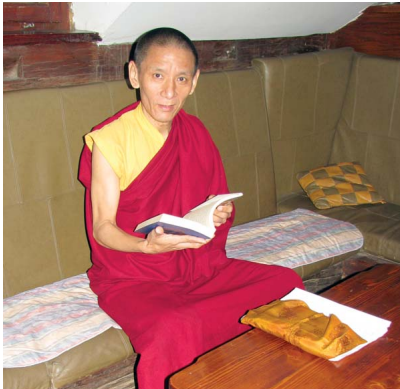




Osmijeh na licu dr. Tenzinga Jinpe, kada je u zagrebačkoj zračnoj luci ugledao natpis sa svojim imenom, učas je odagnao svaku bojazan o tome kako će komunikacija tijekom sljedeća dva dana, koliko će biti u gostima kod bjelovarskog odvjetnika Vladimira Gredelja, biti otežana zbog činjenice da je riječ o budističkom lami i doktoru tibetanske tradicionalne medicine. Naprotiv, na naše nemalo iznenađenje već nakon prvih rečenica dobrodošlice i kurtoaznog propitkivanja o dugočasnem letu, otvoren i jednostavan, kakav je, na krhkom nam je engleskom čestitao na izvrsnim igrama naše nogometne reprezentacije i odmah zatim, temperamentom pravog nogometnog zagriženca, vrlo upućeno prokomentirao i igre drugih reprezentacija na EURU 2008. »Nogomet je na Tibetu iznimno popularan i, premda nemamo nacionalnu vrstu, igra se lokalno, u svim mjestima, gdje god ima ravnoga tla«, pojašnjava dr. Tenzing. Vidjevši kako njegova opća kultura obuhvaća i dobro poznavanje međunarodnoga športa pobrojasmu mu sve športove po kojima svijet prepoznaje i uvažava Hrvatsku od njezina osamostaljenja, što je i sam potvrđivao kimanjem glave ili glasnim odobravanjem. Posebice mu, pak, naglasismo one koji su proslavili Bjelovar. Međutim, unatoč činjenici da mu je Hrvatsku otkrila baš naša Bjelovarčanka, svjetska putnica i njegova velika prijateljica Đo, rukomet mu je potpuna nepoznanica!?

Ipak, naše čuđenje nije dugo potrajalo jer smo i sami vrlo brzo uvidjeli kako je povlasticu poznavanja takva iznimna čovjeka krajnje besmisleno trošiti na »najvažnije sporedne stvari na svijetu«.

VAŽNO JE PITI TOPLU TEKUĆINU

I sâm duboko i zauvijek vezan uz prirodu i tradicionalno, dr. Tenzing je, čini se, u jednostavnim i tihim bilogorskim selima i zdravoj raskoši bujne Bilogore prepoznao iste one vrijednosti koje i dan-danas krasi njegov rodni Kalimpong u okrugu Darjeeling. Nekada poznat i kao »Queen of the Hill«, kako su u 17. stoljeću svojemu omiljenom kontinentalnom izletištu tepali engleski kolonizatori, Darjeeling je svoju svjetsku slavu stekao po čajnim nasadima na obroncima

Himalaje (od 800 do 2.000 metara nadmorske visine) koji daju vrhunske čajne vrste, posebice u drugoj berbi (sredina srpnja do kraja kolovoza), nježne arome znane i kao »šampanjci među čajevima«. Stoga ni ne čudi što je doktorovo oduševljenje dodatno iskreno poraslo kada smo mu za naše biljne čajeve rekli kako su spravljani od metvice i kadulje ubrane nedaleko kuće i osušene baš tu, u hladu dvorišta.

Vidjevši ga kako tijekom cijeloga dana pijucka čajeve, ujutro, jači, crni čaj (indijski), a tijekom dana, sve do pred spavanje, naše lagane biljne čajeve, zaključio sam kako tvrdnje naših estradnih prirodnjaka o tome kako nije dobro piti više od dvije šalice čaja dnevno, zapravo, ne stoje.

»Bitno je piti toplu tekućinu, a ne hladnu... od ranoga jutra, i prije i nakon jela, i tijekom dana kada god možeš pa i navečer. To pomaže čišćenju organizma...«, pojednostavnio mi je. »Pravi čaj je dobar izvor antioksidansa (tri veće šalice pravoga čaja imaju istu vrijednost kao šest jabuka). Iako je njegova energentska vrijednost gotovo nikakva, njegova je hranjivost jako dobra, posebice ako mu dodaš i nekoliko kapi mlijeka. Mi ga redovito pijemo s nekoliko kapi mlijeka jáka. To je kod nas običaj.«

»Od kada? Prije Engleza?«

»Oh, mnogo prije... Otkad' znamo za čaj, pretpostavljam.«

»Ali, kažu kako nije dobro dodavati mlijeko u kavu...«, nastavljam, imajući na umu kako i u čaju ima kofeina.

»Ne brini, s čajem nema problema. Vjeruj mojim precima«, prijateljski me ohrabruje, a ubrzo su mi to potvrdili i čajoznalci: nekoliko šalina čaja s mlijekom može tijekom dana nadopuniti prehranu s gotovo svim prehranbenim tvarima, a osobito mineralnim komponentama.



PROTIV POMODARSKIH ZDRAVSTVENIH NEBULOZA

Roditelji pedesetogodišnjeg dr. Tenzinga živjeli su, inače, uz tibetansko-indijsku granicu tako da se više nitko ni ne sjeća kada su se, zapravo, za stalno preselili u Indiju. Uglavnom, on je 1987. godine u »stomilijunskoj« Kalkuti upisao studij tradicionalne tibetanske medicine i već se nakon godinu dana zareadio i postao budistički lama. Po svršetku studija, umjesto praktične službe u hramovima, preuzeo je obvezu pomaganja bolesnima »najbolje što zna i umije«.

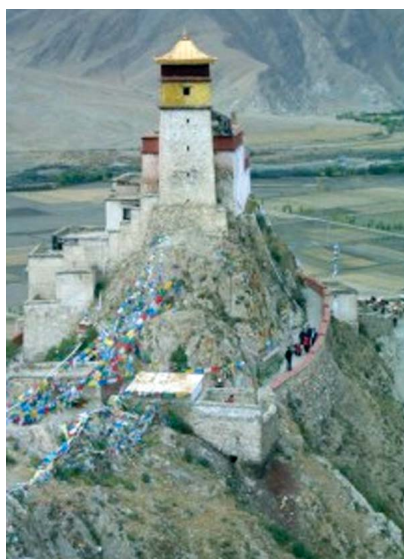
Od sedmero braće i sestara, koliko ih ima, samo se još jedan brat zareadio, i to u kršćanskoj zajednici. Naime, studij fizioterapeutike, što je kao slijepac želio studirati, tada je stipendirala jedino kršćanska zajednica tako da je socijalno uvjetovan pragmatizam nadvladao običaj, što mu, naposljetku, nitko nije zamjerio. A, i tko bi? Budisti, poznato je, smatraju svoju religiju univerzalnim učenjem koje uči čovjeka kako uzeti konce života u vlastite ruke. Budi ga iz sna o životu kako bi stvarnost vidio onakvom kakva ona doista i jest, odnosno, kako bi postao »probuđen«, ili, u prijevodu - Buddha.

»U budizmu nastojimo održati balans u svemu«, zaključuje Jinpa ovu temu i otvara novu - zdravlje i tradicionalne medicine. »Ljudi vrlo često traže našu pomoć i savjete, ali da ne mijenjaju navike koje su im i donijele zdravstvene probleme...«

»Kod nas na Zapadu nema novina i medija u kojima se ne 'vrte' savjeti o zdravlju: kako mnogo jesti i zdravo smršaviti, kako živjeti 200 godina... Kao da se zdravlje jednostavno kupuje. Uđe čovjek u trafik u i s novinama kupi i zdravlje!«, smijemo se.

»Da,«, dodaje, »ljudi bi željeli dugo živjeti ali da ne stare, što nâs, liječnike, stavlja pred nerješivu enigmu: kako postići i jedno i drugo?«

Sve te pomodarske nebuloze ovoga kaotičnoga svijeta kao i mnogobrojne lažne tržnice zdravlja, zabrinule su doktorovu stručno-religijsku zajednicu jer je rasprostranjena komercijalizacija tradicionalne medicine predstavljala izravnu prijetnju vjerodostojnosti njihova temeljnoga poslanja - pomoć ljudima. Iz toga je razloga tibetanska Vlada prije pet godina utemeljila Vijeće koje danonoćno kontrolira kvalitetu liječničkih postupaka kao i cijene njihovih usluga. Članove toga tijela bira četiristotinjak liječnika tradicionalne tibetanske medicine iz cijeloga svijeta, a o doktorovu rejtingu među njima najrječitije govori to što su ga na posljednjoj svojoj Skupštini upravo kolege izabrale za jednoga od sedmero članova toga najvišega tijela.



To priznanje, kao i činjenica da je kroz dugi niz godina stekao veliki krug pacijenata iz Poljske, Gruzije, Slovenije, a tijekom posljednjih godina i iz Hrvatske, učvrstilo je dr. Tenzinga Jinpu u odluci da prije nešto više od godinu dana otvori svoju vlastitu kliniku pod imenom JUTHOG TIBETAN HERBAL CLINIC. U tom se nazivu jasno iščitava i njegovo duboko poštovanje prema ocu suvremene tibetanske medicine Juthogu Jontenu Gonpu (708.- 833.), budističkom redovniku koji je osnovao prvu medicinsku školu i kojega zbog brojnih tekstova smatraju medicinskim Buddhom.

OSMIJEH JE ČINITELJ ZDRAVLJA I LJEPOTE

Korijeni tradicionalne tibetanske medicine izviru iz lokalne pučke tradicije i sežu do 3. tisućljeća prije naše ere. Tijekom vremena usvojeni su i neki elementi indijske ayurvede, kao i tradicionalne kineske medicine. Danas, međutim, osnovne metode dijagnoze i terapije tibetanske medicine počivaju na trima temeljnim principima: Vata, Pitta i Kapha, koji kroz parove

osnovnih elemenata (prostor, zrak, vatra, voda i zemlja) daju, pak, sedam konstitucija kroz čiju se ravnotežu očituje prirodno stanje reda, odnosno zdravlje, i stanje nereda, odnosno bolest.

Ovu složenu nerazumljivu kombinaciju poznatih nam elemenata doktor Tenzing jednostavno dopunjava i pojašnjava: »Temeljna razlika između tibetanske i svih drugih medicina je u tome što mi izvor bolesti utvrđujemo pomnim pregledom pulsa. Na lijevoj ruci »vidimo« stanje srca, kičme, trbuha, lijevoga bubrega i reproduktivnih organa, a na desnoj strani: pluća, žuč, jetru, debelo crijevo, desni bubreg i urinarni trakt.« Jednostavno, zar ne?

Na žalost, posjet dragog nam gosta prošao je u hipu. Prvoga se posjeta Hrvatskoj sjeća po dočeku milenijske Nove godine, a ovaj, sedmi po redu, koji je posvetio upoznavanju rodnoga grada i kraja svoje dugogodišnje prijateljice, koju će za koji dan posjetiti na Hvaru, protekao je u upoznavanju i druženju s ljudima s kojima je Do odrastala. Možda će ovaj posjet zapamtiti samo po nogometu i žestokom navijanju... ili po crveno-bijelom dresu koji mu je Vlado poklonio za uspomenu... ili, možda, baš po našoj nadahnutoj svirci. A, možda, ipak, samo po smijehu i dobrom, prijateljskom ozračju.

»Jedanput me je, za posjeta Gruziji, novinar koji je pisao o modi, upitao: 'Koja je tajna ljepote?'. Odgovorio sam mu kako mislim da je tajna u osmijehu. Osmijeh čini ljude i ljepšima i zdravijima.«