



Wat betekent dit nou? Chinees in het blad Mijn Regio?

Jawel. Nier-qi-xu is de Chinese omschrijving voor een diagnose van bepaalde klachten in de Traditionele Chinese Geneeswijze. Een belangrijke diagnose. Een veel voorkomende diagnose. Een diagnose die meer en meer voorkomt. Wat dat precies is, is moeilijk te zeggen. Ik kan er wel een omschrijving van geven. In de TCG wordt een diagnose gesteld op basis van yin en yang. Yin is het materiële en yang is het meer bewegende aspect. Ook is yin meer koud, yang meer warm. Yin is meer vrouwelijk en yang meer mannelijk. Dit is echter altijd relatief: een em-mer water is yin ten opzichte van stoom. De emmer water is immers kouder dan de stoom. Echter, de-zelfde emmer water is yang ten opzichte van een blok ijs. Hier is de emmer water immers warmer. Het verschil heet in de TCG de Qi. Qi wordt ook wel vertaald met energie. Maar Qi is meer. Het is ook de kracht, het bewegende, het levende in een or-ganisme. In het Nederlands hebben wij daar geen letterlijke vertaling voor.

In de reguliere westerse geneeswijze verwijderen de nieren het teveel aan vloeistof uit het lichaam.

Nier-qi-xu. In het Chinees: Shen-qi-xu

Ook in de TCG. In de TCG echter hebben de nieren nog een heel aantal andere functies. Zoals het verwarmen van het lichaam. In de TCG zijn de nieren de CV-ketels van het lichaam. Ze leveren onder andere het verteringsvuur, ze vullen het ruggenmerg, voe-den de hersenen, koelen het hart, ze ademen in en uit, bevochtigen de ge-wrichten, de longen bevochtigen de huid, ze ope-nen in de oren, ze zijn de basis van yin en yang en zorgen voor vererving. Met andere woorden. De nieren zijn in de TCG zéér belangrijke organen. En omdat ze de basis zijn van alle yin en yang in het lichaam, beïnvloeden ze dus ook alle acties, orga-nen, vloeistoffen en materie van dat lichaam.

Waarom komt de nier-qi-xu dan steeds meer voor? Omdat de moderne mens in zijn leefgewoontes de nieren aan het uitputten is!

Vroeger hadden we nog geen TV, geen computer, geen mobieltjes, geen stress, geen financieringstekort, geen snelle hap, minder snoep, geen nootjes en geen alcohol. De mens leefde rustiger. Men had meer tijd voor elkaar en nam meer rust. Als het 's avonds donker werd, ging men het huis in en las men boe-ken, deed men spelletjes en ging men vroeg naar bed. Men leefde evenwichtiger. Yin en yang waren veel meer in balans. Momenteel kan het niet snel genoeg gaan. We razen met onze auto over de we-gen. We willen snelle reacties op

onze vragen. Eten doen we steeds meer staand, drinken wordt steeds vaker koud uit de koelkast en van onze relatie wordt steeds meer verwacht dat het dynamisch snel en opwindend is. We putten onszelf uit. Dit gaat ten koste van de Nier-qi. Dit heeft gevolgen: meer allergieën, meer hyperventilatie, meer huidklach-ten, meer koude voeten en handen, overwerktheid, meer oorsuizing, meer rugklachten, meer overge-wicht. Dit gaat niet meer vanzelf over. De TCG heeft dit probleem een naam gegeven. Nier-qi-xu: uitputting en verzwakking van de nieren.

De TCG heeft kruiden die de Nier-qi versterken zodat zij u meer en beter kunnen verwarmen (bijv. bij overgewicht), de gewrichten beter be-vochtigen (bij reuma), de nieren versterken bij het inademen (bij astma of hyperventilatie), de huid beter bevochtigen (bij psoriasis of eczeem) en het bloed versterken (burn out, migraine, menstuele klachten). Omdat de nieren de basis zijn van alle yin en yang in het lichaam, zijn ze ook bij alle klachten van het lichaam betrokken. Niet altijd even erg, maar ze doen wel mee.

Wilt u hulp of wilt u meer weten?

Neem contact op met de Praktijk voor Traditionele Chinese Genees-wijze Jan Elferink, Dijkstraat 25 Lichtenvoorde. Tel 0544 375124, mobiel 06-51104848 of via www.jan-elferink-tcm.nl