

Binqi en het afvoeren van Binqi

door Dr. Shen Hongxun

Tijdens de culturele revolutie (1968) gaf ik privé-lessen acupunctuur in Shanghai. Op zekere dag toonde ik bij een student de juiste plaats van het punt 'feng chi'(B20). Ik plaatste twee vingers in zijn nek op de twee feng chi punten. Achteraf zei hij: "Wat vreemd, op het moment dat u mij aanraakte, voelde ik als het ware koud zweet over mijn lichaam naar beneden trekken. Mijn hoofd voelt nu heel helder aan, mijn geest is sinds lang niet zo helder geweest." De student in kwestie was 22 jaar oud en leed aan primaire hypertensie. De volgende dag vertelde hij mij dat zijn bloeddruk tot een normaal niveau gedaald was. Deze ervaring zette mij ertoe aan te experimenteren met een andere hypertensie-. Deze keer was het een vrouw die sinds lang last had van hypertensie. Ik herhaalde dezelfde handeling. Ook zij voelde hoe koud zweet naar beneden trok en nadien was ook haar bloeddruk normaal.

Op zekere dag brachten enkele van mijn taijiquan-studenten een medestudent naar mij. Hij had 'pushing hands' gedaan met een andere student en een harde vuistslag op de borst gekregen. Nadien voelde hij hevige pijn in de borst. Zoals gewoonlijk gebruikte ik mijn rechterhand, legde die op de borst van de student en zond vibratiekracht uit. De pijn ging echter niet weg. Integendeel, ze werd sterker. Na tien minuten dacht ik dat ik niet kon helpen en nam mijn hand weg. Vreemd genoeg, net op het ogenblik dat ik mijn hand terugtrok, verdween de pijn en tijdens het terugtrekken voelde ik iets mijn hand als het ware volgen. Mijn nieuwsgierigheid was gewekt.

Deze ervaringen deden mij nadenken en zetten mij ertoe aan deze fenomenen grondig te onderzoeken. Ik gaf er de naam 'binqi' aan, naar analogie met het klassieke concept 'bingqi'. Omdat er een aantal overeenkomsten waren maar ook heel wat verschillen, besloot ik om hetzelfde woord te gebruiken maar zonder de letter 'g'. De binqi-theorie begon vorm te krijgen. Het steeds meer gebruik maken van de binqi-theorie in mijn medische praktijk, opende nieuwe toepassingsmogelijkheden niet alleen binnen het Buqi-systeem, maar ook in kruiden-therapie, acupunctuur en andere therapieën.

Het binqi-concept in vroegere tijden

Zieke qi (binqi, xieqi en xie)

Het woord 'bingqi' vinden we terug in het boek 'Shang han run' van Zhang

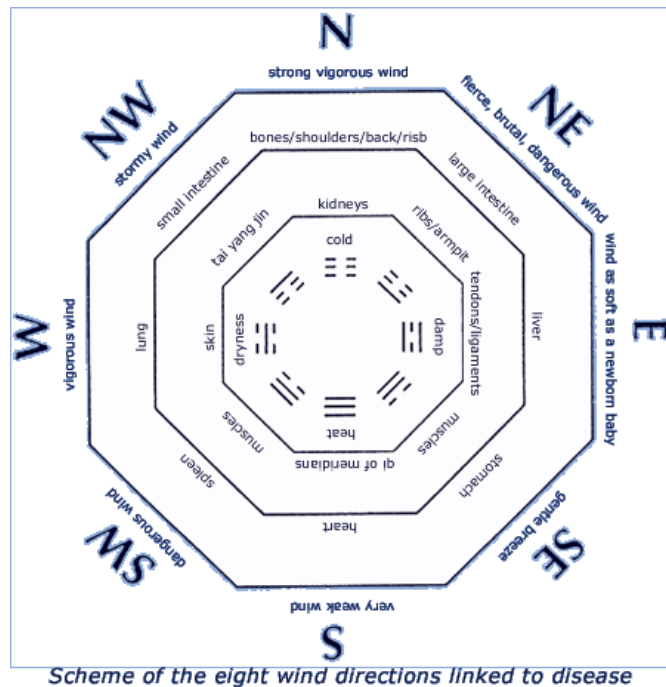
Chongjing. Er staat: "bingqi is xieqi". In hetzelfde boek wordt 'xieqi' soms afgekort tot 'xie'. Het begrip 'xie'(xieqi) komt oorspronkelijk uit de Huandi Neijin. Daarin wordt uitgelegd dat als het lichaam voldoende 'zheng' heeft, dat dan 'xie' het lichaam niet kan aanvallen. Xie valt het lichaam aan omdat het niet genoeg zheng (of zhengqi) heeft.

Deze twee zinnen hebben geleid tot de ontwikkeling van een belangrijke theorie in traditionele Chinese geneeskunde (TCM of Traditional Chinese Medicine), de zogenaamde zheng xie run-theorie, of de "theorie van gezonde qi en zieke qi". Tot op heden volgen heel wat TCM-beoefenaars deze theorie bij de behandeling van en: bij onvoldoende gezonde qi, tonifiëren (bu); bij een teveel aan zieke qi, sederen (xie).

Zes verschillende soorten xieqi, de liu yin

In enkele artikels van de Huandi Neijin worden zes verschillende soorten xieqi besproken. In het artikel 'Jiu tong ren' staat: "Elke ziekte bij de mens komt voort uit feng, han, shi, chu, zhao of hou". Meerdere artikels in de Huandi Neijin gebruiken verschillende termen om te verwijzen naar deze zes verschillende soorten xieqi, met name liuyin, liuxie en liuqi. De letterlijke vertaling van liuyin en liuxi is 'zes uitwendige oorzaken van ziekte'. In feite verwijzen deze zes Chinese woorden naar zes meteorologische fenomenen, namelijk wind, koude, vocht, zomerhitte, droogte en vuur. Daarom worden ze ook liuqi, 'zes meteorologische fenomenen' genoemd.

In het artikel 'Feng Ren' van de Huandi Neijin staat vermeld: "Feng regeert honderd ziekten" waarmee men wil aangeven dat feng (wind) de belangrijkste ziekteoorzaak is. Het artikel 'Jie Kong Ba Feng' uit hetzelfde boek zegt: "Een verstandig mens beschermt zich tegen de wind, zoals hij zich zou beschermen tegen vuurpijlen en stenen". Dit leert ons hoe de Chinezen in de oudheid dachten over feng en dat zij het toen reeds beschouwden als een belangrijke pathogene factor. In hetzelfde artikel wordt uitgelegd hoe feng, afhankelijk van de richting van waaruit hij waait, verschillende ziektes in verschillende organen of lichaamsdelen kan veroorzaken. In het artikel 'Jiu Teng Ren' van de Huandi Neijin vinden we een gedetailleerde analyse van het verband tussen han (koude) en ziektes. Het stelt dat pijn ontstaat omdat koude stagneert in de meridianen.



Een ziekte kan veroorzaakt worden door een of meerdere liuyin-elementen zoals aangetoond wordt in het artikel 'Bi Ren' van de Huandi Neijin dat stelt dat een invasie van de drie liuyin-elementen, feng, han en shi (vocht) verstijving doet ontstaan.

In het domein van de traditionele Chinese geneeskunde werd veel aandacht geschonken aan deze zes xieqi-factoren: men besprak hun oorzaken en gevolgen en maakte een verschil tussen interne en externe xieqi. Ook nu nog onderschrijft TCM de theorie dat de meteorologische fenomenen wind, koude, vocht, zomerhitte, droogte en vuur directe ziekteoorzaken zijn.

Het binqi concept in het Buqi-systeem

In Buqi worden verschillende soorten binqi als directe pathogene factoren beschouwd. Binqi kan zich ophopen in intervertebrale ruimtes, organen, spieren, weefsels, gewrichten en meridianen. Een andere belangrijk kenmerk van binqi is dat het zich doorheen en uit het lichaam kan bewegen. Waar binqi zich opgehoopt of zich naartoe bewogen heeft, kunnen er zich onaangename sensaties zoals kou, hitte, jeuk, stijfheid, pijn enz., voordoen. De aanwezigheid van binqi verzwakt dit gebied, diverse symptomen doen zich voor en na een bepaalde tijd ontwikkelen zich bepaalde ziektes. Verschillende soorten binqi veroorzaken verschillende sensaties, niet alleen bij de maar ook bij de Buqi-healer.

Eigenschappen van binqi

Wind-binqi (Feng)

De patient ervaart wind-binqi als kou, stijfheid of pijn. Tijdens een Buqi behandeling kan de healer voelen hoe wind-binqi als een koude tocht het aangetaste gebied in het lichaam van de via de huid verlaat. De kan voelen dat iets in het lichaam zich naar beneden beweegt in de richting van de handen of de voeten en hoe iets het lichaam verlaat via de huid van handen of voeten of rechtstreeks via het aangetaste gebied. Een aanwijzing dat wind-binqi het lichaam verlaat, is de onderhuidse kleurverandering die plaatsgrijpt in de handen en voeten: de huid kleurt blauwachtig. De kleur van de handen en voeten wordt weer normaal op het moment dat binqi het lichaam verlaten heeft. Op grond van deze verschijnselen concluderen wij dat wind-binqi uit verschillende soorten gassen bestaat. Gas hoopt zich op, stagneert of beweegt naar verschillende gebieden in het lichaam. Deze worden rigide, pijnlijk of gevoelloos. Als dit proces aanhoudt zal het de organen aantasten.



Koude-binqi (han)

De patient ervaart koude-binqi als een koud gebied in het lichaam. Tijdens een Buqi behandeling voelt ook de healer dat dit gebied koud is en ziet hij hoe de handen van de een grijs-witte kleur krijgen omdat koude-binqi de bloedhaarvaten doet samentrekken. Tijdens een behandeling beweegt de koude langzaam naar de natuurlijke uitgangen van het lichaam. Bij de meeste mensen zal de kou zich dan in de vingers of de tenen concentreren en de kleur van de rest van de handen of de voeten zal weer normaal worden. De vingers en de tenen voelen kouder aan dan voordien. Wat is deze koude-binqi? Het is een element dat aanwezig is in de spieren en daar warmte wegneemt. Ik heb enig scheikundig onderzoek gedaan in mijn laboratorium in Xinjiang i.v.m. de samenstelling van dit element. Mijn onderzoek bestond erin twee bloedstalen van eenzelfde spier te analyseren, het ene genomen vóór de behandeling, het andere erna. Er waren zeven en bij het onderzoek betrokken. Ik kon een schommeling vaststellen in het volume van ammoniumchloride in het bloed: vóór de behandeling lag dit

volume hoger dan normaal, na de behandeling was dit terug normaal. Ammoniumchloride bezit de eigenschap warmte te absorberen. Door afkoeling van een bepaald gebied vermindert de bloedsomloop en kan koude-binqi zich opstapelen.

Vocht-binqi (shi)

De patient ervaart vocht-(of damp-)binqi als jeuk en pijn. Zwelling, infecties in bepaalde gebieden van het lichaam en ook een vlekkerige huid kunnen zich voordoen. Tijdens een Buqi behandeling voelt de beoefenaar vochtigheid en jeuk. De patient kan voelen hoe vocht het lichaam verlaat. Sommige en hebben een plakkerig soort zweet dat gepaard gaat met een sterke geur. Vocht-binqi kan verschillende oorzaken hebben. In een zeer vochtige omgeving kan vocht het lichaam rechtstreeks binnendringen. Externe vochtigheid kan ook een indirecte oorzaak zijn voor de aanwezigheid van damp-binqi. Een heel vochtige omgeving veroorzaakt namelijk een hogere druk op de huid waardoor de natuurlijke eliminatie van verschillende soorten binqi (waaronder vocht) via de huid, verhinderd wordt. Bij sommige ziektes, bv. eczema, is damp-binqi een residu van reacties van het immuunsysteem.

Vuur-binqi (huo)

De pathogene factor vuur geeft een heet gevoel in de zelf maar ook de healer kan een uitstraling van hitte voelen. Tijdens de behandeling kan de de hitte naar de handen en de voeten voelen bewegen, en soms zijn er hevig rode vlekken onder de huid te zien. Vuur-Binqi hangt vaak samen met infecties, zowel auto-infecties als exogene infecties.

Emotionele binqi

De kan dit als pijn in de borstholte of een ander gebied van het lichaam ervaren. Deze pijn kan bewegen. De patient kan zich erg verdrietig, gedeprimeerd en kwaad voelen of kan andere soorten emoties hebben. Tijdens een Buqi behandeling ervaart de beoefenaar de uitstraling ervan als pijn, een prikkelende pijn of elektrische schokjes. Onder de huid van de handen van de kunnen witte gasvlekken voorkomen. Emotionele binqi kan voortkomen uit verschillende emoties. Kwaadheid-binqi bijvoorbeeld is een gas dat zich ophoopt in het lichaam. Het concentreert zich vaak in het middenrif en kan daar pijn veroorzaken. Het kan de omliggende organen, zoals de maag, de lever en de galblaas aantasten. Het kan ook bewegen en op die manier een negatieve invloed hebben op andere zones in het lichaam. Andere emoties zouden kunnen gepaard gaan met de vorming van andere substanties die zich ook in het lichaam kunnen ophopen en ziektes veroorzaken.

Afvoeren van binqi: Hoe kan binqi het lichaam verlaten

Het lichaam beschikt over een zelf-regulerend mechanisme om binqi af te voeren. Iemand die fysisch en geestelijk gezond is, voert binqi op natuurlijke wijze af. Binqi verlaat het lichaam via de meridianen, waarvan de uitgangen zich in de handen en de voeten bevinden. De meridianen fungeren als transportbanen die voedingsbestanddelen vanuit het bloed naar de organen (en weefsels) voeren en afvalstoffen van de organen (en weefsels) naar de handen en voeten afvoeren. Zij bevinden zich in de intermusculaire ruimtes, welke gevuld zijn met lichaamsvocht. Omdat zowel energiebestanddelen als binqi in het lichaamsvocht aanwezig zijn, denken wij dat de beweging van lichaamsvocht en binqi samenhangen. Als het lichaamsvocht vrijelijk naar de handen en de voeten kan stromen, dan kan binqi deze beweging volgen. Het is enkel wanneer deze vrije doorstroming en de uitgangen geblokkeerd zijn, dat binqi zich in het lichaam zal ophopen.

In het proces van uitwisseling en transport van voedingsbestanddelen en afvalproducten kunnen we vier fasen onderscheiden. Eerst is er de uitwisseling tussen de cellen en de intercellulaire ruimtes; vervolgens de uitwisseling tussen intercellulaire en intermusculaire ruimtes; in de derde fase worden de energiesubstanties en afvalproducten van de intermusculaire ruimtes naar de handen en de voeten getransporteerd, en uiteindelijk gebeurt het afvoeren van gas-binqi (wind-binqi of emotionele-binqi) via de huid van de handen en de voeten, en de absorptie in het bloed van de niet-gas-binqi (koude-binqi, vocht-binqi en vuur-binqi) via de bloedhaartvaten van de handpalmen en de voetzolen. Als het bloed nadien door de lever gaat, wordt de binqi afgebroken en de afvalproducten worden met de urine geëvacueerd.

De ademhaling is de belangrijkste factor in dit proces van uitwisseling en transport. Zij brengt informatie over van en naar de inwendige receptoren en de ademhalingscentra. Steunend op deze informatie zal het centraal zenuwstelsel de lichaamsreactie organiseren. Normaal gezien gebeurt de ademhaling spontaan. Bij het uitademen duwt het middenrif het lichaamsvocht naar de uitgangen. De ademhaling kan ook door de geest gecontroleerd worden. Diepe-uitademings-oefeningen verhogen de druk op het middenrif, zodat het lichaamsvocht met een verhoogde efficiëntie naar de ledematen beweegt.

Waarom hoge concentraties van binqi in het lichaam voorkomen

Verschillende factoren verstoren de natuurlijke eliminatie van binqi. Een te hoge productie van binqi maakt het voor het lichaam onmogelijk om binqi op een natuurlijke wijze af te voeren. Dit resulteert in een ophoping van binqi. De geest heeft een zelf-regulerende functie. Door mentale overactiviteit raakt de geest dit vermogen kwijt, inclusief het vermogen om binqi te

eliminieren. Een andere factor is gebrek aan beweging. Het is een alom bekend gegeven dat gebrek aan beweging niet goed is voor de gezondheid omdat de bloedcirculatie en de intercellulaire metabolische uitwisseling vertragen.

Oppervlakkige ademhaling en positieve buikademhaling - de manier waarop de meeste mensen overdag gewoonlijk ademen - houdt het middenrif in een te hoge positie. Hierdoor vermindert de neerwaartse druk die de binqi naar de ledematen moet brengen. Een zeer diepe negatieve buikademhaling duwt het middenrif maximaal naar beneden. 's Nachts, als men diep slaapt, duurt de uitademing drie keer zo lang als de inademing. Dit verklaart waarom de eliminatie van binqi dan op zijn best is. Onvoldoende slaap en een oppervlakkige slaap zullen dan ook de natuurlijk eliminatie van binqi verstoren.

In het boek "Buqi, Chinese Healing en selfhealing" heb ik geschreven dat een langdurige slechte lichaamshouding de primaire ziekteoorzaak is omdat het de vrije doorstroming van het lichaamsvocht verstoort en daardoor de stagnatie van binqi veroorzaakt . Het onderstaand schema geeft een overzicht van de verschillende processen die hierin betrokken zijn:

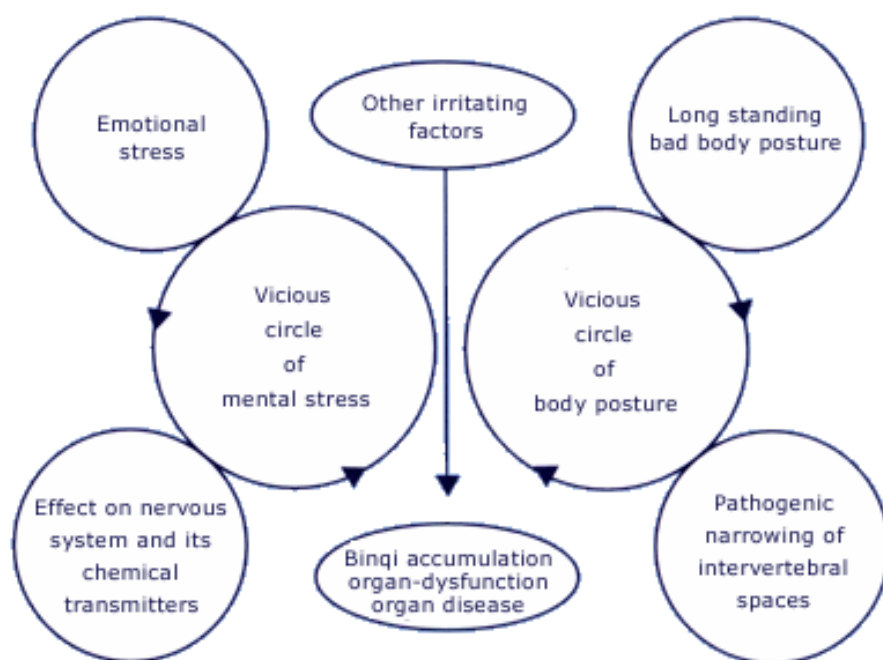


Diagram of the double vicious circle

Een langdurige verkeerde lichaamshouding zal inwerken op een of meer wervellichamen die dan te veel op de tussenwervelschijven drukken. Deze hebben elk een nucleus met een zachte sponsachtige kern (gevuld met lichaamsvocht). Als de druk te lang aanhoudt ontstaan er belemmeringen voor de endosmosis: Het lichaamsvocht kan nog nauwelijks de nucleus binnendringen en de nucleus kan niet meer naar zijn oorspronkelijke staat terugkeren. Dit verlies aan vitaliteit van de nucleus samen met spasmen in

omliggende spieren veroorzaken het vernauwen van de corresponderende intervertebrale ruimtes. Hierdoor wordt de circulatie van het bloed en ander lichaamsvocht in dit gebied verstoord met als gevolg dat binqi in de tussenwervelruimtes stagneert. Bovendien kan een vernauwing van de intervertebrale ruimtes het sympathische of het parasymphatische zenuwstelsel irriteren. Dit zal de bloedtoevoer naar de corresponderende organen beïnvloeden, binqi stagneert in de organen en na langere tijd zal ziekte ontstaan. In het nekgebied lopen intervertebrale slagaders door de intervertebrale foramen die bloed naar de hersenen transporteren. Bij vernauwing van de intervertebrale ruimtes of bij een werveldispositie, kunnen de corresponderende bloedvaten geraakt of gevouwen worden. De bloedtoevoer naar de hersenen raakt verstoord. Het gevolg hiervan is dat er een onjuiste informatie-transmissie van de hersenen naar de organen plaatsgrijpt wat op zijn beurt de zelf-regulerende functie van het lichaam gaat beïnvloeden.

Hoe Buqi healing de binqi verdrijft

Het Buqi systeem heeft zich ontwikkeld vanuit het onderzoek van binqi-fenomenen. De theorie van de dubbele vicieuze cirkel van ziekte-oorzaken is hierbij het grondprincipe (zie boek "Buqi, Chinese healing en selfhealing"). Het Buqi systeem omvat voornamelijk Buqi-healing, Buqi-daoyin en Buqi-kruidentherapie.

Bij Buqi healing beschikt de therapeut over verschillende handtechnieken. De Buqi-healer benut verschillende soorten vitale krachten - die in feite taiji krachten zijn - om gezonde informatie over te brengen. Deze krachten activeren en reguleren in de de functies van verschillende fysiologische systemen. De informatie-overdracht van vibratie-, spontane beweging en mentale kracht verbetert de beweging van het lichaamsvocht en doet binqi het lichaam van de verlaten. Buqi daoyin zijn een reeks self-healingsoefeningen. Naargelang de problemen van de zullen specifieke oefeningen aangeleerd worden. Buqi daoyin zijn een combinatie van lichaamsbeweging, ademhaling en mentale kracht, met als doel binqi uit het lichaam te verwijderen. Bovendien rekken Buqi daoyin de gewrichtsbanden uit, openen de gewrichten, corrigeren de lichaamshouding, verbeteren de op- en neerwaardse beweging van het diaphragma en brengen emotionele veranderingen teweeg.

Binqi is een nieuw concept in het Westen, en in dit artikel wou ik het als onderdeel van het Buqi systeem introduceren. Ik denk dat Buqi nu even jong is als acupunctuur dertig jaar geleden was toen het voor het eerst in het Westen werd geïntroduceerd. Voor velen is Buqi totaal nieuw, maar op een dag zullen mensen de juistheid ervan erkennen en ervan houden omdat er

geen naalden voor nodig zijn, lichamelijke aanraking niet noodzakelijk is en omdat het onmiddellijke resultaten geeft. Ik zou het op prijs stellen als meer mensen het Buqi-systeem in hun onderzoek zouden opnemen, voor het welzijn van de hele mensheid.

Dr. Shen Hongxun