

Huang Di Ba Shi Yi

Nan Jing

*‘Opheldering van moeilijke kwesties in klassieke teksten’
Chinese geneeskunde in vraag en antwoord*

uit Engelse bronnen vertaald door
Guus Martens

Eerste druk 2007
© 2007, Guus Martens
© 2007, Uitgeverij Boekenplan, Maastricht
Internet: www.boekenplan.nl en boekenplan.be

ISBN 978 90 8666 020 9
NUR 720, 860

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor het overnemen van gedeelten uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de uitgever te wenden

Inhoud

Ten geleide 9

Hoofdstuk 1 De polsen 13

- Kwestie 1 Cun-opening 13
- Kwestie 2 De posities cun en chi verdeeld door guan 15
- Kwestie 3 Diagnostische criteria van de pols 16
- Kwestie 4 Polskwaliteiten op drie diepteniveaus 17
- Kwestie 5 Pols op vijf diepteniveaus 19
- Kwestie 6 Volte en leegte van yin en yang in de polsen 20
- Kwestie 7 Polsen overeenkomend met de zes jaarperiodes 21
- Kwestie 8 Het vitale qi: het bewegende qi tussen de nieren 23
- Kwestie 9 Pols en ziekte in volle en holle organen 24
- Kwestie 10 De tien pols-varianties 25
- Kwestie 11 Het eenmaal overslaan van de pols
binnen vijftig polsslagen 26
- Kwestie 12 Het in- en uitwendige zonder weerslag op de polsen 27
- Kwestie 13 Pols en gelaatskleur 28
- Kwestie 14 Het aankomen en achterblijven van de pols 30
- Kwestie 15 De pols en de vier seizoenen 33
- Kwestie 16 Inwendige en uitwendige manifestatie van ziekte 37
- Kwestie 17 Voorspelling van dood en leven 39
- Kwestie 18 Polsen en de Vijf Bewegingen;
negen indicatoren; qi-stagnatie 40
- Kwestie 19 Mannelijke en vrouwelijke polsen 42
- Kwestie 20 Verborgene polsen, verdubbeld qi en verloren qi 44
- Kwestie 21 Polsen die niet met symptomen overeenkomen 45
- Kwestie 22 Polswijziging voordat ziekte ontstaat 46

Hoofdstuk 2 Hoofdmeridianen en secundaire netwerkvaten 47

- Kwestie 23 Lengtematen en kringloop van de hoofdmeridianen 47
- Kwestie 24 Prognose van aandoeningen van de hoofdmeridianen 49
- Kwestie 25 Hartconstrictor en driewarmer 52
- Kwestie 26 Vijftien secundaire netwerk-vaten 53
- Kwestie 27 De acht buitengewone meridianen 54
- Kwestie 28 Oorsprong en verloop van de buitengewone meridianen 55
- Kwestie 29 Ziekten van de buitengewone meridianen 57

Hoofdstuk 3 Volle en holle organen 59

- Kwestie 30 Ying qi en wei qi 59
- Kwestie 31 Driewarmer 60
- Kwestie 32 Hart en long 61
- Kwestie 33 Lever en longen 62
- Kwestie 34 De vijf volle organen en hun correspondenties 64
- Kwestie 35 De zes holle organen 65
- Kwestie 36 De twee nieren 67
- Kwestie 37 De negen openingen of orificia; blokkade en afsluiting 68
- Kwestie 38 Vijf volle organen en zes holle organen 70
- Kwestie 39 Vijf holle organen en zes volle organen 71
- Kwestie 40 Longen en nieren: neus en oren 72
- Kwestie 41 Tweelobbigheid van de lever 73
- Kwestie 42 Kwantitatieve beschrijving van de organen 74
- Kwestie 43 Betekenis van eten en drinken 76
- Kwestie 44 De zeven hoofdpopen of orificia 77
- Kwestie 45 De acht ontmoetingspunten 78
- Kwestie 46 Waken en slapen bij bejaarden en jongeren 79
- Kwestie 47 Koud gezicht 80

Hoofdstuk 4 Ziekten 81

- Kwestie 48 De drie leegten en drie volten 81
- Kwestie 49 De vijf ziekteverwekkers 83
- Kwestie 50 Vijf ziekten door ziekteverwekkers 86
- Kwestie 51 Ziekten in relatie met bepaalde verlangens 87
- Kwestie 52 Verschil tussen ziekten in volle en holle organen 88
- Kwestie 53 Ziekteverloop 89
- Kwestie 54 Genezingskansen van volle en holle organen 90
- Kwestie 55 Accumulaties en concentraties 91
- Kwestie 56 Accumulaties van de vijf volle organen 92
- Kwestie 57 Diarree 94
- Kwestie 58 Schade door koude en hitte 95
- Kwestie 59 Waanzinnigheid en vallende ziekte 97
- Kwestie 60 Hoofdpijn en hartpijn 98
- Kwestie 61 Niveaus van genezers 99

Hoofdstuk 5 Transport-punten 101

Kwestie 62 Transport-punten van de vijf volle organen en van de zes holle organen 101

Kwestie 63 Het wel-punt 102

Kwestie 64 Transport-punten in relatie tot yin-yang en de Vijf Bewegingen 103

Kwestie 65 Wel-punten en samenvloeiings-punten 105

Kwestie 66 Bron-punten en bron-qi 106

Kwestie 67 Mu-punten en transport-punten 108

Kwestie 68 Transport-punten en ziektebehandeling 109

Hoofdstuk 6 Naaldbehandeling 111

Kwestie 69 Vullen van leegte en draineren van volte 111

Kwestie 70 Oppervlakkig en diep prikken 112

Kwestie 71 Prikken van ying qi en wei qi 113

Kwestie 72 Herstel van evenwicht tussen het qi 114

Kwestie 73 Het prikken van de wel-punten 115

Kwestie 74 Het prikken van de transport-punten in relatie tot de vier seizoenen 116

Kwestie 75 Vullen van leegte en draineren van volte 117

Kwestie 76 Vullen en draineren van ying qi en wei qi 118

Kwestie 77 Behandelen van wat nog niet ziek is 119

Kwestie 78 Techniek van vullen en draineren 1 120

Kwestie 79 Techniek van vullen en draineren 2 121

Kwestie 80 Steken en terugtrekken van de naald 122

Kwestie 81 Voorkom vullen van volte en draineren van leegte 123

*Zij die de ziekte vanuit inwendige
manifestaties kennen, worden verlichten genoemd.
(Nan Jing Kwestie 61)*

Ten geleide

Een van de interessantste onderwerpen in de *Nan Jing* is de bron-theorie, waarin de concepten van 'het bewegende *qi* tussen de nieren' en het bron-*qi* worden beschreven. De theorie is van een ontroerende schoonheid. Ze verheldert op indringende wijze het concept van de mens als microkosmos en sluit aan op het eerste hoofdstuk van de *Daodejing* (in de vertaling van Jaap Voigt):

*Het Dao waarover gesproken kan worden is niet het eeuwige Dao.
De naam die genoemd kan worden is niet de eeuwige Naam.
Het Zijnde-zonder-Vorm is de naam van de oorsprong van Hemel en Aarde.
Het Zijnde-in-de-Vorm is de naam van de moeder van de tienduizend dingen.
Daarom,
Door het eeuwige Zijnde-zonder-Vorm
is er de wens een relatie aan te gaan met het subtiele.
Door het eeuwige Zijnde-in-de-Vorm
is er de wens een relatie aan te gaan met de manifestatie.
Deze twee komen voort uit dezelfde (bron), maar hebben (na hun ontstaan)
verschillende namen (gekregen).
Beide (apart) zijn diepgaand.
(De dynamiek tussen beide is) diepgaand en (steeds) diepgaander
(en is de Weg naar) de poort waar al het subtiele uit vloeit.*

In de Chinese kosmologie vormt *Tai Yi* of 'Het grote Ene' een fundamenteel uitgangspunt, mogelijk vergelijkbaar met het nulpuntveld in de moderne wetenschap. *Tai Yi* is de matrix-zonder-vorm de bron van alle eenheid binnen de veelheid van de verschijnselen. *Tai Yi* ligt aan de basis van yin en yang, waaruit alle dingen zijn ontstaan. In de mens tussen Hemel en Aarde manifesteert *Tai Yi* zich als bron-*qi* in 'het bewegende *qi* tussen de nieren', dat als het *Tai Yi* van het lichaam beschouwd kan worden, waaruit alle yin en yang zich ontwikkelen. De bron is het energetisch centrum in het lichaam of het energetisch onderliggend substraat voor de *qi*-stroom binnen meridianen en organen. De driewarmer verspreidt als afgezant van de nieren het *qi* door het lichaam. Zelf gevoed door voedsel, drank en ademhaling voedt hij op zijn beurt het bron-*qi*.

De bron en ‘het bewegend *qi* tussen de nieren’ manifesteren het universele *qi* in het menselijk lichaam. Hoewel gelokaliseerd in het lichaam reikt de bron daarbuiten en is hij het centrum van de interactie tussen Hemel, Mens en Aarde, waaruit alle leven voortkomt.

De bron heeft zoals Tai Yi een naam, maar geen-vorm. Beide scheppen vorm als materialisatie van alle dingen in Hemel en op Aarde en van het lichaam dat zich voortdurend omvormt en door shen wordt geanimeerd.

Driewarmer en Ming Men of ‘levenspoort’ zijn de eerste energetische scheppingen van geen-vorm en de eerste materialisaties van *qi*, die aan de andere materiële en energetische processen in het lichaam voorafgaan. Ming Men projecteert zich naar de zone van ‘het bewegend *qi* tussen de nieren’, waarin de driewarmer ontspringt en is gecenterd.

Bron-*qi* en ‘het bewegend *qi* tussen de nieren’ wordt als een geringe sensatie van beweging op de buik onder de navel gevoeld, ter hoogte van het punt *tai yi* (maag 23).

Over het ontstaan van de *Nan Jing* is veel onduidelijkheid. Alle commentaren bij elkaar genomen, veronderstelt men dat het boek verschenen moet zijn na de eerste versies van de *Huang Di Nei Jing* en voordat *Zhang Zhongjing* (150 - 219 A.D.) de *Shang Han Lun* schreef. Dus in de Late of Oostelijke Handynastie (25- 220 A.D.). In tegenstelling tot de *Huang Di Nei Jing* en de meeste andere oude medische geschriften, die meestal compilaties van verschillende auteurs zijn en in verschillende perioden totstandgekomen, ziet het er naar uit dat de *Nan Jing* door één persoon is geschreven.

Je kunt de *Nan Jing* zien als een hulp bij het bestuderen van de min of meer onsystematisch samengestelde boeken als *Nei Jing Ling Shu* en *Nei Jing Su Wen*. Het boek bevat extra lesmateriaal ten behoeve van studenten in de Chinese geneeskunde (vergelijkbaar met de readers waarmee huidige studenten worden verweerd). De *Nan Jing* is bedoeld om de *Nei Jing* te begrijpen, maar voor ons is het nuttig de *Nei Jing* te kennen om de *Nan Jing* te begrijpen. Studenten in de oudheid moesten de teksten van de *Nan Jing* van buiten leren. Je zou het kunnen vergelijken met een catechismus: vragen en antwoorden die van buiten moesten worden geleerd.

Het boek wil een samenhangend beeld van diagnostiek en naaldbehandeling bij ziekten geven. Het bevat een beknopte uitwerking van de concepten *yinyang* en de Vijf Bewegingen, die zeker al in de derde eeuw voor de jaartelling bekend waren en in de *Nan Jing* in haar klinische toepassing worden uitgewerkt. Vervolgens worden de transportpunten (ook wel ‘antieke punten’ en commando-punten genoemd) beschreven. Dit zijn vijf punten op elk van de twaalf hoofdmeridianen. Deze punten komen met de Vijf Bewegingen overeen en kunnen bij behandeling niet alleen de balans van de Vijf Bewegingen in de

zieke herstellen, maar hem ook weer in evenwicht met de Vijf Bewegingen in de buitenwereld brengen.

De *Nan Jing* maakt gebruik van de *Huang Di Nei Jing - Ling Shu* en *Su Wen* -, waaraan het boek nieuwe concepten toevoegt. De beschrijving van de polsdiagnostiek wordt tot aan de dag van vandaag nog gebruikt.

Evenals de *Su Wen* en *Ling Shu* en andere oude geschriften bestaat de *Nan Jing* - min of meer gekunsteld - uit 81 onderdelen, die in dit boek Kwesties worden genoemd. Aan al deze onderdelen ontbreekt een naam die de inhoud van de tekst karakteriseert, maar heet eenvoudigweg: 'Eerste moeilijke kwestie' enzovoort. De indeling in zes hoofdstukken is later door *Wu Ch'eng* (1247 - 1331) als volgt aangebracht:

Hoofdstuk 1. (Kwestie 1-22) De polsen

Hoofdstuk 2. (Kwestie 23-29) Hoofdmeridianen en secundaire netwerkvaten

Hoofdstuk 3. (Kwestie 30-47) Volle en holle organen

Hoofdstuk 4. (Kwestie 48-61) Ziekten

Hoofdstuk 5. (Kwestie 62-68) Transport-punten

Hoofdstuk 6. (Kwestie 69-81) Naaldbehandeling

De volledige titel van het boek is: *Huang Di Ba Shi Yi Nan Jing* ('81 Moeilijke Kwesties binnen de klassieke werken, opgedragen aan de Gele Keizer'). Kortheidshalve: *Nan Jing*.

Nan betekent: dialoog door vraag en antwoord, ondervraging, moeilijke kwesties, of instructies. *Nan Jing* vertalen we met 'Opheldering van moeilijke kwesties (*nan*), die in de klassieken (*jing*) worden aangetroffen'.

De *Nan Jing* bevat kernachtige en beknopte teksten. Bij de Nederlandse vertaling zijn ook de tussen haakjes toegevoegde woorden opgenomen, die de vertalers uit Chinese bronnen hebben toegevoegd. De oorspronkelijke Chinese tekst is dus nog beknopter. Deze toevoegingen die het lezen noodzakelijk maakten, houden een zeker risico van interpretatie van de oorspronkelijke Chinese tekst in.

Wanneer nodig zijn er in deze Nederlandse vertaling voetnoten geplaatst, die de moeilijke teksten enigszins toegankelijker kunnen maken. Achter de Chinese benamingen voor acupunctuurpunten zijn de westerse aanduidingen tussen haakjes geplaatst.

De Kwesties zijn alle door mij van een titel voorzien, waardoor de gebruiker van het boek zich makkelijker kan oriënteren.

De voorliggende tekst van de *Nan Jing* is de eerste vertaling in het Nederlands. Er is gebruik gemaakt van uit het Chinees in het Engels vertaalde teksten. Deze zijn van:

Paul U. Unschuld: Nan-ching, The Classic of Difficult Issues, Berkeley, L.A., London: University of California Press, 1986;
Bob Flaws: The Classic of Difficulties, A translation of the Nan Jing, Boulder (USA), 1999.

Zij hebben gebruik gemaakt van de oudste, bekende versie van de *Nan Jing*, die van *Li Chiung* uit 1269 is. Deze tekst is bewaard in *Cheng-t'ung tao-tsang* (Verzamelde Daoïstische Geschriften) uit de jaren 1450.

Guus Martens

Westmalle, 28 augustus (feestdag van Sint Augustinus) 2006

1

De polsen

Kwestie 1

Cun-opening

Vraag:

De twaalf meridianen hebben gedeelten waarin men de beweging ervan kan voelen. Toch kiest men alleen *cun kou* of de 'cun-opening' (1) om vast te stellen of de vijf volle organen en de zes holle organen zowel dood en leven in zich bergen dan wel goede of slechte vooruitzichten bieden. Wat betekent dat?

Antwoord:

Het is als volgt. *Cun kou* is het belangrijke trefpunt van wat door de meridianen stroomt, en ligt op de hand-*taiyin*, waarop men de *qi*-beweging kan voelen. Bij één uitademing beweegt de inhoud van de meridianen drie *cun*. Bij één inademing bewegen de meridianen nogmaals drie *cun*. Een uit- en inademing omvatten een volledige ademhaling gedurende welke de meridianen zes *cun* bewegen. Mensen ademen 13.500 maal per etmaal. In die tijd circuleren de meridianen vijftigmaal door het lichaam, wat neerkomt op honderd streepjes op de waterklok door druppelend water. *Ying* en *wei qi* maken binnen de yang-fase 25 omwentelingen, terwijl ze eveneens 25 omwentelingen binnen de yin-fase maken. Een omwenteling vindt volgens een vaste cyclus plaats (2). Omdat de inhoud van de meridianen na vijftig omwentelingen weer in *cun kou* terugkomt, is *cun kou* begin en einde van de beweging van de inhoud van de meridianen door de vijf volle en zes holle organen. Vandaar dat het beeld van zowel dood en leven als goede en slechte vooruitzichten, die in de vijf volle en zes holle organen liggen verborgen, door *cun kou* wordt verkregen.

Opmerkingen:

(1) De pols van het polsgewricht. Tijdens de Han-dynastie gebruikte men drie plaatsen in het lichaam om de pols te nemen:

1. *Ren ying* of 'menselijke prognose' (maag 9): op de halsslagader.
2. *Cun kou* of 'cun-opening': op de polsslagader, d.i. de radiale pols met drie posities.
3. *Fu yang* of 'wreef yang' (blaas 59): op de voetrugslagader.

Hier wordt alleen *cun kou* toegelicht.

De radiale pols wordt in drie plaatsen verdeeld. Vanaf de polsplooi:

1. *Cun* of 'duimbreedte', d.i. een Chinese inch, positie distaal van long 8
2. *Guan* of 'doorgang, pas', positie op long 8
3. *Chi* of 'de lengtemaat voet'; dit is een maateenheid bestaande uit 10 *cun* oftewel 0,3581 meter. Een voet is de afstand tussen *chi*, de derde positie op de pols, en *chi ze* of 'moeras van de elleboog' (long 5 in de elleboogsplooi). Positie van *chi*: proximaal van long 8.

(2) De cyclus is: long, dikke darm, maag, milt, hart, dunne darm, blaas, nier, hartconstrictor, driewarmer, galblaas, lever, waarna de cyclus weer met de long begint.