

# Fem-element teorien

## – om kinesisk diagnose

**„Én ulykke kommer sjældent alene,” siger man, og måske er det ikke helt tilfældigt. Den vestlige lægevidenskab fokuserer på at lappe os sammen, hver gang det går galt, men der er også brug for at se på helheden, mønsteret bag livslange kæder af uheld og smerter. De kinesiske læger har derfor gennem århundrederne arbejdet på at afdække disse mønstre, og resultatet er det, vi i dag kender som den kinesiske 5-element teori.**



AF AKUPUNKTØR **HELLE BRUUN**  
(WWW.HOSBRUUN.DK/AKUPUNKTUR)

Vores kroppe må klare alle livets ulykker og sygdomme, så det er klart at vi gennem tiden samler på ar og skavanker, som vi lærer at leve med og kompensere for. Hvis vi har et svagt knæ, beskytter vi det, også når det ikke gør ondt. Det belaster hoften og ryggen. Nogle år senere får vi så iskiasmerter og kan ikke få nok motion. Efter endnu nogle år leder det måske til hjertesygdomme eller sukkersyge.

Desværre har vi vænnet os til, at ar og svagheder blot er ”bagateller”, som man må finde sig i. Derfor er der mange, der mere eller mindre bevidst har lært at leve

med skader på funktioner, som kroppen oprindeligt havde brug for, og en blokeret funktion gør os sårbare overfor nye skader og sygdomme.

Så når vi er kommet over den værste sygdom; når det brækkede ben er vokset sammen igen, og når arret efter kejsersnittet er lægt, skal vi ikke bare ”leve med det”.

Den kinesiske medicin lærer os, hvordan det er muligt at rette op på alle de blokeringer, som ellers på sigt kan skade krop og sind. Det kan tage tid, og det kan være hårdt, men det er hele arbejdet værd.

### Om blokeringer i energien – Qi

Den kinesiske diagnose går ud fra, at vores sygdomme på lang sigt skyldes blokeringer i kroppens og sindets energi-systemer – meridianbanerne. Kineserne kalder det ”Bi” syndrom, og det opstår der, hvor kroppens naturlige sammenhæng, dens strømme af Qi, er brudt af en skade – et ar eller måske bare en kronisk muskel-spænding.

Der er ikke altid symptomer direkte ved blokeringen, men lidt belastning, kulde, vind, varme eller fugt, så er det lige hér, du bliver øm, får smerter eller bliver følelsesløs. Selv ”tilfældige” ulykker kan skyldes sindets ”blinde pletter”, der leder til manglende opmærksomhed eller overmod.

### Fem-element teorien

For at forstå, hvordan forskellige typer af blokeringer indvirker på hinanden, kan behandleren bruge den kinesiske diagnose til at optrævle kæden af dybere årsager til den seneste lidelse.

Teorien arbejder med fem elementer: TRÆ, ILD, JORD, METAL og VAND. Elementerne svarer til forskellige organer, sindsstemninger, strategier for overlevelse, døgnets timer, relationer mellem mennesker, osv. De 12 meridianbaner, som akupunkturpunkterne ligger på, er også knyttet til elementerne. Tabellen herunder viser nogle af sammenhænge.

ELEMENT	TRÆ	ILD	JORD	METAL	VAND
Symbol	木	火	土	金	水
Yin meridian	Lever	Hjerte / Pericardium	Milt	Lunge	Nyre
Yang meridian	Galdeblære	Tyndtarm / Sanjiao	Mave	Tyktarm	Blære
Kropsvæv	Muskler, negle, næringsstoffer	Hjerne, nerver, kredsløb	Bindevæv, slimhinder, immunforsvar	Hud og hår	Knogler, led, tænder, væske, underliv
Regulerer	Hormonbalance	Tungen	Appetit	Væskestrømme	Livsenergi
Sanser	Syn	Taleevne	Smag	Lugt og føle	Hørelse
Smag	Sur	Bitter	Sød	Skarp	Salt
Personlighed	Skelnen, vrede	Angst, stress, kreativitet	Depression, kærlighed	Sorg, intuition, klodsethed	Frygtsomhed, spontanitet



Som vestlig læser vil man let komme til at tænke, at nogle af de tilknyttede egenskaber er ”dårlige”, mens andre lyder som om de er ”gode”. Sådan skal man ikke forstå det. I det harmoniske menneske er der balance og ro over alle de fem elementers virkning på hinanden.

Figuren herunder viser to typer relationer mellem de fem elementer:

- Den ydre cirkel: Dette er en mor-barn relation, hvor moder-elementet nærer barnet. Relationen er symboliseret ved forholdet mellem mor og barn. Moder-elementet skaber og nærer barnet, og hvis moren bliver skadet vil barnet efter

noget tid sygne hen. Hvis barnet ikke kan tage imod næring, vil overskuddet blive ophobet hos moren eller kanaliseres forkert. Hvis moder-elementet er ude af kontrol, kan barnet blive overfodret. Så problemer i tyktarm og lunger kan meget vel være den egentlige årsag til problemer med nyrer og blære.

- Den indre stjerne: Relationen kan symboliseres ved saven, der beskærer træet; træet, der skygger for jorden; jorden, der dæmmer vandet; vandet, der slukker ilden; ilden, der smelter metallet. Dette er en aktivt plejende og dermed kontrollerende relation, som sikrer, at intet element tager overhånd og skaber ubalance ved at bruge, ophobe eller vi-

deregive for meget energi. Derfor kan energi-ubalancer i tyktarm eller lunger også være årsag til at galdeblære og lever har problemer.

De to typer af relationer er et meget effektivt system til at sikre kroppens og sindets stabilitet, så vi er svære at vælte omkuld af et pludseligt stød. Et langvarigt tryk, derimod, kan over tid bringe ubalance i elementernes indbyrdes forhold. Det kan skyldes en kronisk skade, et misbrug, et nedslidende arbejde, en dårlig livsstil. Ganske langsomt forplanter problemet sig fra ét element til de næste i cirklen og stjernen.

Omvendt, når et problem er behandlet ét sted, skal man altså huske at læse baglæns i relationerne for at søge efter de oprindelige årsager de steder, som fem-element teorien udpeger. Det sker endda ofte helt naturligt, at de gamle lidelser fra det oprindelige element vender tilbage, når den direkte behandling af en ny lidelse begynder at bære frugt.

Patienten kan let blive forurologet over, at ting, man troede man havde lagt bag sig, nu pludselig blusser op igen. Det er derfor vigtigt, at ikke kun behandleren, men også patienten er klar over, at dette er en naturlig konsekvens af fem-element teorien, og at det er tegn på, at behandlingen virker.

Kineserne fortæller os også, at vi ikke behøver blive bange for, at der er tale om en uendelig ørkenvandring baglæns gennem teoriens virkningsrelationer. Det er rigtigt, at man undertiden skal nogle led tilbage i årsagskæden, men det er faktisk muligt at komme helt til bunds og blive rigtig rigtig raske igen.

