

## **Het mysterie van de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG)**

**Voor de meeste Westerse mensen is de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG) een raadsel. Het is niet echt wetenschappelijk, en het lijkt allemaal maar gebaseerd op wat vage theorieën. En hoe kun je nu op vertrouwen op iets dat nooit bewezen is?**

Zodoende wordt het allemaal onder de noemer “alternatief” gegooid. Het is pas wanneer de moderne medische wetenschap faalt, of geen uitkomst biedt, dat sommigen geneigd zijn om deze alternatieve geneeswijzes “uit te gaan proberen”.

En dat terwijl de TCG toch echt niet pas komt kijken. TCG is al zo oud als de weg naar Rome. Op grote schaal worden de “Yin Yang- en Vijf Elementen-theorieën” toegepast, en de diagnose en behandeling is gebaseerd op duizenden jaren van klinische experimenten en testen.

Maar het is slechts het feit dat TCG nauwer verbonden is met filosofie dan met wetenschappelijk onderzoek en Westerse medicijnen, dat mensen denken dat TCG iets is waar je “in moet geloven”.

Toch, als je de achterliggende gedachte (beter) begrijpt, dan wordt TCG opeens veel meer dan een alternatieve oplossing voor het moment dat we ons geloof in de Westerse moderne medische wetenschap opgegeven hebben. Dan wordt het wellicht wat het is voor de Chinezen: **een levensstijl.**

### **Het in balans blijven**

TCG is nauwer verbonden met filosofie dan met wetenschappelijk onderzoek. De Chinezen zijn van mening dat het menselijk lichaam verbonden is door meridianen. Die meridianen lijken op ons zenuwstelsel en ons vasculaire systeem, wat we kennen van de anatomie. Maar deze meridianen zorgen voor onze energiestroom. En deze energiestroom is het meest fundamentele en belangrijkste onderdeel van ons lichaam.

Want als die energiestroom rustig en makkelijk stroomt, dan zijn wij gezond. Het is pas als de energiestroom stagneert, dat we ziek worden. Hoe zorg je er dan voor dat die stroom goed blijft stromen? Hiervoor moet je Yin en Yang in balans zijn.

Yin en Yang zijn de twee soorten energie die door je lichaam stromen. Yin en Yang zijn elkaars tegenovergestelde. Yin is zwaar en koud, Yang is licht en warm. Deze twee energieën zijn constant “in gevecht” met elkaar om die balans te bewaren.

### **Kennis vergaren**

**Kruiden** zijn niet altijd maar dé oplossing. Sommige kruiden zijn slecht voor ons lichaam. Door de jaren heen heeft de TCG het effect van kruiden grondig bestudeerd. Kruiden hoeven niet altijd dé oplossing te zijn voor alles, sommige kruiden hebben zelfs een negatief effect op ons lichaam. Maar de doktoren van de TCG hebben een hele brede kennis over deze kruiden, ze weten veel meer dan de westerse dokters.

**Acupunctuur** is een ander onderdeel van de Traditionele Chinese Geneeskunde waarover de Chinezen anders denken dan wij in het Westen. Het is niet zomaar een paar naalden in een lichaamsonderdeel dat niks met de daadwerkelijke kwaal te maken lijkt te hebben.

Er zijn verschillende soorten naalden. Zo worden er voor bijvoorbeeld griepjes en hoofdpijn, korte en dunne naalden gebruikt. Voor zenuwpijnen en meer serieuze aandoeningen of ziektes, worden langere en dikker naalden gebruikt. Naast kruidentherapie en acupunctuur, zijn er ook andere therapieën en behandelingswijzen in de Traditionele Chinese Geneeskunde. Zo worden er veel “fijngemalen” kruiden gemaakt die je direct kunt eten. Geconcentreerde porties worden ook in pilvorm vervaardigd en tevens is er de mogelijkheid tot injecteren.

## **Populairiteit**

Gedurende de laatste jaren wordt de Traditionele Chinese Geneeskunde steeds populairder in de westerse wereld. Europeanen en Amerikanen worden steeds opener en bereidwilliger ten opzichte van TCG. Men krijgt een steeds objectievere kijk.