

Metaforen in de TCM

Door Ellen IJspeert

Ga je in een zenuw prikken? Wat zijn meridianen nou eigenlijk? Hoe kan het dat ik veel slaap maar toch moe ben? Moet ik nu voortaan wekelijks komen om energie te krijgen? Deze vragen zul je wel herkennen want patiënten worden steeds mondiger. Als acupuncturist kunnen we ons profileren door duidelijke uitleg te geven en daardoor wordt de acupunctuur door een breder publiek beter begrepen en geaccepteerd. Het gebruik van metaforen werkt daarbij vaak goed. Samen met diverse collega's hebben we een avond gesproken over hoe we TCM uitleggen aan de leek en welke metaforen we daarbij gebruiken.

Een metafoor is: "beeldspraak door middel van vergelijking"(bron:www.tussentaalenbeeld.nl). Deze beeldspraak komt vaak uit de natuur, zoals de vijf elementen met de seizoenen zijn verbonden. Door een vergelijking te maken met de leefwereld van de patiënt kan deze zijn situatie en behandeling beter begrijpen en daardoor zijn leefstijl aanpassen omdat hij snapt hoe het werkt. De patiënt ontdekt zijn "gebruiksaanwijzing" en leert daar mee om te gaan. De acupunctuur komt dichterbij het dagelijkse westerse leven te staan, wordt logischer en daardoor ook meer gemeengoed.

Acupunctuur

Ik vergelijk de behandeling met acupunctuur wel eens met het leren fietsen aan een kind. Ik, als acupuncturist zet je op de fiets, zorg dat je handen aan het stuur zitten, voeten op de pedalen, wijs welke richting we op gaan en zorg door middel van het vasthouden van je jasje dat je op de goede weg blijft. Naarmate je vaker bent geweest voor behandeling laat ik je jasje langzaam los en stuur af en toe bij en op een gegeven moment kun je fietsen! Mocht je vallen of in de berm komen te hobbelen, dan behandelen we weer. Sommige patiënten die regelmatig komen ervaren dit als het weer even op de rit/in balans gebracht te worden.

Yin/Yang

Een mooi voorbeeld van yin/yangbalans is de vergelijking met de rem en het gaspedaal van een auto. Af en toe stoppen om te tanken, zorgen dat de motor goed is afgesteld zodat er economisch gereden wordt en geen stinkende uitlaatgassen ontstaan en zuinig zijn op de heilige koe begrijpen mannen prima. Je kunt de rem/gaspedaalvergelijking ook gebruiken om het verschil tussen parasympatisch en sympatisch zenuwstelsel en de fysiologische effecten ervan toe te lichten. Vrouwen met opvliegers herkennen de verstoorde yin/yangbalans aan de vergelijking met een drooggekookte ketel; het water is op dus de ketel is leeg en heet. In een burnoutsituatie zijn de blokken hout van het kampvuur allemaal opgebruikt, of, als er een burnout dreigt, worden er via pepmiddelen,

zoals alcohol en pillen, nog wat droge takjes op het vuur gegooid om het toch maar brandende te houden.

Qi

De meeste mensen begrijpen meteen dat Qi net zo werkt als een gloeilamp, die sterk of minder sterk licht kan uitstralen en ook stuk kan gaan. Te kort aan Qi is te vergelijken met rood staan op de bank; bij sanering moet je ook leren verstandig met je budget om te gaan en een beetje achter de hand te houden.

Voor de "ongelovigen" kan Qi en de meridiaanbanen worden vergeleken met de zonnestralen; ze zijn er wel, met duidelijk effect maar je kunt ze niet vastpakken. Ook herkent vrijwel iedereen de brok in de keel (stagnatie Qi) of de prikkende ogen in de rug (gedachten als vorm van energie).

Meridianen

De vraag wat meridianen nou eigenlijk zijn leeft nogal merken we allemaal wel in de praktijk. Afhankelijk van wie je voor je hebt gebruik ik de vergelijking met een elektriciteitsnetwerk. En dat je op de muur via de schakelaar de lamp aan het plafond aanklikt is dan weer heel normaal. Een collega vertelt bij die vraag over de ontdekkingen die gedaan zijn tijdens wetenschappelijk onderzoek met betrekking tot aantonen van oplichtende banen en demonstreert dan aan de patiënt eventueel enkele punten met piepjes van de weerstandsmeter. Een andere collega vergelijkt de oorschelp met een toetsenbord waarmee je een bericht stuurt aan je zelfhelend vermogen. Maar deze vergelijking kan in principe ook met het (acupunctuur-)puntenstelsel van het hele lichaam.

Stagnatie

Om uit te leggen wat stagnatie is kwamen diverse voorbeelden uit de groep. Een ongeval op de snelweg met file als gevolg, waardoor ook klachten in een ander gebied dan waar de stagnatie zit verklaard worden net zoals je op de plek waar je in de file staat wel last hebt maar ter plekke niets mis is. Of, een door een bever gebouwde dam in een riviertje. Bij het doorbreken van de dam spoelt er eerst rommel met het water mee. Het soms heftige effect bij het zetten van pericard 6 is dan ook makkelijker te verklaren. Een andere vergelijking is het autowiel wat vastzit in de modder en daar doordraait. Wrijvingshitte ontstaat op de plek van het vastzittende wiel wat lokale pijnklachten verklaart.

Damp

Damp is een lastige term, maar is weer beter te begrijpen door het uit te leggen als mist op de snelweg, die de doorgang verhindert. Het maakt het verkeer trager (zwaardere reis) en is dus een storende factor. Damp als rook van een slecht brandend kampvuur is het bekende schoolvoorbeeld waarbij yin (stevige houtblokken) en yang (lekker warm vuur) in geval van slechte afstemming een rokerig vuur creëren.

Naam punt

Bij het zetten van de naalden kun je ook uitleg geven over de naam van het betreffende punt en het symbool daarvan wat als plaatje al veel vertelt. Bijvoorbeeld het teken Xue 穴 gebruikt een collega om de acupunctuur mee uit te leggen dat je er als het ware een bron mee aanboort omdat het een bron of put met een deksel (dak) erop voorstelt. Sommige punten hebben een naam die de werking aangeeft, bijvoorbeeld shenmen (hart 7) wat vertaald kan worden met "poort van de geest". Het punt du mai 20 noem ik in de volksmond wel "de schoorsteen" en zet deze dus open bij klaren van hitte en dat begrijpen mensen prima. Het refereren naar ons taalgebruik (iets op je lever hebben, ermee in je maag zitten, zijn hart luchten) is ook een mooie bron van inspiratie.

Zwangerschap

Een mooie uitleg over (de voorwaarden voor) zwangerschap is het verhaal uit het oude Hongkong over een vruchtbaarheidsritueel. De eeuwenoude traditie gaat over het wakker maken van de draak die op de bodem van het meer bij Hongkong ligt te slapen. Met drakenboten gaan de mensen het meer op en slaan met de roeispanten op het water. De draak stijgt op uit het meer en met zijn natte, fladderende vleugels besproeit hij de heuvels rondom, waarna het gewas gaat groeien. Er kan dus pas zwangerschap ontstaan als de draak wakker is gemaakt, zowel bij de man als bij de vrouw! En natuurlijk ook pas als er in de vrouw een warm, gezellig nestje in de onderbuik is gevormd, waar het comfortabel is om negen maanden in te gaan logeren.

Lichaamsbeeld

Het lichaam kan ook worden vergeleken met een pyramide waarbij de basis (voeten-Jing) groot en stabiel is en de top (hoofd-Shen) spits. Maar wanneer het hoofd zwaarder wordt (denkwerk) en de basis dun (naaldhakjes, niet-geaard-zijn) heb je stutpalen nodig. Deze steun kan gevonden worden in therapie en medicatie maar ook een vlucht in drugs/alcohol of het teveel leunen op anderen om niet om te vallen. Het versterken van de basis kan worden vergeleken met het creëren van een stevige stam en wortelstelsel, net als die van een eikenboom, die bij een volgende storm niet zal omwaaien.

Verskil Chinees/Japans

Op de vraag wat het verschil is tussen Chinese acupunctuur en Japanse acupunctuur antwoordt een collega dat je het kunt vergelijken met het verschillende eten. Bij de Chinees is het veel, grover, met duidelijke sensatie en bij Japans is het verfijnder zoals sushi, zachter, mysterieuzer met subtieler effect.

Ongetwijfeld zijn er veel meer metaforen die in de praktijk gebruikt worden. Om acupunctuur dichterbij de mensen te brengen kunnen

metaforen de brug zijn naar begrip en acceptatie. Wellicht is het plaatsen van dit artikel in het tijdschrift van de NPVA (aangepast aan die doelgroep) een mooie volgende stap. Graag hoor ik jullie reactie en aanvullingen op ellenijspeert@xs4all.nl.