

KAPITEL TVÅ

Qi, blod, jin ye, jing och shen

QI, BLOD, JIN YE, JING OCH SHEN är de grundläggande ”substanser”, vars närvaro är en förutsättning för ett upprätthållande av normala fysiologiska funktioner i *zang* och *fu*, *jing luo* och relaterade vävnader. Begreppet substanser ska främst ses som *samverkande komponenter som har ett intimt samarbete*, inte som separata enheter. Inledningsvis följer en kortfattad beskrivning av dessa grundläggande komponenter:

Qi [氣] är ett grundläggande begrepp i kinesisk medicin, vilket omfattar allt i hela universum. Allt som finns, organiskt och oorganiskt, är ett resultat av *qis* aktiviteter och förändringar. *Qi* är det som bildar och återbildar kroppen. Alla inre organ och funktioner är ett uttryck för och resultatet av *qi*.

Xue [血] blod. Den röda vätska som cirkulerar i blodkärlen och som kallas blod, är endast en del av vad som ligger i det kinesiska begreppet *xue*. Blodets dynamiska och funktionella relation till *qi*, *jin ye*, *zang* och *fu* är av stor betydelse i kinesisk medicin. (Till skillnad från biomedicinen som främst ser till mikroskopiskt påvisbara störningar i blodet.)

Jin ye [津液] är den kollektiva termen för alla kroppsvätskor. *Jin* är den typ av vätska som befinner sig ytligast och som bevattnar muskler och hud, exempelvis svett. Den är mer rörlig till sin natur och har lägre viskositet. *Ye* är den vätska som befinner sig djupare och som vitaliserar *zang* och *fu*, exempelvis ledvätska, cerebrospinalvätska och tårvätska. Den är mindre rörlig till sin natur och har högre viskositet.

Jing [精] är essens som lagras i *zang*-organen och som vitaliserar samtliga livsprocesser. Den är dels medfödd och lagras i njurarna, dels återskapad genom luft, mat och dryck.

Shen [神] är dels ett uttryck för livsprincipen, det som i människan garanterar livet och livets fortgående, dels det som utgör hennes medvetande: intellekt, emotioner och andlighet. *Shen* avser även den yttre manifestationen av individens utstrålning – resultatet av den inneboende vitaliteten.

Illustrationen föreställer en by, som med gator, hus, hamn, båtar, människor och djur bildar en enhet. Enheten består av många enskilda delkomponenter som *samverkar* för att byn skall existera. På samma sätt samarbetar alla delkomponenter i människan för att upprätthålla livet.



2 | QI

Qi (uttalas tchii) är ett fundamentalt begrepp i den kinesiska kulturen och förekommer i de flesta sammanhang. Begreppet *qi* uppträder i filosofi och kosmologi, konst, dans, poesi, stridskonst, *qi gong* och *tai ji quan*, och inte minst inom medicinen. Man anser att allt är uppbyggt av *qi*, både organiska såväl som oorganiska ting, samtidigt som allt är ett resultat av *qis* rörelser och förändringar. Vår kropp utgörs således av *qi* och alla aktiviteter och rörelser är uttryck för *qi*. Det kinesiska tecknet för *qi* [氣] består dels av den övre högra delen [气] som ger idén av rök, ånga eller andedräkt som stiger. Dels den undre delen [米] som visar ett sädeskorn som brister i jorden eller i en kastrull vid kokning. Hela ideogrammet ger idén av något som frigörs och utvecklas, som när ris kokar eller ett frö spirar. Det sker ett frigörande av livsextrakt, vitalitet och rörelse.

Qi kan vara svårt att definiera, eftersom det inte kan relateras till någon specifik partikel. Det begrepp som ligger nära är energi. Energi och materia särskiljs inte, allt är *qi* som är mer eller mindre materialiserad¹.

2.2 | TIDIGARE HIMLENS QI, XIAN TIAN ZHI QI

Yuan qi och jing qi

Xian tian zhi qi avser tidigare himlens *qi*, det är den *qi* som vi fått av våra föräldrar och som befinner sig i kroppens djupa reservoarer. Den utgörs av *yuan qi* [原氣] och *jing qi* [精氣], vilka är de som står bakom och sköter den djupa animeringen av det grundläggande paret *yin* och *yang*. *Yuan qi* är den *qi* som uttrycker sig som *yang* och är grunden för kroppsvärme och metaboliska processer. *Jing qi* är den *qi* som uttrycker sig som *yin* och avser grunden för all materiell uppbyggnad som blod, vätskor och essenser. *Yuan qi och jing qi bildar det första paret i en människa och är livets första dualistiska manifestation.*

Både *yuan qi* och *jing qi* kan ses som en ursprunglig plan. Med detta menas den organisation som ligger bakom varje individ, som dels ger den dess artmässiga styrning och även (till viss del) sin individuella prägel, dels den organisation som allt förnyar sig efter. *Yuan qi* är den livsrörelse som ligger bakom viljan och kraften till varje aktivitet. *Jing qi* är essensen, materialet att förverkliga aktiviteten med.

2.5 | BLOD

Xue [血], blod. Ideogrammet ger bilden av en vas fylld med blod. Synen på blodet skiljer sig mellan kinesisk och västerländsk biomedicin. I biomedicinen är man främst intresserad av de mikroskopiska förändringarna i blodet. Man räknar antalet röda och vita blodkroppar, och bedömer blodkropparnas mognad och storlek. I kinesisk medicin betraktar man de kvantitativa och termiska förändringarna i blodet samt blodets cirkulatoriska tillstånd. Exempelvis tomhet blod avser brist av blod. Hetta i blodet beskriver ett termiskt, patologiskt tillstånd. Stagnation av blod skildrar ett överskott av blod som ansamlas lokalt, vilket uppträder vid blodstas eller är orsakat av extravaserat blod..

När rätt mängd blod saknas i ett område, exempelvis i en arm, är det vanligt att det leder till kraftlöshet och

dov, molande värk. Vid brist/tomhet i ett inre organ, i exempelvis levern, kan detta resultera i minskad synskärpa och stela muskler. När ett område eller ett inre organ drabbas av stagnerat blod, blir följden ofta huggande smärtor. Hetta i blodet kan ge upphov till aktiva blödningar och röda, torra och kliande hudutslag. I kinesisk medicin lägger man även stor vikt vid blodets dynamiska relationer med *qi*, *jing*, *jin ye* och *shen* (se vidare i kapitel 2.10).

★ ★ ★

2.6 | JIN YE, KROPPSVÄTSKOR

Jin ye [津液] är den kollektiva termen för alla normala kroppsvätskor, det vill säga ledvätska, cerebrospinalvätska, svett och tårvätska. *Jin* och *ye* utgör i grunden ett och samma begrepp, men består av en *yin*- (*ye*) och en *yang*- (*jin*) del ²⁶.

Den Gule kejsaren frågar: 'Vad är jin?' Qi Bo svarar: 'Jin är det som omvandlats till svett och genomtränger muskler och hud, och kommer ut via porerna. Jin cirkulerar på kroppsytan tillsammans med wei qi och tillhör yang.' Den Gule Kejsaren frågar: 'Vad är ye?' Qi Bo svarar: 'När födan blivit bearbetad och qi och blod återskapats, kommer ye att penetrera och bevattna skelett och leder, så de blir spänstiga och flexibla. Ye penetrerar hjärna och märg samt ger huden hälsosam lyster. Ye tillhör yin.' ²⁷

Jin ye skapas i mellersta *jiao*. Genom aktiviteterna i mjälte och mage utvinns *jing wei* [精微], som är den grundsubstans ur vilken *qi*, blod och kroppsvätskor skapas och återskapas. *Jin* [津] är den vätska som befinner sig ytligast och som bevattnar muskler och hud samt är mera rörlig till sin natur. *Ye* [液] är den vätska som går mot djupet och när *zang* och *fu*, kroppsöppningarna, hjärnan, ryggmärgen och benmärgen, men som även kommer att stiga och vitalisera huden. *Ye* är mindre rörlig till sin natur. *Jin ye* utgör även en viktig del av blodet (jämför med blodplasma).

★ ★ ★

2.7 | SHEN

Shen [神] är ett grundläggande begrepp i den kinesiska kulturen och har inte någon motsvarighet i den västerländska kulturen. Möjligtvis kan själ komma i närheten, men själ ges alltför ofta en högst varierande tolkning och är därför svår att jämföra. För oss västerlänningar och i synnerhet de som är starkt vetenskapligt orienterade, förefaller *shen* vara svårt att ta till sig och betraktas inte sällan som en ovetenskaplig, religiös föreställning. Dock utgör *shen* ett av de viktigaste begreppen om man ska förstå den kinesiska medicinen på djupet. Det är viktigt att notera att begreppet *shen* har utvecklats under flera tusen år och betydelsen varierar beroende på sammanhanget.

Shen avser bland annat himlens krafter och den ursprungliga principen som ligger bakom och fulländar livet på jorden, vilket ligger bortom all kategorisering av *yin* och *yang*. I detta sammanhang är *shen* vårt allra innersta väsen eller alltets livsprincip, det som genom sin närvaro garanterar livets upp-

rätthållande och den bakomliggande organisationen för livets uppkomst. Notera att *shen* i det närmaste är synonymt med begreppet himlen, *tian* [天], och är den ursprungliga kraften, de naturkrafter eller den naturliga ordning som ligger bakom livets utveckling och manifestationer.

I ett annat sammanhang kan *shen* användas både relativt och konkret. I ett relativt sammanhang är *shen* mer *yang* till sin natur i förhållande till exempelvis blod och *jing* vilka är mera *yin* till sin natur. Dynamiken och balansen mellan *shen* – blod och *jing* – upprätthåller harmoniska funktioner relaterade till intellekt, emotioner och andlighet. Ett mer konkret synsätt används när man bedömer närvaro och frånvaro av *shen*. Närvaro av *shen* uttrycks genom personens vitala utstrålning – *shen ming*. Detta återspeglas bland annat i vitaliteten, i blicken, ansiktsuttrycken, den kommunikativa närvaron och ansiktsfärgen. Frånvaro av *shen* återspeglas av det motsatta ³³.

I människan innebär *shen* den fundamentala ordningen, det som deltar i alla vitala livsprocesser. All vår vitalitet, *yin* respektive *yang*, *qi* och blod är animerade av *shen*, vilket är ett uttryck för den kraft som organiserar livets fortgående och mångfald.

Shen härbärgeras i hjärtat och hjärtat är ett privilegierat organ bland *zang*-organen och kallas för kejsaren. Hjärtat är ”mästaren över alla *zang* och *fu*”. Det betyder att den inneboende vitaliteten i *qi*, blod, *yin*, *yang*, *jing* och *jin ye* står under hjärtats/*shens* auktoritet.

★ ★ ★