

Fem element akupunktur

behandling ut ifra vår naturgitte type

av Henrik Mathisen

Hva er det som gjør at vi mennesker har ulike personlighetstrekk, både fysisk, mentalt og emosjonelt? I denne artikkelen ønsker jeg å belyse dette i lys av fem element akupunktur.

Det mest grunnleggende innenfor den klassiske akupunkturen er forståelsen av begrepene *yin* og *yang* og de fem elementene Tre, Ild, Jord, Metall og Vann. Ulike retninger innenfor denne tradisjonen legger hovedvekt på forskjellige metoder. Noen av dem legger hovedvekt på begrepene om *yin* og *yang* og de åtte prinsipper i sin diagnose. Andre legger mest vekt på de fem elementene.

Den retningen innenfor den klassiske akupunkturen som blir omtalt som fem element akupunktur vender sin oppmerksomhet til elementene. J.R. Worsley, grunnleggeren av fem element akupunktur i Vesten, har uttalt: ”Vi kan se elementene i naturen, og de forskjellige typene er synlige overalt rundt oss og i oss.” Denne tradisjonen gir uttrykk for at det er disse elementene som setter sin helt unike signatur på hver og en av oss. Vi er alle skapt med hver vår spesielle sammensetning av elementer. Det er denne som gir oss vår individualitet, både fysisk og følelsesmessig. Innenfor kinesisk medisin finnes ulike måter å fastslå en persons konstitusjon eller personlighetstype på, alt fra astrologi til ansiktsdiagnose. Hva er det så som karakteriserer fem element akupunkturs måte å fastslå konstitusjonen på?

Ut ifra fem element akupunktur har vi alle elementene naturlig i oss, men vi går vi ut ifra at ett av elementene er det mest dominerende. Dette elementet blir omtalt som den underliggende årsaken til ubalanse/sykdom (engelsk: *the causative factor of disease*), eller det konstitusjonelle elementet (KE). Dette er kjernen innenfor fem element syklusen som hele livet vårt kretser rundt. Det er når denne energien av forskjellige årsaker kommer i ubalanse, noe som påvirker hele syklusen av elementer, at vi kan bli syke på kropp og sjel.

Hva mener vi med den underliggende årsaken til ubalanse? La oss bruke et eksempel, og se på organene våre som medlemmer i en familie. Tykktarmen, som har ansvaret for å kvitte seg med avfall, glemmer en dag å kaste et pappkrus i søppeldunken. Magen, som er kokken i familien, trer støttende til og gjør jobben for Tykktarmen. Men problemet utvikler seg, Tykktarmen blir latere og latere, og det fylles opp med stadig mer skrot på kjøkkenet. For i det hele tatt å kunne lage mat må det ryddes, og når Tykktarmen ikke gjør jobben sin, ender Magen opp med å måtte gjøre to jobber. Dette går utover Magens egen jobb som er matlagingen. Resultatet er dårligere fordøyelse, og mindre næring til alle i familien. Med dette blir Galleblæren sint da han ikke får nok mat. Han krever rettferdighet og begynner å skrike til Magen. Dette gjør den i form av en hodepine. Det blir oppstyr i hele familien. Tykktarmen derimot sitter stille i et hjørne. Han viser ingen åpenbare symptomer, men er den opprinnelige årsaken til oppstyret.

Dette scenario gir oss ulike innfallsvinkler til behandling. Vi kan behandle Galleblæren relatert til hodepinen, Magens fordøyelsesproblem som også er en årsak til hodepinen, eller Tykktarmen som årsaken til det hele. Ulike innfallsvinkler kan være effektive på hver sine måter. Styrken i fem element akupunktur ligger i å finne frem til og behandle den opprinnelige årsaken, i dette tilfellet Tykktarmen. Sammen med Lunge utgjør den metall-elementet. I det øyeblikk Tykktarmen finner tilbake til sin naturlige plass og virker i helheten, vil de andres problemer også løse seg.

Hvert av elementene har sin farge, lyd, lukt og emosjon. Det er i hovedsak disse fire hjelpemidlene vi bruker for å komme frem til konstitusjonen. For eksempel vil en med Tre som sin konstitusjon ha et grønnskjær i sin farge, spesielt ved tinningen og rundt øynene. Stemmen vil ha en ropende kvalitet. Lukten vil være harsk. Den dominerende emosjonen vil være sinne/kraftfullhet. Det er gjennom en ubalanse i farge, lyd, lukt og emosjon at vi sender ut stressignaler som et rop om hjelp. Fysiske symptomer samt puls- og tunge-diagnose gir derfor ingen direkte informasjon for å fastslå det konstitusjonelle elementet. Disse gir dog annen viktig informasjon.

Farge, lyd, lukt, og emosjon er tegn som skifter relativt hurtig og kommer klarest frem når vi mennesker kommer i berøring med emosjonelt stress. Relatert til den underliggende ubalansen vil det som oftest ligge en emosjonell problematikk. Det er følelsesmessig ladet materiale som har satt seg, og som ofte blir til hinder for utfoldelsen av våre evner og potensial. Slik vi ser det er konstitusjonen medfødt, en legning vi er født med og som vi dør med. Men samtidig som den er det svake leddet i syklusen av elementer, er den også en nøkkel til balanse, bevisstgjøring og selvinnsikt. Riktig og god behandling vil derfor også hjelpe til med å styrke vår *shen*, livsgnist (eng: *spirit*). Dette anser vi for å være helt vesentlig for vår fysiske, mentale og sjelelige helse.

Jeg har lyst til å bruke et levende eksempel. En mann i begynnelsen av 30-årene oppsøkte meg. Han kom for å få hjelp med flere ulike plager. Pasienten var preget av en tung oppvekst med vold og misbruk i hjemmet, fysisk og psykisk. Han hadde ikke hatt kontakt med sine foreldre på mange år. For flere år siden hadde han en periode med mye misbruk av dop. Dette var ikke en problematikk nå lenger. Ved første konsultasjon hadde han vært sykemeldt i ett år. Han skulle nå tilbake i jobb, noe han ikke følte seg klar til, verken fysisk eller psykisk. Han uttrykte en usikkerhet i forhold til hva han ville med livet sitt. Hovedplager: lav energi, angst, prostatitt, nedsatt potens, vond korsrygg.

Etter første konsultasjon var min hypotese at klientens var metall av konstitusjon. Fargen var "hvit", spesielt ved tinningen og rundt øynene. Lyden på stemmen var "gråtende", lukten "råtten", og den dominerende emosjonen var "sorg/tapsfølelse"

Symptomene hans kan gi inntrykk av at det i hovedsak er vann-elementet, det vil si nyre og blære, som trenger behandling. Fra et fem element akupunktur perspektiv, hvor diagnosen er at klienten er Metalltype, vil vi si at det er metall-elementet som ligger til grunn for symptomene relatert til Vann. Ut i fra syklusen av elementer er dette et eksempel på "når mor ikke har det bra, skriker barnet", i denne sammenhengen Metall og Vann.

Klienten gav uttrykk for et ønske om "å legge fortiden bak seg, og se fremover". Dette utsagnet illustrerte godt det jeg følte ville bli hovedfokus i behandlingen rent konstitusjonelt: Hjelp Tykkarm med å gi slipp på det gamle, det vi ikke trenger lenger, samt hjelpe Lunge med å ta inn det nye, finne ny inspirasjon. Hovedfokus i behandlingen ble derfor å styrke metall-elementet.

Under første behandling begynte han å føle seg trett, noe som ikke er uvanlig. Jeg ser på dette som et tegn på et indre stress som slipper taket, hvor det ligger en tretthet under som man kommer i kontakt med. Da pasienten kom tilbake til 2dre behandling beskrev han 1ste behandling som "å komme ut av dvale". I dette lå det å ha betraktelig mer energi. I tillegg var ereksjonen bedre enn på lenge. Jeg opplevde han som mye lysere til sinns, og hadde en ny friskhet inni seg. Senere varierte symptomene noe avhengig av hvor stresset han følte seg. Stressmestring ble et element i behandlingen, noe jeg anser vil ta tid, men som jeg tror vil bedre seg etter hvert som han føler seg sterkere og har det bedre med seg selv. Mye av

årsaken til at ting lett utviklet seg til emosjonelt stress for han bunnet i en manglende følelse av egenverd, noe som er et sentralt tema i metall-elementet.

Etter 2 måneder følte han seg nå sterk nok til å være i full jobb, noe han selv sa ville vært utenkelig for et par måneder siden når vi begynte behandlingen. I begynnelsen var utfordringen å komme tilbake i jobb, selv om denne jobben ikke var lystbetont for han. Senere fortalte han meg at han var i ferd med å søke på nye jobber, for meg et tegn på at han føler seg sterkere og at noe er i fin bevegelse.

Behandling på ethvert element kan med fem element akupunktur modellen gi resultater. Min erfaring er dog at det å behandle det konstitusjonelle elementet har en mer gjennomgripende effekt. Det treffer personen dypere, som om alle organene puster et lettelsens sukk. Riktig og god behandling vekker også vår følelse av indre ro og balanse, noe som igjen gir grunnlag for en sterkere livsglød og vilje.