

Sān Yīn / de drie ziekteorzaken

Onder de Sān Yīn worden verstaan:

1. Wai Yīn / Externe oorzaken

Externe ziekteorzaken zijn het gevolg van klimaatfactoren, deze zijn Wind, Koude, Zomerwarmte, Vocht, Droogte en Vuur.¹

Dit zijn dus niet de Liù Qì ofwel de 6 klimatologische verschijnselen waarvan allen, behalve vuur, bij een seizoen horen, maar de Liù Yīn ofwel de 6 EPF. Een klimatologische verschijnsel wordt pas een EPF, wanneer

- het klimatologische verschijnsel niet goed in het seizoen terecht komt (bijvoorbeeld als het ook gedurende het voorjaar te koud blijft. Koude hoort meer bij de winter en bij voorjaar hoort wind)
- een van hen te sterk is (denk aan extreme koude in de winter) of
- wanneer de Qì van persoon in kwestie niet voldoende weerstand heeft tegen deze weersgesteldheden.

M.b.t. CANS/RSI hebben we het naast overbelasting, vaak over de laatste categorie.

2. Nèi Yīn / Interne oorzaken

Woede, vreugde, zorgen maken, overdenken, droefheid, angst en emotionele shock.²

Deze emoties kun je ook terugvinden in de correspondenties van de 5 elementen. Emoties ervaart iedereen. Emoties kunnen ziek maken als ze te hevig zijn of te lang duren.

3. Bù Nèi Bù Wài Yīn / overige oorzaken

Andere ziekteorzaken zijn: zwakke constitutie, overspanning, overmatige seksuele activiteit, slechte voeding, traumata, parasieten en vergiftiging, verkeerde behandeling.³

Hieruit blijkt het belang van een goede balans zonder excessieve bezigheden en overbelasting en een goed dieet. Zwakke constitutie is iets waar je niets aan kunt doen, maar zorgen dat er geen overspanning/overbelasting plaats vindt en de zorg voor goede i.p.v. slechte voeding, daar heb je zelf natuurlijk wel invloed op. Daarnaast vallen onder deze categorie de trauma's en andere zaken onder.

We hebben de verschillende ziektemakers de revue laten passeren. Daarbij hebben we het gehad over externe en interne oorzaken en overige oorzaken. De interne oorzaken, zijnde emoties, worden in het Westen sinds kort erkend als zodanig bij aandoeningen als CANS/RSI maar emoties worden in de westerse geneeskunde heel anders bekeken. Omdat de samenhang tussen lichaam, geest en emoties in de TCM al zo lang duidelijk is, lichten we deze pathologische emoties er nog even uit in het volgende onderdeel.

De rol van de Qì Qíng / 7 pathologische emoties

Zoals eerder aangegeven worden emoties pathologisch als ze te hevig zijn of te lang duren maar ook als ze te lang onderdrukt worden. Binnen de TCM kennen we 7 emoties die ook weer bij de 5 elementen onder te brengen zijn en zich dus ook bij een disbalans van bijbehorende organen/meridianen manifesteren of een disbalans in deze organen/meridianen kunnen veroorzaken.

De Qì Qíng zijn:

Pathogene emotie	element	Qì*	Orgaan / meridiaan Yīn / Yáng
Nu / woede	Hout	Stijgt	Lever / galblaas
Xǐ / vreugde	Vuur	Verspreidt	Hart / dunne darm Pericard / driewarmer
Sī / Piekeren	Aarde	Stagneert	Milt / maag
Bēi/verdriet Yōu / melancholie	Metaal	Lost op	Long / dikke darm
Kōng / angst Jīng / Schock	Water	Daalt	Nier / blaas

* In hoofdstuk 39 van de Su Wen, wordt er een directe link gelegd tussen verstoorde emoties en de invloed die deze heeft op de Yíng Qì en de Wèi Qì.

Als je van de vijf elementen uit gaat, en je kijkt naar de controlerende cyclus, dan constateren we dat als metaal, hout controleert, je ook kunt zeggen dat verdriet, woede controleert en angst vreugde. Daarnaast is hier goed te zien wat de emoties doen met de stroming van je Qì in je lichaam. Bijvoorbeeld, woede doet Qì stijgen, met als gevolg een excès aan Qì in het bovenste deel van het lichaam. Als je bijvoorbeeld tijdens het eten woedend bent, gaat de vertering en transport van de voeding niet naar beneden door de stijgende Qì richting van woede. Verdriet lost Qì op. M.a.w. je raakt je energie er door

¹ Maciocia, G, De Grondslagen van... p.132

² Maciocia, G, De Grondslagen van... p.130

³ Maciocia, G, De Grondslagen van... p.135

kwijt. Iedereen kent dit wel, de uitgeputheid na een heftige/verdrietige emotie. De emoties kunnen dus ook verantwoordelijk zijn voor een disbalans binnen de 5 elementen.

We hebben besproken welke aspecten binnen de Traditioneel Chinese Geneeskunde een belangrijke rol spelen. Nu is het tijd om de basis te bespreken waarop de TCM haar diagnose baseert.