

# Hvis akupunktur ikke kan stå støtt som egen tradisjon og forvalte det særegne som ligger der levende, går noe tapt.

Intervjua av John Petter Lindeland

*Fortel litt om di tilnærming/interesse for naturterapi.*

Min viktigste tilnærming til naturterapi er forståelsen av at mange av våre plager ofte har psykologiske årsaker, og er således interessert i sammenhengen mellom sinn og kropp. I tillegg er jeg opptatt av menneskets mulighet til å vikle ut en større del av sitt potensial som menneske. Ofte kan behandling også handle om temaer som: «Hvem er jeg?» og «Hvor skal jeg videre i livet mitt?». Det viktigste for meg er å møte mennesker der de er.

Når det gjelder akupunktur, ble interessen vakt når jeg kom i kontakt med fem element akupunktur.

Når det gjelder akupunktur, ble interessen vakt når jeg kom i kontakt med fem element akupunktur. Den engelske J.R. Worsley, som bragte og etablerte tradisjonen fem element akupunktur i England allerede på 50-tallet, vektla å ta i betraktning mennesket som «body, mind and spirit».

Denne dybdeforståelsen av mennesket og akupunktoren inspirerte meg til å studere.

## Fem element akupunktur

*Du arbeider ut i frå fem element akupunktur. Kva er skilnaden mellom det me forbind med klassisk akupunktur og denne varianten?*

Det finnes flere retninger innen tradisjonell akupunktur, for eksempel TKM-akupunktur (engelsk TCM), fem element akupunktur (FEA), stems and branches og japansk akupunktur.

Det vi i Norge kaller TKM-akupunktur baserer seg i hovedsak på anvendelsen av de åtte prinsippene (yin-yang, kald-varm, utvendig-innvendig, tom-full). FEA baserer seg i hovedsak på de fem elementene (tre, ild, jord, metall og vann). Mange vil si at også TKM-akupunktur bruker de fem elementene. Det er dog mer som en teoretisk bakgrunnsforståelse og mindre gjeldende når det gjelder praktisk anvendelse i behandlingen.

De fem elementene er et uttrykk for livets naturlige bevegelse delt opp i for fem ulike faser, hvordan alt er i uoppbørlig forvandling. Hvert element viser også til en følelse.

Vi er alle ulikt sammensatt av de

De fem elementene er et uttrykk for livets naturlige bevegelse delt opp i for fem ulike faser, hvordan alt er i uoppbørlig forvandling.

fem elementene. Samtidig er det i følge FEA ett av disse livsområdene som betyr mer for hver enkelt av oss på godt og vondt. Dette elementet utgjør det som i FEA kalles the causative factor of disease (CF). I sammensetning med de andre elementene utgjør det individets medfødte legning, den du er. CF er det livsområdet vi gjerne har et mer konfliktfylt eller ubevisst forhold til, og som vi kan ha vanskeligere for å uttrykke naturlig. Det er her livets følelsemessige påkjenninger setter seg og blir toneangivende, gjerne tidlig i livet, noe som vil prege alle elementene. Eksempelvis vil de som har Ildelementet som sin CF ha temaer rundt glede/mangel på glede, nærhet i relasjoner og kontroll. For de med Tre-elementet som sin CF vil sentrale temaer være frustrasjon/sinne, det å ta sin naturlige plass uten å bli overkjørende eller holde tilbake, planlegging og valg. >>>



Tanken i FEA er at det å behandle CF, det svake leddet, har en svært gunstig effekt på helheten, systemisk, ikke bare med tanke på symptomer, men kan også berøre spørsmålet: Hvem er denne personen bakom ubalansen, når det er i kontakt med sin natur? Gjennom balansering og bevisstgjøring er CF også en nøkkel til større selvforståelse.

CF gjenkjennes gjennom fargeutstråling, lyd kvaliteten i stemmen, lukt og den dominerende emosjonen. Fysiologiske symptomer kan ikke brukes til å gjenkjenne CF, for de kan vise seg i et hvilket som helst element. Derfor må vi se etter det bakenforliggende i personens konstitusjon.

### Klassisk akupunktur

TKM-akupunktur behandler ikke ut i fra CF. TKM har en forståelse av medfødt konstitusjon i form av arv og medfødte sykdommer. Hovedvekten i TKM, med de åtte prinsippene, bygger på å behandle energetiske ubalanser som vi tilegner oss mens vi lever. FEA og TKM har derfor en vesentlig forskjell i det at FEA vektlegger balansering av legning mens TKM vektlegger behandling av ubalanser vi utvikler mens vi lever.

I Englang, hvor TKM og FEA har eksistert side om side i mange år under British acupuncture council, har det vært debatt mellom ulike innfallsvinkler til behandling. Veldig generelt sies det gjerne at FEA har en styrke i det å hjelpe mennesker med å ha det bedre med seg selv, mens bruk av de åtte prinsippene er mer effektiv for behandling av spesifikke plager.

Det har også vært en tendens til kritikk frem og tilbake. FEAs kritikk av TKM har gått på at TKM kun behandler symptomer uten å gå i dybden. Når oljesignalet på dashbordet i bilen lyser og piper, kaster vi ikke bare signalet ut av vinduet for å løse problemet – vi vet at signalet peker på et underliggende problem i motoren. Slik er det også med symptomer, de peker på en underliggende ubalanse. Derfor må vi gå til den dypeste ubalansen som i følge FEA ligger i CF, for ubalanse på dette nivået ligger til grunn for ubalanser vi utvikler mens vi lever. På den andre siden har den moderne «TKM-doktor» gjerne kritisert FEA for å tro på en forestilt dybde i mennesket som ikke eksisterer (mennesket som åndsvesen). FEA får kanskje mennesker til å føle seg

bedre med seg selv, men uten å hjelpe mennesker med konkrete plagene som de kommer for å få hjelp med.

### Behandlerens forståelse

Disse generaliseringene peker mer på en ulik vektlegging. Innfallsvinkelen i FEA kan være svært effektiv mot konkrete plager/symptomer ved å adressere ubalanser i konstitusjonen (CF) i tillegg til å åpne ulike energiblokkeringer, og TKM kan selvsagt også ha dybde.

---

Om en behandling har dybde  
avhenger av behandlerens  
forståelse og evne til å «se»  
klienten snarere enn hvilken  
retning man praktiserer.

Om en behandling har dybde avhenger av behandlerens forståelse og evne til å «se» klienten snarere enn hvilken retning man praktiserer. Men på grunn av ulike vektlegging har FEA flere behandlingsprotokoller på det psykiske planet, også for blant annet dissosiative lidelser, mens TKM har flere behandlingsprotokoller som går direkte på ubalanser i det fysiologiske. Når det er sagt, er det viktig å huske at kropp og sinn i kinesisk medisin uansett blir forstått som ett system og påvirker hverandre gjensidig.

### Behandlingsstrategi

*Kan du fortelja litt om korleis du nærmar deg ein pasient, og kva som blir avgjerande for behandlingsstrategi.*

Første konsultasjon tar gjerne 1.5-2 timer. Jeg ønsker å finne personens CF gjennom farge, lyd, lukt og emosjon: Hvem er personen som har plagene som blir presentert? Dette er avgjørende for innfallsvinkelen til behandling. Jeg behandler personen, og ikke kun symptomer som presenteres.

Jeg ønsker å kartlegge ulike fysiologiske funksjoner som for eksempel fordøyelse og søvn. I tillegg søker jeg en forståelse av ulike sider av personens liv og livsstil, da alle sider av livet påvirker oss og vår livsenergi: jobb, relasjoner, hvem de bor >>>

sammen med, trivsel/mistrivsel, interesser mm. Her inkluderes gjerne oppvekst og bakgrunn. Er det stressfaktorer i personens liv? I tillegg trenger jeg å forstå på hvilket nivå ubalansene ligger: fysisk, psykisk, sjelelig. I tillegg til CF er forståelsen av andre energetiske ubalanser, og styrker, vesentlig å forstå, da dette gir et helhetlig bilde.

## Utdanning

*Du driv også Akademiet for fem element akupunktur. Får studentene her innsikt i ulike retninger innan akupunkturen, slik at dei kan gjera seg nytte av ulike tilnærmingar?*

Vi gir studentene våre en kort innføring i andre retninger, i hovedsak TKM-akupunktur, men ikke så utførlig at det er noe de kan bruke i praksis. Det er en god ting å lære om ulike retninger innen kinesiske medisin, det være seg ulike akupunkturretninger, ernæring eller tui-namassasje. Hvis man skal lære flere retninger/behandlingsformer tilstrekkelig til å bruke de i praksis, mener jeg det er best å lære én av gangen.

## Autorisasjon

*Akupunkturforeningen har søkt om autorisasjon for akupunktører. Korleis vil dette påverka din situasjon, og trur du ein slik strategi vil styrkja tradisjonell kinesisk medisin (TKM) – som akupunkturen er ein del av?*

Ettersom en eventuell autorisasjon trolig vil basere seg på studiepoeng, er ikke autorisasjon relevant for min del, ettersom jeg har studert akupunktur uten studiepoeng, i likhet med de fleste andre i dag.

En autorisasjon vil sikkert gi økt anerkjennelse for akupunktur i samfunnet. Samtidig tenker jeg det ikke er avgjørende for kvaliteten, fordi det er mange andre faktorer som påvirker dette. For eksempel; en viktig faktor er at du i praktisering av akupunktur bruker deg selv som et verktøy, både i form av kunnskap og diagnostiske verktøy som relaterer mer til intuitiv menneskeforståelse. Da er det en forutsetning å kjenne seg selv, og selvrefleksjon blir en viktig komponent i både utdanning og i senere praksis. Visse aspekter av å «se» hva andre mennes-

ker trenger kan egentlig ikke læres, kun gjenkjennes som en allerede iboende ferdighet. En lærer kan peke på det, og stimulere det frem, men du som student må erfare det. Blir slike hensyn ivarett? Blir egenutvikling og selvrefleksjon inkludert? Blir det fokusert nok på personlig oppfølging av studenter, spesielt i praksisdelen?

I prosesser hvor det søkes om autorisasjon har det vært en tendens til å ha fokus på økte krav innen vestlig medisin, ikke bare i Norge. Det er viktig med en viss kunnskap innen vestlig medisin, men jeg er redd akupunkturen som går i den retningen er i ferd med å bli «overmedisinert». I koblingen mellom tradisjonell akupunktur og vestlig medisin blir noe nytt skapt. Hvis akupunktur ikke kan få stå på egne ben som en egen tradisjon og forvalte det særegne som ligger der levende, går noe tapt. Akupunkturtradisjonen har alltid bestått av ulike retninger, og jeg håper vi kan beholde mangfoldet av retninger også i Norge.

I Kina er det en annen interessant trend. En av mine lærere Nora Franglen, som var rektor på School of Five Element Acupuncture i London, hvor jeg tok min grunnutdanning, ble for omlag 10 år siden invitert til Kina for å undervise i fem element akupunktur. En anerkjent lærer der leste en av Noras bøker, og skjønnte at hun formidlet noe han mente de i Kina hadde mistet: kropp, sinn og sjel som et integrert hele. Hun reiser fortsatt til Kina to ganger i året for å undervise ferdigutdannede akupunktører, og interessen er stor. Hun formidler en dybdeforståelse av mennesket, også i kontekst av akupunkturpraksis, som de gjenkjenner. Det står om «kropp, sinn og sjel» i gamle klassiske akupunkturskrifter, men som de ikke har visst hvordan de skal anvende i praksis.

## Livsvisdom og indre ro

*Du er også ein ivrig foredragshaldar, spesielt i høve mindfulness og taoistisk livsvisdom.*

Jeg formidler hjelp til selvhjelp i form av indre verktøy for indre ro og fordypning. Selv har jeg funnet mye inspirasjon i østlige visdomstradisjoner, som vi finner innenfor både buddhismen, taoismen og indisk tradisjon, men også fra kilder innen stoicismen, kristenmys-

tikk samt formidlere av livsvisdom som lever i dag. Jeg mener mange av våre ubalanser begynner i psykiske vanemønstre. Det begynner i sinnet.

I tillegg til verktøy for indre ro snakker jeg mye om selv-refleksjon. Jeg søker å formidle en inspirasjon til indre fordypning, gleden over å utforske dette mysteriet som vi kaller livet, muligheten vi har til å rydde i og bevisstgjøre gamle vanemønstre som har gått ut på dato, og frigjøre et større potensielt til dyp livsglede og mening som ligger iboende.

Jeg er også opptatt av å formidle et syn på mennesket som bærer av en dypere natur enn psyken, tanker og følelser. Det finnes mange ord for dette dypere i ulike tradisjoner – det som egentlig ikke har noe navn eller form, men som likevel er, som jeg tror betyr mer for oss enn vi ofte er klar over. Jeg liker å omtale det som «det våkne hjertet». Vi mennesker trenger en tillit til noe dypere i oss som er urokkelig når livet utfordrer, for det gjør det fra tid til annen. Jeg mener at mange av de psykiske plagene som vi ser i dag oppstår i mangel av kontakt med noe dypere å hvile i enn det kaoset som kan oppstå i tanker og følelser. Jeg snakker ikke om dette som et system, men som noe iboende levende. I kulturen vår har vi kastet over bord religionens makt over mennesket, men vi har samtidig i stor grad forkastet mennesket som et åndsvesen, og med det mener jeg vi har kastet «babyen ut med badevannet». Uten denne indre kontakten lever vi i en tillitskrise til livet og øyeblikket.

*Har du noko kontakt eller samhandling med den offentlege helsetenesten?*

Nei, det har jeg ikke.

*Kva råd har du til dei som ynskjer å gjera akupunktur/naturmedisin til eit yrke ein kan leva av?*

Ettersom det som regel innebærer å starte egen praksis, noe som ofte tar tid og kan være krevende, er tålmodighet viktig. Det er også vesentlig å kunne hvile i en følelse av at du gjør noe du er laget til å gjøre, at du føler du er på rett plass. Derfra er det viktig å tro på seg selv.