של התאילנדים, נאלצו הבורמזים לסגת זמן קצר לאחר מכן, על-מנת להפנות כוחותיהם להגנת ארצם מצבאות שושלת צ'ינג הסינית, אשר שאפה לכלותם. חיל המצב שהשאירו הבורמזים בתאילנד לא היה חזק דיו, והוכנע לבסוף ביד המקומיים, שהחזירו לעצמם השליטה בממלכתם.

במהלך מלחמות תאילנד-בורמה של אותם דורות, שרפו צבאות בורמה הפולשים, במכוון וגם בטעות, כמויות אדירות של נִכְתָּבִים רפואיים חיוניים. במקרים אחרים, הם גנבו נִכְתָּבִים שכאלה, ולקחו אותם בחזרה לבורמה בכדי לעשות בהם שימוש. בתוך כמה דורות, התאילנדים איבדו חלק ניכר מהידע הרפואי שלהם, אם על דרך השמדת וגניבת המסמכים שתיעדו אותו, או בשל מותם של אינספור רופאים בקרבות, רצח, לקיחה בשבי, רעב ומחלות. התוצאות העגומות היו ברורות וניכרות לתאילנדים, והם חפצו לתקן את המצב.

לפיכך, בשנת 1832 לספירתם, המלך התאילנדי ראָמָה השלישי, החליט לעשות מעשה. הוא הורה על שיפוצו של מקדש גדול בעיר בנגקוק, בשם 'וואט פו' (Wat Pho). באותו המקדש, מוסדה הוראתה של רפואה תאילנדית מסורתית. המלך הנחה את שריו ונתיניו לאסוף מכל רחבי ארצם, ידע וכתבי רפואה בעלי משמעות ותועלת. הם נאספו מידי רופאים, נזירים, מרפאים עממיים מן הכפרים, ואפילו משבויי מלחמה. לאחר שנעשתה ביקורת על איכות תכניהם של נִכְתָּבִים אלה, וסוננו מביניהם אלו שנראו כחשובים יותר, תכניהם ואיוריהם הועלו על הכתב בשנית, באמצעות חקיקה על לוחות שיש גדולים – 1440 קטעי חריטה בסך הכל, אשר הוצבו במקדש וואט פו, ועודם מצויים שם עד ימינו. התקווה, אשר התממשה, היתה כי לוחות השיש החרוטים במקדש וואט פו, יהיו יותר עמידים לאורך הדורות, ופחות מועדים לשריפה או בזיזה, ביחס לספרים.

בתמונות בעמודים הבאים: צילומים של איורי לוחות שיש במקדש וואט פו.





עֲשָׂנוֹן הַשִּׁמּוֹר שֶׁל הַיָּדַע הַרְפּוּאִי לֹא הָיָה מוֹשֵׁלִם, אוֹלָם⁵³. מֵה שֶׁהַצְלִיחוֹ לַתְּעַד בְּמִקְדָּשׁ עַל לֹחֹת הַשִּׁישׁ, וְהַסְפְּרִים שֶׁנִּשְׁאָרוּ, לֹא חִיפּוּ עַל אוֹבֵדֵן הַיָּדַע הָאֲדִיר מִן הַדּוֹרוֹת הַקּוֹדְמִים. כֵּן הָיוּ קִשְׁיִים מִשְׁמַעוֹתִיִּים עִם הַחֲרִיטָה עַל לֹחֹת הַשִּׁישׁ. חֲרִיטָה הִיא שִׁיטַת תִּיעוּד מוֹרֻכֶּבֶת, אוֹרֻכַת זְמַן רַב, וְאִינָה סִלְחָנִית לִטְעוּיֹת. אִם נַעֲשֶׂתָה טְעוֹת חֲרִיטָה עַל לֹחַ שִׁישׁ, צָרִיךְ לְהַשְׁלִיכוֹ וּלְהַתְחִיל לַעֲבֹד עַל אֶחָד חֹדֶשׁ בְּמִקְוָמוֹ. בְּשֵׁל קִשְׁיִים אֱלֹהִים, הַחֲרִיטָה עַל לֹחֹת הַשִּׁישׁ הִיָּתָה צְרִיכָה לִהְיוֹת תְּמַצִּיתִית וּפְשׁוּטָה. בְּכַתִּיבָה תְּמַצִּיתִית וּפְשׁוּטָה, לַעֲנִיּוֹת דַּעֲתִי לֹא יִכְלוּ הַתְּאִילָנָדִים לְהַסְבִּיר עֲצָמָם בְּמִידַת הַפִּירוּט הַרְצוּיָה דִּיה. כְּמוֹ כֵּן, נִיכָר הַקּוֹשִׁי שֶׁעָלָה בַּעֲדָם לַצִּיֵּר אֶת עֲרוּצֵי הָאֲנֶעָה בְּגוֹף הָאָדָם. חֲרִיטוֹת עַל שִׁישׁ מִסּוּבָב בִּיּוֹתֵר לַצִּיֵּר בְּמִדּוּק בְּקוּוֹים מִתְּפִלִּים. הַתּוֹצָאָה הִיָּתָה סִגְנוֹן אִיּוֹר בּוֹ הַקּוּוִים הִינָם יִשְׂרִים בַּעֲיָקֵר, מֵה שְׁחוּטָא לַצּוֹרֶתָם הָאֲמִיתִית בְּמַצִּיאוֹת. כְּמוֹ כֵּן, לְהַבְנִיתִי הָאִישִׁית, אוֹתָם עֲרוּצִים אֲשֶׁר אִיִּירוֹ הַתְּאִילָנָדִים, אֲשֶׁר מְבּוֹסְסִים עַל רַעֲיוֹנוֹת עֵתִיקִים מִן הַרְפּוּאָה הַהוֹדִית הַמְסוֹרֶתִית, אִינָם בְּהִכְרַח מְדוּיָקִים אוֹ נִכּוֹנִים. הָאוֹמָה הַסִּינִית, אֲשֶׁר הַצְלִיחָה לְמַקֵּם בְּצוּרָה מוֹפֶתִית אֶת מְסֻלּוֹי עֲרוּצִים אֱלֹהִים אֲלֵפִי שְׁנַיִם קוֹדֶם לָכֵן, עָשָׂתָה זֶה בְּדֶרֶךְ שֶׁל יָדַע אִמַת וּמַעֲשִׂים מוֹכַחִים, בְּהִתְאָם לְכָלִּי מְבִנָה הִיקוֹם עֲצָמוֹ, וְלֹא מִתּוֹךְ גַּחְמוֹת תְּרַבּוּתִיּוֹת אוֹ דִּתִּיּוֹת.

לְאוֹרֶךְ הַמָּאָה ה-19 לְסִפִּירָתָם, מַצְבָּה שֶׁל הַרְפּוּאָה הַתְּאִילָנָדִית הַמְשִׁיךְ לְהַשְׁתַּפֵּר. הַתְּפִתְחוֹת מִשְׁמַעוֹתִית לְרַעָה, אִירַעָה בְּתַחֲלִילַת הַמָּאָה ה-20 לְסִפִּירָתָם, אִז עָלָה לְשִׁלְטוֹן בְּתִאִילָנָד הַמֶּלֶךְ רֵאמָה הַשִּׁישִׁי, בְּשָׁנַת 1910. בְּנִיגוֹד לְמַלְכִּים הַקּוֹדְמִים מִמִּשְׁפַּחְתּוֹ (שׁוֹשֶׁלַת צ'אֶקְרִי), רֵאמָה הַשִּׁישִׁי הָיָה אָדָם חִלּוֹנִי, עִם חִיבָה מִיּוֹחַדַת לְתְּרַבּוּיּוֹת הָאֲרָצוֹת אֲנִגְלִיָּה וְצִרְפָּה. עוֹד הָיָה רֵאמָה הַשִּׁישִׁי בַּעַל שְׂאִיפּוֹת חִזְקוֹת לְהַכְחִיד הַהִשְׁפָּעוֹת הַדִּתִּיּוֹת הַחִזְקוֹת שֶׁתְּמִיד הָיוּ בְּמַמְלַכְתּוֹ, עוֹד מִיָּמֵי קֶדֶם. לְפִיכָךְ, הַמֶּלֶךְ הַנַּחֲלִיל תְּנוּעָה תְּרַבּוּתִית לְאוֹמִית, שֶׁחֲתָרָה לֹא בְּלִבָּד לְסַלֵּק אֶת הַדֵּת מִמוֹסְדוֹת הַצִּיּוֹר, אֲלֹא גַם לְהַחֲלִיף נִדְבָכִים רַבִּים נוֹסְפִים שֶׁל הַמְסוֹרֶת הַתְּאִילָנָדִית, בְּהִיבְטִים תְּרַבּוּתִיִּים מִן אֲרָצוֹת הַמַּעֲרָב, וּבְכָלֵל זֶה זְרוּעוֹת הַמַּדַּע הַמַּעֲרָבִי לְמִנְיָהֵן. דּוּמָה הִיָּה רֵאמָה הַשִּׁישִׁי בְּמוֹבֵן זֶה לְבֶן-דּוֹרוֹ, מוֹסְטַפָּא כְּמַאֵל אֲטַאטוֹרֻק, שֶׁהִיָּה רוֹדֵן טוֹרְקִיָה, גַּם כֵּן בְּאוֹתֵן הַשְּׁנַיִם. כֵּן בְּהַחֲלֵט נִיתֵן לְרִאוֹת בְּרִצּוֹנוֹתָיו שֶׁל רֵאמָה הַשִּׁישִׁי בְּהַקְשֵׁר זֶה, קוּוִי דְּמִיּוֹן בְּרוּרִים לְמָה שֶׁחֲפָצוֹ לַעֲשׂוֹת מְנַהִיגִים סִינִים מְאוֹתָה הַתְּקוּפָה גַּם כֵּן.

בֵּין מַעֲשֵׂיו הַבּוֹלְטִים שֶׁל רֵאמָה הַשִּׁישִׁי, הָיוּ בִּיטוֹל הַשְּׁפַעַת הַדֵּת בְּתַחוּמִים רַבִּים שֶׁל הַמִּשְׁפָּט הַתְּאִילָנָדִית, כְּפִיִּית טִיפּוֹלִים רְפּוּאִיִּים כְּגוֹן חִיסוּנִים, חִיּוֹב כָּל אָדָם בְּתִאִילָנָד לְקַחַת עַל עֲצָמוֹ שֵׁם מִשְׁפָּחָה, וְאִימוּץ לֹחַ הַשְּׁנָה הַמַּעֲרָבִי. עוֹד הַגְדִּיל לְהַקִּים צְבָא חֹדֶשׁ, שֶׁסֵּר לְמִרוֹתוֹ בְּלִבָּד, וְעִירַב אֶת כּוֹחוֹתָיו הַלּוֹחֲמִים בְּעִימּוֹתֵם מַעֲבֵר לְגַבּוּלוֹת מַמְלַכְתּוֹ.

⁵³ עֲשָׂנוֹן - פְּרוּיָקְט. | אֲנֶעָה - אֲנֶרְגִּיָה.

אף שהיה אדם משכיל מאוד ובעל חזון, גישתו הדורסנית של ראמה השישי כלפי המסורת, הציבה אותו בקו עימות ישיר עם הרפואה התאילנדית, ובכלל זה נואד בוראן. התאילנדים לא ששו לאמץ את הרפואה המערבית, משום שרפואתם המסורתית שירתה אותם נאמנה משך מאות שנים. בין אם צדקו או שלא בהתנגדותם ליוזמות המלך, היו לבני העם התאילנדי סיבות טובות לחשוך ברפואה שמקורותיה זרים, ובמיוחד בממשלה אשר ניסתה לכפות עליהם את 'שירותי הרפואה' הללו, "לטובתם". הרי שכפי שכל קורא חכם ובעל ניסיון חיים יודע, אין טבעם של צדיקים וחסידיים לנסות ולכפות טיפולים רפואיים על הזולת באיומים או בכוח הזרוע. בהתאם, התאילנדים ברובם דחו תחילה את אימוץ הרפואה המערבית, ולעיתים קרובות סירבו להתחסן בהזרקה למגוון מחלות כפי שדרש המלך. בתגובה, ראמה השישי החליט לאסור על טיפולים ברפואה מסורתית, וסגר את המגבהות שלימדו אותה, כולל אלו שהתמחו ב-נואד בוראן.

ייתכן ובמידה והיה ראמה השישי מאריך ימים, תת-פרק זה לא היה נכתב כלל. מעשיו היו, אחרי הכל, מהלומת-מוות למרבית הרפואה המסורתית בתאילנד. אך לרוע מזלו, נפטר המלך ממחלה קשה ומתמשכת, ושלטונו הגיע לסופו לאחר כ-15 שנים רצופות, בשנת 1925. זמן לא רב מעת שנקבר המלך, חזרו התאילנדים לתרגול את הרפואה המסורתית, ובכללה נואד בוראן, אשר לא נעלמו לגמרי, גם אם נחלשו מאוד. אך בשל אובדן המוסדות והיורקה של רפואה זו, שיקומה לקח מעל למאה שנים, ועודו מתרחש כיום.

מעל עשור של רודנות בציווי המלך, הביאו לכך שידע רפואי הפסיק לעבור הלאה, ומי שויתרו על הוראת ותרגול הרפואה המסורתית, רובם חששו לחזור אליהם. ספרים נשרפו, מילים נשכחו, והיה קשה לאתר מי שילמדו את הדורות הבאים. בשל כך, חלק ניכר מן הרפואה התאילנדית המסורתית שוחזר מנוכתבים עתיקים (לכאורה), ומתיעודי חריטות השיש במקדש וואט פו, במהלך המאה ה-20 לספירתם, לאחר מותו של ראמה השישי.

מאמצי השיקום התרחשו בין השאר בעיר צ'יאנג מאי, אשר גם חיי שלי נקשרו בה בהמשך. בשנת 1962, מורה בשם סינת'ורן צ'איצ'אקאן הקים את בית הספר להוראת נואד בוראן בבית החולים הישן בצ'יאנג מאי, לאחר שלמד את האמנות במקדש וואט פו בבנגקוק (היכן שמצוי התיעוד בחריטות השיש). במהלך שני עשורים של הוראה בצ'יאנג מאי, החלו אנשים בהדרגה להתעניין שוב, עוד ועוד, בלמידת המקצוע. בהינתן שלאמנות לא היה כל פרסום מאורגן, ניתן לומר שההצלחה היתה רבה, משום שאפילו זרים שאינם תאילנדים, החלו מבקרים מדי פעם בצ'יאנג מאי במטרה ללמוד שם עיסוי. אז חשו מורים מקומיים בהדרגה, כי הגיעה גם השעה לבסס בנואד בוראן חומר לימוד אחיד.

ישנו תיעוד לכך כי אסדרת חומר הלימוד של נואד בוראן – העיסוי התאילנדי המסורתי, נעשתה בעיקר בשנות ה-80 של המאה ה-20 לספירתם, על ידי אנשים כמו המייסד שאזכרתי קודם, ומורה מפורסם נוסף בשם פיצ'ט בונטומה. כלומר, אסדרת חומר הלימוד הנפוץ של אמנות זו, התרחשה רק כמה עשורים בודדים טרם הועלה על הכתב ספר זה. אסדרה זו של חומר הלימוד בוצעה תחילה בעיקר בצפון תאילנד, באזור העיר הצפונית צ'יאנג מאי, בין השאר ב-'בית החולים הישן'. מאוחר יותר, מבנה עכשווי זה של חומר הלימוד הפך לדרך הנפוצה ביותר לתרגול ויישום נואד בוראן ברחבי תאילנד, כולל בדרום המדינה, באישור ועידוד הממשלה. מן האנשים הבולטים ביצירה ועיצוב חומר הלימוד של נואד בוראן בשנות ה-90 של המאה ה-20 לספירתם ובמהלך תחילת המאה ה-21, היו האשפן צ'ונגקול סטאקורן (ג'ון John), וביתו צ'ולאלאק סטאקורן (קייט Kate), מהם למדתי האמנות בשנת 2026.

כל אלה מייצגים בעיקר את 'הזרם הצפוני' של העיסוי התאילנדי. בו-בעת ישנו גם זרם מקביל ו-'מתחרה', מדרום תאילנד, אשר נפוץ יותר בסביבת עיר הבירה בנגקוק.

הזרם הצפוני, אותו למדתי, משקף את האופי הנינוח והרגוע של אנשי צפון הממלכה התאילנדית. הטיפולים ארוכים יותר. קצב העיסוי איטי למדי רוב הזמן. דגש גדול מושם על מתיחות הגוף, וזוהי עיקר העשייה. כמות נקודות הדיקור אשר בשימוש אינו גדול, ולעיתים קרובות מתעלמים מהן. דגש גדול יותר מושם על מרגוע ונינוחות המטופל, ופחות על פתרונותיהן היעילים של בעיות רפואיות. הלחץ על גוף המטופל נותן להיות חלש עד מתון, עם חריגים מדי פעם. ישנה השפעה מתונה מן הרפואה ההודית המסורתית (איורוודה). לעיתים נעשה השימוש בכלים, כגון טוק סן – אביזרי עץ לטפיחה על הגוף, או כדורי בד מחוממים מלאים בצמחואים הנלחצים כנגד גוף המטופל. התאילנדים מכניסים לתרגולו של הזרם הצפוני השפעות דתיות מגוונות מן הבונדהנות והבהאנות (אותן אני מבקר, להן אני מתנגד, ובעניינן אדון בהמשך פרק זה).

בזרם הדרומי הגישה שונה, ומקושרת תרבותית לאופי הפעלתני יותר של יושבי ערי הדרום, כגון הבירה בנגקוק. קצב העבודה תזזיתי ומהיר יותר, ונוטה למלא ולהמריץ את המטופלים. הלחץ על גוף המטופל יותר עוצמתי, בממוצע. השימוש בנקודות דיקור נרחב, וכולל גם הרבה נקודות ייחודיות לעיסוי שאין בשימוש בטיפול דיקור של הרפואה הסינית המסורתית. ההשפעה של הרפואה הסינית המסורתית יותר חזקה בזרם זה.

אני סבור שהעיסוי התאילנדי הצפוני, ביחס לרצוי והנדרש במדינת ישראל, הוא איטי מדי ברוב המקרים, לא נותן דגש מספק לפתרונות של בעיות רפואיות, ויש בו השפעות פסולות שמקורן בעבודת אלילים. לכן אני עצמי משתמש בידע מן הזרם הצפוני, אך מיישם אותו בתוך הטווינא שלי בגישה הרבה יותר קרובה לזרם הדרומי, תוך ניקוי המלא מכל השפעה דתית של עבודה זרה. על כך ארחיב בהמשך.

חלק מהמתרגלים את הזרם הדרומי של נוֹאֹד בּוֹרָאן, אמנותם נקראת גם ראג' סאם נאק – 'עיסוי מלכותי'. זוהי הגישה לעיסוייהם של אנשי משפחת המלוכה, ואצילים אחרים. קְדוּמִית, בזרם ראג' סאם נאק נדרשה זהירות מופלגת בכבודם וזניעותם של אנשים שכאלה, מן המעמדות החברתיים הגבוהים, בכדי שלא יזעמו על המעסה ויזממו לפגוע בו. כך לדוגמא, חל האיסור התרבותי לגעת בזמן עיסוי במטופל עם המרפקים, הברכיים או כפות הרגליים, כאשר מטפלים במלוכה ובאצילים. רק כפות הידיים והאגודלים הותרו לשימוש בטיפול בהם. משכך, הזרם הדרומי של 'העיסוי המלכותי' מדגיש ריחוק גופני יחסי של המעסה מן המטופל, ומסתמך יותר על נקודות לחיצה מאשר על מתיחות הגוף בתנוחות גדולות ופתוחות.

כמובן שכל התיאורים הללו על "זרם כזה וזרם אחר", חוטאים למציאות העובדתית. בפועל, בעוד שחלק ניכר מהתאילנדים נצמדים ל-"זרם" מסוים כפי שתואר, ישנו גם אחוז מכובד מבין המטפלים שמשלבים כמה גישות, כולל כאלה שלא תוארו כאן.

בשני העשורים האחרונים, זוכה נוֹאֹד בּוֹרָאן לעדנה תרבותית משמעותית, בתאילנד וברחבי העולם. הממשלה התאילנדית החליטה להעצים את מעמדו, ובמקביל להכיר גם ברפואות מסורתיות מאזורי הכפר. מיליוני התיירים הפוקדים את תאילנד מדי שנה, 'גילו' את העיסוי המקומי, וזה הפך לאחד מתחביביהם המרכזיים בביקוריהם. כיום בתאילנד ישנם כמעט 20,000 מכוני עיסוי, מביניהם חלקם מסורתיים ואחרים... פחות. במקביל, אלפי זרים למדו את השיטה, ברמות שונות של התמקצעות, והחלו מייבאים אותה לארצם. אף בישראל ישנם, להערכתי הזהירה, כמה מאות אנשים המטפלים ב-נוֹאֹד בּוֹרָאן, כולל כמות נאה של תאילנדים העושים זאת למחייתם, במיוחד בעיר תל-אביב.



בתמונה: חברי ועמיתי, תומר מסורי, מטפל בהתנדבות בחיילת, במהלך מלחמת חרבות הברזל. אופנעת המינוף בה תומר משתמש, משותפת לטווינא ול-נואד בוראן. מלבד היותו מתנדב מסור ורב-פעלים משך כל המלחמה, תומר הוא גם מרפא מוסמך ובכיר בטווינא, שיאצו ו-נואד בוראן, מזה שנים רבות. בכוחות עצמו טיפל במלחמה במאות חיילים, וארגן אירועי התנדבות רבים שבהם טופלו עוד אלפים במצטבר.

ככלל, ישנן שלוש רמות של למידת נואד בוראן בתאילנד כיום:

🌀 **הרמה הראשונה** היא זו של מכללות המציעות מסלולונים מזדמנים, אשר אורכם נע בין יומיים לשלושה חודשים. לימודים שכאלה מכוונים בעיקר כלפי זרים המבקרים בתאילנד, או תאילנדים החפצים בהבנה בסיסית של התחום בכדי לעסוק בתעשיית התיירות.

אזרחי תאילנד יכולים ללמוד מסלולונים מן הרמה הראשונה בחינם, במוסדות חינוך ממשלתיים, עד לרמת הסמכה של 150 שעות. למידה שכזו תאפשר לאדם תאילנדי לקבל תעודה שתאפשר לו לעבוד במכון עיסוי, 'לצרכי בריאות' – דהיינו לפנאי ותענוגות, אך לא לשם מתן טיפול רפואי.

זרים המבקרים בתאילנד צריכים לשלם על הלימודים, אך גם יכולים ללמוד יותר שעות. אני עצמי למדתי את העיסוי התאילנדי ברמה זו הראשונה, במסלול הכשרת מורים של כ-500 שעות. אולם במקרה שלי, אותן 500 שעות הצטרפו למעל 10,000 שעות של הכשרה ועיסוק ברפואה סינית מסורתית, שכבר היו לי לפני כן, אשר כללו ידע ויישום טווינא.

🌀 **הרמה השנייה** היא של לימוד עיסוי תאילנדי מסורתי רפואי (נואד ראק סא), ואלו הם לימודים שאורכים שנתיים, בדומה ללימודי טווינא או שיאצו בישראל, ודורשים מִיָּדָל של 800 שעות לימוד⁵⁴.

🌀 **הרמה השלישית** היא של לימודי רפואה תאילנדית מסורתית, הכוללים בתוכם את נואד בוראן, אשר אורכים כארבע שנים, ויש הפורסים אותם על פני תקופה ארוכה יותר. אלה יכולים לארוך מעל 3500 שעות. זהו מסלול דומה ללימודי הרפואה הסינית המסורתית בישראל.

בתאילנד של ימינו, פעילות גם מחלקות לרפואה מסורתית בבתי חולים רבים. המטפלים בהן סיימו לימודים של ארבע שנים לפחות, הכוללים גם ידיעת צמחואים, ונושאים ברפואה מערבית. מבין מי שסיימו לימודים מקיפים שכאלה, חלקם בוחרים להתמחות ברפואת יולדות מסורתית, הכוללת סיוע בלידה עצמה, ותמיכה בריאותית באם ובילוד לאחריה (טיפולים שכאלה הינם מאוד קוֹבְלִיִּים בימינו).

כיום, חוקי העבודה בתאילנד נוקשים, והתרבות המקומית כופה דרישות מסוימות שאינן מצויות במדינות אחרות. אסור להעסיק מעסים מעל ל-8 שעות ביום, מבלי שהסכימו לכך מחדש בכל יום עבודה נתון. אם הסכימו, יקבלו פי 1.5 משכרם הרגיל, בשעות העבודה הנוספות. עוד חל איסור על מי שאינו אזרח תאילנד, לעבוד כמעסה בממלכה. איסור זה הוא חלק מחוק שמגן על מגוון מקצועות מקומיים מפני 'השתלטות' של זרים עליהם.

⁵⁴ מִיָּדָל – מינימום (ההיפך מ-'מירב').

הלימודים שתיארתי עד כה, הם במסגרת 'המוסדות הרשמיים'. אולם ברפואה הסינית וב-נואד בוראן שתייהן, מתקיימים גם לימודים רבים שאינם במוסדות רשמיים, אלא 'בְּקֶרֶב אנשי העם'. מי שכבר השלימו לימודי תעודה מקובלים, וגם כאלה אשר הינם 'מחוץ למערכת', לעיתים קרובות מוצאים להם מורים המלמדים באופן פרטי, או בקבוצות קטנות, אשר גישתם יותר מרחיבה ומעמיקה, או פשוט שונה, מזו הנפוצה בקרב מרבית המטפלים. מורים מרפאים שכאלה, 'מְקֶרֶב העם', בסין ובתאילנד כאחד, נוטים לנסות שלא להתבלט יתר על המידה. בדרך כלל ההגעה ללמידה אצלם היא על דרך השמועה, ויש מהם שלא יקבלו תלמידים ללא המלצות.

בעבר היה מקובל שלא לטפל ב-נואד בוראן במקומות פומביים. הסיבה לכך היתה צניעות, כמו גם החשש שאנשים לא מנוסים ינסו לחקות אופֶּנְעוֹת מסוכנות. כיום אמנם גם אנשים תאילנדיים מסורתיים מטפלים לעיתים קרובות בפומבי, ואף מצלמים עצמם עושים זאת. ניכר כי חשיפתם של התאילנדים למרשתת, וצורכם לשווק את אמנותם, הביאו לשינויים בחלק מתפיסותיהם את מסורותיהם.

אתגר חדש שצץ לנואד בוראן בדורנו, הוא 'חסי הציבור' שלו אל מול הזרים המבקרים בתאילנד. לצערם של מרבית המקומיים, מדינתם התפרסמה ברחבי העולם בשל תעשיית הזנות המפותחת מאוד אשר בה. הזנות בתאילנד היא ענף מרכזי בכלכלה המקומית, ומהווה את אחד 'התמריצים' המשמעותיים עבור תיירים לפקוד מדינה זו.

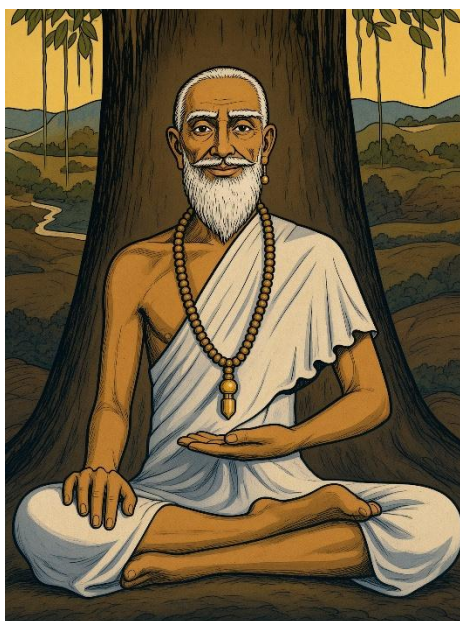
לפרשנותי, הזנות בתאילנד קשורה מהותית בחינוך התאילנדי המסורתי, המוכתב על-ידי בתי המלוכה לדורותיהם. מזה מאות שנים, התאילנדים לומדים מילדותם, בעידוד המלוכה, אוסף של 'תכונות רצויות': ציות, ריצוי, שירות, הכלה, נעימות, דיקנות, חשאינות, צניעות, כבוד, שקט, קשיבות, נאמנות לאדוניהם, רתיעה מעימותים, ונכונות להיענות מהר לצרכי הזולת. כל אלו, באיזון סביר, עשויות להיות תכונות חיוביות באדם. אך חיבורן של תכונות אלה יחדיו, עושה האדם למצוין בגישתו כנותן נאמן למלכו, וזו הסיבה שהחינוך התאילנדי המסורתי מעודד את הטמעתן, במיוחד בקרב נשים. בו-בעת, אלו הן גם התכונות הנדרשות, כמקשה אחת, מאישה הבוחרת או שנכפה עליה לעבוד כנותנת שירותי מין. כך יוצא ונוצר מצב בו נשים רבות בתאילנד, יש להן מלכתחילה את אסופת נטיות האופי או ההתנהגות התואמת את צרכי תעשיית המין, והן במישרין או בעקיפין עוברות 'התאמה' לגישה שכזו מילדותן. כאשר נסיבות שכאלה פוגשות עוני מכפיר, הנפוץ ברחבי הממלכה, נוצר כר פורה לתעשיית הזנות לשגשג בו. אינספור נשים עניות, ולעיתים גם גברים, מנוצלים על דרך החטיפה והכליאה, או מתן פרנסה זניחה והבטחות שווא; אחרים 'בוחרים' מרצונם באפיק הפרנסה המיני ככלי הישרדותי. מעטות מאוד הן הנהנות מהמקצוע, ושהיו ממשיכות בו לו היתה להן אפשרות אחרת. חרף הקשיים החברתיים, זו תעשייה חזקה מאוד, הנטועה עמוק בתרבות המקומית.

לעיתים קרובות, בתי הבושת משלבים בעיסוקיהם עיסוי – לפעמים מסורתי, ולפעמים כשירות פשטני ולא מקצועי אשר מהווה עוד דוֹשָׁן⁵⁵ להבאת לקוחות. בשל מציאות מורכבת זו, העוסקים ב-נוֹאֵד בּוֹרְאָן בתאילנד, נאלצים להתמודד עם תדמית הקושרת בין עיסוי לשירותי מין – ייצוג תרבותי אשר הם לא בחרו, ובו אינם מעוניינים. לקושי זה טרם נמצאו פתרונות יעילים. הממשלה איננה מעוניינת בחיסולו של ענף הזנות הרווחי והאהוב על התיירים, וגם התאילנדים אשר אינם חשים בנוח עם מחיקתו של תחום זה, בהיותם מלאים לרוב בחמלה כלפי העוסקות והעוסקים במקצוע, ולא היו שמחים אם אלו היו רעבות ללחם. הפיתרון אשר משתדלים מובילי הדעה של נוֹאֵד בּוֹרְאָן לממש, הוא ניסיון לבדל את העיסוי המסורתי ומאפייניו, מן העוסקים בעיסוי ממניעים 'שאינם טהורים'.

בעוד שבתעשיית העיסוי לתיירים ישנו קושי עם 'חסי הציבור', בהוראת העיסוי לזרים המצב שונה לחלוטין. ראוי לציין לטובה את אופיים הנעים והנינוח של התאילנדים בכלל, ובפרט באשר להוראתם של זרים במסורותיהם. בכל אומה ותרבות ישנם אנשים רעים ובלתי-נעימים. אך אלו בפירוש ובבירור פחות נפוצים בתאילנד, לפחות בכל הנוגע להתנהלות אל מול זרים. המבקר בתאילנד, כל עוד מכבד הוא את התרבות המקומית, זוכה לרוב ליחס מאוד מכובד, סובלני ומכיל. הדבר עוד יותר נפוץ ומובהק במדרשות לעיסוי. התאילנדים חפצים מאוד בהפצת תרבותם בקרב עמי העולם, וחשים גאווה כאשר זרים מבקשים ללמוד מהם. במדינות אחרות, אדם זר שמגיע ללימודים, מנסים בעיקר להתקילו באמצעות מבחנים, קשיים פקידניים, ואי-נכונות להנגיש לו את מאפייני התרבות המקומית. התאילנדים לעומת זאת, רצונם הכנה הוא שזרים יצליחו להבינם, להתחבר באופן מוצלח לתרבותם, ולהנות ממה שיש לה להציע. מבחינת התאילנדים, הצלחתם לייצר חיבור והנאה עם הזולת, ובמיוחד הזרים המבקרים בארצם, היא מטרה יותר חשובה מאשר השאלה האם אדם מצליח להוכיח דבר-מה. המיקוד של התרבות התאילנדית הוא אפוא בחוויה החברתית, ובנועמה שבין בני אדם, ולא בצורך להוכיח דבר כלשהו או לנצח את הזולת. משכך, לימודי העיסוי בתאילנד, גם אם כוללים הם אתגרים, מרגישים לאדם הזר ככאלה שאינם מלחיצים או מפחידים. יש רבות שנוכל אנו, הישראלים, ללמוד מגישה זו.

בכל מקום בו מצוי העיסוי התאילנדי, נמצאות גם הדתות המקומיות ופולחן, כמו גם פולחן האישיות של בית המלוכה, ובמיוחד במוסדות ההוראה של תחום זה. תמונותיהם וצלמיהם של הרופא שִׁינְוֶאגוּ, של מלך תאילנד, וישויות אחרות, נעבדים בכל יום בידי מרפאים ב-נוֹאֵד בּוֹרְאָן, אל מול קהלים, ואף תוך שכנוע זרים להשתתף בדבר. שמותיהם של ערוצים אֶנְעֵתִיִּים ועקרונות רְפוּאָה, כמו גם הסברים אודות גוף האדם, נקשרו במכוון לאלים מן הבּוֹדֵהֶנִּית והבֶּרְהַמָּנִית, ורעיונות דתיים השזורים במהותן. מדוע וכיצד? ומהן ההשלכות לכך?

⁵⁵ דוֹשָׁן ('דוחה ומושך') – מגנט. | נועמה – הרמוניה.



התאילנדים הם עם אשר רובו מנוי על דת הבודהיזם... לכאורה. בפועל בתפיסתם הדתית, רבים מהם משלבים את הבודהיזם עם פולחן אלילי נרחב שמקורו בבהמנות (Hinduism) – הדת ההודית הנפוצה ביותר, אשר בה אלים וצלמים רבים. התאילנדים אוהבים לספר לזרים, כמו גם לעצמם, כי מייסד שיטותיהם הרפואיות כולן הוא אחד מאותם צלמים: שיוואגה קומאר באצ'ה, המוכר יותר בכינויו המקוצר: "הדורשן שיוואגו" ⁵⁶, או 'שיוואגו'. את תמונתו ניתן לראות כאן משמאל. הסיבה לייחוס כלל הרפואה התאילנדית לדמותו של שיוואגו, היא העובדה שהיה הוא רופאו ותלמידו של הגאופטאמה בודהא, מייסד דת הבודהיזם. קביעה זו כמובן, לוקה בהטייה על רקע חיבה לפולחן אבות מופרז. אין בפועל שום הוכחה, תיעוד

או אפילו שושלת רציפה רשומה של שמות רופאים מזמנו של שיוואגו ועד ימינו. בניגוד למצב בסין, אין התאילנדים יכולים באמת להדגים את הקשר של רפואתם לדמות כה עתיקה, שחיה לפני מעל ל-2500 שנים. עובדות אלה אינן מפריעות לתאילנדים כלל, וכדרך קבע תוכלו למצוא מזבחים ל-שיוואגו בכל אחד מבתי הספר להוראת נושא בוראן, וברוב מכוני העיסוי בתאילנד. דמותו של שיוואגו מופיעה על המזבחים כפסל – צלם פולחן. על מזבחים אלה מתבצעת הקטרה, ומוצעות מנחות בדמות פירות בוסר, אשר לאחר זמן מה נאכלים בידי אנשי המקום משהבשילו, כאשר אלה מאמינים שהללו בורכו בידי שיוואגו. יש הרואים בדמותו אל, ואחרים מתייחסים אליו בתור "מורה גדול אשר מכובד אף בידי האלים". מרפאים תאילנדים מסורתיים פונים אליו בתפילות בתחילת טיפוליהם.

בתמונה: שיוואגו, אדם הקדוש לתאילנדים העוסקים ברפואה מסורתית. בפועל, היה הוא אדם הודי, שמעולם לא ביקר בתאילנד, וספק אם הכיר את אנשיה. דמותו כפי שנואית בתמונה זו, מצויה בכל רחבי תאילנד, ונמכרת בצורת ציורים, הדפסים, פסלים, תליונות, ועוד. אולם סביר שלא כך באמת נראה בימי חייו. זהו איור מסורתי-דמיוני, בדומה לאיוריהם של ה-גאופטאמה בודהא ושל ישו הנוצרי אשר, נתבדו מאות שנים לאחר מותם. דהיינו שגם פולחן צלמו של שיוואגו, נעשה כלפי איור שאינו בדמותו האמיתית.

⁵⁶ חשוב שלא לבלבל את דמות הרופא ההודי הקדום 'שיוואגו', עם הספר העילתי הרוסי, וסרט הקולנוע האמריקני שנוצר בהתבסס עליו, ששמו 'הדורשן שיוואגו' (Doctor Zhivago), ועלילתם אינה קשורה בהודו, תאילנד, או בבודהיזם.

בדומה לאופן שבו הנצרות היא נגזרת של היהדות, גם הבוֹדְהָנוּת היא נגזרת של הַבְּרֵהֶמְנוּת (Hinduism). השם שִׁינְוַאגוּ משקף זאת היטב, כנגזרת מילולית של השם 'האדון שִׁינְוַה' (Shivaji), אשר הינו 'אל ההרס, הזמן והרפואה (כולל יוגע)' – אחד האלים המרכזיים והעוצמתיים ביותר בדת הַבְּרֵהֶמְנוּת. יש ביבשת אסיה בנוסף, מיליוני אנשים רבים אשר מייחסים לִשִׁינְוַה המעמד של 'האל העליון ביותר'. דעתי נחה כי הפולחן ל-'רופא שִׁינְוַאגוּ' בתאילנד, אינו אלא התאמה מקומית ודתית של הפולחן הַבְּרֵהֶמְנוּת הקדום לאל שִׁינְוַה, ולגישה הַבְּוֹדְהָנוּת שנגזרה ממנו. רמז נוסף לקשר הדוק זה, אנו רואים בטקסי הענקת תעודות בחלק ממדרשות הוראות נוֹאֵד בּוֹרָאן. כחלק מאותם טקסים, עונדים על צוואר התלמיד המסיים לימודים שרשרת פרחים, ועל מצחו מורחים סימן לבן בין שתי גבותיו (בגובה המשוך לעוֹגְלָה השישית – קשר לעין השלישית) ⁵⁷. המעשה כמעט זהה לטקס ה-טִילָאקָה (Tilaka) הנהוג בדת הַבְּרֵהֶמְנוּת. דוגמא נוספת לכך שהתאילנדים אינם בּוֹדְהָנִים 'טהורים' אלא בְּרֵהֶמְנִים מעורבים, היא זו: רבים מהם מאמינים שיש רוחות וישויות אשר חיות בתוך מדרגות הסף בכניסה למקדשים, ולכן יש לדלג מעל למדרגות הללו ולא לדרוך עליהן. כמו כן במקדשים או בסמוך להם, ניתן לחזות במגוון פסלי אלילים בְּרֵהֶמְנִים, ובין אלה בולטים במיוחד פסלי הפולחן לאל גָּאנֵשׁ, אשר דמותו היא של פיל-אדם. וודאי לא תופתעו לקרוא, כי בדת הַבְּרֵהֶמְנוּת, גָּאנֵשׁ הוא בנו של האל שִׁינְוַה.

בתמונה (בעמוד הבא): תצלום שלקחתי במקדש הסמוך לעיר צ'יאנג מאי, אשר בתאילנד. בתמונה זו, הפסל הגדול ביותר הוא של ה-גָּאנֵשׁאמָה בּוֹדְהָא, מורהו ומטופלו המפורסם ביותר של שִׁינְוַאגוּ. אף שהוראתו של הַבּוֹדְהָא לתלמידיו הדגישה את הצורך כי ישחררו עצמם מעבודת השמיים, לאחר מותו הוא הפך למעשה לאל עבור רובם, והַבּוֹדְהָנוּת בחלקה הגדול היא דת המוקדשת לפולחנו. למרגלות הַבּוֹדְהָא אנו רואים חבורה של לוחמים, מלווים בחיות-אדם. קיומם של לוחמים לצד הַבּוֹדְהָא הוא משונה. בהוראתו של ה-גָּאנֵשׁאמָה בּוֹדְהָא לא היה כל דיון באמנויות לחימה – למעשה תפיסתו נגדה את הרצון להילחם באמצעות אלימות, ולא הרחיב הוא בעניין כל מני חיות-אדם משונות. כל אלה הינם תוספות 'מקוריות' של ההודים, והתאילנדים אשר חיקו אותם. שלא במפתיע, אחד מהלוחמים בחבורה השומרת על הַבּוֹדְהָא נושא קלשון, שהוא סמלו של האל שִׁינְוַה.

חדי העין יזהו את העץ הענק שמאחורי פסלו של ה-גָּאנֵשׁאמָה בּוֹדְהָא. זהו עץ 'פיקוס קדוש', אשר נפוץ מאוד גם בארצנו. הוא קרוב משפחה של פיקוס בנימינה. על פי המסורת הַבּוֹדְהָנוּת, זהו סוג העץ שתחתיו ישב גָּאנֵשׁאמָה בּוֹדְהָא בעת שזכה לראשונה להארה. המדובר בעץ מאוד אלים ושתלטן. שורשיו של הפיקוס הקדוש נעים מרחבית למספר כיוונים, ויפרקו כמעט כל דבר העומד בדרכם, כולל בטון עבה. זרעי פירותיו, אם יובאו בידי הרוח או ציפורים לעצים אחרים, יהיו לעיתים קרובות טפיל קטלני. משינבוט הזרע של הפיקוס על העץ האורח, יוציא הוא שורשים אשר יתחברו לעץ עליו הוא יושב, וישתו ממנו. בתהליך של שנים רבות, שורשים אלה יתעבו, יתארכו, ויגיעו עד לאדמה. משהצליח השתיל הטפילי להזין עצמו גם מהקרקע, הוא יתרחב עוד יותר, עד שיפרק מפנים ומבחוץ את העת המארח, ולבסוף יהרוג אותו, ויירש את מקומו. כך גם טבעה של הַבּוֹדְהָנוּת לאורך הקדומיה, במקומות מסוימים בהם השתלטה על אמונותיו של מרבית הציבור שהתקיים בהם.

⁵⁷ עוֹגְלָה – צ'אקרה.



בתמונה (בעמוד הבא): פסל המצוי כמעט ממול אלה שבתמונה הקודמת. אותו אדם-ציפור שרירי, נאמר לי על-ידי המקומיים כי הוא אחד מארבעת השומרים, של הרמה הראשונה, מתוך שבע, של גן העדן. בפועל מדובר כנראה בגרסה כלשהי של 'גארודה', הציפור השמיימית שנשאה את האל ויִשְׁנֹו, בסיפורי הדת ההודיים. כמובן שגם יצורים ורעיונות אלה, כלל לא הופיעו במקור בשורשי הבוֹדֶהוֹת, כפי שלימד אותם ה-גֵאוֹטָאמָה בּוֹדֶהָא.

דוגמאות אלה ממשיכות להמחיש ולהוכיח כי התאילנדים, בעבר ובהווה, בחלקם המשמעותי, אינם 'בוֹדֶה־נִים' כלל, אלא עובדי אלילים בְּרֶה־מָנִים טיפוסיים, אשר מכסים עצמם באצטלת הבוֹדֶהוֹת בכדי להידמות לנאורים יותר, או למצוא חן בעיני עצמם.

לא לחינם דן אני בנושאים הללו, ומצאתי לנכון להתעכב עליהם. יש להבין כי האמונות הדתיות האמורות שזורות באופן הדוק בתוך הטיפול וההוראה של נואֵד בּוֹרָאן כפי שהם מתבצעים בתאילנד (אם כי לא ברוב המרפאות במערב). התאילנדים לא שמים לב לכך, או לפחות לא יודו בדבר. אך נואֵד בּוֹרָאן מסורתי אמיתי הוא עבור רובם, המשך ישיר של תפיסותיהם הדתיות. וודאי שמבינים חלקם שאסור להם לחשוף עובדה זו בפני אנשי המערב, משום שאז ידחו מאליהם תיירים ותלמידים רבים, אשר יעדיפו שלא לשתף פעולה עם פולחן אלילי שכזה. אודה אמנם כי העניין סבוך ומורכב, ויש שיפרשו ובצדק, כי היות המרפא מאמין בעבודה זרה, אינו בהכרח הופך את כלל מעשיו והחשיפה אליהם במסגרת טיפולית, להשתתפות בעבודה זרה. אני למשל לא סבור שהתנועות והאופנועות של נואֵד בּוֹרָאן הן 'עבודה זרה' מעצם הווייתן. ניתן להשתמש בהן ללא קשר לדת.

ביום בו צילמתי תמונה זו שבעמוד הבא, ראיתי מספר אנשים שהגיעו לעשות פולחן לאותו הפסל. למרגלות הציפור-אדם השרירית, אנו יכולים לראות לוח ועליו כיתוב בשפה התאילנדית. הכיתוב מבטיח ברכה לכל מי שיניח מנחה. בין השאר מובטח לאותם אנשים שיזכו ב-"שגשוג, ממון, כסף, זהב, עושר, אהבה, נדיבות (כלפיהם), הגנה מכשפים ורוע כנגדם, קדמה, יציבות ואצילות (כמדרגה חברתית)". כל שצריך לעשות הוא לתרום כסף או אוכל למקדש, להדליק קטורת, ולשאת ברכה.



דרך אחרת להסתכל על כל הנושא של הימצאות עבודת שׂוֹאֵגוּ ב-נוֹאֵד בּוֹרָאן, היא נושא פולחן האבות. במזרח אסיה, מקובל ונפוץ הוא שאנשים מראים כבוד לאבותיהם באמצעות הקמת מזבחים בבתים ובמקדשים – דבר הנדון בהרחבה בפרקים אחרים בספר זה. משפחות ושבטים אולם, נוטים שלא לכבד בלבד את האנשים המשייכים לשושלתם. הם בוחרים בנוסף 'אב קדמון חשוב', אשר מוצב בראש הסולֶמָה הדתית⁵⁸, כדמות המשמעותית ביותר. במקרה זה של שׂוֹאֵגוּ במוסדות העיסוי התאילנדי, הוא אותו אב קדמון שקיבל את המעמד הגבוה מכולם. הרעיון עצמו מקובל ביותר במזרח אסיה, ולכן לא היה כל קושי להפיצו. מזווית ההסתכלות המערבית אמנם, נוכל לבקר את אותם אנשים בכך שבלבלו את הכבוד עם הפולחן. לעיתים אנשים אינם שמים לב, כי רצונם לקבל השראה מאבותיהם הקדומים, ולכבד את זכרם, הפך לפולחן דתי הכולל הפיכתם של האבות לצלמים ואילילים. כך הזדמן לאל שׂוֹאֵגוּ וכהניו לחדור אל עומק התרבות התאילנדית. למעשה במקרים רבים, דחקו הַבְּרֶהֱמָנִים החוצה את האבות המשייכים לשושלות, והפכו את אליהם וצלמיהם למרכז העיסוק והפולחן.

לעניות דעתי, הניסיון לכפות השפעות דתיות בַּהֶמְנִיּוֹת, בּוֹדֶהֱנִיּוֹת ומלוכניות על הַרְפּוֹאָה התאילנדית, היה ועודו בעוכריה. כך למשל, חלק מהעוסקים בַּרְפּוֹאָה הודית או תאילנדית מסורתית, שופטים מטופלים תכופות כסובלים ממחלות בשל "גלגלת הגורל (הקארמה) שלהם מחיים קודמים"⁵⁹. ישנה גם ההצהרה המשונה ב-נוֹאֵד בּוֹרָאן על "קיומם של 72,000 ערוצי אֶנְעָה בגוף האדם". זוהי אינה אלא בדיה והזיה שאין לה קשר למציאות, ומקורה בעבודה זרה. בדומה להטיות דתיות אחרות, אלו הם היבטים של רַפּוֹאָה זו המייצגים דעיכה ולא התקדמות. בלבולים וקשקושים שכאלה מקלקלים את מאמצייהם של העוסקים בתחום, ומונעים מהם להגיע לשורש של בעיות רפואיות מורכבות. בגישה מעוותת שכזו, בשילוב ערוצי אנעה בלתי-נכונים, אין התאילנדים מסוגלים, בממוצע, להגיע לרמות הדיוק והיעילות של הַרְפּוֹאָה הסינית המסורתית. כך היא פרשנותי האישית בלבד.

נוסף, כאשר התאילנדים מתעקשים על קיום פולחן דתי בתוך עשייתם הרפואית, הם דוחים מאליהם את מרבית היהודים, הנוצרים והמוסלמים, ואף בני דתות נוספות, או מי שאינם מאמינים. כל אלה חשים כי פולחנו של האל שׂוֹאֵגוּ אינו לרוחם או לטעמם, ויש מידה של פגם, קושי ואף אי-נעימות בניסיון לערבבו עם מעשה הריפוי. התאילנדים, אשר שקועים מאוד בתוך התפיסות התרבותיות של עצמם, אינם שמים לב כלל, כיצד גישותיהם הדתיות הללו, מרחיקות מהם אינספור אנשים מצוינים, שבנסיבות אחרות היו שמחים להתממשק עם מסורותיהם באופן מוצלח.

58 סולֶמָה – היררכיה.

59 אני עצמי, כאדם המאמין בגלגול נשמות, לא מתיימר להשתמש ברעיון זה בכדי לאבחן מטופלים, ואינני חושב שהוא מתאים ככלי אבחוני, בהקשר המסוים של רַפּוֹאָה סינית מסורתית. דיון על 'גלגול קודם' של מטופל הוא, לעיתים נדירות, ובמשנה זהירות רב, כלי טיפולי ענייני בהקשר של שיח רגשי-נפשי, אשר עוזר להנחות מטופלים לכיוון מחשבה ועשייה נכון, ואולי גם עם תרומה בלתי-ישירה לריפוי. אולם אין הדבר לכשעצמו צריך להוות כלי טיפול מרכזי, או אמצעי לאבחון, בַּרְפּוֹאָה המסורתית כפי שאני עוסק בה ומבין אותה. המתיימרים לפעול אחרת, מי יתן כי יבורכו ויצליחו בעשיית חסד, אך אין לי הנכונות לקחת אחריות על טענותיהם או מעשיהם, באופן אישי.

אין חובה כי כך יהיו פני הדברים. הסינים למשל, כעם ואומה, חייהם מלאים במגוון אמונות דתיות ורוחניות. אין זה יוצא דופן כי אדם סיני יאמין במספר דתות ואלים, ויהיו לו כמה מזבחים או מקדשים אשר הוא פוקד דרך קבע. אך הרפואה הסינית ברובה המכריע, וודאי במוסדות הרשמיים, אינה מערבת בין הדת לרפואה. החפצים בריפוי על דרך הדת, יודעים לפנות לכהנים התואמים את אמונותיהם, ולא יחפשו מזור שכזה אצל הרופא. כך גם בישראל. אך משום שהבודהיזם היא דת אשר יש לה תכלית ומטרה להפיץ עצמה בכל מקום וזמן, ולצרף אליה מאמינים, נוכחותה החזקה השפיעה על התפתחות הרפואה התאילנדית עד ימינו.

יש להבין אולם, שאין זה פשוט כל-כך להפריד את נואד בוראן אשר בתאילנד, מאותן השפעות דתיות שתיארת. האוכלוסייה המקומית, תרבותה שזורה באופן הדוק בדתות הללו. באשר למלוכה, על פי חוקי המדינה, אסור לבקרה כלל, והענישה על כך יכול להגיע לכדי גירוש מהממלכה, או מאסר ממושך. התחרות על איתותי סגולה של פולחן למלוכה, כפי שמתרחש במדרשות לנואד בוראן, הוא חלק מהדחף התרבותי של המקומיים, לנסות להשיג את תשומת הלב החיובית של המלך או משפחתו. מי שזוכים בתשומת לב פרטנית שכזו, נתפסים בידי עמיתיהם ובני עמם כמי שיוקרתם עלתה לאין-שיעור. לעומת זאת, בישראל אין כמעט מי שמטפל ב נואד בוראן בשילוב פולחן דתי, ואף אחד אינו עושה פולחן למלך תאילנד או משפחתו... לפחות כך אני מקווה.

הייתי שמח לספר לכם עוד אודות קדומייתו של נואד בוראן, אך אני חושש שישנו קושי לעמוד על העובדות בהקשר זה. התאילנדים מושקעים רבות בטיפוח מגוון אמונות ורעיונות שנועדו לשרת תפיסות דתיות ולאומניות שמאדירות את עצמם. קידום של אותם אמונות ורעיונות, חשוב להם יותר מתיאור האמת הקדומית. אישית, יש לי הקושי לסמוך על אמירותיהם וכתביהם בהקשר זה, ודומני כי רובם עצמם מבולבלים בנוגע לעובדות שכאלה, ומעדיפים את הגרסאות המפושטות שהתרגלו לספר לתיירי המערב המבקרים בארצם. אף אחד מהם לא מעז או חפץ לשאול בפומבי את השאלות הקשות.⁶⁰

⁶⁰ דוגמאות לשאלות קשות שתאילנדים לא שואלים ובהן לא דנים: באיזו רפואה עסק שיוואגו? מי לימד את שיוואגו רפואה? האם שיוואגו עסק בעיסוי, וכיצד אנוחנו יודעים אם כן לא? כיצד הפכה רפואתו לכאורה לרפואה התאילנדית? מה הקשר הרפואי בין שיוואגו לתאילנד? מדוע לאף אחד אין שושלת מורים כתובה מימיו של שיוואגו ועד ימינו? מדוע בבתי ספר מסורתיים לעיסוי עושים פולחן דווקא לשיוואגו? האם שיוואגו זכה להארה כמו הבודהא? אם הוא מואר, היה אמור להתנתק מהמציאות הגשמית והרוחנית במותו – אז מדוע מתייחסים אליו כמי שעדיין קיים במציאות העכשווית ונותן ברכות לטיפולים? למה במדרשות לעיסוי עובדים את שיוואגו כמייסד השושלת, אבל לרוב אין התייחסות לאף אדם אחר בשושלת? איך זה שערוצי האנציה ('קווי סין') התאילנדיים סותרים במידה רבה את ערוצי האנציה של הרפואה הסינית? כיצד זה שהרפואה התאילנדית בחרה לנכס לעצמה את 'ארבעת האלמנטים' של הרפואה ההודית, אבל לא את 'שלושת הדושות' – סיבירה הנובעת מארבעת האלמנטים אשר הינה לא פחות חשובה? אם שיוואגו איננו האל שיוואגו, למה בסמוך אליו יש פולחן לאל גאנש, שהוא בנו של שיוואגו? למה יש בסמוך אל פסלי שיוואגו וגאנש, פסלים אחרים עם קלשונים, שהם הסמל של האל שיוואגו? האם זה בסדר מבחינה דתית, בין אם מהזווית של הדת הבודהיסטית או הברהמנית, שיש צלמים של מלך תאילנד בסמוך לצלמים של הבודהא, שיוואגו ואחרים? כיצד זה שכל מיקומי האיברים בעיסוי רגליים 'תאילנדי' זהים למיקומי האיברים בעיסוי הרגליים הסיני שמקדמת באופן רשמי הממשלה הסינית בימינו? מדוע תאילנדים מתייחסים לעצמם בתור אומה נפרדת מסין, למרות שהם בבירור נראים ברובם כמו סינים, מדברים שפה שמאוד דומה לניבים מדרום סין, אוכלים מזון דומה או זהה לסינים, מאמינים בדתות עם היבטים שחלקם סיניים, ומדינתם אף נקראת על שם המיעוט הסיני שהיגר מסין וייסד את אומתם כפי שהיא היום?... כל אלה ורבות אחרות הן שאלות שתאילנדים לא רוצים לדון בהן.

אנשים חביבים הם, התאילנדים. תפיסתם הגמישה את המציאות, היא גם הדבר המאפשר את אופיים הנינוח לבריות. הוכחת האמת אינה חשובה להם כמו חווייתה. הנועם שבין אדם וחברו, חיוני להם יותר מאשר השאלה מי צודק באשר למה. בודהה? ברהמן? אין זה העניין. העיקר שהאדם נחמד לו, והוא מסופק ומדושן; ואם העימות נמנע, הרי שזה מצוין. דיון עקרוני בעובדות איננו בתוכנית, ואם כולם מסכימים ונהנים, הרי שזוהי התכלית.

בתמונה: מחבר הספר, שיפו בלושטיין, מדגים שימוש באופנעה שמקורה ב-נואד בוראן, בטיפול בחייל צה"ל במהלך מלחמת חרבות ברזל. מוצב חומש, יהודה ושומרון, חורף בתחילת שנת 2024 לספירתם. ככל המלחמה, גם טיפול זה ניתן על-ידי בהתנדבות מלאה, ללא עלות.



מאפייני השיטות

לעיסוי המזרחי המסורתי כמה יתרונות מובהקים, מלבד היותו פשוט, נוח, יעיל וזול. ביישומו המקצועי והנכון, בטיחותו של העיסוי המזרחי גבוהה בהרבה מאשר טיפולים רפואיים אחרים. הוא ניתן להתאמה למטופלים כמעט בכל גיל ומצב. אנשים לא נוטים לחוות אליו התנגדות. ברגישות המתאימה, הוא לרוב אינו כרוך בכאב משמעותי, אם בכלל. יכולתו להזרים דם גבוהה ומשמעותית, וזאת בניגוד לדיקור, אשר מטיב יותר להזרים בְּרֹא בזמן הטיפול עצמו⁶¹. הנחמה והחסד אשר מיוצרים בעיסוי באמצעות מגע אנושי חומל, יש להם בפני עצמם, מטיב קיומם, השפעה חיובית על נפש המטופל. סיכונים למטפל כגון רשלנות מקצועית וחשיפה לזיהומים או יצירתם, מופחתים בהרבה בעיסוי, ביחס לדיקור. בעוד שבדיקור כל מחט נוטה להיות מחויבת לאופֶּנֶעָה בודדת באזור בה הוחדרה, בעיסוי מספר אופֶּנֶעוֹת ניתנות לביצוע על אותו האזור בשלבים שונים של הטיפול. כן שיטת טיפול זו מצטיינת בשיקום יותר מאשר אחרות. מעלה חיובית זו האחרונה, לכשעצמה מצביעה על הייתרון האדיר, וייתכן הגדול ביותר של העיסוי, ביחס לשיטות טיפול מקבילות. באמצעות עיסוי ניתן לשנות את **מבנה** גוף המטופל באופן מהותי ושיטתי. דבר שכזה, דיקור וצִמְחוּאִים מתקשים מאוד לעשות.

הטיפול בְּטוּוֹינָא מתבצע לרוב על 'שולחן טיפולים' – מכונה גם 'מיטת טיפולים', ולעיתים על כיסא. הטיפול בשיאָצו או ב-נואָד בורָאן, נוטה להיות על מזרן אשר מונח על הרצפה. לרשות כל המעסים המסורתיים, יש מיטת הטיפולים, כיסא הטיפולים ומזרן הטיפולים, כמוקדי העשייה העיקריים. להבנתי האישית, השוני בהעדפה לטיפול באחד מן השלושה, קשור יותר בתרבות ואופנה, מאשר בִּרְפוּאָה.

בעבר הרחוק, כל תרבויות המזרח נהגו בישיבה ושינה על הרצפה או בקירוב אליה. הסינים היו הראשונים לזנוח מסורת זו, לטובת הכיסאות והמיטות. כאשר הדת הבִּנְדֻקִּינִית החלה לחדור לסין במאות הראשונה והשנייה לספירתם, היא הביאה עמה את הרעיון לפי נזירים ואנשים נכבדים ישבו על מושבים או מעמדים מורמים. הדבר מצא חן בעיני העילית – האצילים, המלוכה והמשפחות המְשֻׁלִּטוֹת, ואלו החלו לאמץ את הישיבה על מושבים מורמים וכיסאות כסמל 'למעמד הרם'. באופן טבעי, גם פשוטי העם חפצו בכך, כאיתות-סגולה לזולתם, ולכן בהדרגה החלו משתמשים גם 'האנשים הפשוטים' ברהיטים שכאלה. בתהליך מתמשך ואיטי למדי, שארך מאות שנים, כמעט כל הסינים נטשו בהדרגה את הישיבה על הרצפה, והמירו אותה בכיסאות ושולחנות הדומים לאלו שאנו מכירים כיום. במאה העשירית לספירתם, בשנות שלטון שושלת סוֹנְג, היה הדבר כבר נחלת הכלל ברחבי מרבית האומה הסינית, בקרב מי שידם היתה משגת לקנות ריהוט או להכינו. היה זה באותה התקופה בערך, בה הסינים החלו גם לישון באופן ניכר ומובהק ברובם על מיטות מורמות עם שוליים ורגליים, הדומות לאלו העכשוויות

⁶¹ בְּרֹא – צ' 氣. שם מכליל לסוגים שונים של אָנֶעוֹת, בגוף האדם ומחוּצָה לו; מערכת היחסים האָנֶעֶתית בין תופעות שונות בעולם; שם הניתן לאָנֶעוֹת מסוימות אשר נלמדת השליטה בהן באמנויות הלחימה הסיניות ו-צ' יגוֹנְג, לשם תכליות לחימתיות או בריאותיות.

של ימינו. לעומת הסינים, אותו השינוי בהעדפת ריהוט מוגבה, התרחש 'באיחור ניכר' בארצות כמו יפן ו-תאילנד. במדינות אלה אנשים המשיכו לשבת ולישון על מזרנים המונחים על הרצפה ברובם המכריע עד למאה ה-20 לספירתם – שינוי שהתרחש רק כאלף שנים לערך לאחר שכבר אירע בסין. השונות בקדומיה זו, היא ההסבר הפשוט לסיבה בגינה טווינג מתבצעת בדרך כלל על מיטת טיפולים או כיסא, בעוד שיאצו ו-נואד בוראן מתבצעים לרוב על מזרן המונח על הרצפה.

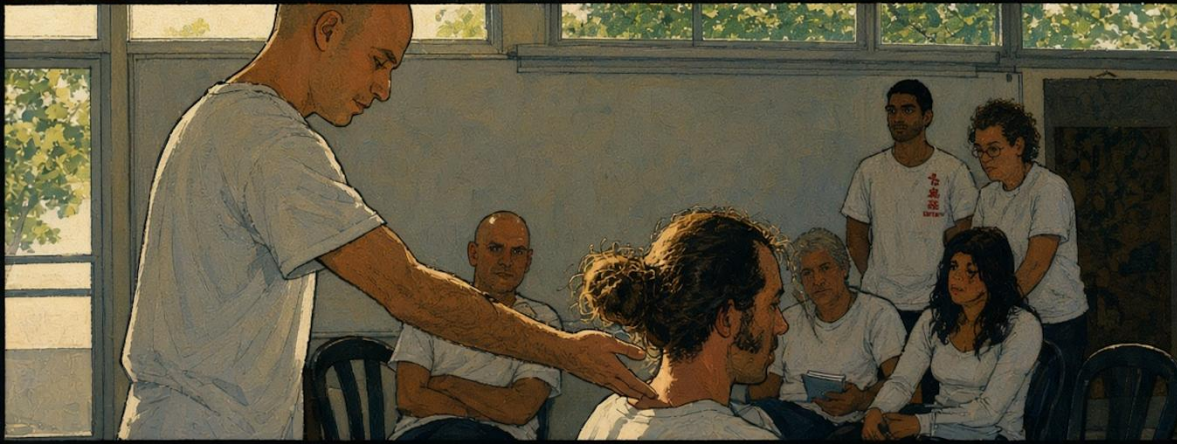
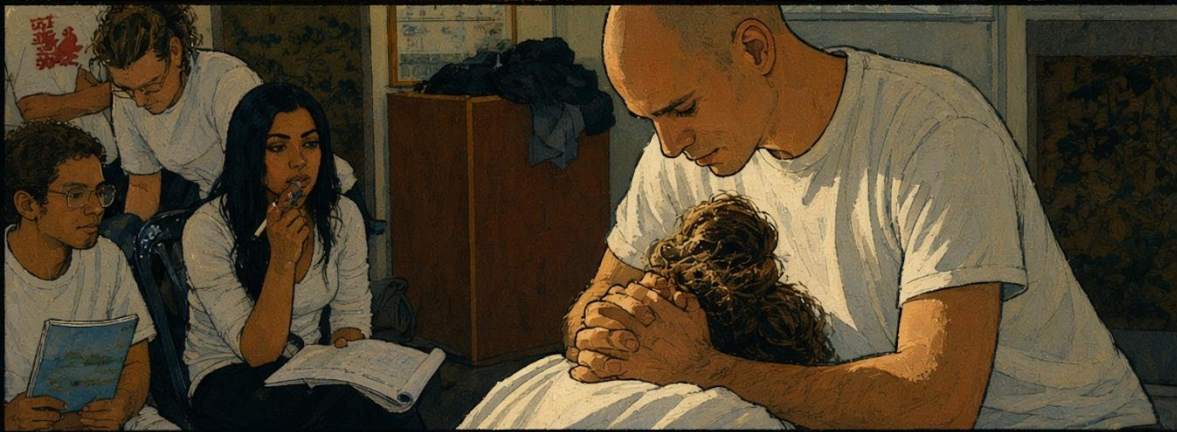
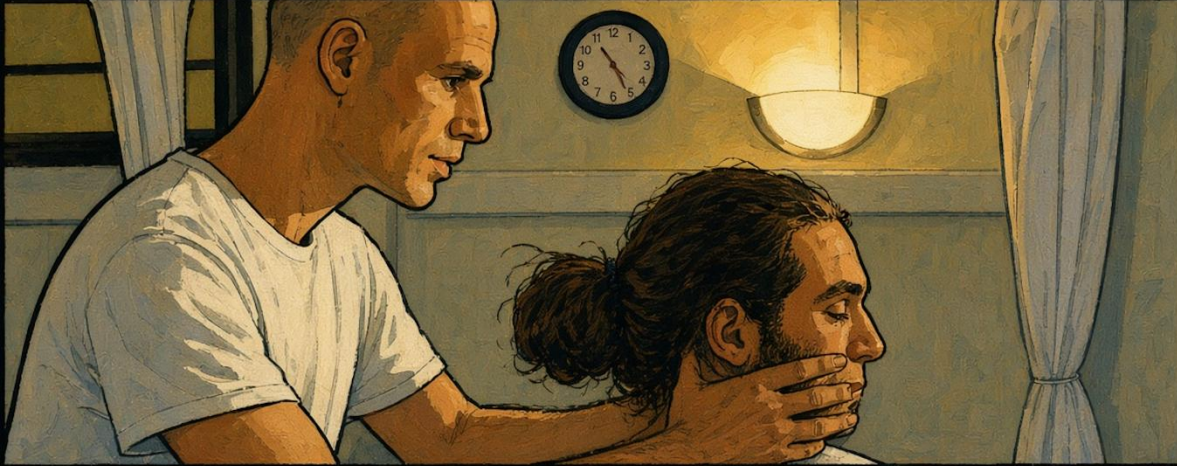
להעדפות האמורות ישנם גם הסברים תרבותיים ורוחניים נוספים. הסינים חשים הצורך להגביה את מושא עמלם, כמו היה חפץ לטיפול על מזבח, ואילו היפנים והתאילנדים מעוניינים לשמור על חיבור לקרקע, כמקובל בביטויים מסורתיים של תרבויותיהם. שיטת העבודה עם שולחן טיפולים, מייצבת את המטופל ככלי בידי המרפא, אשר מובא אל ידיו. צורת העבודה עם מזרן על הרצפה, אפשר לומר כי היא מציבה את המטופל במרכז העשייה, בעוד המטפל צריך כל העת לעשות מאמץ רב יותר לגשת אליו. אדרבא כי באופן יחסי, שולחן הטיפולים קרוב יותר לשמיים, ואילו למזרן ישנה הקרבה היתרה לאדמה. שתי הגישות מצוינות, ולכל אחת יתרונותיה. לטעמי, מאוד נוח למרפא שיהיו לו שתי האפשרויות. כך למשל, כאשר רגליו עייפות, יכול הוא לטפל על הקרקע. כאשר ברכיו וישבנו מותשים, יכול הוא לבחור במיטת הטיפולים.

חרף הבדלים אלה בצורות הטיפול, כיום ניכר שהדברים משתנים בהדרגה. יש מבין העוסקים בטווינג, אשר לעיתים עובדים גם על מזרנים המונחים על הרצפה. כן מבין אלו המטפלים באמצעות שיאצו או נואד בוראן, חלקם מסגלים לעצמם גם השימוש במיטות טיפולים וכיסאות.

הטווינג התפתחה כאמור משך אלפי שנים, בתקופות שונות ובאזורים שונים בסין. עד היום ניתן למצוא אשכולות מגוונות לטיפול בטווינג, אשר כל אחת מהן שמה דגש על מימד מסוים או אופניעות מסוימות יותר מהאחרות. חלק מן האשכולות הושפעו מן הדרכנות או הבודהיזם בעקרונות העבודה שלהן, אך בניגוד לנואד בוראן, הטווינג נשארה תמיד שיטת טיפול ללא הקשרים דתיים.

המתבוננים בטווינג מן הצד, יידמה להם כי המרפא מבצע מעין 'דיקוד' עוצמתי אך רך, על גוף המטופל. מעברים בין תנועות מהירות לאיטיות, חדות לעגולות, חזקות למלטפות, יוצרים עבור הטווינג איכות תנועתית מובהקת וייחודית. תנועות גוף שכאלה דורשות פיתוח מיומנויות ייחודיות, ומשכך מטפלים רבים משקיעים גם בתרגול צ'יגונג או אמנויות לחימה מסורתיות, בכדי להעשיר ולשפר את יכולותיהם ברפואה. אני עצמי כידוע, מורה לתחומים האמורים, ודרכם הגעתי אל הטווינג, והרפואה הסינית המסורתית. אולם הדוגמא האישית שלי בהקשר זה איננה יוצאת דופן, וכמוני יש עוד מומחים רבים ברחבי העולם.

בתמונות בעמוד הבא: מר אוהב שכטר, מרפא ומורה ותיק ומוערך לטווינג ולרפואה סינית, מבכירי מכללת 'ברושים' לשעבר, וממקימי מכללת 'ארזים'. מטפל בטווינג משנת 2002, וברפואה סינית משנת 2003. בעל ניסיון מקיף בעבודה בבתי חולים וקופות חולים. הוביל משלחות תולמדים לסין. לשעבר מורה לשוטקאן קראטה, וכיום מתמקד בתרגול יוגה, צ'יגונג ו-שואלין צ'ואן צפוני. צילומים אלה הם מתוך שיעורי טווינג שהעביר אוהב בשנים האחרונות.

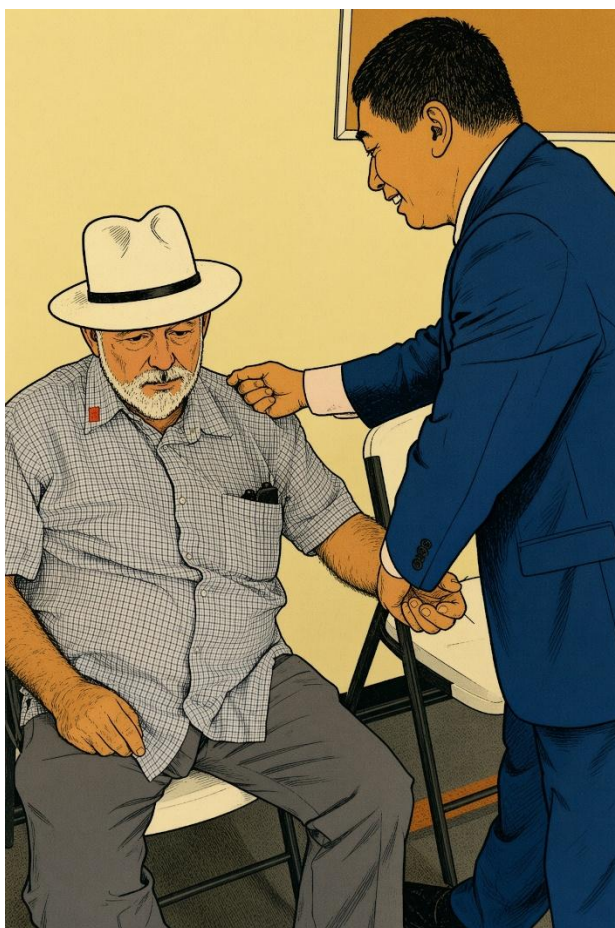


הטווינא מבוססת על אופֿנעות המבוצעות על גוף המטופל, על דרך העיסוי, ואמצעים נוספים להנעת הגפיים, החוליות והאיברים הפנימיים. קיימות כמה עשרות אופֿנעות בסיסיות, ושילוביהן. למשל – גלגול האמה על שוק המטופל; לחיצות כנגד השרירים; לפיתה חוזרת של השכמות; צביטות עדינות לצידי עמוד השדרה; הברשה של הגב העליון; לישה של הירך; טפיחות על הצלעות; וכיוצא באלה. לכל אופֿנעת עיסוי בטווינא ישנה עוצמה, מקצב, זוויות, עומק וכדומה המאפיינים אותה. לשם יישום האופֿנעות, המטפלים משתמשים בעיקר בכפות ידיהם, אמותיהם ומרפקיהם, אך לעיתים גם בברכיהם ובחלקי גוף אחרים. אף שהטיפול עשוי להיות נעים לרוב, תכליתו הינה רפואית בדרך כלל, ולא לשם פנאי או שעשוע.

כל טיפול טווינא כולל מספר אופֿנעות, ואלה נבחרות בהתאם לאבחון הנעשה על-פי לכללי הרפואה הסינית המסורתית. אבחון שכזה מבוסס בעיקר על סקירת עברם הרפואי של המטופלים, שיחה עמם ותשאולם, בחינת לשונם ומישוש ביטוי הדופק בכלי הדם בצידי אמותיהם. מטפלים רבים מיומנים גם בגילוי תסמינים והבנת קשיים בהתבסס על מישוש בטן המטופל. היבט חיוני נוסף הוא מישוש גוף המטופלים, **בהסכמה, בצניעות וברגישות, ובהתאם לצרכי המטופלים בלבד.** מטפלי טווינא מיומנים מסוגלים ללמוד המון ממישוש שכזה, ולעיתים מאתרים כך מחלות ובעיות חבויות. גיל המטופלים, אופיים, תלונותיהם המסוימות ומצבם הגופני והנפשי ביום הטיפול, גם כן מהווים שיקולים משמעותיים לבחירת האופֿנעות ואופן יישומן. אף שהטיפולים מבוססים על אבחון סדור ותוכנית עבודה בהתאם לו, טבעם זורם ואינו מקובע. לאורך הטיפול, טיפוסי הוא שגוף המטופל ישתנה, ובהתאם לכך גם המרפא ישנה גישתו. כמו בשאר הרפואה המסורתית, הטיפולים נתפרים למידותיהם ומאפייניהם האישיים של המטופלים, וישנה השתדלות שלא להסתמך יתר על המידה על תבניות ידועות מראש.

כשצינתי קודם לכן בפרק זה, טווינא ו- נואד בוראן חולקות לפחות 50% מאופנעותיהן, ובזרמים מסוימים גם למעלה מכך. בסין ובתאילנד מקובל כי הלומדים טווינא ו-נואד בוראן באופן מקצועי מכירים אופֿנעות רבות לשינוע והזזת המפרקים, אשר אופיין דומה ל-כירופרקטיקה (באן פא 拔法 – אופֿנעות מינוף). הנושא נדון קודם לכן בפרק זה, ועל כן לא אחזור עליו. אופֿנעה ייחודית ל-נואד בוראן, אשר שווה לאזכרה, היא עצירה חלקית של זרימת הדם באזורי גוף שונים. אופֿנעה זו נקראת 'סגירת שער הרוח'. עצירת הדם החלקית מתבצעת למשך 10 עד 45 שניות בדרך כלל, ומשמשת לפתיחת חסימות של זרימת אָנְגָה, דם וליִבְנָה (לימפה) בגוף. בשימוש נכון וזהיר, זו אופֿנעה עוצמתית ומועילה.

ניתן לחשוב על אופֿנעות הטיפול של טוֿינָא ו-נוֿאָד בּוֿרָאן, כארגז כלים גדול במיוחד, ובו אמצעים לטיפול בכמעט כל בעיה רפואית שהיא. לרוב אין כל מחסור בכלים נכונים וטובים לעבודה. הקושי הוא הידיעה כיצד להשתמש באופן יעיל ומושכל בכלים הקיימים, וזהו הדבר המבדיל בין מרפאים טובים, למטפלים בינוניים. מרבית הכלים האמורים – אופֿנעות הטיפול, נלמדים במכללות ובמגבהות, כאשר אנשים עוברים הכשרה של כשנתיים לפחות. המרפאים הטובים יודעים להתבונן במטופל, לחדור אל מעבר לחומותיו הגשמיות והנפשיות, לשאול את השאלות הנכונות, לאבחן בצורה מדויקת, ואז לנטול מארגז הכלים התנועתי שלהם, את האמצעים המתאימים לפיתרון הקשיים הרפואיים.



בתמונה: הדורשן יו שואוֿבֿין, מדגים טיפול בטוֿינָא על מטופל מבוגר. אף ששיטתו הרפואית-משפחתית של הדורשן יו מתמחה בין השאר בטיפול טוֿינָא, הוא משלב אותם דרך קבע עם דיקור וצִמְחוֿאִים.

בטיפול טווינא ו-נואד בוראן, בדרך כלל לא יידרשו המטופלים להוריד את בגדיהם, אלא בלבד להפשילם מעט מדי פעם בהתאם לצורך המקצועי. ניתן לפיכך לבצע במידת הצורך את מרבית הטיפולים הללו תוך שמירה על צניעות, בניגוד לסוגי עיסוי אחרים בהם המטופלים עירומים. בעוד שמטפלי שיאצו ו-נואד בוראן יושבים או כורעים על הקרקע, מטפלי טווינא עובדים בעיקר בעמידה. בטיפול טווינא, המטופלים בדרך כלל מצויים במצב סביל, בישיבה על כיסא או בשכיבה על מיטת טיפולים. זאת להבדיל מתרגולים גופניים, אשר מטפלים טווינא מוסמכים לעיתים ללמד את מטופליהם, בדומה למקובל בפיזיותרפיה. בתרגולים גופניים שכאלה, המטופלים הם בתפקיד הפעיל, ואילו המטפל מנחה אותו. בהתאם להשכלת והסמכת המטפלים, יהיה אלה לעיתים קרובות תרגילים הקשורים בצ'יגונג או אמנויות לחימה סיניות מסורתיות.

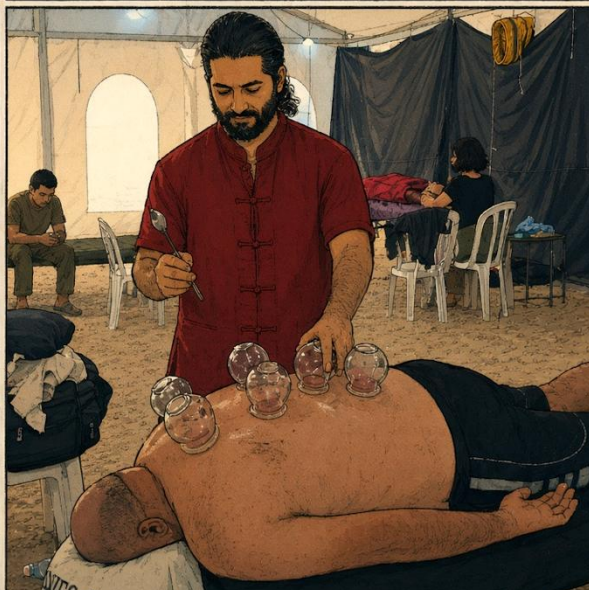
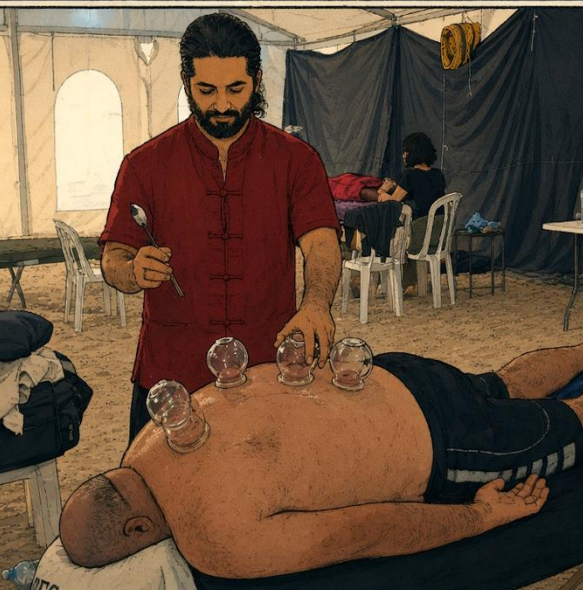
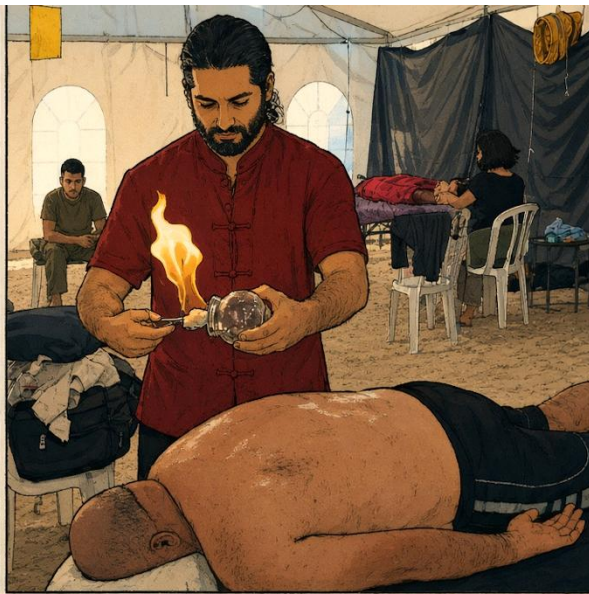
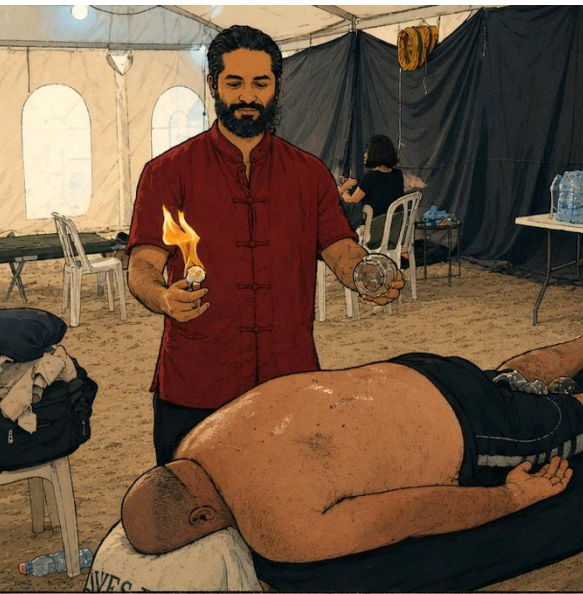
הטווינא משתמשת באותה סיבירה⁶² אודות מערכת ערוצים ואיברים אשר מצויה ב-דיקור הסיני. בנוסף, קיים בקרב מטפלים מסוימים גם השימוש בשמנים, משחות, מיצויי צמחואים, פסיננים עם תמציות צמחואים, כוסות רוח ובווערה. כן לעיתים קרובות, נקודות המדוקרות ברפואה הסינית, משמשות גם בטווינא. חלק קטן מהמטפלים, ואני ביניהם, יודעים לשלב עבודת ריפוי באמצעות ברוא בתוך הטווינא שלהם (ריפוי באמצעות העברת אנגה מן המרפא למטופל). הדבר דומה ל-'רייקי' היפני, אך מיושם באופן מדויק יותר, בהתבסס על גישתה של הרפואה הסינית.

השימוש בצמחואים בטווינא הוא מרכזי, ונפוץ מאוד בסין. יתרונה הגדול של הטווינא ביחס לענפים אחרים של הרפואה הסינית, הוא שהמרפא יכול לעסות את הצמחואים במרץ את תוך עורם ובשרם של המטופלים. האופנעות והחימום המלווים זאת, יחד עם היות הפעולה מתמשכת זמן רב, מסייעים מאוד ליעילותם של הצמחואים לחדור לגוף ולהשפיע עליו באופן הרצוי והמתבקש. העוסקים בטווינא אפוא, נוהגים לקנות שמנים, משחות, מיצויי צמחואים ופסיננים עם תמציות צמחואים, או להכין כאלה בעצמם, לשם הטבה עם מטופליהם. במדינת ישראל ישנם אפשר כמה בתי מרקחת ייעודיים, אשר מתמחים בהכנתם של עזרים מצויינים שכאלה.

אדרבא, כי אחד היתרונות הנהדרים של עיסוי מסורתי, ובכלל זאת הטווינא ו-נואד בוראן, הוא יכולתו להשתלב עם שיטות רפואיות אחרות. נדיר הוא שתחת ידיו של מרפא מיומן, ישנה התנגשות בין אלה, לבין אמצעים אחרים לריפוי, מן הרפואה הסינית או המערבית-עכשווית. למעשה, שילוב שכזה יכול להיעשות בתוך אותו הטיפול עצמו, והדבר אכן מיושם לעיתים קרובות. ברפואה הסינית למשל, אין זה יוצא דופן כי אדם יטופל באמצעות טווינא, דיקור, כוסות רוח וצמחואים, באותו היום, או אפילו במסגרת אותה השעה.

⁶² סיבירה – תיאוריה. | פסינן – פלסתר. פסיננים – פלסתר. | בווערה – מוקסה. | ברוא – צ'י.

בתמונות בעמודים הבאים: המחבר, שיפו בלושטיין, במהלך טיפולו בחיילים, במלחמת חרבות הברזל. בתמונות אלה אני אוחד בכלי-עזר חשובים ברפואה הסינית המסורתית, אשר לעיתים קרובות מלווים טיפולים בטווינא. הכלי הראשון הוא כוסות הרוח, אשר מסייעות לעיתים תכופות לטיפול בבעיות שריר-שלד, אך יש להן שם שימושים רפואיים רבים נוספים. הכלי השני הוא הבוערה. המדובר בעלים מיובשים וטחונים של צמח לענה סיני (Artemisia Vulgaris), אותם מבעירים. החום של העלים הבוערים מייצר תנועה רבה של ברוא ו-דם, ויישומו על פני ערוצים ונקודות דיקור יכול לעזור בפתרון של אינספור מחלות ובעיות בריאותיות. הבוערה אף יותר עתיקה מן הטווינא, ויש עדויות לכך שהיתה בשימוש בסין לפני למעלה מ-5000 שנים טרם כתיבת ספר זה.





משך הטיפול בִּטְוִינָא עשוי להיות בין 20 - 90 דקות, בתלות באבחון ובהעדפות המטפל. בקופות החולים במדינת ישראל נהוגים טיפולים קצרים יותר של 20-30 דקות בלבד, בעוד במרפאות פרטיות לעיתים קרובות יהא משך הטיפול 45-60 דקות, ובמקרים חריגים למעלה מכך. טיפולי נואד בוראן נוטים לארוך בין 60 ל-180 דקות, וכיום עדיין אינם מוצעים בבתי החולים וקופות החולים בישראל. על טיפולי טְוִינָא משלמים לרוב מחיר אחד, ואילו טיפולי נואד בוראן, מחירם לעיתים קרובות נקבע על פי אורכם.

הטיפול ב-נואד בוראן דומה לטְוִינָא בהיבטים מסוימים, אך גם שונה ממנה באחרים. מטפלים ב-נואד בוראן עוסקים פחות באבחון, משום שמרביתם אינם מיומנים בכך. תפיסתם קרובה יותר לצורך והרצון להנעים את זמן המטופל ולשפר את תחושותיו והרגשתו, בעיקר בהווה, ופחות מרוכזת בפיתרון של בעיות רפואיות מורכבות (אלא אם המרפא סיים לימודי רפואה תאילנדית במלואם, או השכיל ברפואה מסורתית אחרת). חלק ניכר מן האופֶּנְעוֹת של טְוִינָא מצויות גם ב-נואד בוראן, אולם הן מיושמות בדרכים הרבה פחות מורכבות ומעמיקות. מאידך, נואד בוראן מצטיינת כשיטה, באופֶּנְעוֹת מגוונות ביותר של מתיחת הגוף, אשר להם שימושים רבים ומצויינים. אופי הטיפולים משקף היטב את התרבויות מהן הגיעו. טיפולי טְוִינָא הינם מהירים יותר, תזזתיים, ממוקדים, תכליתיים בפיתרון בעיות רפואיות, פעילים למדי מצד המטפל, וכוללים מעט הזזה של המטופל. טיפולי נואד בוראן לעומתם, בסגנון הצפון-תאילנדי, נוטים להיות איטיים למדי, רגועים, כלליים, אינם בהכרח רפואיים, לעיתים סבילים מצד המטפל, וכוללים הרבה הזזה של המטופל.



בתמונה: מורה מפורסם בשם 'סטיב צ'אנג' (סואיט סריטריירסרי), מדגים את הקרבה התנועתית בין יוגה לבין נואד בוראן.

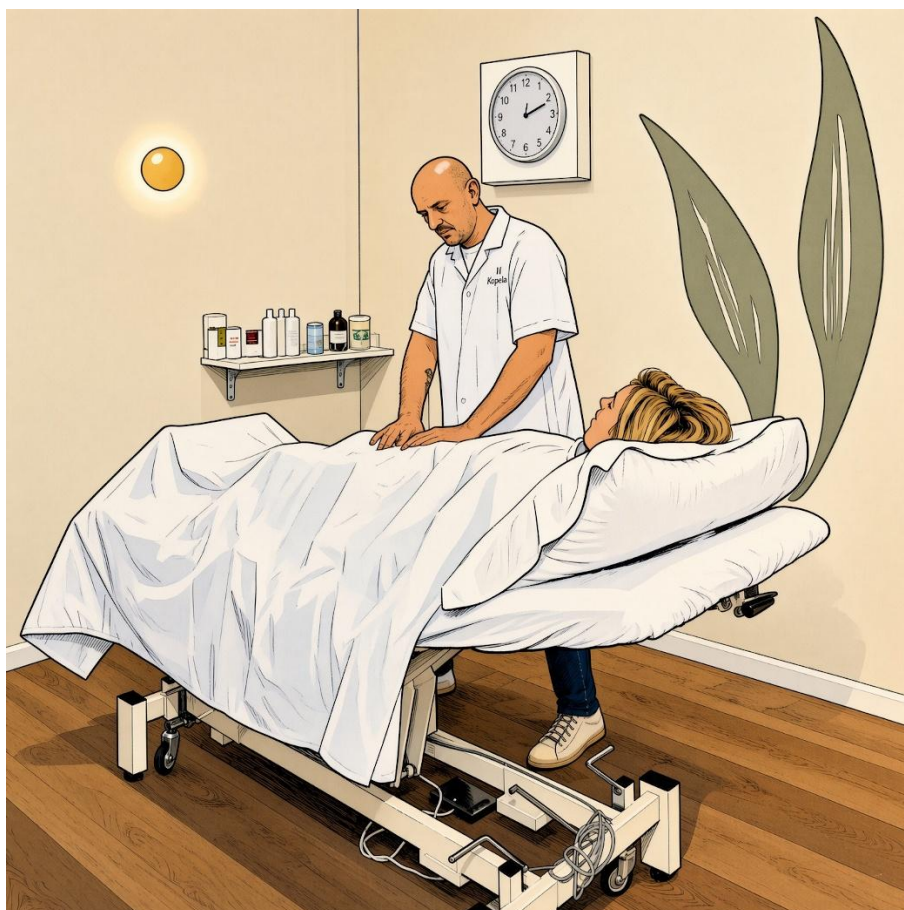
אחד הכינויים המשעשעים שהדביקו התאילנדים עצמם ל-נואד בוראן, הוא "יוגע לאנשים עצלנים". אמירה זו אינה בעלת נופך שלילי, ויש בה מן האמת. נואד בוראן שואב הרבה השראה מן היוגע, וכמה עשרות מאופנעותיו ניתן לתארן כ- 'שימת המטופל במנחים דמויי-יוגע לשם הטבה עם בריאותם'. בטיפול שכזה, המרפא הוא זה שמשתמש בכוחו ומשקלו בכדי להגמיש את המטופל. מסיבה זו, אנשים אשר מתרגלים יוגע או מלמדים אחד מזרמיה, חשים יותר קרבה לנואד בוראן מאשר לשיטות עיסוי אחרות.

אף שקודם לכן ביקרתי השפעות תרבותיות ודתיות מסוימות על נואד בוראן, לא כל אלו שליליות. כך למשל, ישנו לתאילנדים רצון בתרבותם כי מתן שירות מסורתי יהיה נעים, נינוח, מהנה, רגוע, ומלב אל לב, תוך הבעת חמלה אמיתית ורצון כנה לעזור. עקרונות תרבותיים אלה נלמדים כרעיונות יסודיים לגישת העבודה ב-נואד בוראן, ובהתאם מרפאים רבים מבטאים אותם בטיפולים. אף שניתן למצוא גם מטפלי טווינא שזוהי גישתם, אין הרעיונות הללו מצויים באופן מובנה בהוראת הטווינא במרבית המקומות בה היא נלמדת. זהו אפוא דבר מה שיכולה הטווינא לספוג מנואד בוראן בכדי להעשיר אופייה.

כמרפא אשר משלב את שתי השיטות, ליבי ופועלי קרובים יותר לטווינא, והרפואה הסינית בכללותה. למעשה, נכון לומר כי אני עוסק בטווינא, אליה הוספתי את מגוון האפשרויות המעשיות והשימושיות שיש לנואד בוראן להציע. שכן בסופו של דבר, הטווינא היא שיטת טיפול רפואית מקיפה ומתוחכמת הרבה יותר. מעשית, כפי שציינתי קודם לכן, אני גם רואה בנואד בוראן כענף של טווינא.

מבין הבעיות הרפואיות הנפוצות ביותר עבור אנשים מטופלים בטווינא, ואשר היא הוכחה מחקרית כמסוגלת לסייע בטיפול בהן, ניתן לכלול בעיות שריר ושלד, כאבים עיתיים או מתמשכים, כאבי גב תחתון, כאבי גב ואגן המקרינים לרגליים (סיאטיקה), כאבי צוואר, דלקות פרקים (בברכיים, מרפקים, אצבעות ועוד), הפרעות שינה, בעיות כתפיים וכתף קפואה, כאבי ראש ומיגרנות, תסמין התעלה הקרפלית, כאבי מחזור, כאבי שיניים, סחרחורות, סרטן מכל הסוגים כמעט (כטיפול תומך), הדלדלות עצם (אוסטיאופורוזיס), צליפת שוט בצוואר, אובדן טווחי תנועה בכל מקום בגוף, בצקות, נפיחויות, תסמינים שלאחר שבץ מוחי, אובדן זיכרון או תודעה (כטיפול תומך), קשיי ובעיות נשימה, מחלות ריאות (לעיתים כטיפול מרכזי, לעיתים רק כתמיכה), רגשות⁶³, הפרעות עיכול, צרבות, רגישויות למזון, קשיי השתנה, כעסים, תסכולים, דיכאון, מחלות נפש, בעיות פוריות, מחלות לב, מחלות עור, תשישות, בעיות בבלוטות שונות (כגון בלוטת התריס), פציעות ממרבית הסוגים, שיקום מניתוחים ותאונות, ועוד רבות אחרות.

⁶³ רגשות – אלהגיה. רגשות – אלהגיות.



בתמונה: מר דוד קוניק, מרפא בעל שם ברפואה סינית מסורתית, נכבד בקהילתנו. מרצה ותיק לרפואה סינית ולטווינא, אשר היה לי הכבוד ללמוד תחתיו דיקור משך שנתיים. איש של חסד, אשר לו ידע משמעותי ביותר. אני חב לו רבות, ורואה בו דוגמא ומופת כמורה ואיש מקצוע ברפואה.

בצילום זה ממרפאתו של מר קוניק, ניתן לראות מספר היבטים טיפוסיים לסביבה הטיפולית הנפוצה כיום ברפואות מסורתיות. על הקיר ישנו השעון, משום שזמני הטיפולים לרוב קצובים ומדויקים, וקיים גם הצורך להקפיד על משך ביצוע אופנעות או שיטות מסוימות, במיוחד בעת דיקור. על המדף ישנם שמן עיסוי במידה ויידרש, כמו גם חומרי חיטוי, ומחטי דיקור. מיטת הטיפולים הינה בעלת מנוע חשמלי, אשר מאפשר כיוונונה בתוך שניות לגובה הנוח ביותר לעבודה עבור המרפא הנמצא בחדר בטיפול הנתון. כיוון שמטופלים רבים עוברים על אותה המיטה, ישנו מעליה כיסוי בד רב-פעמי מכותנה, העובר כביסה. המטופלת מכוסה בשמיכה, בכדי לשמור על נוחותה וחום גופה. מר קוניק ממוקד, ברכיו כפופות קלות, וגבו זקוף וישר, מה שעוזר לו לבצע הטיפול באופן מדויק, וב-בעת לשמור על בריאות שריריו ומפרקיו.

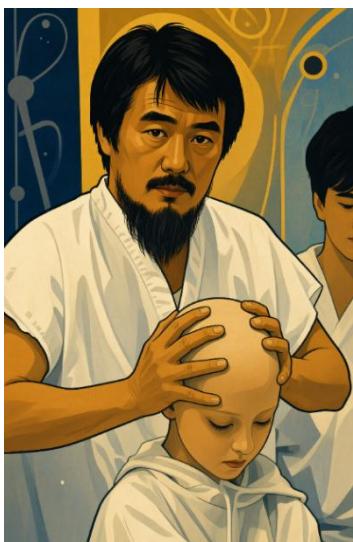
בדומה לרפואה המערבית, טיפול בילדים ובבעיות נשים הינם תחומים מוגדרים ומפותחים היטב גם ברפואה הסינית, ובכלל זה בטווינא. ההתמחות בטיפול בתינוקות וילדים כולל הבנה של שונותם הגופנית ביחס לבני נוער ומבוגרים גברים, וצרכיהם המיוחדים. בין השאר, מקבלים תינוקות וילדים באמצעות טווינא טיפולים מיוחדים שלא בעת בעיה או מחלה, המסייעים להתפתחותם התקינה ומניעתן של מחלות. גם שיטת האבחון שונה במהותה, ומסתמכת יותר על צפייה במטופל, ופחות על תשאול, משום שילדים ובעיקר תינוקות, מתקשים או אינם יכולים להסביר את שהם חשים.

בעוד שמנעד האפשרויות לטיפול באמצעות טווינא הוא רחב למדי, אין זה אומר שטווינא היא הפיתרון המתאים ביותר לכל בעיה. ישנם מקרים בהם הדיקור, הצ'מחואים, ריפוי אָנְעֵתִי או שיטות רפואיות אחרות, הם הנכונים עבור מצבו המסוים של מטופל כלשהו. מרפאים כנים ומקצועיים מבינים זאת, וידעו לבחור באופן אחראי את הגישה הטיפולית, או להפנות לעמיתים למקצוע במידת הצורך.

לעיסוי מסורתי ישנם גם יתרונות תעסוקתיים-חברתיים, אשר חשוב לאזכר -

במזרח ישנה מסורת מזה אלפי שנים, של לימוד עיסוי לכבדי ראיה ועיוורים. הוראה שכזו ניתנת בטווינא, שיאצו, נוֹאֵד בּוֹרְאן, ושיטות עיסוי נוספות. הדבר עודו קורה ומתקיים בסין, יפן, קוריאה, ויאטנאם ו-תאילנד. אף כי אין הרעיון רווח או מיושם בישראל דרך קבע, אך יש בו נעתד רב.

היבט חברתי אחר הנוגע לעיסוי, גם הוא קשור בחסד. אני ועמיתי 'מגלים' מחדש דרך קבע, כי העיסוי נותן מזור משמעותי לנפשותיהם של מי שהמגע חסר להם בחייהם. המרוחקים מאהוביהם או שאיבדוהם, חסרי האהבה, העירייים, העצובים והנדכאים, וכל הכמהים לתוספת של מגע אנוש מכל סיבה, העיסוי מטיבו וטבעו נוטה לעשות עמם חסד. בהקשר להיבט זה, נזכר אני במשפט חשוב שהועבר לי מידי קטסומי ניאיקורה סנסיי, אחד ממוריו של מורי, שיפו סטיבן ג'אקוביץ. ניאיקורה סנסיי נוהג לומר: **"כאשר אתה משתדל להעביר אנעתך לאדם בכדי לרפאו, עליך למקד כוונתך משל היית מחזיק עולל בידך"**. דומני כי באמצעי זה של דמיון מודרך, ניאיקורה סנסיי התשדל להכווין את חמלתו של המרפא, על-מנת שתוכל לתעל היטב את כוח ותכלית הריפוי. אני הוגה במשפט זה מדי פעם, כאשר מזדמנים בין ידי אנשים אשר זקוקים למגע כפי שכולנו זקוקים לאוויר.



בתמונה: קאטסומי ניאיקורה סנסיי, בטיפולו בילדה צעירה וחולה, בשנת 1985 לספירתם. אותה תקופה היה הוא כבר למורה ומרפא מפורסם בארה"ב.

הגישה הנכונה לעיסוי מזרחי כמטופלים

ישנם כמה דברים חשובים שעל אנשים לדעת, טרם יגיעו לראשונה לטיפול בשיטה של עיסוי מזרחי מסורתי.

תחילה, על המטופל להבין כי לא מדובר ברוב בחוויה חד-פעמית. בניגוד לעיסוי למטרות הנאה ורוגע – דברים שגם שיטות אלה יכולות לספק, פה התכלית הראשונה במעלה היא פיתרון בעיות רפואיות. רוב הבעיות הרפואיות לא נוצרו ביום אחד, וגם לא יפתרו ביום אחד. במרביתם הגדול של המקרים, נדרשים בין שניים לעשרה טיפולים, בכדי לפתור קושי רפואי מוגדר, או להביאו להטבה ברמה שניתן לחיות עמו בשלום. אם המטופל מורכב במיוחד, ובעל מגוון גדול של בעיות רפואיות, הוא עשוי להיזקק אפילו לכעשרים עד ארבעים טיפולים, או יותר. אך נסיוני המקצועי האישי, במרפאתי שלי, מראה שרוב המקרים יפתרו, או יגיעו לכדי השיפור המשמעותי ביותר הניתן בנסיבות הדברים, בכעשרה טיפולים או פחות. לפעמים גם טיפול בודד מספיק, אך זהו מצב שאינו נפוץ מאוד.

הבנה זו הינה מהותית. לא יוכל מרפא בעיסוי מסורתי לעמוד בציפיות המטופלים, אילולא ייתנו הם לו את הזמן והאפשרות לשנות לטובה את גופם ולנפשם. על-כן, סובלנות ושיתוף פעולה נדרשים מצד המטופלים, בכדי שייראו תוצאות.

היבט התנהלותי אחר מצד המטופלים, נכון גם לכל שאר תחומי הרפואה. אין אף תרופה או טיפול בעולם, אשר יכולים לרפא הרגלי חיים גרועים. אם האדם מתנהל בצורה בעייתית ביותר עם גופו או נפשו – למשל על דרך של התמכרות לדבר מה, הימנעות משינה או שתייה מספקות, חסך בפעילות גופנית, וכיוצא באלה – בסופו של דבר, לא יוכלו היא או הוא להירפא עד תום לעולם. במהלכו של טיפול ברפואה מסורתית, המטופל והמרפא שותפים הם. אם לא ישתדל המטופל לעשות מאמצים לפעול על פי הנחיות איש המקצוע, אזי שהוא פוגע בעצמו. דומה הדבר לשרברב, אשר מורה לדיירי בית שזימנו אותו, שלא להשליך מגבונים רבים לאסלה, שכן אלו סותמים את הצינורות המחוברים אליה. אם ימשיכו לעשות זאת הדיירים, הרי שלנצח יפרנסו שוב ושוב את אותו השרברב.

לטיפולים בעיסוי מסורתי, רצוי מאוד להגיע בלבוש צנוע ושאינו צמוד, לשם נוחות כל הצדדים. אם אינכם בטוחים מה ללבוש, ניתן לשאול את איש המקצוע בו בחרתם. אני מעודד את המטופלים שלי להגיע למרפאתי עם בגדי שניתן להפשיל בקלות, למקרה בו אזקק למריחת דבר מה על רגליהם, ידיהם, בטנם, גבם או צווארם, או לעיסוי יותר קרוב של אזורים אלה. חשוב כי הבגדים יהיו עשויים כותנה, או סיב טבעי אחר, שכן סיבים מלאכותיים רעילים למגע – למטופל והמרפא כאחד, ויוצרים חשמל ניח בזמן עיסוי, מה שגם כן מזיק לגופנו.

אפשר לעיתים להגיע לטיפולים בזמן מחלה מידבקת, בתיאום עם המרפא, ובתנאי שחפץ הוא לסייע במיגורה, והיא איננה מסוכנת מדי. תמיד יש להימנע, עד כמה שניתן, מאכילה בשעה שקדמה לטיפול. צריך להקפיד לשתות היטב ביום הטיפול, להתפנות בשירותים לפניו במידת הצורך, ולשתות עוד מים מיד לאחר שנסתיים הטיפול – זהו דבר חשוב ביותר. הנחיה מסורתית נוספת היא להשתדל להימנע מקיום יחסי מין בסמוך לתחילת הטיפול, ובשמונה השעות שלאחריו. הנחיה זו האחרונה איננה חובה, אך היא תשפר את התוצאות הטיפוליות, במקרים בהם טופלה מחלה פנימית או מידבקת.

טיפולים בעיסוי מסורתי הם לרוב נעימים, אך עשויים להיות במסגרתם רגעים קצרים ובהם נחוות חוסר-נוחות או אף כאב קל. הדבר טבעי ואופייני לתהליך הריפוי של אנשים רבים. מה שחשוב הוא שלאחר הטיפול, תחת ידיים טובות ומיומנות, יחוש המטופל לבסוף נינוחות, שחרור והקלה. זוהי לרוב התוצאה הסופית והמיידית. במקרים מאוד קשים ומורכבים, אפשר שהקלה משמעותית תורגש רק לאחר שניים או שלושה טיפולים. מקובל בתחומנו כי אם לאחר מספר טיפולים אין כל שיפור במצב המטופל, הוא יקבל הפניה לאיש או אשת מקצוע אחרים שיוכלו אולי לסייע בעדו.

בתמונה: רגע של נחת ושיתוף פעולה חיובי עם מטופל חייל, במהלך מלחמת חרבות הברזל.



הקשר בין עיסוי לאמנויות הלחימה

אני חש כי מתן טיפולים בעיסוי מסורתי, היה ועודו אחד הגורמים החשובים והתורמים ביותר ליכולותי כאמן לחימה. הסיבה לכך פשוטה להסבר. כאשר הינך מטפל באדם כלשהו באמצעות טווינא או נואד בוראן, אותו מטופל משול למעשה ל-'בובת אימונים'. הוא יצור חי אשר שוכב, יושב או רוכן, ובמהלך טיפולו לרוב אין לו כל קביעה או השפעה משמעותית על החלטותיך המקצועיות או תנועותיך. המטופלים, לשם טובתם עצמם, הם ככלי נגינה בידך. זוהי מערכת יחסים מיוחדת, המבוססת על אמון רב. במסגרת מערכת יחסים זו, המשימה החשובה ביותר עבורי – הראשונה במעלה, היא מתן עדיפות לריפויים המלא, המהיר והיעיל של המטופלים. אולם, בתוך תהליך זה אשר אני קובע כמרפא, ניתן לבנות יחסי גומלין אשר גם כן מעשירים אותי. התנועות, מנחי הגוף, הצעדים, המבנה, הלחצים, הכוחות והכוונות אשר מיושמים על המטופל, ניתן שאלו יהיו בדיוק או בקירוב, אותם הדברים אשר אני מיישם בשימוש באמנויות הלחימה הסיניות המסורתיות.

ההיבט המובהק ביותר לכך הוא השימוש בבריחים. כמעט כל אופנעות הבריחים באמנויות הלחימה המסורתיות, יכול להיעשות בהן השימוש לצרכי רפואתם של בני אדם, כאשר מיושמים הם בעדינות, ובהתאם לאבחנה מبدלת. כך לדוגמא, אופנעה אשר תמתח את הזרוע ותשמש לשבירת המרפק, יכולה לחלופין למתוח את הזרוע בצורה מתונה יותר, בכדי לייצר מתיחה חיובית ומועילה של שרירי הזרוע או של מפרק הכתף. אני עושה שימוש נפוץ בתנועות שכאלה, למשל, בכדי לטפל במקרים של 'כתף קפואה'.

ישנו גם בנוסף, ההיבט של הפעלת לחץ על השרירים והאיברים הפנימיים. בעיסוי, עלינו ללמוד לאחוז במידה נכונה ומדויקת ביותר בשריריו וגידיו של אדם אחר. כמו כן, אופנעות מסוימות דורשות הכאה או הרעדה של גוף המטופל, בצורה שתביא להחדרת האנעה עד לתוך אזור או איבר פנימי המצוי עמוק בגופו. דומני כי אינני צריך לגרות מעבר לכך את דמיונם של קוראים מיומנים, בכדי שתוכלו לשער כיצד יכולות שכאלה עשויות לשרתכם במצב קרבי.

יתרה על כך, ברמות גבוהות ומתקדמות יותר, ישנו ההיבט של יישום ריפוי אָנְעֵתִי. ההעברה של פְּרֹא מן המטפל למטופל, היא צורת ריפוי אשר לא ניתן לתרגלה באופן סדיר ומספק עם אמן לחימה אחר. כל המצויים בשלב זה של התפתחותם באמנויות הלחימה, יכולים להבין זאת. ההעברה הישירה של פְּרֹא נלמדת באמצעות תרגול של צד אחד אשר הינו פעיל, והשני סביל, טרם יוכל אדם ליישמה הרעיון גם באמנויות הלחימה. מכאן שאחד ההיבטים הגבוהים והמפותחים ביותר באמנויות הלחימה, מתאפשר פיתוחו המיטבי אך ורק אם אמן הלחימה מקדיש עצמו לריפויים של הזולת.

בתמונה: השימוש בבריש זרוע כחלק ממתן טיפול בִּטְוִינָא. הדגמה מאת המחבר, שיפו בלושטיין.



לא בכדי, היה העיסוי המזרחי חלק מהעברת הידע המסורתית בשושלות מגוונות של אמנויות הלחימה מן המזרח, מזה דורות רבים. מתוך ששת מורי באמנויות הלחימה הסיניות, חמישה למדו ותרגלו טְוִינָא, ברמות שונות של מיומנות. כך הוא גם המצב באלפי שושלות לוחמים נוספות ברחבי יבשת אסיה.

לכך הסברים ברורים ומוכרים. אמני הלחימה המסורתיים הינם אנשים מעשיים. לכן ידעו הם תמיד את ערכה של הרפואה הסינית המסורתית, ואת החשיבות של ידע רפואי לשם תחזוקה עצמית, וטיפול בפציעות ומחלות עבור עצמם ותלמידים. עוד היה ועודנו חשוב לנו הלוחמים העיקרון, של איזון בין היצירה וההרס, הפגיעה והריפוי. מי שיש לו היכולת לפרק, עליו החובה לדעת גם לבנות. אדם אינו יכול לשאוף לשלמות, ללא חתירה אחר איזון נאות שכזה.

העיסוי המזרחי בראי הדורות

כאשר אנו מתבוננים אחורה, אל קדומייתו של העיסוי המזרחי, רואים אנו בו את אחד מפלאי היצירה האנושית. מראשיתו, יכול היה הוא לרפא ללא צורך בכלים חיצוניים לרוב, ואף כיום תוך הסתייעות בהם באופן משני בלבד.

העיסוי אנושי מטבעו. החיות, יש מביניהן היודעות רפואה באמצעות אכילת צמחים שיסייעו למצוקתן. אחרות, פונות לחיות אחרות בסביבתן בשביל שיתמכו בהן. ישנן אפילו חיות המאפשרות ליצורים מפותחים שונים להתקיים בתוכן או עליהן, לשם תחזוקת גופן. אולם בני האדם הם היצורים היחידים אשר עשו בשיטתיות את גופם שלהם לכדי כלי הרפואה, כשיטות, המועברות מדור לדור.

האין זהו נס? הלא זוהי חוכמה גדולה? האם לא נוכל להצביע על הישג כביר זה ולומר, שיש בכך ההצהרה החוכמנית⁶⁴ המשמעותית על היות האדם אחראי לגורל עצמו וזולתו, שכן מתוך גופו שלו יכול היה להמציא את כליו? ואם היו מלכתחילה כל כליו בתוכו, האין זו רמיזה לחובתו להשתמש בהם לטובה?...

מצוי כעת ביננו היום, אותו ידע פלאי, אשר הצטבר, במסורות העיסוי המזרחי. אף שרבות ממנו סקרת, מעט מאוד תיארתי. ביבשת הודו לשעצמה, עולם ומלואו של שיטות העיסוי, אשר בעניינו לא כתבתי; וגם בארצות סין ותאילנד, כה גֵּאָה הידע בנושאים שכאלה, עד כי לא אוכל למצוא מספיק עמודים ומילים לדון אודות כולו, ואת רובו גם לא אספיק להכיר בתקופת חיים אחת.

ממרום "קידמתם", מתבוננים כיום רופאים מערביים מסוימים על העיסוי המזרחי, בהרמת גבה, ובעיקום פינת השפתיים. נדמה להם ולאחרים, כי בהיותם מתפעלי מכוונות ומיזי מתגים, התעלו הם מעל המגע הפשוט עם המטופלים, כאמצעי מרכזי לרפואה. מה גדולה טעותם! שהרי, אין דברים הרבה בעולמם של בני האדם, שמורכבותם גבוהה ממיומנויות הגוף לעשיית חסד עם הזולת, על דרך הריפוי. הללו דורשים לא בלבד יכולות המשתפות את הלב והשכל, אלא גם ידע המגיע מתוך חיבור ישיר לעובדות האדם אשר ממולנו, להבדיל מאלו הנלמדות ממילים כתובות או ממעשיות שצברו האזניים. **אין זה פשוט, להיות פשוט.** זאת ידעו ויודעים, כל הסגולנים. לכן העיסוי היה עמנו מאז ומעולם, וגם יישאר לצידנו בעתיד הרחוק, כאשר המכוונות יישכחו.

⁶⁴ חוקמנות – פילוסופיה. חוקמנית – פילוסופית. | סגולן - בלועזית: Sage. איש בעל סגולות ייחודיות. אדם אשר מבטא בחייו ובהווייתו, איכויות ייחודיות אשר נחשבות בידי רבים כפסגתם של הישגים גופניים או נפשיים מסוימים. מעצם הגדרתו הינו יחיד בדורו, או מבין מעטים בדור נתון שניתן לומר עליהם שהינם כאלה. כן זהו ביטוי לאדם אשר חוכמתו הינה יוצאת דופן.

מצאתם ספר זה מעניין ומעשיר?

מחברו זמין למתן טיפולים ברפואה
סינית מסורתית, ולהוראת שיעורים
באמנויות לחימה סיניות:

054-9059960

שיפו יונתן בלושטיין