

Traditionele Chinese geneeskunde is populair in het Westen. De holistische visie dat alles met elkaar samenhangt biedt een aantrekkelijk alternatief voor de ontleedende westerse artsenij. Vooruitlopend op een VNC-symposium over *Traditional Chinese Medicine* een korte wat-en-hoe van Chinese geneeskunde en het verschil tussen een Griekse atleet en een Chinees stripfiguurtje.

Hoe ziek is een Chinees?

door David Engelhard

Hoe traditioneel is traditionele Chinese geneeskunde (*Traditional Chinese Medicine*)? Die vraag is even ingewikkeld te beantwoorden als de vraag hoe *modern* de reguliere geneeskunde is. Het is uiteindelijk een kwestie van definities en vergelijkingen, en dat is nooit zo boeiend. Het predicaat 'traditioneel' vertroebelt bovendien ons 'moderne' inzicht in de veelsoortige ontwikkelingen en daarom laten we dat gewoon weg: Chinese geneeskunde, ofwel *Zhongyi*, zoals in het Chinees, is duidelijk genoeg.

Of je nu een goed verzekerde westerling bent in de 21^{ste} eeuw of een oude Chinees in de Ming-dynastie: behoudens enkele onbelangrijke verschillen is het lichaam anatomisch gelijk. Dat



denkt u, en terecht. Toch is de *idee* van het lichaam en de daarbij horende kwalen helemaal niet gelijk. Het Nederlandse woord 'lichaam' komt van de samenstelling 'lijk' (=vlees) en 'haam' (= omhulsel), ofwel het vleselijke omhulsel van de – veel belangrijker – ziel of geest. Sinds de Griekse tijd wordt het lichaam bewonderd om zijn fysieke kracht, zijn spierbundels en ranke postuur. De westerse chirurgijn deed zijn kennis van de geneeskunde op door het lichaam te ontleden zodra het niet meer nodig was als omhulsel.

Voor de spieraanbidder is de afbeelding van het Chinese lichaam bijna een stripfiguurtje: enkele ronde lijntjes geven nauwkeurig het bolle buikje en de hangende borstjes weer. Hoewel menig moderne westerling (en Chinees) in de badkamer meer op het Chinese dan op het Griekse plaatje lijkt, herkennen westerlingen zich veel meer in de bodybuilder.

Theater van kosmische processen

Het Chinese lichaam is geen omhulsel, maar een theater voor de manifestatie van kosmische processen. Alles wat zich op macroschaal in de hemel afspeelt, weerspiegelt zich in de microkosmos van het lichaam. Het lichaam van de mens is de beeltenis van een koninkrijk, aldus de taoïsten. Bij dit lichaam gaat het niet om de werking van de onderdelen, maar om de interactie van de processen. Abstract? 't Is maar wat je uitgangspunt is. In China is dat: hemel en lichaam zijn opgebouwd uit de vijf fasen (*xing*, ook wel eens abusievelijk vertaald met 'elementen' naar analogie van – inderdaad – de vier Griekse elementen). Deze fasen van materiële formatie zijn metaal, water, hout, vuur en aarde. Zij staan in een onderlinge relatie van zowel creatie (voorbeeld: hout maakt vuur mogelijk) als vernietiging (voorbeeld: water dooft vuur).

De vijf fasen liggen aan de basis van de wereld om ons heen, maar vormen ook de basis voor de processen en krachten in ons lichaam. Elke fase hangt immers samen met een organische

lichaamsfunctie en een basale emotie. Metaal hoort bij de longen en verdriet; water staat voor de nieren en angst en depressie; hout is lever en woede; vuur is het hart en uitgelatenheid en aarde hoort bij de maag en piekeren. Helemaal niets vreemds eigenlijk: ook in Nederland zijn we 'in hart en nieren', hebben we het 'op de lever', 'ligt het hart op de tong' en 'fladderen er vlinders in je buik'.

Demonen en andere kwade geesten

De Chinese organen zoals 'hart' en 'lever' verwijzen binnen de context van de Chinese geneeskunde eerder naar meridianen die door het lichaam stromen, dan naar de anatomische organen zelf. Het is de *qi* die het geheel laat leven. *Qi* is de vitale energie van het lichaam, die stroomt door de meridianen. Als je een klok openschroeft, zul je niet de tijd aantreffen. Net zomin vind je *qi* als je een lijk ontleeft. Het Chinese lichaam laat zich kennen door meditatie en lichamelijk oefeningen (*qigong* – de vaardigheid van *qi*) als *wushu* en *tai ji quan*.

Wie zich onderwerpt aan de discipline van de meditatie of vechtkunst leert de innerlijke processen in balans te brengen. Want daar gaat het om: het in balans houden van de processen. *Yin en yang*, de twee onafscheidelijke 'complementaire tegenpolen' houden de wereld en dus het lichaam gezond wanneer zij in harmonie verkeren. Disharmonie schept chaos en dat betekent een surplus aan yin, waardoor de deur voor demonische krachten zich opent. Overigens, voor de gewone 'man en vrouw op straat' waren het sowieso meestal demonen en andere kwade geesten die ziekten veroorzaakten. Zij lieten het filosoferen over disharmonieën en fasen graag aan de intellectuelen over.

Ritme van de ziekte

Hoe weet een Chinese dokter of een patiënt ziek is? Dat doet hij (tegenwoordig ook zij) door te kijken (voornamelijk naar de kleur van het

gelaat); te luisteren en te ruiken; te vragen en te voelen (voornamelijk van de pols). Het voelen (*qie*) van de pols (*mai*) is de belangrijkste onderzoekstechniek. Een dokter voelt wel de *mai* op de plek waar westerse anatomen de pols lokaliseren (en ook nog wel eens voelen om het hartritme te meten), maar daar gaat het eigenlijk niet om.

Geen pols is dood, wel pols is leven. Daartussen klopt het ritme van de ziekte. *Qiemai* is niets minder dan het voelen van de levensomloop in al zijn facetten. De exacte plaats op de pols is van belang, evenals de soort en mate van contractie die voelbaar is. Een ervaren arts hoeft niet te vragen naar hoe de zieke zelf zijn klachten onder woorden probeert te brengen. Hij grijpt meteen de pols en stelt zijn diagnose.

Ook door waarneming van de gezichtsuitdrukking (*se*: kleur) kan de arts de disbalans opsporen nog voordat de zieke klachten heeft. Hij stelt vast of de se kleurig is of dof, en hoe de textuur en vochtigheid is zoals een tuinman zijn bloemen inspecteert: staan ze er mooi bij? Een mens kan bloeien of verlept zijn. Dat is een beeldspraak die niets te raden overlaat.

Wanneer de arts eenmaal weet wat de patiënt mankeert, kan de behandeling beginnen. Overigens stelt de arts eerst een soort offerte op met daarin zijn diagnose en behandelplan. De patiënt staat het volkomen vrij om ook andere artsen te raadplegen alvorens met een van hen in zee te gaan. In een medische traditie waar weinig gestandaardiseerd of vastgelegd is, maar juist alles draait om persoonlijke ervaring, is dat geen overbodige luxe.

Acupunctuur, kruiden en massage

Wanneer eenmaal de arts gekozen is, staat hem een aantal behandelmogelijkheden ter beschikking. De belangrijkste is de acupunctuur. Ook het voorschrijven van kruiden, al dan niet in bewerkte vormen, en vele soorten van massage en *qigong* behoren tot de mogelijkheden. Acupunc-

tuur betreft het inbrengen van naalden, soms verhit met *moxa* (een soort kruid), op specifieke punten op het lichaam. Deze punten liggen op een meridiaan, ofwel banen die lopen over het gehele lichaam. Door de meridianen op bepaalde punten te stimuleren door erin te prikken wordt als het ware de doorstroming (van *qi*) gestimuleerd.

De vergelijking met het premoderne Europese gebruik van aderlaten komt niet helemaal uit de lucht vallen. Aderlaten – ofwel het laten wegvloei- en van bloed – was in het klassieke China niet geheel onbekend, maar het heeft in de ontwikkeling van de Chinese geneeskunde geen rol van betekenis gespeeld. In Europa is juist het belang van de topologie (de plaats van het prikken) afgenomen, maar is het aderlaten populair gebleven tot ver in de 19^{de} eeuw.

Waar men in Europa bang was voor ‘volbloedigheid’, en neusbloeden en menstrueren ook heilzaam werd geacht, bestond die angst in China niet. ‘Volheid’ (*shi*) bestaat als beeld wel, maar staat in directe relatie met ‘leegte’ (*xu*), waarbij de laatste de meest negatieve en te vermijden staat van zijn is. Enigszins vergelijkbaar daarmee is de Grieks/westerse angst om een teveel aan sperma op te hopen, terwijl Chinese mannen tot de huidige dag bang zijn te veel sperma – en daarmee hun levenskracht – te verliezen.

Altijd al was de geneeskunde een amalgaam van tradities, verbonden met volksgeneeswijzen en religieuze (taoïstische) rituele handelingen. Dat is nu ook nog zo. In het huidige China bestaat een solide, maar bescheiden netwerk van ‘Chinese’ geneeskundige zorg. De verspreiding van ‘westerse’ geneeskunde is echter veel groter en over het algemeen populairder. Chinese geneeskunde is met zijn holistische benadering echter zeer populair bij alternatiefminnende westerlingen. 友

VNC organiseert op 18 mei 2006 een congres over Chinese geneeskunde in Nederland. Zie voor meer informatie www.vnc-china.nl.

AcupunctuurHBO.nl

明雅圖書公司
MING YA CHINESE BOEKHANDEL

Geldersekade 105
1011 EM Amsterdam
www.mingyabooks.com

Tel: 020 6258330
Fax: 020 6205794
info@mingyabooks.com

HET VERHAAL ACHTER CHINESE KARAKTERS
chinese karakters uitgelegd



HET VERHAAL ACHTER CHINESE KARAKTERS
ISBN 90-72179-24-2 278 pag.
185 x 175 mm € 22,50

Een verzameling van strips introduceert op systematische wijze de vaakst voorkomende radicalen en de samenstelling waarin ze voorkomen, samen met karakters waarmee ze verwant zijn of waarmee ze in verband worden gebracht.

鸟 (鳥) niǎo vogel



々々鸟鸟

Verkrijgbaar bij Ming Ya of uw boekhandel



Al uw **online** China-informatie en China-inkopen

www.geledraak.nl
& www.zaiton.nl

Wilt u ook een abonnement op China Nu?

bel 030 236 90 32 of
[mail info@vnc-china.nl](mailto:info@vnc-china.nl)