



Nier-yin-xu, ook wel shen-yin-xu

In de column van november 2006 heb ik al eens een keer shen-qi-xu behandeld. Xu betekent: tekort, te weinig. Qi is in de Chinese Geneeswijze dat wat het lichaam nodig heeft om te leven. Qi wordt vaak vertaald met energie. Qi is onder andere dan ook warmte.

Yin en yang staan in de Chinese Geneeswijze altijd voor iets dat ten opzichte van elkaar staat. Yin is meer materieel dan yang. Water bijvoorbeeld is yin als stoom yang is, maar hetzelfde water is yang als het tegenover ijs staat. Het is altijd relatief. Yin is koud, yang warm, yin is de voorkant van een mens, yang de achterkant, yin is de onderkant, yang de bovenkant, yin is min, yang is plus, yin is de aarde, yang is de zon, een vrouw is meer yin, een man meer yang, bloed is yin, qi yang enz. enz.

In de filosofie van de Traditionele Chinese Geneeswijze (TCG) is het zo, dat, als er een eitje bevrucht wordt en het eitje zich splitst in twee celletjes, het allereerste begin van de linker- en de rechternier er dan is. Tussen deze twee cellen zit een acupunctuurpunt. Dit heet in de TCG het punt Ming Men. Dat punt zit later midden tussen de nieren t.h.v. de tweede lumbale wervel. Bij lage rugklachten is het vaak dát punt wat pijn gaat doen. Hernia's zitten meestal op dit niveau. Ming Men staat eigenlijk voor je "waakvlam". Als je moe wordt, gaat Ming Men flakkeren (pijn doen). Ga je door, dan krijg je vanzelf meer pijn, de bekende rugklachten. De nieren zijn het waterelement, de basis, het begin van leven. 70% van je lijf is water. De TCG zegt dan ook, dat bij alle ontwikkelingen in het lichaam, de nieren betrokken zijn.

Zo ook bij lichamelijke klachten / gezondheidsklachten.

- De nieren vullen het ruggenmerg en voeden de hersenen (bij verstoringen geeft dat dus o.a. duizeligheid, concentratiegebrek en vergeetachtigheid)
- De nieren zijn de basis van yin en yang en controleren daardoor yin en yang. (ontlasten en urineren, met als gevolg b.v.: incontinentie, witte vloed, diarree.)
- De nieren verwarmen het lichaam (interne koude, overgewicht, snel bevattelijk voor koude zoals snel verkouden, griep, lage weerstand, allergieën,)
- De nieren smeren de gewrichten (met als gevolg bv. reuma, stijve gewrichten, spierkrampen)
- De nieren ademen in. (met als gevolg kortademigheid, hyperventilatie, benauwdheid)
- De nieren slaan jing (je erfelijk materiaal) op. (bij mannen: b.v. slecht bewegend zaad, misvormd zaad, slijm in het sperma, bij vrouwen: b.v.: onregelmatige menstruatie cyclus, soms wel tot 40 dagen, veel bloedverlies, infertiliteit, frigiditeit, overgangsklachten, enz.)
- De nieren openen in de oren zegt de TCG. De oren hebben ook dezelfde vorm als de nieren. Wie heeft er nog nooit van ooracupunctuur

- gehoord? (met klachten als een constante pieptoon in de oren, hardhorendheid, vaak ontstoken oren en veel oorsmeer)
- De nieren dragen bij in de productie van bloed en merg (met als gevolg bloedarmoede, angst, duizeligheid, onzekerheid,)

Omdat de nieren de oudste organen in het lichaam zijn, zijn ze ook vaak het eerste orgaan dat minder goed gaat functioneren. Natuurlijk zijn bij al deze klachten niet alleen de nieren betrokken, maar ook andere organen en/of lichaamsdelen, echter de nieren vormen hierin vaak de basisklacht. In onze opleiding werd er al gezegd: Veel klachten, dezelfde diagnose. Dit is weer dat "wortel-en-tak-verhaal", zoals ik dat hier op deze plek al vaker heb beschreven. Mocht u zich ook herkennen in een of meerdere klachten, neem dan gerust eens contact op met de **Praktijk voor Traditionele Chinese Geneeswijze Jan Elferink in Lichtenvoorde, Dijkstraat 25. Tel 0544 375124 of 0651104848. Ook via internet kunt u terecht. Ook voor vragen. Kijk gerust op www.jan-elferink-tcm.nl, of mail praktijk@jan-elferink-tcm.nl** Ook snel nog even een misverstand uit de wereld helpen: Behandelingen in mijn praktijk gaan niet van uw eigen risico af.