

In haar woonkamer staat een Boeddha-altaartje. Branden kaarsen in Chinese kandelaars rond een flatscreen televisie. Eén wand wordt gesierd door een behang met een oosterse print. Centraal in de kamer is het Chinese ornament, dat dient als kroonluchter, en een luie (wasbare!) Ikea-bank.

De tengere Martine Cornelissen is blank. Haar rode haar verraad haar passie. Haar blauwe ogen kijken helder en schrand. Ze is de 36-jarige moeder van twee kinderen die haar leergierige blik hebben geërfd. Op het platteland van Belgisch Limburg groeide zij op. Studeerde in Gent. Hoe westers kan iemand zijn! Toch was voor haar de studierichting 'Oosterse Talen en Culturen' een natuurlijke keuze. Een verrassend gesprek met Martine, arts in de Traditionele Chinese Geneeskunde, die haar vak uitoefent als acupuncturist en herbalist, gestoeld op oosterse wijsheid en Hollandse nuchterheid.



Observeren en pols voelen

**Hoe komt een jong meisje vanuit de landelijke omgeving van gerst en rogge op het idee zich te gaan scholen tot het hoogst haalbare binnen de Traditionele Chinese Geneeskunde?**

"Vanaf mijn twaalfde jaar las ik over het boeddhisme en raakte gebiologeerd door de oude filosofieën van China. Gedurende mijn middelbare schooltijd verdiepte ik me al in de Oosterse filosofie. Daarnaast had ik een tweede passie, namelijk de kunst. Ik deed eindexamen in de richting beeldende vorming,

maar zag mezelf toch niet 'puur' als kunstenaar door het leven gaan. Door een toevallige ontmoeting met een oude vriendin hoorde ik van de opleiding in Gent waar je Chinees kon studeren. Ik wist meteen: dit is wat ik zoek en ben me de volgende dag gaan inschrijven aan de universiteit van Gent voor oosterse talen en culturen."

**Vanwaar die bevologenheid voor de Chinese cultuur?**

"Tijdens mijn studie leerde ik natuurlijk van alles over de

Chinese cultuur en geschiedenis. In tegenstelling tot de meeste studenten, die voornamelijk kozen voor modern Japans en modern Chinees, specialiseerde ik me in het vertalen en bestuderen van de klassieke Chinese taal en geschriften. Ik leefde werkelijk als een monnik. Overdag volgde ik college en ging vervolgens tot diep in de nacht met de oude taal aan de slag: het vertalen, lezen en begrijpen van de oude geschriften. Ik was volledig gefascineerd door wat ik las in werken van filosofen als Confucius.

## Vakmanschap is meesterschap?

# 'Zi Yuan Ting', de praktijk van Martine Cornelissen, is een schoolvoorbeeld van integratie tussen twee culturen'



Het plaatsen van de naalden vergt een grote precisie.

Ik werd deelgenoot van een gigantische bron aan kennis en wijsheid en las over de verfijnde rituelen. Chinezen mediteren al sinds 700 jaar voor Christus bij de ochtendster, om lichaam en geest in balans te brengen. Zolang weten zij al positieve en gezonde energie te bewerkstelligen vanuit de eigen kracht. Moet je nagaan, wij huppelden hier nog rond in berenvellen temidden van lemen hutten. Meer dan 200 jaar voor Christus wordt de Traditionele Chinese Geneeskunde al gedetailleerd beschreven."

**Chinese talen en culturen, waar ligt de link naar jouw passie voor China zelf en haar traditionele geneeskunde?**

"Na mijn studie in Gent kreeg ik een beurs om te gaan studeren in Shanghai. Ik weet nog goed dat ik in China landde en ogenblikkelijk voelde: Het klopt, hier kom ik thuis. Ik sprak slechts een paar zinnestjes, omdat ik me amper in de moderne taalvorm had geschoold, maar dat maakte niets uit. Ik stortte me op het leren van modern Chinees, ook noodzakelijk om collegos te

kunnen volgen. Via een vriendin kwam ik in aanraking met een arts Traditionele Geneeskunde: dokter Yang. Aanvankelijk behandelde de 80 jaar oude arts mijzelf voor menstruatieproblemen. In een groezelig piepklein huisje (waar de slaapruijnte van de woonruimte door een gordijntje werd gescheiden) behandelde hij zijn patiënten. Chinese patiënten hebben geen behoefte aan privacy. In een kringetje installeren zij zich in de behandelruimte en bespreken uitgebreid al hun kwalen. Dokter Yang loopt langs,

voelt de pols, controleert de tong, zet een paar naalden en gaat naar de volgende. Het mooie van acupunctuur is dat je onmiddellijk effecten ziet. Na de tiende patiënt komt hij weer terug naar nummer één; voelt de pols, observeert, zet de naald anders of er één bij en gaat naar patiënt twee. Aan het eind van dit ritueel stuurt hij de patiënten met kruiden naar huis. Ik vond het zo geweldig dat ik toestemming vroeg én kreeg om dat jaar een dag per week te mogen kijken bij dokter Yang. Daarna wist ik: dit is wat ik wil. Terug in Nederland volgde ik de studie Traditionele Chinese Geneeskunde, Acupunctuur. Tijdens mijn praktijk als acupuncturist, volgde ik de opleiding tot herbalist, genezing door Chinese kruiden. Met regelmaat trok ik naar China voor stages. Daarnaast volgde ik een hbo opleiding westerse geneeskunde. Al met al een traject van zeven jaar."

**Stage in een huiskamer bij een 80 jaar oude arts. Waar heeft hij zijn vak geleerd? Wat leerde je van hem? Hoe verliep de informatie overdracht?**

"De leerschool van dokter Yang is een lange familietraditie waar kennis mondeling wordt doorgegeven van vader op zoon. Dit soort 'familieijnen' zijn heel normaal in China. Lang geleden begeleidde ik een →

‘Deze behandel-  
methode is  
een volledig op  
zichzelf staand  
systeem,  
dat kijkt naar  
energetische  
verstoringen  
in lichaam en  
geest’



Pop met meridianen

groep Europeanen door China. We strandden in een afgelegen dorp van een bergvolk. Eén van de deelnemers had een enorme zonnesteek. 's Avonds ontfermde één van de dorpsbewoners zich over haar. Hij nam een muntje en wreef met de zijkant over haar onderarm. Steeds over dezelfde lijn, tot haar arm gloeide van hitte. Die nacht kreeg de vrouw hevige koorts, sliep heel diep en ontwaakte de volgende morgen kiplekker. Volledig hersteld kon zij de reis voortzetten. De dorpsbewoner had door het activeren van energiebanen haar lijf zelf aangezet tot genezing. Deze traditionele geneeswijze heeft een vanzelfsprekende plek in het dagelijkse doen en denken van de Chinees. Het jaar dat ik meeliep met dokter Yang heb ik alléén mogen kijken. Zo werkt dat in China. Je leert door observeren. De student dient zich nederig en respectvol op te stellen naar zijn meester. Zelf geef ik les aan 'Qing Bai', de Academie voor Traditionele Chinese Geneeskunde in Nederland. Mijn studenten gaan voor stages naar China. Zij moeten echt leren zich te beperken tot luisteren en observeren. Ik vertel ze dan ook dat ik pas na een jaar 'kijken' mijn eerste vraag aan dokter Yang mocht stellen. Een docent lastigvallen met ondoordachte vragen is beslist *not-done*."

**Waar ligt de essentie van de Traditionele Chinese Geneeskunde?**

"De Traditionele Chinese Geneeskunde behandelt geen symptomen of ziektes zoals in de westerse reguliere geneeskunde, maar onderzoekt nauwkeurig de energetische verstoringen in het lichaam. Hoe gaat de patiënt om

met zijn energie. Een Chinees gezegde luidt: 'Zelfde ziekte, verschillende behandelingen. Verschillende behandelingen, zelfde ziekte.' Er is dus niet één standaardformule. Het is allemaal afhankelijk van de disbalans in het eigen, unieke lichaam. Als ik vijf patiënten met menopauzeklachten zie, krijgen ze allemaal een persoonlijke, op hun conditie afgestemde, therapie. Bij mijn patiënt neem ik ruim de tijd voor vragen. Daarna voel ik de pols en bestudeer de tong. Met dat totaal constateer ik waar en hoe ziek het lichaam is. Na de diagnose zet ik naalden, waarvan ik de werking keer op keer controleer, door de pols te voelen, en maak een recept van kruiden. Overigens is de behandeling met kruiden de meest voorkomende behandelingsmethode in China."

**Je pols laten voelen en je tong uit steken, klinkt als een Westers doktersbezoek.**

"Het tegendeel is waar. In Nederland voelt de arts de pols voor de hartslag. Ik voel de polsen op achttien posities. Ik voel zaken als warmte, koude en de conditie. Door de tong te observeren bepaal ik de toestand van de organen. De gebieden op de tong komen namelijk overeen met organen. Zo krijg ik een gedetailleerd beeld van iemands gezondheid en wordt, bijvoorbeeld, de oorzaak van slapeloosheid duidelijk. De acupunctuurpunten liggen op meridianen. Meridianen zijn geen zenuwbanen, ook geen bloedvaten. Het zijn energetische kanalen waarlangs energie stroomt. De informatie van pols en tong bepalen de punten van de naalden. Het mooie van acupunctuur is dat je al na vijf minuten het effect ziet. Kijken, ruiken, voelen en vragen,

daarop baseer ik mijn behandeling. Wat is de levendigheid van de ogen, hoe voelt de huid aan, hoe ruikt het lichaam, hoe lopen de rimpels. De kleinste waarneming geeft informatie over lichaam en geest. Het totaalbeeld moet in balans zijn voor een goed welbevinden."

**Welke plek heeft de Traditionele Chinese Geneeskunde in China? Hoe anticipeert de Traditionele Geneeswijze op nieuwe ziektes en behandelmethoden?**

"In de ziekenhuizen in China vind je twee afdelingen: één traditionele en één westerse. De traditionele geneeswijze is keuze nummer één. Deze behandelingsmethode is een volledig op zichzelf staand systeem, dat kijkt naar energetische verstoringen in lichaam en geest. Het is dus toepasbaar op elk (nieuw) ziektebeeld. De twee benaderingswijzen werken overigens heel nauw samen. Op welk niveau een arts ook werkt, hij verdiept zich in de filosofie en praktijken van de ander. Neem bijvoorbeeld de zwangerschapswens. Het is in China heel gebruikelijk dat eerst alle moderne onderzoeksmethodes worden toegepast: bloedonderzoek, een echo, etc. Vervolgens gaat de vrouw naar een traditionele geneesheer die de conditie van de baarmoeder zo optimaal mogelijk maakt door acupunctuur en kruidentherapie. Een westerse georiënteerde specialist regelt vervolgens de IVF. Zijn traditionele collega neemt het consult weer over om een miskraam te voorkomen en te zorgen voor een harmonieuze zwangerschap. Prachtig. In de holistische mentaliteit van de Chinees volkomen logisch."

**De Chinese Geneeskunde geniet een eeuwenlange wijsheid en traditie. We kunnen ons dus afvragen welke geneeswijze 'alternatief' is. Die van China of die van onze huisartsen. Toch val jij onder de groep genezers binnen een circuit waar wellicht ook sceptisch op wordt gereageerd. Hoe is de dialoog tussen jou als 'Chinees arts' en jouw Hollandse collegae?**

"Er blijven sceptici onder de reguliere artsen. Mijn werkwijze is inderdaad totaal anders. Ik richt me op de eigen kracht van de patiënt. Aan de andere kant komt er een positieve dialoog op gang en zit de samenwerking in de lift. Zoetjes aan raken ook reguliere artsen overtuigd van de werking van de Chinese geneeskunde. Vanuit het Onze Lieve Vrouwengasthuis en het Academisch Medisch Centrum (beide Amsterdam) worden patiënten naar me doorverwezen. Het betreft bijvoorbeeld patiënten die een chemokuur ondergaan of vruchtbaarheidsperikelen hebben. Ik ondersteun hen dan op een manier die de kwaliteit van leven verbetert. Zoals het verminderen van bijwerkingen en misselijkheid. Het uitstellen dan wel voorkomen van bloedtransfusies en het optimaliseren van de vitaliteit. De patiënt is ook actiever. Er komen adviezen over levensstijl en voeding, waaraan hij wel of geen gehoor kan geven. In het westen willen we snel een pil, een poeder of drankje voor het oplossen van de kwaal. Andersom gebruik ik ook de kennis van de reguliere geneeskunde. Vermoed ik, bijvoorbeeld, een vleesboom of tumor, dan verwijs ik door voor nader onderzoek. Bloedonderzoek of een MRI-scan geeft dan belangrijke informatie die ik niet meteen uit mijn diagnose haal.

Het is mijn verantwoordelijkheid mijn mogelijkheden en onmogelijkheden te kennen. Een evenwicht tussen de beide vormen van geneeskunde is volgens mij de perfecte balans."

In de praktijk van Martine siert Chinese kunst. Het lijkt in niets op het eenvoudige woonvertrekje van dokter Yang. In een haast etherische rust onthaalt Martine haar patiënten. In alle privacy en met dezelfde belofte van vertrouwen, zoals bij elke dokter in ons land. Zi Yuan Ting heet haar praktijk. Met haar vertaling wordt de brede betekenis van Chinese tekens duidelijk. 'Ting' betekent 'paviljoen' en verwijst naar haar praktijk. 'Zi' staat voor 'kind', maar ook voor 'Wijze'. 'Yuan' betekent 'bron' en 'oerenergie' en duidt op de wijsheid en kracht van de patiënt. Chinese karakters hebben vaak een dubbele betekenis. Zo staat de combinatie van Zi en Yuan tevens voor 'moeder en kind'. Dat geeft aan dat Martine zich specialiseerde in de gynaecologie. Betekenissen die haar visie en missie vertolken.

**We spraken al eerder over de holistische mentaliteit in China. Hoe breng je dat in praktijk en hoe klinkt dat door in jouw persoonlijk leven?**

"Kijken naar het totaal van je leven; hoe voed je op, hoe eet je, hoe leef je, waar en met wie. Dat moet met elkaar in balans zijn. Ik specialiseerde me in vrouwenkwalen, omdat het me intrigeert hoe vrouwen zich ontwikkelen. Per slot van rekening ben ik zelf vrouw; nieuwsgierig naar de vermogens van mijn eigen geest en lichaam. Buiten mijn medische studies volgde ik opleidingen in de kunst, dans en acteren. Het ging me er niet

In China



Van boven naar beneden: Master-teaching course in Jinan Afscheidsdiner na de studiereis Stage in fertiliteitskliniek in Jinan



Acupunctuur voor het verbeteren van de energietoevoer van de nieren

## ‘Vrouwen moeten een balans zien te vinden tussen hun vele bezigheden en stilte’

om beeldhouwer te worden of beroemd danseres, maar puur om de ervaring. De mogelijkheden van mezelf en mijn lichaam te ontdekken. Vrouwen in onze cultuur moeten veel. We hollen van werk, naar de crèche, door naar de sportschool. We vullen onze vrije tijd met sociale contacten. Heerlijk hoe vrouwen zich kunnen ontplooiën. Maar Nederland staat ook op nummer één van de wereld als het gaat om burn-outs. Volgens de Traditionele Chinese Geneeswijze zijn vrouwen ‘bloedwezens’. Wij halen dus onze energie uit ons bloed. Dat betekent dat wij (in tegenstelling tot mannen) momenten van warmte en rust nodig hebben. Vrouwen moeten een balans zien te vinden tussen hun vele bezigheden en stilte. Zij zouden elke dag een moment moeten creëren om even helemaal tot zichzelf te komen. Daarmee laden ze op. Chinezen nemen dagelijks een pauze van twee uur, waarin ze wandelen, eten en slapen. Veel vrouwen klagen over kwalen als een slechte concentratie,

vermoeidheid of bloedarmoede. De juiste voedingskeus is essentieel voor onze gezondheid. Het hele jaar door eten we maaltijdsalades. Om ons lijf aan te sporen tot energie, moet het lijf kunnen verbranden. Dat gebeurt met warme aardappels en soep. Wij wonen in een behoorlijk koel klimaat. We hebben warmte nodig! Ik begrijp het wel dat er vrouwen zijn die roepen dik te worden van water. Dat geldt ook voor zieke kinderen. Trek voor hen een stevige bouillon van een mergpijp of kip en laat dat laffe beschuitje achterwege. Dat totaal van gewoontes, leefomgeving, traditie en kennisverrijking laten harmoniëren. Dat heb ik geleerd van de Chinezen. Dat is voor mij holistisch!”

### *Nog meer tips?*

“Beweeg liever een half uur per dag, dan je twee keer per week kapot te sporten. Wees voorzichtig met inname van kruiden en medicinale thee. De Chinese Geneeswijze met kruiden gaat uit van een weldoordachte receptuur.

Er wordt een voorkeurskruid gekozen, aangevuld met kruiden die de werking ondersteunen en de giftige effecten neutraliseren. Kennis van zaken is hier echt geboden. Overdaad schaadt! In veel drogisterijen worden Chinese kruiden verkocht. Ginseng, bijvoorbeeld, maakt energiek en werkt opwekkend. Wanneer dit kruid te sterk wordt ingenomen, kan het kwalijke gevolgen hebben. Negeer commerciële hypes. Laat je heel goed informeren. Bovenal: luister naar je zelf, heb plezier in wat je doet!”

### *In dit interview klinkt jouw passie voor China. Waar ligt het hart van de Vlaamse Martine?*

“Nog geen tien jaar geleden had ik gezegd: in China. Naarmate ik ouder ben en meer levenservaring heb besef ik in een ‘vrij’ land te leven met alle mogelijkheden voor iedereen. Als ik morgen een opleiding tot fotograaf wil volgen kan dat in Nederland. Mijn kinderen groeien op in deze kansrijke samenleving. Hier woont mijn familie. Wonen alle mensen van wie ik houd en die van mij houden. Ik vind het heerlijk om jaarlijks terug te keren naar China. Om me bij te scholen, lezingen te geven of te reizen. Dat werkt echt als een katalysator in mijn leven. Maar ik blijf het meisje uit de klei. Mijn geboortegrond en bloedbanden kan ik niet verloochenen. En dat is, ook alweer, héél Chinees.”

Interesse? [www.ziyuanting.nl](http://www.ziyuanting.nl) ❖