

2e Leerjaar Beroepsopleiding Klassiek Shiatsu Therapeut

Theorie: Vuur Element

Inhoud van deze module:

1. Vuur Element – Hart
2. Vuur Element – Hart Meridiaan Kyo
3. Vuur Element – Dunne Darm
4. Vuur Element – Dunne Darm Meridiaan Kyo
5. Vuur Element – Hart Constrictor
6. Vuur Element – Hart Constrictor Kyo
7. Vuur Element – Drievoudige Verwarmer
8. Vuur Element – Drievoudige Verwarmer Kyo



SHIATSU
ACADEMIE.NL

1. Vuur Element – Hart

In de Oosterse geneeskunde is het hart 1 van de 5 essentiële organen: dit zijn de Yin organen: hart, longen, lever, milt en nieren. Het Hart heeft in de Chinese geneeskunde dezelfde betekenis als in de westerse geneeskunde. Het Hart lijkt op een lotus knop en ligt boven op het middenrif en onder de longen. Men veronderstelde dat het Hart stevig verbonden was met de 5e borstwervel.

De Hartmeridiaan verzorgt de toevoer van levensenergie naar het Hart. Als er een probleem is met het Hart dan zullen de tsubo's van de Hartmeridiaan aangedaan zijn. In de ogen zien we de Shen of Spirit. Ook wel levenslicht genoemd.

Shen noemen we ook wel Spirit of mind.

Andere benamingen / betekenissen voor Shen zijn :

- Geest
- Gemoed
- Binnenste
- Herinnering
- Gedachten
- Mening
- Lust
- Zin
- Verstand

De levensenergie is essentieel bij het Hart. Blijdschap, vreugde, gelukkig zijn, zelfvertrouwen hebben; zijn aspecten van het Hart. Overmatige activiteit van het Hart Ki uit zich in opwinding, verrukking, ontzetting, kwetsuur.

We zien dan dat mensen overgevoelig (kunnen) worden, prikkelbaar, rusteloze vrolijkheid laten zien, zenuwachtig zijn en hysterisch.

Bij Hart Ki deficiëntie zien we twijfelachtigheid, droefheid, moedeloosheid, wanhoop, leegte, uitzichtloosheid. Hoewel ieder element zijn eigen basis emoties heeft (Blij, Bezorgd, Bedroefd, Bang en Boos), wordt eigenlijk een mengeling van alle emoties in het Hart gevoeld.

Andere symptomen bij het Hart zijn:

- Buitensporige dorst
- Pijn onder het borstbeen (in het Vuur gebied)
- Rillerig zijn
- Pijn of verdoofd gevoel van de elleboog tot de oksel en aan de binnenkant van de onderarm tot de pink (in het verloop van de meridiaan)
- Hete en/of pijnlijke handpalmen

Deze signalen duiden op problemen met het hart, letterlijk of emotioneel. Je kunt de klachten behandelen door de tsubo's van de Hart meridiaan te behandelen.

Mensen met hartklachten herken je normaliter aan een rood hoofd, alsof het bloed naar het hoofd is gestegen. Je voelt dan ook een sterke hartslag bij de pols, nek en maag. De neus kan bij Vuur disbalans vuurrood zijn of juist heel wit.

Mensen met deze klachten kunnen niet goed tegen de hitte van de zomer. Ze houden van geroosterd voedsel. De mensen zijn over het algemeen opgeruimd van karakter en stem, zijn enthousiast maar hebben de neiging hysterisch te worden (opstijgend ongecontroleerd Vuur). Ze zijn warm, empathisch, hebben het hart vaak op de tong. Ze delen vaak in vreugde en verdriet. Ze vinden alles leuk, zijn vaak

(over) enthousiast en kunnen moeilijk prioriteiten stellen.

Bij deze klachten zie je vaak harde plekken bij CV 14 en Blaas 15 (het Yu point van het Hart).

De meridiaan start in de oksel en loopt via de binnenkant van de arm naar de pink. Daar start de Dunne Darm meridiaan, de partner van het Hart.

Het Hart heeft 9 tsubo's.

Blaas 15 is het Yu point van het Hart.

CV 14 is het Bo of Alarm punt van het Hart.

Het Hart noemen we ook wel Koninklijk Vuur.

Het Hart is de Koning (in) van het lichaam en is het thuis voor Spirit of bewustzijn.

Het Hart zorgt op anatomisch vlak voor de pompfunctie waarmee bloed door het lichaam stroomt. Als Koning(in) heeft het Hart geen behoefte om te dirigeren. Het Hart wordt als het ware 'bediend' door de ministers (organen).

Het Hart integreert en converteert de binnengekomen indrukken van de zintuigen tot een gepaste respons. We zien dus ook dat als er een disbalans is in het Hart, mensen ongepaste reacties laten zien voor de omstandigheid waarin ze zich bevinden. Ongepast lachen, iets weglachen, veel praten en niets zeggen etc. zijn disbalans signalen.

Het Hart beheerst dus het hele lichaam en is het centrum van Ki. Motivatie heeft haar oorsprong in het Hart.

2. Vuur Element – Hart Meridiaan Kyo

Oorzaak

Men voelt zich niet stabiel in zijn centrum, wat veroorzaakt dat men niet gepast reageert op zijn omgeving.

Psychologisch aspect

Emotionele uitputting na een crisis, excessieve stress, langdurige bezorgdheid of nerveuze spanning, neiging om overgevoelig en neurotisch te zijn, bezorgdheid en zorgen die invloed hebben op de eetlust, rusteloosheid en onvermogen tot rust te komen, vergeetachtigheid, geneigd tot paranoïde gevoelens, zenuwachtigheid, schrikachtigheid en bedeesdheid, spanning in de tong en daardoor stotteren, slechte concentratie.

Lichamelijk aspect

Gevoel van spanning of beklemming in de zonnevlecht, gekromde rug veroorzaakt door slappe buikspieren, vatbaar voor hartkloppingen, spanning in de buikstreek en een gevoel van druk in de zonnevlecht als erop wordt gedrukt, onrustige maag, dik beslag op de tong, gevoel of er iets vastzit in de keel, stramme handen, zweterige handpalmen, neiging om snel moe te worden, pijnlijke en rode ooghoeken.

Jitsu symptomen van andere meridianen bij een Kyo Hart meridiaan

Longen: Geblokkeerd gevoel solar plexus of beklemd gevoel op de borst, neusverstopping

Dikke darm: Weinig levenslust, gevoel van slepende benen na een grote teleurstelling

Maag: Zwaar gevoel in de maag, verlies van eetlust door shock, rusteloze slaap

Milt: Vermoeidheid veroorzaakt door constante spanning, gevoel dat er iets vastzit in de keel

Nieren: Vermoeidheid na grote teleurstelling, voortdurende zorgelijkheid, verlies van motivatie

Hartbeschermer: Rugpijn gepaard gaande met overmatige zorgen, koud zweet op het gezicht

Drievoudige verwarmmer: Hoofd voelt mistig, zwaar gevoel over het hele lichaam

Galblaas: Gespannen zenuwen na zich ergens te zeer op te hebben geconcentreerd, hitte in het hoofd en prikkelbaarheid

Lever: Gevoel van spanning en ongemak in de bovenste helft van het lichaam, geïrriteerde ogen

3. Vuur Element – Dunne Darm

De Dunne Darm is de partner van het Hart en is het Yang component. Het Hart is een Yin orgaan.

De Dunne Darm is ongeveer 6 meter lang en ligt tussen maag en dikke darm en bestaat uit drie delen:

Duodenum (12 vingerige darm), Jejunum (nuchtere darm), Ileum (kronkeldarm). De Dunne darm haalt vooral de essentie uit de voedselbrij en verwerkt dit. Als er tussen de maaltijden door klachten zijn zoals brandend maagzuur, maagpijn of een hongerig gevoel, dan kan het zijn dat mensen zich veel zorgen maken en dat er een zweer zit in het duodenum.

In de Oosterse geneeskunde wordt de Dunne Darm als volgt beschreven: de dunne darm is ongeveer 3 jô (8 meter) en 2 shaku (60 cm) lang en vouwt zichzelf zestien keer naar links op. De mond van de Dunne Darm wordt gevormd door de onderste opening van de maag. Hier komen vast en vloeibaar voedsel binnen. Bij de onderste opening van de Dunne Darm worden grove en heldere substanties van elkaar gescheiden. De vloeibare substanties gaan naar de Blaas, en de vaste substanties gaan naar de Dikke Darm.

In het boek van de Gele Keizer wordt de Dunne Darm ook de voorproefer van de Koning(in) genoemd. In oude dynastieën had de Koning altijd 1 of meerdere voorproevers om een moordaanslag te voorkomen.

De Dunne Darm is dus de beschermer van het Hart. Bedorven eten merkt hij op en voert hij onmiddellijk door (diarree/overgeven) zodat er geen voedselvergiftiging kan optreden en de dood wordt voorkomen.

In emotionele zin staat de Dunne Darm voor het onderscheidingsvermogen: wat/wie mag mijn Hart betreden en wie niet. Welke keuzes voeden mijn Hart/Vuur?

Mensen die altijd in hun hoofd zitten en alles analyseren (dus de Metaal functies buitensporig veel aanspreken) verliezen ook de verbinding met hun Hart (Vuur) en hun emoties. En weten vaak niet meer wat ze echt voelen en leuk vinden. Je ziet dit veel voorkomen bij het maken van ingrijpende keuzes (roer om etc).

Mensen die steeds in foute relaties zitten missen deze onderscheidende functie van de Dunne Darm (Vuur disbalans).

Symptomen bij een Dunne Darm in disbalans:

- Problemen met het gehoor
- Zweren in de darmen
- Gebarsten mondhoeken
- Opgezette wangen
- Pijnlijke keel
- Zwaar gevoel in het hoofd
- Pijn in het verloop van de meridiaan
- Schouderpijn (schouderblad)

Blaas 27 is het Yu point van de Dunne Darm. Deze zal pijnlijk aanvoelen. CV 4 is het Bo of alarmpunt van de Dunne Darm. De Dunne darm start in de pink en loopt via de buitenkant van de onderarm langs de elleboog naar de bovenarm, via de achterkant van de oksel naar het schouderblad en loopt vanaf daar over de schouder naar het gezicht.

4. Vuur Element – Dunne Darm Meridiaan Kyo

Oorzaak

Men mist zelfvertrouwen waardoor men zich niet doet gelden, neiging verlegen te zijn en zich terug te trekken

Psychologisch aspect

Teveel in beslag genomen worden door details, veel geduld, binnenhouden van gevoelens, diepe gevoelens van verdriet onderdrukken, de zenuwen uitputten door zich teveel te concentreren, overmatige bezorgdheid, een sterk wens om niet overtroffen te worden, neiging om introvert te zijn, onbeholpen manier van doen, psychologisch letsel.

Lichamelijk aspect

Slechte spijsvertering waardoor men mager is, slap en 'flabbig' vlees, men neemt zijn voedsel slecht op, waardoor bloedarmoede en gebrek aan energie ontstaan, constipatie of diarree door slechte spijsvertering, koude in de benen en de middel, in combinatie met een heet gezicht, verzwakte onderste helft van het lichaam, waardoor een zwaar gevoel vanaf de taille naar beneden, vermoeidheid en een pijnlijk gevoel in de onderrug, waardoor een zwaar gevoel in de benen, stagnatie van bloed, blindedarmontsteking of problemen door een operatie aan de blinde darm, vatbaarheid voor voedselvergiftiging, stijfheid en spanning in de nek, stijfheid in de schouders gepaard gaande met migraine, piepen in het oor, minder kunnen horen, pijnlijke en soms onregelmatige menstruatie en gynaecologische problemen.

Jitsu symptomen van andere meridianen bij een Kyo Dunne Darm meridiaan

Longen: Mentale vermoeidheid met zwaar gevoel in de heupen en benen, weinig levenslust

Dikke darm: Gynaecologische problemen die gepaard gaan met koude in de heupen en benen, congestie in de lage buikstreek door shock

Maag: Onregelmatige eetlust en veel snoepen (zoet), slecht functioneren van de eierstokken, stijve schouders

Hart: Verteringsproblemen door overmatige zorgen, koude in de rug, overmatige gasvorming

Blaas: Te veel werken, shock toestand, zelfvergiftiging (autotoxemie)

Nieren: Blijvende vermoeidheid na een bevalling, lage rugpijn, veel last van stress

Hartbeschermer: Algemene vermoeidheid, neiging tot hartkloppingen, stijfheid in de rug, of lage rugpijn

Drievoudige verwarmmer: Whiplash, te weinig beweging, piepen in het oor, syndroom van Meniere, te veel inspanning leveren

Galblaas: Gebrek aan uithoudingsvermogen, druk achter de ogen, artritis

Lever: Zweer in de twaalfvingerige darm, donkere vlekken op de huid, nu en dan mank lopen (door verharding van de aderen in de benen. Men krijgt pas last als men begint te lopen)

Oorzaak

Verlies van uithoudingsvermogen zodat er niet genoeg energie is om vol te houden ook al is er wel voldoende motivatie, de reserve van nutriënten in het lichaam is verminderd en de ontgiftingsfunctie wordt minder.

Psychologisch aspect

Gebrek aan doorzettingsvermogen en neiging tot verveling, irritatie en ongeduld, neiging van de zenuwen aan "het eind van hun Latijn" te zijn, slecht humeur en plotselinge uiting van emoties (ontploffen), snel geïrriteerd door geluiden, onnodige bezorgdheid.

Lichamelijk aspect

Zwakke gewrichten, gammel gevoel bij de gewrichten bij het maken van krachtige bewegingen, totale overbelasting, neiging tot het hebben van korte aanvallen van duizeligheid of tot het struikelen of vallen, hard gevoel in de achillespees, dingen lijken gelig, neiging om voedselvergiftiging te krijgen, gepaard gaande met misselijkheid en braken, niet in staat zijn om zwaarder te worden, gedurende langere tijd iets verhoogde temperatuur, hoge koorts door onbekende oorzaken, stijfheid en strakke in de spieren waardoor bewegingen soms vreemd lijken, verlies van seksuele driften, impotentie.

Jitsu symptomen van andere meridianen bij een Kyo Lever meridiaan

Longen: neiging tot constipatie, stijfheid in rug en schouders, astma

Dikke Darm: neiging tot constipatie, hitte in het hoofd, vastzittende energie, vermoeide en zware benen

Maag: lever aandoeningen, verlies van eetlust, gebrek aan werklust

Milt: donkere gelaatskleur met gebrek aan glans, vermoeidheid en een zwaar gevoel in het hele lichaam, verlies van seksuele driften

Hart: staat van uitputting na emotionele opwindings

Dunne Darm: symptomen van zweren in de 12vingerige darm, af en toe mank lopen, vlekken in het gezicht

Blaas: moeilijk kunnen plassen, gespannen zenuwen, impotentie, symptomen van vergiftiging

Nieren: overmatige alcoholconsumptie, verlies van doorzettingsvermogen door te zware inspanning, prostaathypertrofie

Hartbeschermer: rusteloosheid en niet in staat zijn om te ontspannen, nervositeit in persoonlijke relaties, sterke hartkloppingen

Drievoudige Verwarmer: overgevoelig buikvlies, niet tegen kietelen kunnen, neiging om diarree te hebben na het koud te hebben gehad

5. Vuur Element – Hart Constrictor

Hart Constrictor of beschermer meridiaan (ook wel kringloop of pericard meridiaan genoemd)

Onder de 5 essentiële organen bevindt zich ook het Hart en de Hart Constrictor. Dit wordt ook wel het hartzakje of pericardium genoemd. Het is een dik vlies of membraan dat het hart beschermt.

De Hart Constrictor noemen we ook wel een ministeriele Vuur meridiaan die de wil van het Hart uitvoert net zoals een minister de dienaar is van de koning / keizer.

De Hart Constrictor is betrokken bij de emotionele responses en reguleert bloed circulatie en nutriënten via het bloed.

De Hart Constrictor wordt beschreven als "een paleisvertegenwoordiger van wie plezier en lol afkomstig zijn".

De Hart Constrictor in de Chinese filosofie is de 1e defensie voor het Hart en is gebonden aan de Drievoudige verwarmmer, vooral bij CV 17.

De drievoudige verwarmmer (de partner van de Hart Constrictor) is het vloeistof transport systeem en externe beschermingssysteem (beschermende Ki). De drievoudige verwarmmer reguleert de lichaamstemperatuur en warmte distributie aan de periferie.

De Hartbeschermer meridiaan circuleert door het pericardium en beheert het. In de Oosterse geneeskunde wordt het Hart gezien als de keizer en de Hart Constrictor als de eerste minister die het land bestuurt onder het bevel van de keizer.

Omdat het pericardium niet een apart orgaan is met een vorm en functie wordt het over het algemeen niet meegeteld bij de organen. De rol van het pericardium is bedekken, beschermen en het helpt door de 'bevelen' van het Hart uit te voeren.

Om deze redenen zijn de symptomen die door de absoluut Yin meridiaan – de Hart Constrictor – en de iets minder Yin meridiaan het Hart, ongeveer hetzelfde. Dit is ook een van de redenen dat de Hart Constrictor niet wordt meegeteld bij de 5 Zang (essentiële Yin) en 6 Fu (essentiële Yang) organen.

De 5 Zang organen of essentiële Yin organen
Hart Milt Lever Nieren Longen

De 6 Fu organen of essentiële Yang organen
Dunne Darm Maag Galblaas Blaas
Dikke Darm Drievoudige verwarmmer

De Hart Constrictor loopt vanaf de zijkant van de borst ter hoogte van de tepel naar de voorkant van schouder over het midden van arm en onderarm naar de middelvinger.

De Hart Constrictor bevat 9 tsubo's. Bo point of alarmpunt: CV 17
Yu point Blaas 14

De symptomen die je ziet bij disbalans van de Hart Constrictor zijn:

- Rood gezicht
- Hartkloppingen
- Geel worden van de ogen
- Pijn in de borst en zijkant lichaam
- Pijn en spanning, verdoofd gevoel boven en onderarm
- Hete handpalmen

6. Vuur Element – Hart Constrictor Kyo

Oorzaak

De circulatiefunctie gaat achteruit en het hart wordt overbelast door een slechte lichaamshouding of door te lang in dezelfde functie te werken.

Psychologisch aspect

Veel ongeduld zonder in staat te zijn tot actie, totale uitputting waardoor men in staat 'van verdoving' raakt, rusteloze slaap en buitensporig veel dromen, mentale benauwdheid veroorzaakt door ademhalingsproblemen, herhaaldelijk opgeschrikt worden door kleine dingen, zware shock die bijna een hartaanval lijkt te veroorzaken

Lichamelijk aspect

De keel neigt dik te worden, gevoel van blokkade in de borst dat het ademen bemoeilijkt, pijn in de borst, hartproblemen, hartkloppingen, kortademigheid, men is snel moe, niet in staat krachtige bewegingen te maken, abnormale snelle wisseling van bloeddruk, zwellingen en koude in de extremiteiten, vatbaarheid voor maagzweren zweren in de twaalfvingerige darm, maagzuur, gevoeligheid van het borstbeen en de borstspieren

Jitsu symptomen van andere meridianen bij een Kyo Hartbeschermer meridiaan

Longen: Cardiale astma, gevoelloosheid in de tenen, zwaar gevoel in de schouders, rug en borst

Dikke darm: Hitte in het hoofd en koude benen, grote spanning in de nek en schouders, koude tijdens de slaap

Maag: Slechte vertering door te veel werk, hoge bloeddruk

Milt: Uitputting door te veel denkwerk, maagverzakking

Hart: Vermoeidheid door rusteloosheid, piepen in het oor, hitte in het hoofd, hartkloppingen

Dunne Darm: Vermoeidheid door bezorgdheid, herseninfarct, hartkloppingen

Blaas: Hoge bloeddruk door stress, maagzweer, hijgen

Nieren: Te veel werken en overbelasting van de zenuwen, spanning in de schouders, zwaar gevoel in de borst

Galblaas: Ziekte van Basedow, hardheid van de onderarmen, maagzuur, pijn in de rug en schouders

Lever: Duizeligheid bij het opstaan, zich overal in het lichaam moe voelen

7. Vuur Element – Drievoudige Verwarmer

De drievoudige verwarmer (geen orgaan maar functiesysteem) is een systeem waarbij de aangeboren energie (prenatale Ki) of essence wordt geactiveerd en versterkt door middel van actieve opname van de hemelse Ki (lucht) en de aardse Ki (voedsel). Door ademhaling en vertering kunnen de essentiële levensbestanddelen circuleren door de 5 zang (yin) organen en 6 fu (yang) organen.

San-sho, drievoudige verwarmer, betekent drie bronnen van warmte en wordt beschreven als "het heeft een naam maar geen vorm".

De drievoudige verwarmer verwijst niet naar een orgaan maar heeft een overall functie, namelijk ons beschermen tegen invloeden van buitenaf, welke die ook mogen zijn.

De drievoudige verwarmer ondersteunt het vloeistof transport systeem en het externe beschermingssysteem (beschermende Ki). De drievoudige verwarmer reguleert de lichaamstemperatuur en warmte distributie aan de periferie.

De bovenste verwarmer bedekt het gebied tussen het begin van de nek en de maag.

De middelste verwarmer bedekt het gebied tussen de maag en de navel.

De onderste verwarmer bedekt het gebied tussen de navel en het schaambeentje.

De bovenste verwarmer is verbonden met de luchtwegen, lymfe en bloed.

De middelste verwarmer is verbonden met het spijsverteringssysteem.

De onderste verwarmer is verbonden met de uitscheiding van afvalstoffen via de nieren en de genitaliën.

De drievoudige verwarmer is een erg belangrijke meridiaan. Samen met de niermeridiaan draagt hij zorg voor onze essentiële levensenergie.

Je kunt de drievoudige verwarmer en de nieren samen ook wel je 'spaar rekening' noemen.

Je dagelijkse hoeveelheid energie haal je uit: Voedings Ki
Lucht Ki

Dit samen vormt postnatale Ki.

Als deze 'lopende rekeningen' rood komen te staan, zorgen nieren en drievoudige verwarmer voor de voortgang van alle vitale processen, zoals circulatie, spijsvertering en uitscheiding. Ze gaan hun eigen voorraad energie in het systeem brengen en spreken de pre-natale Ki aan.

Als je te lang je pre-natale Ki aanspreekt raak je gegarandeerd in een burn-out.

Pre-natale Ki kun je niet meer aanvullen.
Die krijg je eenmalig bij je geboorte en erf je van je ouders.

Als dat op is gaat de cortisol productie aan en worden stress hormonen aangemaakt om je aan de gang te houden.

Dit proces moet zsm doorbroken worden.

Je kunt dan alleen met rust, slaap, hele goede voeding (aardse Ki) en hele goede ademhaling (hemels Ki) weer herstellen.

De afwezigheid van de pre-natale Ki zorgt ervoor dat iemand langzaam of slecht herstelt van een burn-out.

De drievoudige verw warmer start aan de onderkant van de nagel van de ringvinger aan de kant van de pink. Vandaar gaat hij via de pols en de buitenkant van de onderarm, elleboog en bovenarm naar de bovenkant van de schouder. Drievoudige verw warmer 15 wordt vaak gebruikt bij schouders die vastzitten. Van de schouder stroomt hij door naar achter het oor, vandaar langs het oor naar de buitenkant van de ooghoek.

Om de drie verw warmers te behandelen pak je:

CV 17 voor de bovenste verw warmer (verbindingspunt CV en 3VW)

CV 17 is ook het Bo-point voor de Hart constrictor CV 13 voor de middelste verw warmer (verbindingspunt)

CV 5 voor de onderste verw warmer

CV 5 is ook het Bo-point van de Drievoudige verw warmer . Het Yu point van de drievoudige verw warmer is BI 22

De drievoudige verw warmer heeft 23 tsubo's

Symptomen die je met de drievoudige verw warmer kunt behandelen:

- Problemen met het gehoor
- Pijn in de buitenooghoeken
- Pijn in de wangen
- Pijn en opgezette keel
- Pijn van het gezicht
- Pijn in de onderkaak
- Pijn in de nek, schouders en bovenarm
- Pijn van de elleboog, onderarm naar duim -

Ook als er geen pijn of klachten zijn, kun je met de drievoudige verw warmer de algemene conditie van iemand testen. Bijv. zijn de spieren van de buik, vanaf de bovenkant van de maag tot voorbij de navel hard? Dat is dit een signaal dat de maag, alvleesklier en lever verzwakt zijn.

Als de buikspieren onder de navel hard en stijf aanvoelen dan is dat een signaal dat er gynaecologische problemen zijn of dat iemand een zwak gestel heeft.

Getraide mensen hebben ook harde spieren, maar dan is er toch levendigheid en vitaliteit en veerkracht. Dat is anders dan de hardheid hierboven beschreven.

8. Vuur Element – Drievoudige Verwarmer Kyo

Oorzaak

Men is thuis over beschermd opgevoed en is onvoorbereid de wereld in gegaan. Men heeft de neiging om zich slecht aan te passen, overdreven behoedzaam te zijn, is gespannen, onbeholpen, men kan moeilijk loskomen van nerveuze spanningen.

Psychologisch aspect

Neiging om een mentale overbelasting mee te dragen of om overbezorgd te zijn, buitensporige bezorgdheid over kleinigheden in de omgang met anderen, neiging tot ongeorganiseerd denken door vermoeidheid, het gevoel in een roes te zijn.

Lichamelijk aspect

Overgevoelige huid, zwakte van de slijmvliezen en het lymfestelsel, aanleg tot allergische reacties in de amandelen, neus en keel, regelmatig lange tijd verkouden, hoofdpijn, piepen in de oren, duizeligheid, vermoeide ogen, hitte in het hoofd, buitensporig onbehaaglijk gevoel bij veranderingen in temperatuur en vochtigheid, benauwdheid in de borst, spanning in het middenrif, spanning in de buikwand, zeer gevoelig voor kietelen, ontsteking van het buikvlies die buikkrampen en pijn veroorzaken, verschoven nekwervels, spanning in de nek, gevoelloosheid in de nek tot in de achterkant van de armen.

Jitsu symptomen van andere meridianen bij een Kyo Drievoudige verwarmer meridiaan

Longen: Pijn in de borst bij een verkoudheid, borstvliesontsteking

Dikke Darm: Verkoudheid, duizeligheid, vermoeidheid in de armen en de onderste helft van het lichaam

Maag: Acute gastritis, gebrek aan lichaamsbeweging, vermoeid gevoel na te veel eten

Milt: Ziek gevoel na het eten, zwaar hoofd door buitensporige bezorgdheid

Hart: Hitte in het hoofd en koude in de extremiteiten, gevoel van algehele vermoeidheid, vermoeidheid door druk achter de ogen

Dunne Darm: Whiplash, appendicitis, piepen in de oren, spanning in de schouders door gebrek aan lichaamsbeweging

Blaas: Aanleg voor allergieën, gevoelloosheid in de armen en benen, vaak plassen

Nieren: Gebrek aan nachtrust of een rusteloze slaap, neiging tot neusbloeden, troebel zicht

Galblaas : Langdurige verkoudheden, bittere smaak in de mond, misselijkheid, gespannen ogen

Lever: Overgevoeligheid van het buikvlies en de buikwand die regelmatig diarree veroorzaken, kieteligheid, ontsteking aan het neusvlies