

“Dr. Tan Balansmethode ”

Pijn behandelen met de Dr. Tan Balansmethode, voor onmiddellijk resultaat,
Bekeken vanuit de wijsheid van de Traditionele Chinese Geneeskunde

Anne Schrama-Gludemans
Beroepsopleiding Acupunctuur 2^e jaar, Academie Qing-Bai
1-12-2022

Samenvatting

Doel: Het doel is om de Balansmethode Acupunctuur volgens Dr. Tan aan het licht te brengen. Dit zal beoordeeld worden op basis van de huidige/beschikbare literatuur. Deze populaire stroming binnen de acupunctuur wekt veel acupuncturisten de aandacht. Ik zou graag antwoord willen krijgen op mijn onderzoeksvraag:

Waarom kunnen we pijn het beste behandelen met de Balansmethode Acupunctuur van Dr. Tan?

Methode: Bij het opstellen van dit paper is gebruik gemaakt van literatuuronderzoek.

Resultaat: Het volledige universum is gebaseerd op de balans tussen Yin en Yang in al zijn aspecten. In de natuur is dit vooral goed te observeren tijdens de seizoenen. De mens als onderdeel van dit universum is gezond als er een juist balans is tussen Yin en Yang. Er moet balans zijn tussen de Yinne en Yange meridianen, tussen de Yinne en Yange organen (Zang Fu), tussen de Yinne en Yange substanties en tussen de Yinne en Yange structuren van het lichaam. Ziekte en pijn, zowel fysisch als psychisch is een disbalans in het functioneren van de mens. Als acupuncturist is het onze taak om deze balans te herstellen. Het gebruik maken van de Balansmethode stelt ons in staat om dit te verwezenlijken! We proberen in dit paper de Dr. Tan Balansmethode verder aan het licht te brengen en de werking van deze populaire acupunctuurstroming te onderbouwen.

Kunnen we alles behandelen met de Balans Methode? Om eerlijk te zijn, een acupuncturist kan veel behandelen, zelfs meer dan verwacht. Het komt wel neer op het stellen van de juiste diagnose en vervolgens de strategie inclusief de juiste tools (Lokale Balans, Globale Balans, Meridiaan Conversie, Vijf Elementenbalans, Seizoensbalans, 12 Magical points) en tot slot de juiste uitvoering van de strategie.

"The mediocre doctor believes that the study of the Primary Meridians is an easy thing, the good doctor studies the Primary Meridians all of their lives" - Ling Shu -

Inhoudsopgave

1. Inleiding

2. Probleemstelling en onderzoeksvragen

3. Westerse visie en behandeling van pijn en ongemak

3.1 *Wat is de definitie van pijn?*

3.2 *Fysiologie van pijn*

3.3 *Belang van pijn*

3.4 *Westers behandelaanbod*

4. Oosterse visie en behandeling van pijn

4.1 *Wat is de definitie van pijn?*

4.2 *Soorten pijn*

4.3 *Bì Syndroom*

4.4 *Pathologie van pijn*

4.5 *Etiologie pijn*

4.5.1 *Externe oorzaken voor pijn (klimaat)*

4.5.2 *Interne oorzaken voor pijn (emoties)*

4.5.3 *Diverse oorzaken van pijn*

4.6 *Soorten pijn*

5. Dr. Tan Balansmethode

5.1 *Definitie van Balans*

5.2 *Oorsprong Dr. Tan Balansmethode*

5.3 *Geschiedenis van Dr. Tan*

5.4 *Hoe kunnen we patiënten met pijn behandelen met direct resultaat?*

5.5 *Hoe ziet een behandeling eruit?*

6. Terug naar de bron

6.1 *Yin–Yang*

6.2 *Ba Gua*

6.3 *Meridianen*

6.4 *Correspondenties*

7. Behandelvormen Dr. Tan's Balansmethode

7.1 *Lokale balans*

7.2 *Globale balans*

7.2.1 *12 Magical points*

7.2.2 *Meridiaan conversie*

7.3 *Balans volgens de seizoenen*

7.4 *Balans volgens de Vijf elementen*

8 Conclusie

8.1 *Waarom werkt de Balansmethode van Dr. Tan?*

8.2 *Hoeveel behandelingen zijn er nodig?*

8.3 *Hoe kunnen we de kosten drukken op ons zorgstelsel?*

8.4 *Waarom kunnen we pijn het beste behandelen met de Balansmethode?*

Literatuurlijst

1. Inleiding

In dit paper wordt gekozen voor het onderwerp "Pijn en ongemak behandelen volgens de Dr. Tan Balansmethode" om verder te onderzoeken wat Balans in de TCG me betekent en wat de overeenkomsten zijn met een vaak voorkomende klacht: pijn en ongemak.

In September 2018 ben ik met spoed opgenomen in het ziekenhuis met een acute necrotiserende Pancreatitis. Dit was een enorm heftige ervaring voor mij en mijn gezin.

Het herstel duurde een half jaar. Daarna kwam de grootste uitdaging, het in Balans blijven zonder pijn. Na mijn studie Acupunctuur bij Qing Bai kom je tot het besef dat "Balans" een basisbegrip is in de Chinese Geneeskunde. Dat maakt het onderzoeken naar deze uitdrukking me alleen maar nieuwsgieriger.



*Afbeelding 1
Ping Héng (Balans)*

Mijn eigen ervaringen en inzichten uit de praktijk zijn uiteindelijk de reden waarom ik dit onderwerp heb gekozen. Ik hoop met deze paper een antwoord te krijgen op mijn vraag:

Waarom kunnen we pijn het beste behandelen met de Balansmethode Acupunctuur van Dr. Tan?

Het was erg leuk om met dit onderwerp aan de gang te gaan, zeker omdat deze populaire methode veelvuldig toepasbaar zal zijn tijdens mijn verdere loopbaan als Acupuncturist.

Op deze plaats wil ik graag Peter de Vilder en Kris Oosting bedanken. Dankzij hen werd mijn interesse in de Balansmethode gewekt. Ook wil ik alle docenten van Qing Bai bedanken voor hun kennis die ze delen. Maar als laatste bedank ik mijn man, Nico en mijn drie dochters, Robin, Nikki en Sam voor hun onvoorwaardelijke steun tijdens mijn studie.

Ik wens u veel plezier met het lezen van dit onderzoek!

Met balancerende groet,
Anne Schrama-Gludemans

2. Probleemstelling en onderzoeksvragen

Probleemstelling:

Pijn spreekt voor zich, maar waarom ook ongemak? Ongemak is niet zo pijnlijk als pijn, maar het heeft zeker een negatieve invloed op het de kwaliteit van leven. Er wordt echter niet vaak gedacht dat er iets aan ongemak kan worden gedaan. Het is tenslotte nog geen pijn en iedereen heeft wel wat ongemakken. Zeker, maar niet voor jaren op een rij. In de praktijk komen veel patiënten met ongemakken en die zijn er graag vanaf.

Een optimale balans nastreven in het lichaam is het grootste doel binnen de Chinese Geneeswijzen. Hoe meer men in balans is, hoe gezonder men is op alle vlak en des te beter ook onze contacten met de buitenwereld zijn. Dit hele verhaal is gebaseerd op het streven naar evenwicht tussen Yin en Yang. Het Taiji symbool geeft de balans van Yin en Yang weer.



Afbeelding 2. Taiji symbool

Het is interessant om Pijn vanuit de Chinese benadering te bekijken. Hoe kunnen we als therapeut de Dr. Tan Balansmethode inzetten voor klachten zoals pijn en ongemakken.

Om een beter inzicht te krijgen in de Dr. Tan Balansmethode die de pijn en ongemak kan behandelen, zijn de volgende onderzoeksvragen opgesteld:

Onderzoeksvragen:

- Waar komt de Dr. Tan Balansmethode vandaan?
- Waar is de behandelmethode voor geschikt?
- Voor wie is deze behandelmethode geschikt?
- Waarom kunnen we pijn en ongemak het beste behandelen met de Balans Methode Acupunctuur van Dr. Tan?

3. Westerse visie en behandeling van pijn en ongemak

Om te begrijpen wat pijn inhoudt moeten we eerst de Westerse benaming definiëren voordat we kunnen kijken naar de Oosterse visie hierop.

3.1 Wat is de definitie van pijn?

- Volgens het woordenboek (Van Dale, 2021) "onaangenaam gevoel in (een deel van) het lichaam".
- Coelho (Jochems & Joosten, 2003) beschrijft "pijn" als een onaangename sensorische en emotionele ervaring door (sterke) prikkeling van de uiteinden van gevoelszenuwen.
- Wiktionary (Wiki Woordenboek, 2021) zegt hierover het volgende; "pijn" (medisch) lichamenlijk leed, veroorzaakt door ziekte of verwonding (De pijn bevindt zich in de streek rond de kuit) of (medisch) geestelijk leed (De pijn om haar overleden echtgenoot bleef nog lang in haar ronddwalen).
- Pijn (Wikipedia, 2022) is een sensorische en/of emotionele ervaring veroorzaakt door feitelijke of mogelijke weefselschade of die beschreven wordt in termen van weefselbeschadiging; ergens in het lichaam is een verwonding of dreigt er een te ontstaan. Soms ontstaat pijn echter ook zonder aanwijsbare lichamenlijke oorzaak.

3.2 Fysiologie van pijn

Pijn (Wikipedia, 2022) begint bij de zenuwuiteinden die geprikkeld worden of door het beschadigd zijn van zenuwen. Die prikkels, elektrische signalen, worden via zenuwbanen doorgegeven aan het ruggenmerg en ten slotte aan de hersenen. Er kan onderscheid worden gemaakt tussen acute pijn en chronische pijn. Acute pijn ontstaat plotseling en gaat relatief snel weer over. Onder chronische pijn wordt verstaan: pijn die langer dan zes maanden aanhoudt. Chronische pijn heeft geen waarschuwingfunctie meer.

3.3 Belang van Pijn

Pijn is een signaal van het lichaam om aan te geven dat er iets mis is, en is dus van vitaal belang voor het behoud van gezond weefsel bij iedereen die een normaal leven leidt. De afwezigheid van pijn kan leiden tot blijvende schade van lichaamsdelen omdat niet adequaat wordt gereageerd op (dreigende) beschadigingen, bijvoorbeeld aan een hand die niet wordt teruggetrokken als een kokende pan wordt aangeraakt.

3.4 Westers behandelaanbod

Pijn kan vaak worden verminderd of onderdrukt met pijnstillers of een zenuwbehandeling. Dit is vooral nuttig bij pijn met een duidelijke oorzaak. Chronische pijn is vaak moeilijk tot zeer moeilijk behandelbaar, omdat er geen lichamenlijke oorzaak (meer) voor te vinden is of omdat de oorzaak niet weg te nemen is. Bij chronische pijn is er aandacht nodig voor het psychische aspect. Door dit bij de behandeling voldoende aandacht te geven kan pijnbeleving worden beïnvloed en pijn draaglijker worden.

4. Oosterse visie en definitie van pijn

4.1 Wat is de definitie van pijn?

Zoals beschreven door Wiseman en Feng (Feng, 1998) en geciteerd door (Oosting, Balance Method Acupuncture #1, 2020): Pijn: Een min of meer plaatselijk gevoel van onbehagen, leed of ondraaglijke pijn dat wordt gevoeld als gevolg van stoten en vallen, snijwonden in

The image shows the Chinese character '痛' (Tòng), which means 'pain'. It is a large, black, stylized character with a white background.

Afbeelding 3. Chinees Karakter Tòng (Pijn)

het vlees, ernstiger honger, contact met vuur of hete voorwerpen of verschillende aandoeningen in het lichaam. Het kan elk deel van het lichaam aantasten en komt voor in zowel uitwendige opgelopen ziekte en inwendige schade. Pijn is ook een belangrijk onderdeel van diagnostische informatie en de betekenis ervan hangt af van de aard en de locatie.

Het Chinese karakter (Tòng) voor pijn: Op een bed liggen, ziek zijn, ziekte.

4.2 Soorten pijn

Er zijn verschillende soorten pijn te vinden in TCG, allemaal met hun eigen patroondifferentiatie. Deze kunnen ons helpen om meer informatie te krijgen over de betrokken pathomechanisme. Wiseman en Feng (Feng, 1998) beschrijven twaalf soorten pijn. Dit zijn: Pijnlijke pijn, Opzwellende pijn, Doffe pijn, Lege pijn, Koude pijn, Grijpende pijn, Hevige pijn, Trek pijn, Brandende pijn, Verplaatsende pijn, Stekende pijn en Pijn met open wonden of roodheid en zwelling.

4.3 Bì Syndroom

Volgens auteur Maciocia (Maciocia, Grondslagen van de Chinese Geneeskunde, 2016) ontstaat een extern syndroom als een pathogene factor de meridianen geleidelijk aan aanvalt en een Bì Syndroom (Syndroom van Pijnlijke Obstructie) veroorzaakt. Dit wordt gekenmerkt door de obstructie van de Qi-circulatie in de meridianen en gewrichten door een pathogene factor die Koude, Vocht, Wind of Warmte kan zijn. Bij een obstructie door Koude is meestal slechts één gewricht aangetast, is de pijn ernstig en wordt ze verlicht door toepassing van warmte. Bij obstructie door Wind, verspringt de pijn van gewricht tot gewricht. Bij obstructie door Vocht, zal er zwelling van de gewrichten zijn terwijl bij obstructie door Warmte de pijn ernstig is en de gewrichten gezwollen en warm zijn.

4.4 Pathologie van pijn

De belangrijkste pathologie van pijn is: Obstructie van de Qi- en de Bloedcirculatie in de meridianen. Er is een traditioneel Chinees gezegde dat zegt: "Als de meridianen vrij zijn, is er geen pijn. Als de meridianen geobstrueerd zijn, is er pijn" Dus stagnatie geeft pijn en pijn is stagnatie. Pijn kan ook te wijten zijn aan de volgende leegtecondities: Qi Leegte en Bloed Leegte, Verbruik van de Organische vloeistoffen door Yin Leegte. Deze condities veroorzaken malnutritie van de meridianen en dus pijn. De pijn is van het Leegtetype en heeft de neiging om doffer te zijn dan het vorige type. De frequentste oorzaken van chronische pijn bij Interne condities zijn Qi Stagnatie, Bloed Stase, Lever Yang Stijging en Koude.

4.5 Etiologie van Pijn

"Pijn" (Maciocia, Diagnostiek in de Chinese geneeskunde, 2020) kan door ofwel een Exces- ofwel een Leegteconditie veroorzaakt worden. Het Exces- of Leegte karakter van pijn moet altijd bepaald worden, vooral in relatie met pijn ervaren in het hoofd, de thorax en de abdomen. Als algemene betrouwbare regel geldt dat pijn door een Excesconditie intenser

en scherper is dan de pijn door een Leegteconditie, die de neiging heeft om doffer en minder intens te zijn. Volgens auteur Oosting (Oosting, Balance Method Acupuncture #1, 2020) vindt de etiologie van pijn zijn oorsprong in de bekende drie groepen factoren: interne oorzaken van pijn, externe oorzaken van pijn en diverse oorzaken van pijn.

4.5.1 Interne oorzaken van pijn (emoties)

De aard van een Intern Orgaan "resoneert" met een emotie. Elk Intern Orgaan heeft een positieve mentale natuur die zich in negatieve emoties verandert onder de invloed van emotionele spanningen door levensomstandigheden en hebben dan de neiging om Qi Stagnatie te veroorzaken, zelfs deze die, zoals verdriet, het Qi uitputten.

Tabel 1

Emotie:	Beïnvloed:	Symptomen:
Excessieve Woede	De Lever (Gan) laat het Qi stijgen en kan Lever Qi stagnatie, Lever Yang Stijging en Lever Vuur veroorzaken.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hoofdpijn ▪ Duizeligheid ▪ Tinnitus ▪ Rood gelaat ▪ Stijve nek
Excessieve Vreugde	Het Hart (Xin) en laat het Qi vertragen. Plotselinge vreugde is vergelijkbaar met emotionele shock.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Palpitaties ▪ Overexiteerbaarheid ▪ Insomnia ▪ Rusteloosheid ▪ Rode tongpunt
Excessieve Verdriet	De Long (Fei) en het Hart en laat het Qi oplossen, en in sommigen gevallen het Lever Bloed uitputten (enkel bij vrouwen).	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dyspnoe ▪ Vermoeidheid ▪ Oncomfortabel thoracaal gevoel ▪ Depressie of wenen
Zorgen	De Long en de Milt (Pi) en knoopt het Qi.	<p><i>Long:</i> Oncomfortabel thoracaal gevoel</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lichte dyspnoe ▪ Gespannen schouders ▪ Droge hoest ▪ Zwakke stem ▪ Zuchten ▪ Bleke gelaatskleur <p><i>Milt:</i> Slechte eetlust</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Licht epigastrische ongemak ▪ Abdominale distensie ▪ Vermoeidheid ▪ Bleke gelaatskleur
Gepeins	de Milt (Pi) en laat het Qi knopen.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Slechte eetlust ▪ Epigastrische ongemak ▪ Abdominale distensie ▪ Vermoeidheid ▪ Bleke gelaatskleur
Angst of Schrik	de Nieren (Shen) en laat het Qi dalen.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Enuresis nocturna ▪ Urine-incontinentie ▪ Diarree
Emotionele Shock	Het Hart (Xin) en laat het Qi verstrooien	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Palpitaties ▪ Dyspnoe ▪ Insomnia ▪ Bewegende pols

4.5.2 Externe oorzaken van pijn (klimaat)

De externe ziekteoorzaken zijn te wijten aan klimaatfactoren. Hier volgt een algemene en noodzakelijke beschrijving van de klinische manifestaties optredend bij een invasie door externe pathogene factor:

Wind leidt tot snelle veranderingen in symptomen en tekens die verspringen van plaats tot plaats in het lichaam. Wind valt de ruimte tussen de huid en de spieren en dus het Wei Qi deel van de Long aan: aversie voor koude, koorts, keelpijn, niezen, lopende neus, occipitale stijfheid en een oppervlakkige pols. Valt de spieren en meridianen aan: stijfheid, rigiditeit en contractie van de spieren met plots begin. Valt de gewrichten aan: pijn verspringt van gewricht tot gewricht, vooral in het bovenste lichaamsdeel.

Koude leidt tot contractie, wat de circulatie van het Qi en Bloed vertraagt en geeft contractie en beperkte gewrichtsbeweging. Valt de spieren en pezen aan: stijfheid, spiercontractie, pijn en kouwelijkheid. Valt de gewrichten aan: ernstige pijn in één gewricht. Valt de Maag, de Darmen of de Uterus aan: plotselinge epigastrische pijn met braken, plotse abdominale pijn met diarree, acute dysmenorroe.

Vocht leidt tot disharmonie Ying Qi en Wei Qi, blokkeert de Qi circulatie en geeft pijn, gevoelloosheid en zwaarte. Valt de spieren en pezen aan: zwaartegevoel van de ledematen, doffe spierpijn. Valt de gewrichten aan: pijn, zwaartegevoel en zwelling van de gewrichten, vooral van het onderste lichaamsdeel. Acute urinair ongemak, acute vaginale afscheiding, acute huidziektes met vesikels of papules, acute digestieve ongemakken.

Droogte leidt tot verminderde Long Qi en beschadigd de Yin-vloeistoffen, verbruikt het bloed en geeft een pijnlijke huid. Acute droge hoest, aversie voor koude, koorts, droge mond en neus.

Vuur leidt tot abnormale Qi-Bloedcirculatie en uit zich in een branderig gevoel, warmte gevoel en roodheid. Aversie voor warmte, hoge koorts, transpiratie, mentale verwardheid, dorst, Overvloeiende-Snelle pols, Rode tong met geel beslag.

Zomerwarmte leidt tot Aversie voor koude, koorts, transpiratie, hoofdpijn, donkergekleurde urine, dorst, Oppervlakkige-Snelle pols.

4.5.3 Diverse oorzaken van pijn

Diverse pathogene factoren die pijn en ongemakken kunnen veroorzaken zijn:

Zwakke constitutie: De erfelijke constitutie is een belangrijke factor die de gezondheid en morbiditeit van een persoon tijdens het leven bepaalt.

Overwerk: Door mentaal overwerk of fysiek overwerk. Door excessieve fysieke activiteit of juist een gebrek aan beweging. Het Qi en het Yin vertegenwoordigen 2 energieniveaus. Het Qi wordt gebruikt door te werken en aangevuld door te rusten. Als een persoon overwerkt, kan het Qi niet snel genoeg aangevuld worden en wordt in plaats daarvan het Yin gebruikt. Overwerk leidt tot Yin Leegte, vooral Nier Yin leegte.

Excessieve seksuele activiteit: De seksuele essenties van zowel mannen als vrouwen zijn de externe manifestaties van Nier Jing. Daarom leidt het verlies van deze seksuele essenties tot een tijdelijk verlies van Nier Jing en dit resulteert in vermoeidheid na de daad, duizeligheid, wazig zicht, lage rugpijn, zwakke knieën en frequente mictie.

Dieet: Te weinig eten leidt tot Qi Leegte en Bloed Leegte. Te veel eten verzwakt de Milt en leidt tot Vocht en Flegma. Een Excessief verbruik van koude voedingsmiddelen verzwakt Milt Yang. Een Excessief verbruik van zoete voedingsmiddelen en suiker leidt tot Vocht en Flegma. Een Excessief verbruik van warme voedingsmiddelen leidt tot Warmte, vooral van de Maag en de Lever. Een Excessief verbruik van vette voedingsmiddelen leidt tot Vocht en Flegma. Onregelmatig eten verzwakt Maag Yin.

Drugs: Langdurig gebruik van Cannabis kan Nier Leegte en een zwakte van de Zhi van de Nier veroorzaken. Hij beïnvloedt ook Hart Bloed en de Yi van de Milt zoals blijkt uit het slechte geheugen en de verminderde concentratie. Langdurig gebruik van Cocaïne leidt tot vorming van Flegma Vuur in het Hart. LSD beïnvloedt het Hart en veroorzaakt mogelijk Hart Vuur. Ecstasy verzwakt de Nier en obstrueert hij volgens (Maciocia, Grondslagen van de Chinese Geneeskunde, 2016) de hartopeningen.

Geneesmiddelen: zijn een belangrijke en frequente ziekteoorzaak, omdat de meeste ervan tot sommige neveneffecten en vaak tot negatieve reacties leiden.

Trauma's, sportblessures etc.: Lichte trauma's veroorzaken Qi Stagnatie. Ernstige trauma's veroorzaken Bloedstase. Trauma is vaak een bevorderende ziekteoorzaak die andere oorzaken overlapt.

Parasieten en giften: Een excessief verbruik van vette en zoete voedingsmiddelen leidt tot Vocht dat een uitstekende broedplaats voor wormen is.

Verkeerde behandeling: Hiermee wordt bedoeld "verkeerde kruidenbehandeling". Acupunctuur heeft minder neveneffecten en negatieve reacties dan fytotherapie. Een groot voordeel van acupunctuur als behandelingsvorm is dat ze in ervaren handen een relatief veilige therapie is.

Klimaatfactoren: Zoals Airconditioning, Koelcellen, Warme keukens of Staal fabrieken kunnen pijn veroorzaken.

5. Dr. Tan Balansmethode

5.1 Definitie van Balans

Allereerst is het van belang om te weten waar het woord Balans vandaan komt. Volgens van Dale (Dale, 2022) betekent 'balans' "evenwicht: *in balans zijn* in evenwicht; *uit zijn balans raken* uit zijn evenwicht ". En zo verwoordt de Chinese Geneeskunde het ook.

Kris (Oosting, Balance Method Acupuncture #2, 2021) benoemt in zijn boek dat de Weg naar Perfecte Balans drie aandachtspunten heeft:

1. Breng jezelf als beoefenaar in balans door middel van meditatie en Qi Gong.
2. Breng je omgeving in balans en oefen door middel van Feng Shui.
3. Breng patiënten in evenwicht door middel van de Dr. Tan Balansmethode

5.2 Oorsprong Dr. Tan Balansmethode

De oorsprong van de Balansmethode moeten we niet zoeken in de vorige eeuw toen Dr. Tan de hele wereld rondtrok om zijn balansmethode te onderwijzen. Dr. Tan heeft wel de verdienste om deze methode via zijn show wereldkundig te maken zodat iedere therapeut deze zou kunnen toepassen. Voordien had Dr. Chao Chen de balansmethode reeds ontwikkeld en hij baseerde zich (Master Tung, sd; Jochems & Joosten, 2003) daarbij op de oude teksten van de Chinese filosofie en cultuur. De principes van balans zijn terug te vinden in de hele kosmos en gelden voor elk schepsel dat in deze kosmos vertoefd. Men kan dus onmogelijk spreken over een "uitvinder" van de Balansmethode. Om deze principes te begrijpen, moeten we terug naar de oorsprong. Een Chinese uitdrukking zegt:

"When you drink water, never forget the source"

Acupunctuur heeft een lange en gecompliceerde geschiedenis en voor die bron moeten we teruggaan naar het oudste boek, met name de Yijing en naar de klassiekers zoals Huang Di Nei jing en de Nan Jing. Deze boeken zijn al vaak vertaald waaronder die van Guus Martens. (Martens, Huang Di Nei Jing Su Wen, 2008) (Martens, Hunag Di Nei Jing Ling Shu, 2009), (Martens, Huang Di Ba Shi Yi Nan Jing, 2007) (Martens, Zhang Zhong-Jing Shang Han Lun, 2008). Wel is het zo dat er heel veel literatuur en kennis van de TCG verloren is gegaan in de loop der eeuwen door onder andere de modernisatie van China gedurende de late negentiende en begin twintigste eeuw. China wilde niet meer vereenzelvigd worden met de sjamanistische manier van geneeskunde. Toen Mao Zedong aan de macht kwam en de Volksrepubliek China werd opgericht, werd de TCG getransformeerd van dokters die werkzaam waren op het platteland en hun kennis hadden doorgekregen op vader op zoon naar westerse opgeleide artsen.

Acupunctuur werd sindsdien aangeleerd in één van de vijf grote universiteiten in China. Een groot deel van de Chinese dokters (Dr. Chen Chao, Dr. Tan, Master Tung, Wei Chieh Young, Myriam Lee) verliet China om zich te vestigen in Taiwan, Vietnam, USA en andere delen van de wereld. Op die manier ontstond aan het einde van de vorige eeuw een inhaalrace voor acupunctuur, waarvan de Balansmethode een onderdeel is.

Dr. Chen Chao, Dr. Tan, Master Tung, Wei Chieh Young, Myriam Lee moeten we dankbaar zijn omdat zij die "vergeten" theorie terug opgevist hebben en hun kennis ondertussen doorgegeven hebben aan talrijke therapeuten over heel de wereld.

5.3 Geschiedenis van Dr. Tan

Dr. Tan is oorspronkelijk geboren in Taiwan, daar maakte hij al vroeg in zijn familie kennis met de Chinese geneeskunde. Tijdens zijn studie op wetenschappelijk gebied profiteerde hij van de strenge training van zijn meesters in Acupunctuur, Chinese kruiden, krijgskunst en filosofie. Hij had een grote belangstelling voor verschillende klassieke teksten van de Chinese geneeskunde. Als jonge ingenieur en traditionele Chinese man behandelde hij talloze patiënten samen met het medisch team van een militair hospitaal in Taiwan. Dr. Tan zette zijn postdoctorale studie voort en behaalde een ingenieursdiploma in de Verenigde Staten, terwijl zijn overweldigende enthousiasme voor Chinese geneeskunde bleef groeien. Hij bleef de klassieke teksten onderzoeken. Klassieke teksten benadrukken specifiek dat acupunctuur onmiddellijke resultaten moeten geven. Deze onmiddellijke klinische werkzaamheid is de hoofdlijn geworden van de onderzoeksinspanningen van Dr. Tan. De Balansmethode is dus het resultaat van een intensieve studie van kostbare oude literatuur, een moderne wetenschappelijk georiënteerde analyse en onbeperkte persoonlijke inspanning. Dr. Tan heeft zijn leven gewijd aan de ontwikkeling van een buitengewoon acupunctuurstrategie die binnen enkele seconden na het inbrengen van de naald klinische resultaten oplevert.

Zo ging Dr. Tan door met het ontdekken en delen van schatten van de traditionele Chinese geneeskunde en cultuur. Dr. Tan woonde in San Diego VS, waar hij meer dan 120 patiënten per week behandelde. Gelukkig nam Dr. Tan verschillende studenten aan en een kleine verzameling boeken die zijn buitengewone systeem van acupunctuur documenteerden. Van die studenten en materialen is een zaadje geplant dat is blijven groeien en nu wereldwijd zijn vruchten afwerpt.

Helaas is dr. Richard Tan begin 2016 overleden tijdens een reis en lesgeven in Azië. De acupunctuurwereld verloor een geweldige leraar en clinicus.

5.4 Hoe kunnen we patiënten met pijn behandelen met direct resultaat?

Chinese geneeskunde heeft een holistische aanpak en wanneer men een patiënt herbalanceert betekent dit dat men op verschillende niveaus de patiënt terug in harmonie brengt. Ik denk dan aan zowel het fysisch, psychisch-emotioneel als het spiritueel niveau. De Balansmethode kunnen we gebruiken om de verschillende syndromen van (chronische) pijn aan te pakken.

De Balansmethode van Dr. Tan is een balansmethode gebaseerd op de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG). Bij deze methode gebruiken we acupunctuurpunten van de Traditionele Chinese Geneeskunde en de speciale punten van Master Tung. Deze punten, of puntgroepen representeren vele microsystemen over het gehele lichaam en bevinden zich alleen op de ledematen en het hoofd. De werking van de behandeling is zeer direct; mensen met pijnklachten ervaren in de meeste gevallen binnen een paar minuten na het plaatsen van de naalden verlichting van de klacht.

Het mooie van dit systeem is dat het gebruik maakt van weinig naalden. Het motto van de Balansmethode is "less is more". We werken met de energie van het lichaam, met minder naalden wordt deze energie beter benut en het effect van de behandeling vergroot. Een ander kenmerk is, dat er nooit wordt behandeld op de plaats van de klacht zelf. De bij de klacht betrokken meridianen worden door gerelateerde meridianen op een andere plaats op het lichaam gebalanceerd. Ook wordt gebruik gemaakt van microsystemen. Dat wil zeggen dan een kleiner onderdeel of bot van het lichaam een microsysteem is van het gehele lichaam. We kennen dit al van de oor-acupunctuur en de voetreflextherapie, maar ook de hand of het onderbeen weerspiegelen het hele lichaam.

5.5 Hoe ziet een behandeling eruit?

In een notendop, de Balansmethode is het plaatsen van acupunctuurnaalden ver weg van of distaal van het lichaamsdeel dat wordt behandeld.

Laten we bijvoorbeeld eens kijken naar rugpijn. Als er pijn is aan de rechterkant van de lage rug, worden er geen naalden in de rug geplaatst. In plaats daarvan plaatsen we waarschijnlijk twee tot vier naalden in de linkerhand en nog een naald in de rechtersoet. Binnen enkele minuten kan de pijn zakken en het aangedane gebied geeft minder ongemak/last. Onvruchtbaarheid wordt met groot succes behandeld door slechts een viertal punten op de vingers. We zetten bij deze methode de naalden dieper en laten ze langer zitten; tussen de 50 en 60 minuten. Dit in tegenstelling tot een "reguliere" acupunctuurbehandeling van 20 of max 30 minuten. Het principe hierachter is, dat in geval van een chronische klacht het pathogeen dieper het lichaam is binnengedrongen; diepe insertie en lang verblijf is noodzakelijk voor een goed resultaat.

Het is vergelijkbaar met een lichtschakelaar, het knopje zit (meestal) niet vlak naast de lamp. Wanneer je de knop aanzet gaat er een stroom elektriciteit naar de lamp. Op dezelfde manier geven de naalden, ver weg van de pijnlijke plek een stimulans aan het pijnlijke gebied en gaat er een stroom energie naartoe hierdoor wordt de pijn verminderd en de energiestroom ter plekke hersteld.

En dat is het. De behandelingen zijn snel, gebruiken een minimaal aantal naalden en zijn vaak buitengewoon effectief.

6. Terug naar de bron

Om de Balansmethode te begrijpen is het van belang om de oorsprong te achterhalen. De Chinese levensbeschouwing was aanvankelijk veelvormig (periode van 100 scholen), maar richtte zich later tot de twee hoofdstromen: het Confucianisme en het Daoïsme, waar zich in de 3e eeuw ook nog het Boeddhisme bijvoegde. Zowel Confucianisme als Daoïsme droegen vele elementen uit de oudheid in zich, en stonden daarnaast ook met elkaar in voortdurende wisselwerking. Ondanks een aantal verschillen hebben ze één groot gezamenlijk doel namelijk ten tijde van chaos waar China in de loop van de geschiedenis mee te maken had (oorlog, hongersnood, overstromingen) terug in Balans te brengen.

6.5 Yin – Yang

"Yin Yang is de weg van hemel en aarde, de wetmatigheid en principe van de 10.000 dingen, vader en moeder van verandering en transformatie, oorsprong van leven en dood....." (Su Wen Hst 5). Chinese kosmologie is de evolutie van Wuji naar yin yang qi naar de 10.000 dingen. Dit resulteerde in een cyclisch wereldbeeld (in tegenstelling tot een lineair wereldbeeld), waarbij alles in een voortdurende verandering is. Omdat alles steeds weer terugkeert in haar oorsprong, ontstaat het cyclische wereldbeeld. Elk fenomeen kan worden uitgedrukt in Yin en Yang. Yin Yang vormen de principes hoe Qi zich manifesteert. Deze voortdurende verandering kunnen we



Afbeelding 4.
Het ontstaan van de Ba Gua

overal in de natuur waarnemen zoals bijvoorbeeld in de afwisseling tussen dag en nacht, zomer en winter en in de bloei en het vergaan van planten. Dit wordt gesymboliseerd door het taiji symbool en uitgedrukt in de wetmatigheden van Yin en Yang. Dit is meteen de oorsprong van balans. Voor een natuur (en wij zijn een beetje van deze natuur) in harmonie, moet er balans zijn tussen Yin en Yang en tussen hemel en aarde.

6.6 Ba Gua

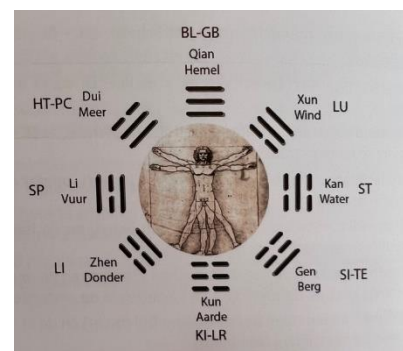
De basis van de Balansmethode zijn de 8 trigrammen die tevens de basis vormen voor de Yijing (Wikipedia, 2022). Zoals vermeld begint alles in het universum met de opsplitsing van Yin en Yang. In het China van een paar eeuwen voor Christus werd Yin voorgesteld als een onderbroken lijn en Yang werd voorgesteld als een volle lijn. Wanneer we beide lijnen verdubbelen, dus twee keer Yin en twee keer Yang en daarboven op een Yin en een Yang lijn zet, dan krijg je vier tekens is Si Xiang. Bij verdubbeling van Si Xiang en toevoeging van telkens een Yang en een Yin lijn krijgen we 8 combinaties die de Ba Gua genoemd worden. Ba betekent 8 en Gua betekent symbool.

Men zegt dat de Ba Gua voor het eerst werd samengesteld door Fu Xi (2800 v. Chr.) Fu Xi was een figuur uit de Chinese mythologie. Hij zou volgens de traditie de bevolking stapsgewijs elementen van de Chinese beschaving hebben bijgebracht. De Ba Gua is een theorie die door de oude Chinezen (Fu Xi Ba Gua) werd gebruikt om richtingen, locaties, oorzaken en gevolgen en alle natuurlijke veranderingen van het universum te analyseren. Omdat de natuur zich altijd herhaalt, geloven de Chinezen dat de Ba Gua-theorie kan worden gebruikt om natuurrampen, de bestemming van een land of zelfs het lot van een individu te voorspellen, vandaar de link met de Yijing.

Het was Wen Wang, die de trigrammen combineerde tot de 64 hexagrammen die we kennen in de Yijing.

6.3 Meridianen

Fu Xi heeft de Ba Gua ook in een cirkelvorm geordend, waarbij de macrokosmos tussen Hemel en Aarde voorstelde. We kunnen de meridianen plaatsen op de verschillende trigrammen. Ook daar zien we gedurende de geschiedenis een revolutie optreden. Tijdens de Song-dynastie (960-1279 na chr.) heeft men de plaatsing van de meridianen aangepast aan een tweetal criteria. Yange meridianen zette men op een Yange Gua en Yinne meridianen op een Yinne Gua en men hield rekening met het menselijk lichaam, dat men op de Fu Xi Ba Gua afbeeldde. Ook de vijf elementen kunnen we in een tabel opnemen.



Afbeelding 5. De Fu Xi Ba Gua

6.4 Correspondenties



Afbeelding 6.
Tian Ren Di

De mens is een onderdeel van het Universum. Het is een microkosmos in deze macrokosmos en ontvangt energie van zowel de hemel (Yang) als de aarde (Yin). De mens is een schakel tussen hemel en aarde. Zo ontstaat een belangrijk concept in de Chinese filosofie: Tian Ren Di of Hemel-Mens-Aarde. Om de Balansmethode te kunnen toepassen, maakt men gebruik van drie correspondenties: Meridiaan correspondenties, Holografische correspondenties en de Weefsel correspondenties.

7. Behandelvormen Dr. Tan's Balansmethode

7.1 Lokale Balans

Lokale balans is een krachtig hulpmiddel bij de behandeling van ongemak en pijn. Het heeft een sterke basis in de Yijing en andere metafysische modellen. Ze vormen een solide basis en is een veilig hulpmiddel om de balans te bepalen. Lokale balans betekent het balanceren van een gebied met een of meerdere meridianen. De patiënt kan duidelijk aangeven waar de pijn zich bevindt.

7.2 Globale Balans

Naast de Lokale balans kunnen we ook gebruik maken voor de Globale Balans. Algemeen kunnen we zeggen de Lokale Balans eerder gebruiken bij specifieke pijnproblematieken en dat we de Globale Balans inzetten om de onderliggende factor aan te pakken. De Globale balans kan nuttig zijn bij niet duidelijk te omschrijven pijnklachten, zoals bijvoorbeeld binnen de cardiologie, digestive problemen, hormonale dysbalans, shenverstoringen.

7.2.1 12 Magical points

Een bijzondere vorm van de Globale balans is het toepassen van de 12 magical points. Deze puntcombinatie kunnen we gebruiken wanneer we te maken hebben met problemen waarbij alle meridianen zijn aangedaan zoals bijvoorbeeld fibromyalgie, chronische vermoeidheidsyndroom en artritis.

7.2.2 Meridiaan Conversie

We hebben gezien dat we op elke trigram één of meerder meridianen kunnen plaatsen. De Meridiaan conversie is een vorm van Globale balans en gebruiken we in de praktijk als algemene behandeling of onderhoudsbehandeling.

7.3 Balans volgens de seizoenen

Het doel van een seizoensbalans behandeling is om de Qi van de patiënt weer in balans te brengen met het seizoen. Of eigenlijk terug te brengen in het NU. Seizoensbalans is een verdere toepassing van Dr. Tan's Balansmethode, met inbegrip van de inzichten van Chao Chen, die de link met de Yijing verder uitwerkte. De Yijing (Het Boek der Veranderingen) beschrijft de totale veranderingen van Yin en Yang, en wordt gebruikt als orakel, maar ook in de Chinese Geneeswijze. De seizoensbalans is een bijzondere vorm van meridiaan conversie waarbij we gebruik maken van de bepaalde hexagrammen. We gebruiken de Seizoensbalans als:

- De ziekte gerelateerd is aan een seizoen of bepaalde tijd
- Als de ziekte gestart is met een tijdsfactor
- Als de ziekte verergert tijdens een vast tijdstip van de dag

7.4 Balans volgens de vijf elementen

Naast de theorie van Yin en Yang is de theorie van de vijf elementen één van de grondslagen van de Traditionele Chinese Geneeskunde. De vijf fasen (Wu Xing) is vertaald naar de vijf elementen. Het is eigenlijk een verbreding van Yin en Yang, waarbij het vuur- en houtelement Yang zijn en het metaal- en waterelement Yin. Het aarde-element is het centrale element dat invloed heeft op alle vier de andere elementen.

Via de leer van de vijf elementen en zijn cyclische bewegingen kunnen we gedifferentieerder inspelen op de noden van de patiënt om deze terug in balans te krijgen.

8. Conclusie

8.1 *Waarom werkt de Balansmethode van Dr. Tan?*

Deze behandeling is geschikt voor iedereen die te maken heeft met acute pijnklachten maar ook chronische aandoeningen zijn met deze methode goed behandelbaar. Na het aanprikken van de juiste acupunctuurpunten heb je direct pijnverlichting. Je ziet gelijk of het werkt. Het is een behandeling die bij 85% van de cliënten met pijn succesvol is, deze ervaren minimaal 50% pijnvermindering in een enkele behandeling. Voor blijvend resultaat zal de behandeling nog een aantal keren herhaald moeten worden (Oosting, Balance Method Acupuncture #1, 2020).

8.2 *Hoeveel behandelingen zijn er nodig?*

In de beginfase van het traject wordt er twee keer per week behandeld, of met een maximum van vijf dagen tussen de consulten. Dit om de "bal aan het rollen te houden". Het totaal aantal behandelingen zal er niet meer door worden. Integendeel, frequenter behandelen in het begin is effectiever. Hierdoor kunnen we de kosten drukken en het behandeltraject verkorten. In China behandelt men iedere dag of om de dag.

8.3 *Hoe kunnen we de kosten drukken op ons zorgstelsel?*

De Balansmethode van Dr. Tan biedt vele voordelen, waaronder:

- Betere behandelresultaten.
- Snelle oplossing van symptomen, vaak onmiddellijk.
- Minder naalden.
- Veel minder kans om het probleem te verergeren.
- Patiënt kan meestal volledig gekleed blijven.
- De resultaten zijn langdurig.
- Medicijnen kunnen worden afgebouwd.

8.4 *Waarom kunnen we pijn het beste behandelen met de Balansmethode Acupunctuur van Dr. Tan?*

PubMed en Google Scholar bieden veel onderzoek artikelen waaronder die van Sven Schroeder (S. Schroeder, 2012). Hij doet onderzoek naar acupunctuur bij de behandeling van Pijn. Hindawi (Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine) is een andere bron hiervoor. De bewezen serie, gepubliceerd in Juni 2020, toonde aan dat acupunctuur de nummer één modaliteit is voor pijnbehandeling. Als we dit combineren met de methode van Dr. Tan dan wijst dit Paper uit dat we pijn en ongemakken goed kunnen behandelen. Door de Balansmethode toe te passen kan men het leven met kwaliteit verlengen en komen lichaam en geest weer terug in balans.

Geef mensen met (chronische) pijn hun leven terug in een betaalbare en gemakkelijk verkrijgbare manier. Zelfs een reductie van 50% zal de kwaliteit van hun leven aanzienlijk verhogen. Minder afhankelijk van zware medicatie met allerlei bijwerkingen is een zege voor deze patiënten. De conclusie is dan ook dat de Balansmethode van Dr. Tan meetbaar, effectief, veilig en betaalbaar is!!

Geraadpleegde literatuur

- *Bagua*. Opgeroepen op November 16, 2022, van Wikipedia: https://en-m-wikipedia-org.translate.google/wiki/Bagua?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=nl&_x_tr_hl=nl&_x_tr_pto=sc
- Dale, V. (2022, november 10). Opgehaald van https://www.vandale.nl/gratis-woordenboek/nederlands/betekenis/balans#.Y33g_y-iFbU
- Deadman, P. (2018). *Handboek van Acupunctuur* (2e ed.). Brussel: Satas.
- *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. (sd). Opgeroepen op 11 2022, van <https://www.hindawi.com/search/?journal=Evidence-Based+Complementary+and+Alternative+Medicine&orderBy=desc>
- Feng, W. e. (1998). *A Practical Dictionary of Chinese Medicine*. Paradigm Pubns.
- Jason Robertson, Wang Ju Yi. (2008). *Applied Channel Theory in Chinese Medicine*. Eastland Press Inc.
- Jochems, A., & Joosten, F. (2003). *Coëlho, Zakwoordenboek der Geneeskunde* (27e geheel herzien ed.). Doetinchem: Elsevier Gezondheidszorg.
- Maciocia, G. (2016). *Grondslagen van de Chinese Geneeskunde* (3e ed.). Brussel: Satas.
- Maciocia, G. (2020). *Diagnostiek in de Chinese geneeskunde* (2e herziene ed.). Brussel: Satas.
- Magbanua, C. (2017). *Bodymapping Acupuncture Technique*. Alcmag Inc.
- Martens, G. (2007). *Huang Di Ba Shi Yi Nan Jing* (1e ed.). Maastricht: Boekenplan.
- Martens, G. (2008). *Huang Di Nei Jing Su Wen* (2e ed.). Maastricht: Boekenplan.
- Martens, G. (2008). *Zhang Zhong-Jing Shang Han Lun* (1e ed.). Maastricht: Boekenplan.
- Martens, G. (2009). *Hunag Di Nei Jing Ling Shu* (1e ed.). Maastricht: Boekenplan.
- *Master Tung*. (sd). Opgeroepen op 11 17, 2022, van (https://en-m-wikipedia-org.translate.google/wiki/Tung_Ching_Chang?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=nl&_x_tr_hl=nl&_x_tr_pto=sc#cite_note-four-2)
- Oosting, K. (2020). *Balance Method Acupuncture #1*. Bussum: The way to Perfect Balance.
- Oosting, K. (2021). *Balance Method Acupuncture #2*. Bussum: The Way to Perfect Balance.
- Ross, H. M.-G. (2015). *Practical Atlas of Tung's Acupuncture*. Verlag Müller & Steinicke München.
- S. Schroeder. (2012). *Pubmed*. Opgeroepen op November 16, 2022, van <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22701505/>
- *Wikipedia*. (sd). Opgeroepen op 11 2022, van [https://nl.wikipedia.org/wiki/Tao_\(filosofie\)](https://nl.wikipedia.org/wiki/Tao_(filosofie))
- *Wikipedia*. (2022). Opgeroepen op Novemer 19, 2022, van https://en.wikipedia.org/wiki/Tung_Ching_Chang

Syllabus

- Qing-Bai (2019-2020) Syllabus Basisvakopleiding (BVO)
- Qing-Bai (2020-2021) Syllabus Acupunctuur 1
- Qing-Bai (2021-2022) Syllabus Acupunctuur 2