

Inspirace z velké Číny

ČINA – BEZ PŘEHÁNĚNÍ SVĚTOVÁ VELMOC, JEDNA Z NEJRYCHLEJI SE VYVÍJEJÍCÍCH EKONOMIK DNEŠKA, VÝCHODNÍ ZEMĚ BOHATÁ NEJEN MATERIÁLNÍMI PROSTŘEDKY, ALE TAKÉ PRASTAROU KULTUROU, NÁROD S VLASTNÍ OSOBITOU FILOZOFIÍ A PŘÍSTUPEM K ŽIVOTU, NEJLIDNATĚJŠÍ A NEJBOHATŠÍ ŘÍŠE SVĚTA, KDE LIDÉ I PO TISÍCILETÍCH STÁLE POUŽÍVAJÍ OBRÁZKOVÉ PÍSMO A KDE SE MODERNA SNOUBÍ S TRADICÍ – JE PRO NÁS DNES DOZAJISTA V MNOHÝCH OHLEDECH VELKOU INSPIRACÍ.

TEXT A FOTO: ROMAN STEIGER

Zdraví na prvním místě

Tradiční čínská medicína je po tisíciletích vývoje možná propracovanější a komplikovanější než moderní západní medicína, přestože její základní principy jsou jednoduché. Čínský lékař potřebuje ke své práci nejen dlouhá léta teoretické přípravy a následně roky praxe pod dohledem zkušeného lékaře – mistra, ale mnohdy i značnou míru rozvinuté jemnosti a intuice. Vždyť na rozdíl od západního čínského lékaře rozeznává až 29 druhů pulzu a pracuje s energií, která je tak jemná, že ji západní lékař není schopen registrovat vůbec. Tak či onak, stejně jako dříve i dnes není kvalitní lékařská péče v Číně nijak lacinou záležitostí. Průměrný Číňan si odbornou lékařskou péči nemůže z důvodu vysoké ceny dovolit příliš často. Proto se o sebe Číňané starají mnohem více než například Češi se svým zdravotním pojištěním a celkově pasivním přístupem ke zdraví. Každodenní cvičení je běžnou součástí denního života většiny čínského obyvatelstva stejně jako nějaký druh „vnitřní hygieny“, tedy meditace, návštěvy chrámů atd., podle známého úsloví, že ve zdravém těle může žít jen zdravý duch.

Šaty dělají člověka

Každé české dítě se již ve škole učí, že oděv je odpradávná znakem a výdobytkem lidského druhu. Oblečení člověku vždy sloužilo nejen ke zkrášlení, zahalení, ale zejména k ochraně před vnějšími vlivy. To však dnes již často neplatí. Móda nabízí zkrášlení a odhalování. Ovšem ne tak v Číně. Když jsem v Pekingu poprvé spatřil v letním parnu na ulici ženu s dlouhým rukávem a v rukavicích, pomyslel jsem si nejprve, že ta chuděrka zřejmě trpí ošklivou kožní nemocí. Teprve později, když



jsem zjistil, že něco podobného je v Číně celkem běžným jevem, mi došlo, že oděv je zde jediným prostředkem proti UV záření. Místo škodlivých krémů s faktorem používají Číňané rukávy a čepice s širokým kšiltem. Romantické jsou zejména slunečníky, které jsou dodnes běžné ve městech i na venkově a používají je nejen ženy. Když se ochladí, nosí se v Číně dvoje kalhoty. Podobně jako naše i čínské babičky totiž vědí, že nastydnete vždy od nohou. Tradiční čínská medicína detailně popisuje meridiány vedoucí od chodidel k vnitřním orgánům, do kterých když se dostane „vít“ neboli jinová energie, nepřinese vám to nic dobrého. Punčocháče, spodky nebo kamaše udělají své. Jen s děsem ve tváři pak Číňané sledují, jak Středoevropan obléká v prosinci čtyři vrstvy svršků a na nohy jen jedny slabé rifle.

Proč Číňané nepočítají kalorie

Ochutnat čínské jídlo a zemřít. Tak by se daly stručně shrnout mé zkušenosti s pravou čínskou kuchyní, která je samozřejmě na hony vzdálená pokrmům z našich „čínských restaurací“. Miluji smažený lilek, křehké kuře, kachnu osmi pokladů či plněné taštičky fiao-c'. Někoho možná překvapí, že Číňané většinou nejsou vegetariány, naopak maso mají velmi rádi. Avšak vychutnávají si jej po kousíčcích, které prokládají hromadou zeleniny nejrůznějších druhů polévaných omáčkami nevybranějších chutí. Číňané nepotřebují citovat Hippokrata. Že jídlo je zároveň lékem, ví nejen každý čínský lékař, ale i každý dobrý kuchař, ba i každá dobrá hospodyně. A nebyť invaze podniků typu McDonald's a KFC či masové propagandy mléčných výrobků v posledních pěti letech, byl by čínský národ dnes jistě jedním z nejzdravějších na světě. Vliv fast foodu je zřejmě daní za modernu a blahobyt. Hektičtější životní styl přináší svá negativa a Číňané v tomto ohledu nebudou výjimkou. Jejich vynalézavost však nezná mezí a tak není náhodou, že se v Číně objevuje i tzv. „zdravý fast food“. Pokrmy z vodních řas doplněné zelenými šťávami a džusy z trávy jsou stále častějším doplňkem běžné stravy a nutno podotknout, že i zde se jedná o tradiční a tisíciletími ověřené „receptury“.

Šifra dynastie Ming

Čínská moudrost překonávající věky však zůstává pro mnohé stále zahalena tajemstvím. Přestože klíč k ní máme na dosah ruky. Již slavný mudrc Lao-c' si posteskl ve své knize, když napsal: „Mé učení je tak snadné k pochopení, tak snadné k provádění! A přece není na světě nikdo, kdo by je dovedl chápat, kdo by je dovedl provádět! ...“ Možná právě



proto, že jejím základem je prostá jednoduchost, zdá se tolik cizí lidem, jež mají zálibu ve složitostech. Kdo však hledá osvícení a má otevřené srdce, nachází inspiraci nejen ve filozofických textech, ale i v uměleckých dílech, která hovoří přímo k lidskému srdci. Nikde se necítíte tak posvátně, jako pod Chrámem nebes Tchien-tchan. Úžasná mingská stavba Čchi-nien-tien, jež tak silně působí na všechny své návštěvníky, v sobě skrývá kouzlo čínského umění symboliky a manifestace vesmírných zákonů. Základ stavby, mající čtvercový půdorys, symbolizuje zemi se svými čtyřmi světovými stranami. Na kruhových terasách z bílého mramoru, připomínajících oblaka a představujících stupně k nebesům, stojí rotunda s trojitou střechou pokrytou temně modrými taškami a symbolizující nebesa. Její dřevěné sloupy jsou uspořádány tak, že čtyři

centrální sloupy představují čtyři roční období a dvanáct vnějších sloupů představuje dvanáct měsíců a dvanáct denních dob. Drak a fénix namalovaný na střešních trámech symbolizuje základní vesmírné síly jin a jang, jež měly být na zemi zastoupeny v osobách císaře a císařovny. Síla bezprostředního dojmu tohoto architektonického skvostu dává tušit, jak harmonický a velkolepý život povede každý, kdo usiluje jednat vždy v souladu s přírodou. Pohled na tuto překrásnou a impozantní stavbu mě ani po letech nepřestává uchvacovat a kdykoliv se mi naskytne, má ruka znovu a znovu bezděky sahá po fotoaparátu.

Autor je prezidentem České asociace taijiquan. www.taiji-quan.cz

